

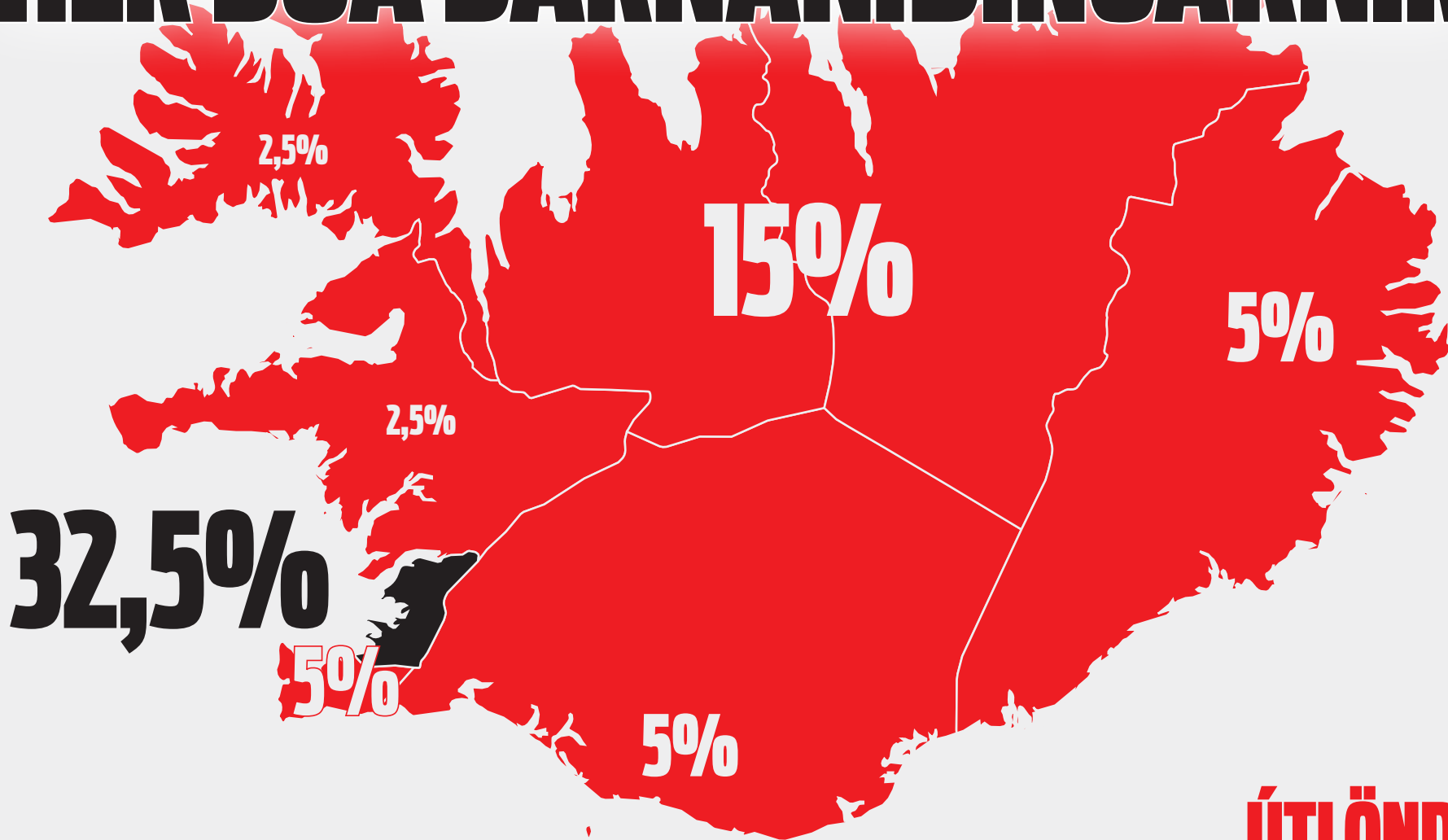


20. SEPTEMBER 2019 / 38. TBL. 109. ÁRG. / VERÐ 995 KR.

DV



HÉR BÚA BARNANÍÐINGARNIR



ÚTLÖND:
32,5%

■ Fyrsti hluti í greinaröð DV um íslenska barnaníðinga ■ Flestir hafa aðsetur á höfuðborgarsvæðinu ■ Þriðjungur fluttur úr landi

■ Sjúkdómurinn tók barnsmæðurnar ■ Einstæður faðir með langa neyklusögu á bakinu

Barnabílstólar í úrvali RECARO

BÍLASMIÐURINN HF

Bíldshöfða 16, 110 Reykjavík - Sími: 567 2330 - www.bilasmidurinn.is





Á þessum degi, 20. september

Barátta kynjanna hefur tekið á sig nokkrar myndir í gegnum tíðina og á þessum degi, 20.

september, 1973, tókust kynin á í Houston Astrodome, í Houston í Texas. Fulltrúar kynjanna þá voru Billie Jean King og Bobby Riggs, en um var að ræða sýningarleik í tennis sem síðar var skírskotað til sem „Battle of the Sexes“.

Bobby Riggs var þá 55 ára, bandarískur tennismeistari og í 1. sæti á heimslistanum. Billie Jean King var þá 29 ára og hafði toppað heimslista kvenna í tennis fimm sinnum, árin 1966–1968 og 1971 og 1972. Billie Jean King var einnig í 1. sæti heimslistans árið 1974, ári eftir áður nefndan sýningarleik.

Billie Jean King mætti til leiks í anda Kleópötru, í fjöðrum skreyttum vagni sem borinn var af fjórum karlmönnum, sem voru berir að ofan en annars klæddir í anda þræla til forna.

Bobby Riggs fylgdi í kjölfarið í tvíhjóra léttivagni. Fyrir vagninn var beitt hópi fyrir-sæta. Riggs færði Billie Jean risastóran Sugar Daddy-sleikipinna og fékk að gjöf frá andstæðingi sínum hrínandi grís, sem tákn karlrembu.

Nú, til að byrja með leit út fyrir að Riggs hefði sigur í fyrsta setti þegar staðan varð 3-2 honum í vil. Síðar sagði Billie Jean að hún hefði á þeim tímupunkti gert sér grein fyrir að hún yrði að sigrá, þessi leikur væri það mikilvægur.

Billie Jean King vann öll þrjú settin; 6-4, 6-3 og 6-3.



Veðrið og verðið það versta við Ísland

■ Hugleikur kveður Ísland ■ Erótískur upplestur og dans í vændum

Tómas Valgeirsson
tomas@dv.is



Hugleikur Dagsson, listamaður og skemmtikraftur, stendur á tímamótum. Um þessar mundir er hann á fullu að undirbúa ýmis verkefni, þar á meðal uppistandssýninguna Ictralia ásamt ástralska uppistandaranum Jonathan Duffy. Sýningin verður haldin að kvöldi 20. september í Austurbæ en þar er um að ræða síðasta „performans“ Hugleiks áður en hann flytur úr landi, þar sem til stendur hjá grínist-anum að hefja ný ævintýri í Berlín í Þýskalandi.

Á umræddu uppistandi verður heilmiklu tjaldað til hjá þeim Hugleiki og Jonathan. Saman hafa þeir verið með hlaðvarpsþættina Ictralia um nokkurt skeið en það hófst upphaflega sem uppistandssýning. Að sögn Hugleiks varð hlaðvarpið töluvert vinsælla en sýningarar og varð að lokum lykilorðvöllur þeirra grínbræðra.

Hugleikur lýsir þessu komandi kvöldi sem eins konar „best-of“-sýningu og má þar búast við dansatriðum, erótískum upplestri og vandamáladálki í beinni auk uppistands hjá þeim félögum eins og þeim einum er lagið. Þegar DV hafði samband við Hugleik var hann í miðju ferli að æfa dansspor sín fyrir kvöldið mikla.

Hugleikur segir sameiginlegan húmor þeirra félaga hafa verið kveikiþráðinn að traustum vinskapa fyrir nokkrum árum, þótt þeir gætu á öðrum sviðum varla verið ólíkari. „Við erum með allt öðruvísi nálgun að gríni,“ segir Hugleikur. „Hann er með svartsýnni nálgun og á það til að detta í svona „mean girl“ takta en þótt ég sé sjálfur svart-sýnn nálgast ég það meira í gegnum einlægni, enda norðallegri og

Fyndni Þeir Jonathan og Hugleikur í góðum grí.



„Allt er miklu betra í útlöndum“

sennilega aulatrúðslegri, myndi ég segja. En þegar við erum saman á sviði þá smellpassar allt saman. Hann er með fæturna meira á jörðinni, en ég ör-lítið meira einhverfur, ef svo má að orði komast. Við eigum rosalega góða dýnamík.“

Fleiri aðdáendur erlendis

Þegar Hugleikur er spurður hvaðan sú ákvörðun kom að flytja til útlanda svarar hann skýrt og hressilega: „Vegna þess að allt er miklu betra í útlöndum.“

Þá segir hann að nauðsynlegt sé fyrir fólk í gefnum aðstæðum að búa erlendis á „allavega tíu ára fresti.“ Hugmyndin um að yfirgefa Ísland gerjaðist þó í kjölfar ferðalags um Evrópu, til átján borga, með uppistandssýningar. „Eftir að hafa ferðast svona um heiminn og koma svo aftur til Íslands, þá fékk ég svona áminningu – þótt ég hafi verið dauðþreyttur eftir

flakkið – mig langaði bara strax aftur út. Helstu ástæðurnar fyrir því eru verðið og veðrið, sem gerir Ísland sérstaklega óaðlaðandi þessa dagana. Önnur ástæða er sú að ég á miklu fleiri aðdáendur erlendis,“ segir Hugleikur og útskýrir hvers vegna Berlín hafi sérstaklega orðið fyrir valinu.

„Ákvörðunin þótti mér bara sniðug og praktísk. Það er risastór uppistandssena þar, ekki ósvipuð og í New York eða London. Ég hef stundað það síðustu árin að fara til Berlínar í viku, tvær eða mánuð, bara til að æfa mig í uppistandi. Þegar ég fer þangað get ég flutt uppistand tvisvar á kvöldi á mismunandi stöðum, öll kvöld vikunnar. Það þjálfar uppistandið rosalega mikið. Það er líka meiri fjölbreytni í Berlín; fjölbreyttara fólk og veitingastaðir. Planið er að halda mig þarna þangað til ég fæ ógeð á þessari fjölbreytni og vil þá snúa aftur til Íslands í einfaldleikann.“ ■



Hugleikur Dagsson

5 sem gætu orðið ríkislögreglustjórar

Mikið hefur mætt á Harald Johannessenn ríkislögreglustjóra að undanförunu og margir velt fyrir sér hvort hann þurfi að hverfa úr embætti vegna háværrar gagnrýni. Hér eru fimm einstaklingar sem gætu komið í staðinn fyrir hann.

Rýni til gagns

Arinbjörn Snorrason, formaður Lögreglufélags Reykjavíkur, hefur farið mikinn í gagnrýni sinni á Harald, en oft er það þannig að þeir sem hafa hæst í gagnrýni vita betur hvernig á að standa að máli. Því væri kjörið ef Arinbjörn tæki að sér þetta veigamikla embætti og lægdi öldurnar í eitt skipti fyrir öll.



Brosandi löggan

Birgir Örn Guðjónsson gengur í daglegu tali undir vídurnefninu Biggi lögga. Skoðanir hans hafa vissulega verið umdeildar meðal almennings, en um leið og hann fann fyrir mótlæti tónaði hann sig niður og varð alþýðulöggan sem hugsar vel um hag almennings. Því gæti hann orðið diplómátskur ríkislögreglustjóri sem vill engan styggja og heldur öllum glöðum.

Brynjar lögga

Brynjar Nielsson alþingismaður lýsti því hátt og skýrt yfir að hann kærdi sig ekki um að vera dómsmálaráðherra þegar Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir hreppti hnosið. Er hann kannski að bíða eftir embætti ríkislögreglustjóra? Hann hefur verið lögregluna gegn gagnrýni í gegnum tíðina og virðist vera mjög með á nóttunum um hvað þurfi til að tryggja löggæslu í landinu.



Glæst endurkoma

Alda Hrönn Jóhannsdóttir hefur upplifað hæðir og lægdir í starfi sínu hjá lögreglunni, en henni var tímabundið vikið úr starfi árið 2016 þegar tveir einstaklingar sökuðu hana um brot í starfi vegna LÖKE-málsins svokallaða. Málið var fellt niður og Alda Hrönn sneri aftur til starfa í lögreglunni og því ætti hún manna best að vita hvar pottur er brotinn innan lögreglunnar.

Skortir ekki skoðanir

Sigmar Vilhjálmsson, sem var áður tengdur við tvíeykið Simma og Jóa og Hamborgarafabrykkuna, virðist hafa skoðanir á gjörsamlega öllu í þjóðfélagsmálefnum. Hann gæti orðið hressi og skoðanaglaði ríkislögreglustjórinn sem ávallt svaraði fyrirspurnum fjöldi, ólíkt Harald. Ekki skemmir fyrir að hann gæti jafnvel hressst upp í mótuneytinu í embættinu.





BÍLAUSI DAGURINN

Nánari upplýsingar á facebook.com/billausdagur

Bílausa gangan

22. SEPT KL: 13

Reykjavík
Mobility
Parade

Tónlist

mæting á
Klambratun við
Lönguhlíð/Miklubraut
kl: 12:30

Ávörp

BMX
sýning



Ungir
Umhverfissinnar



DONKEY
REPUBLIC



GRÆNNI
BYGGÐ
UMhverfis- og
auðindarábureytið



Stjórnarráð Íslands
Umhverfis- og
auðindarábureytið

Hver er hún



■ Hún fæddist á Akureyri þann 4. september árið 1986.

■ Hún útskrifaðist af félagsfræðibraut Menntaskólans við Hamrahlíð árið 2006.

■ Hún hefur lokið meistaraþrófi í Evrópufræðum og Evrópurétti frá Edinborgarháskóla, BA-prófi í stjórnmálafræði frá Háskóla Íslands og stúdentsþrófi frá Menntaskólanum við Hamrahlíð.

■ Hún hefur starfað sem sjálfboðaliði hjá Rauða krossinum og verið aðalmaður í jafnréttis- og mannréttindaráði Kópavogsbæjar.

■ Hún er dyggur hundaeigandi.

SVAR: SEMA ERLA SERDAR

Það er staðreynd að...



Hunang er eini maturinn sem skemmist ekki.



Að minnsta kosti fjórir karlmenn sem gegndu hlutverki „Marlboro-mannsins“ í tóbaksauklýsingum dóu úr lungnakrabbameini.



Samkvæmt könnun háskólans Queens í Belfast, vinna örvhentir hraðar.



Hákarlar hafa ekki bara eitt húðlag heldur tvö.



Meðal manneskja eyðir um sex þúsund krónum á fyrsta stefnumótinu.

DULARFULLA GLASA- MALIÐ LOKSINS LEYST

■ Sumir héldu að glösin væri skilaboð úr undirheimunum
■ DV birtir viðtal við listamanninn á bak við glösin

Jón Þór Stefánsson
jonthor@dv.is



Undanfarna mánuði og ár hafa fjölmiðlar greint frá dularfullum glösum á gatnamótum Bústaðavegar og Grensásvegar. Margar kenningar voru á kreiki um glösin, en sumir hafa haldið að þau væru skilaboð úr undirheimum Reykjavíkur varðandi fíkniefnasmygl. Þær kenningar virðast þó einungis ver getgátur og ekki byggja á neinum sannleik.

Listamaður, sem neitar að koma fram undir nafni, og karakter hans, Léttfeti, lýsa á hendur sér ábyrgð á þessum dularfullu glösum, sem eru hluti af gjörningi. Þetta kemur fram í viðtali blaðamanns við listamann þennan.

Listamaðurinn segir gjörninginn heita Smelligaldur og fullyrðir að hann hafi nú staðið yfir í tuttugu ár, þótt hann sé bara rétt að byrja.

Hefur ekkert að gera með fíkniefnasmygl

Karakterinn Léttfeti er þó frumkvöðullinn og innblásturinn að verkinu. „Léttfeti er karakter sem hefur gaman af því að lifa, hefur gaman að litum, hefur gaman að lífinu og er glaður í hjarta sér.“

Þetta tengist ekkert fíkniefnum eða neinu svoleiðis,“ segir



Litríkur
Listamaðurinn
elskar neonlit.

listamaðurinn og bætir við að gjörningurinn snúist um gleði og öryggi og hann hafi enga illa merkingu. „Hugmyndin kom bara allt í einu. Ég var bara að spreypja bolla úti og fór með hann upp eftir, þá byrjaði þetta.“

Glösunum er komið fyrir á tveimur stöðum, á Bústaðavegi við Borgarspítalann og svo á gatnamótum Grensásvegar og Bústaðavegar. Glösin eru í mörgum mismunandi neonlitum, en þeim er raðað eftir vikudögum, þó að stundum leyfi hann glösunum að vera lengur.

Það eru þó ekki bara glös sem listamaðurinn kemur fyrir heldur er stundum um að ræða bolla, en

listamaðurinn er með nákvæmt kerfi yfir það hvernig glas eða bolli kemur á hvaða árstíma „Ég er ekki með neina tölu á því hvað þetta hafa verið mörg glös, dettur engin tala í hug.“

Finnst öryggi sínu ógnað

Upp á síðkastið hefur það reglulega komið fyrir að fólk taki glösin í burtu, þetta sárnar listamanninum sem segist ekki skilja hví fólk taki glösin, En þegar fólk fjarlægir glös þá finnst honum öryggi sínu ógnað. „Þessi gjörningur er ég og túlkun á mér, því eins og ég segi þá snýst hann um öryggi.“

Listamaðurinn segist alltaf

Elskar fríðinn „Þetta tengist ekkert fíkniefnum eða neinu svoleiðis.“

Þessi gjörningur er ég og túlkun á mér, því eins og ég segi þá snýst hann um öryggi.

hafa haft ánægju af neonlitum. Honum finnst þeir fanga athygli á annan hátt en aðrir litir, listamaðurinn fullyrðir nefnilega að hann eigi stærsta neonlitasafn á Íslandi. „Neonlitir hafa alltaf kveikt í mér, þeir fanga alltaf athyglina, þá sérstaklega bleikur.“ ■

Þetta merkja litir glasanna:

Mánudagur – Gulur
Þriðjudagur – Appelsínugulur
Miðvikudagur – Grænn
Fimmtudagur – Bleikur
Föstudagur – Blár
Laugardagur – Gullitaður
Sunnudagur – Hvítur

Syndir feðranna



Svarthöfði

Svarthöfði varð var við þá umræðu sem skapaðist eftir viðtal Íslands í dag við þrjú uppkomin börn umdeilda þingmanna á hægri vængnum. Svarthöfði beiðraunar spennur eftir umfjölluninni þar sem hún vakti vissulega forvitni hans. Í stuttu máli það olli þessi viðtalsþáttur alls ekki vonbrigðum og finnst Svarthöfða gaman að sjá að Ísland í dag hefur fundið smá brodd á nýjan leik. Vonandi þýðir þetta endalok þáttarins eins og hann er búinn að vera sem líktist frekar ódyrri sjónvarpsmarkaðsauglýsingu fremur en þætti um líðandi stundar. Þegar Svarthöfði fór að taka Landann fram yfir Ísland í dag vissi hann að ástandið var orðið slæmt.

Eins og gefur að skilja vakti umfjöllun Íslands í dag misjöfn viðbrögð meðal almennings. Sumum fannst þetta hið besta sjónvarpsefni, að heyrna niðurlút börn stjórnmálamanna tala um slæmt umtal um feður sína. Aðrir sökuðu sjónvarpsþáttinn að um ganga erinda elítunnar og veltu fyrir sér hvort viðtölin ættu að bera út þann boðskap að stjórnmálamenn væru yfir gagnrýni hafnir því þeir ættu börn, þó að þeir hefðu jafnvel drukkið sig í óminni og drullað yfir minnihlutahópa. Áhugaverð skoðanaskipti finnst Svarthöfða.

Svarthöfði er hins vegar á því að þetta útspil í Ísland í dag hafi verið allt í senn; klókt, rammpólítískt, áhugavert og drepfyndið. Börnin virðast líka vera efni í afbragðsspunameistara. Því hvað snertir fólk meira en sorgmædd



börn sem þurfa að gjalda fyrir gjörðir feðra sinna? Þvílíkt sjónvarpsefni! Á svipstundu eru allar misgjörðir pabbanna gleymdar. Þeir verða mannlegir, eiga börn, gráta í kodd og barma sér yfir ómaklegri gagnrýni. Gagnrýni á gjörðir sem eru samt tvímælalaut á tíðum mjög gagnrýnisverðar.

Svarthöfði verður því að taka hjálminn ofan fyrir þessum

börnum, feðrum þeirra og dagskrárgerðarfólki Íslands í dag. Það er afrek að ná með nokkrum mínútum í sjónvarpi að útmá hatur og reiði fólks út í fordómfulla og oft á tíðum brotlega hegðun nokkurra frammámanna. Það mætti segja að þarna hefðu pabbarnir sloppið eins og smjör á smoknum hjá Friðriki Ómari. ■



VELJIÐ STAÐ ÞAR SEM FAGMENNSKA ER Í FARARBRODDI

Auk hefðbundins réttindanáms bjóðum við upp á eftirfarandi námskeið:

- B-réttindi á íslensku, pólsku og ensku
- Námskeið vegna akstursbanns
- Meiraprófsnámskeið á íslensku og pólsku
- Bifhjólanámskeið
- Endurmenntun atvinnubílstjóra
- Afleysingarmannanámskeið á leigubíl
- Rekstrarleyfisnámskeið leigubíla og fólks- og farmflutninga



Endurmenntun atvinnubílstjóra

Námskeið haldin alla
laugardaga frá
kl: 9:00-16:00

Pólsk Endurmenntun
hefst 13 október

Fyrirtæki geta óskað eftir
sérnámskeiði fyrir hópa

Næstu meiraprófsnámskeið 16. október 2019 kl: 17:30 / 13. nóvember 2019 kl: 17:30



Ökuskólinn í Mjódd byggir á margra ára starfsreynslu í öllum greinum ökunáms

Skráning á námskeiðin fara fram á vefsíðu okkar www.bilprof.is

Ökuskólinn í Mjódd | Parabakka 3 | 109 Reykjavík | bilprof.is | s. 567 0300 | mjodd@bilprof.is

Dýrmætur afskurður skilinn eftir



■ Blöð, stilkar og þess háttar skoríð af og skilið eftir í verslunum landsins ■ Bæði umhverfis- og sparnaðarsjónarmið

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is



Umhverfisvitund almennings eykst jafnt og þétt og virðast sífellt fleiri átta sig á hve mikilvægt er að spyrna fótum gegn loftslagsbreytingum. Eins og DV sagði frá í síðustu viku er matarsóun einn af lykilþáttum í loftslagsbreytingum, en jafnframt þá þáttur sem alltof margir horfa framhjá. Verslanir taka hins vegar eftir einni tískubylgju, ef svo má segja, sem umhverfissinnar hafa tileinkað sér í meira mæli undanfarið – það er að fjarlægja „óþarfa“ hluta ávaxta og grænmetis, svo sem blöð og stilka, og skilja afskurðinn eftir í versluninni þar sem honum er komið í viðeigandi flokkunarkerfi. „Þessu höfum við lengi tekið eftir hjá fólki sem verslar hjá okkur. Við höfum í raun ekkert gert í þessu samt sem áður og er ólíklegt að það breytist,“ segir Baldur Ólafsson, markaðsstjóri Bónuss. Sigurður Gunnar

Markússon, framkvæmdastjóri innkaupasviðs hjá Krónunni, tekur í sama streng en bætir við að þetta athæfi sé ekki jafn algengt og í verslunum Bónuss.

„Krónan hefur ekki séð ástæðu til að bregðast sérstaklega við þessu þar sem tilvikin eru svo fá.“

Ekki nein trix

Bæði Baldur og Sigurður segja að afskurður fólks sem stundi þetta fari í góðan farveg; hjá Bónus er það lífrænn gámur og hjá Krónunni í sérstaka mottu fyrir ávexti og grænmeti. Sú staðreynd að ekki allir geti stundað jarðvegsgærd, safnað í mottu heima hjá sér, leikur stórt hlutverk í því af hverju fólk skilur afskurðinn eftir í versluninni. Hins vegar er einhver hluti fólks sem notar þessa aðferð til að spara nokkrar krónur.

„Auðvitað er ekki æskilegt að fólk sé að reyna greiða minna fyrir vörurnar en þær raunverulega kosta með því að létta af þeim,“ segir Baldur og heldur áfram.

„Hins vegar skiljum við vel fólk sem vill hreinsa aðeins af vörum og gera þær snyrtilegri áður en farið er með þær heim. Við reynum eftir bestu getu að hafa grænmetið snyrtilegt og það er snyrt af og til.“

Sigurður vill enn fremur brýna fyrir þeim sem eru í sparnaðarhugleiðingum að blöð, stilkar og þess háttar fylgi ávöxtum og grænmeti af góðri ástæðu.

„Ágætt að benda á að ástæða þess að varan er seld svona er sú að það lengir líftíma vörunnar. Ekki nein trix, heldur eingöngu gæðamál til að varðveita gæðin í vörunni sem lengst,“ segir hann.

Afskurður ekki rusl

Ásamt því að halda utan um grænmetið og ávextina þá er vel hægt að nýta afskurðinn í matargerð. Til dæmis er flest næringarefni að finna í stilk blómkaals og brokkólís, sem og laufunum. Það sama má segja um stilka annars konar káls, til dæmis grænkáls.

Því er mælt með að borða stilkana þar sem þeir innihalda vítamín og andoxunarefni. Ef fólki hugnast ekki að borða þá hráa er hægt að snöggsteikja þá, gufusjóða eða setja þá með í þeyting og drykki. Annað gott dæmi eru laufin á sell-eristilkunum. Þau eru afbragðskryddjurt og innihalda einnig C-vítamín, kalíum og kalk. Varð-

andi almennan afskurð af grænmeti er tilvalið að sjóða hann niður til að búa til grænmetisöð sem er hægur leikur að frysta og nota þegar að búa á til súpu. Þannig að afskurðurinn er í raun mjög dýrmætur og honum ætti alls ekki að henda. ■



Í minna mæli Færri stunda þetta í verslunum Krónunnar en Bónuss. Mynd: Krónan

Þúsundir í sparnað

Þeir sem fjarlægja allt sem ekki er notað af ávöxtum og grænmeti og skilja eftir í versluninni ættu að vera meðvitaðir um hverslags sparnaður er fölginn í því. Ef við tökum dæmi um meðalstóra rauða papriku og reiknum með að stilkurinn, og eitthvað af innvolsinu, sé fjarlægt úr henni í matvöruverslun áður en hún er vigtuð og greidd þá er hægt að áætla að paprikan sé um 10 prósentum léttari þegar hún kemur á kassann í versluninni.

Kílóverð á papriku: 549 kr.
1 paprika ca. 250 g: 137 kr.
Verð án stönguls: 123 kr.

Sparnaður per papriku: 14 kr.

Ef keyptar eru fimm paprikur á viku sparast 70 kr. á viku. Það samsvarar sparnaði upp á rúmlega 3.600 kr. á ári.

Ef keyptar eru sjö paprikur á viku sparast 98 kr. á viku. Það samsvarar sparnaði upp á rúmlega 5.000 kr. á ári.

Paprikur eru jafn misjafnar og þær eru margar og oft vegur stilkur og innvolsi meira en sem nemur tíu prósentum. Ef reiknað er með að það vegi þrettán prósent þá sparast 18 kr. af hverri papriku, 90 kr. á viku ef keyptar eru fimm paprikur og tæplega 4.700 kr. á ári.

Næringarmikil Mikil af næringarefnum eru í blöðum og stilkum grænmetis.

Mikilvæg molta

Þeir sem hafa aðstöðu heima hjá sér og hafa ekki lyst á afskurðinum geta stundað jarðgerð og safnað í mottu. Á vefnum Náttúran er að finna ítarlegar leiðbeiningar um jarðgerð, til að mynda hvað má og hvað má ekki setja í mottuna.

Eftirfarandi má jarðgera:

Matarafgang, kjöt, fisk, grænmeti og ávexti
Brauð, kex og kökur
Kaffikorg og telauf, ekki tepoka
Fisk, kjúkling og kjöt (ekki stór bein)
Eggjaskurn, mulda
Garðaúrgang
Illgresi

Hey
Jurtir og blóm
Eldhúsrúllur og servíettur
Dagblaðapappír í ræmum
Tréflísar og sag í litlum mæli

Eftirfarandi má ekki jarðgera:

Plast, gler, málm, gúmmí, vefnaðarvöru, bómull
Rafhlöður, lyf, spilliefni og annan hættulegan úrgang
Vax- eða plastrúðaðan pappír
Pappír í miklu magni
Sígarettustubba eða sígarettuösku
Viðarösku eða kalk
Ryk úr ryksugunni
Bleitur og dömubindi
Stór bein
Leirborinn kattasand

Haustvörurnar eru komnar

gæludýr.is
Fiskislóð • Bildshöfði • Smáratorg • Helluhraun
www.gaeludyr.is

Þinn árangur

Okkar keppikefli

Fagleg og persónuleg
þjónusta á sviði fjármála
og viðskipta.

grantthornton.is



Grant Thornton

Endurskoðun • Skattur • Ráðgjöf



Suðurlandsbraut 14
2. hæð

FRÉTTASKOT
512 7070
ABENDING@DV.IS

Útgáfufélag: Frjáls fjölmiðlun ehf. Stjórnarformaður: Sigurður G. Guðjónsson
Framkvæmdastjóri: Karl Garðarsson Ritstjóri: Lilja Katrín Gunnarsdóttir
Prentun: Torg prentfélag Dreifing: Póstdreifing

DV áskilur sér rétt til að birta adsent efni blaðsins á stafrænu formi og í gagnaböndum án endurgjalds. Öll viðtöl blaðsins eru hljóðrituð. Notkun á efni blaðsins er óheimil án samþykkis.

Aðalnúmer: 512 7000
Auglýsingar: 512 7050
Ritstjórn: 512 7010

Sandkorn

Kennarasleikjan

Til snarpra orðaskipta kom á Alþingi í vikunni þegar nokkrir þingmenn þvert á flokka sökuðu

Steingrím J.

Sigfússon,

forseta

Alþingis, um

skipulagsleysi.

Svo fór að Steingrímur byrsti sig við þingmenn. „Forseti segir það sem hann vill segja og þingmenn hlusta,“ sagði Steingrímur og bætti við að ekki væri málfrelsi þegar kæmi að frammíköllum.

Þetta blöskraði þingmönnum mjög en það var hins vegar einn sem stóð með forseta og það var **Kolbeinn Óttarson Proppé**. Hrósaði hann forseta í bak og fyrir og biður sandkornsskrifari þess að Kolbeinn slái sig enn frekar til riddara með því að færa forseta forlata epli, skínandi fínt og fullt af smeðju.

130 á móti 23

Fjármálaráðherra, **Bjarna**

Benediktssyni, blöskraði verð

á bjór á Nordica þar sem

hann þurfti að borga 1.400

krónur fyrir glasið. Skellti

hann skuldina á veitingamenn

og háa

álagningu en

viðurkenndi að

áfengisgjaldið

væri hátt. Það

mun í raun

hækka um

2,5%.

Sandkornsskrifari hefur

tekið eftir að fjármálaráðherra

er hrifnari af prósentu-

og hlutfallareikningi en

krónutölu þegar kemur

að hækkun skatta og

launa. Því vill hann benda

fjármálaráðherra á að hann

geti keypt rúmlega 130 bjóra

fyrir 10% af launinum sínum,

sem eru tæplega 1.900.000.

Hins vegar getur manneskja

á lágmarkslaunum, rúmlega

300.000 krónum, aðeins

keypt 23 bjóra fyrir þessi 10%.

Þannig að ef fjármálaráðherra

blöskrar, hvernig heldur

honum að almúganum líði?



Haust Varla hefur hundi verið út sigandi undanfarna daga, en hér hefur hvutti gripið tækifærið.

Svart og hvítt

Leiðari

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is



Það er alltaf eldfimt umræðuefni þegar nafnbirting dæmdra brotamanna ber á góma. Fólk skiptist í fylkingar, með eða á móti. Eins og með svo margt í íslensku samfélagi þurfa allir að skiptast í þessar tvær fylkingar. Orrahrið geisar meðal fólks og svo virðist sem samfélagið verði allt í einu annaðhvort svart eða hvítt – enginn millivegur.

Lífið er hins vegar aldrei svart eða hvítt. Það er grátt og fjólu-blátt og brúnt og gult og alls konar. Í dag birtum við hjá DV fyrsta hluta í umfjöllun um íslenska barnaníðinga. Í þessari fyrstu umfjöllun birtum við fyrri part af korti yfir aðsetur dæmdra barn-

aníðinga – fólks sem hefur brotið á fleiri en einni manneskju og hlotið fyrir það dóm. Kveikjan að umfjölluninni er frumvarp Silju Daggar Gunnarsdóttur um hertara eftirlit með barnaníðingum eftir afplánun. Einnig veltum við þeirri spurningu upp hvort almenningur eigi rétt á að nálgast þessar upplýsingar eða hvort þær eigi að vera læstar ofan í skrifstofuskúffu.

Það er í raun margt forvitnilegt sem kemur fram í frumvarpi Silju Daggar og heilt yfir er það vel og faglega unnið. Meginþemað í frumvarpinu er að jafna hlut barnaníðinga annars vegar og almennings hins vegar. Eins og Silja Dögg hefur bent á þá brjóta margir barnaníðingar af sér aftur þegar þeir losna úr fangelsi. Það sé vitað mál. Samt biður þeirra ekkert eftirlit eftir afplánun. Það er galið út af fyrir sig. Í

frumvarpinu er mælt til þess að auka tilkynningarskyldu þannig að viðkomandi bæjarfélagi og barnaverndarnefnd sé tilkynnt um búferlaflutninga barnaníðinga. Þá er einnig kveðið á um að barnaníðingurinn þyrfti að gangast undir meðferð hjá heilbrigðisstarfsfólki, mæta í viðtöl hjá félagsþjónustu, hann megi ekki neyta áfengis og annarra vímuefna og að net- og samfélagsmiðlanotkun hans yrði undir eftirliti. Einnig hefði lögregla eftirlit með heimili hans.

Silja Dögg hefur jafnframt tekið það fram að í frumvarpinu felist ekki einhvers konar gullin lausn um málefni barnaníðinga – tillögurnar séu hins vegar skref í rétta átt að betra kerfi. Því er ég sammála. Það er ótækt að við hleypum fólki út í samfélagið sem vitað er að sé því hættulegt. Það á auðvitað ekki bara við um

barnaníðinga, heldur almennt. Það er algjörlega óskiljanlegt af hverju lagaumgjörð hefur gert ráð fyrir því að setja hagsmuni brotamanna ofar en samfélagsins í heild sinni.

Það kemur bersýnilega í ljós í umfjöllun DV sem spannar næstu vikur að ákveðið hlutfall fólks sem nýðist á börnum heldur því áfram eftir afplánun. Þetta sjáum við sí og æ. Með hertara eftirliti með barnaníðingum og upplýsingaskyldu til almennings í einhverju formi gæti lífið orðið aðeins bærilegra, bæði fyrir brotþola og barnaníðinga, sem njóta vissulega mannréttinda þrátt fyrir brot sín. Mannréttindi þegna samfélagsins mega hins vegar ekki gleymast í kerfinu, hvað þá vega mun minna en mannréttindi nýðinganna. ■

Spurning vikunnar

Hvað þarf helst að bæta í heilbrigðiskerfinu í dag?



Hraða byggingu nýja Landspítalans, betri vinnuáðstæður, betra kaup og styttri vinnuvika. Efla heilsugæsluna verulega.

Magnús, þroskajálfi



Það þyrfti að innleiða sálfræði eins og venjuleg heilsugæsla er. Geðheilsuálag á Íslandi er verulega ábótavant.

Eypór, nemi



Ég nenni því ekki, svo ég hef ekki notað það í tvö ár

Ólöf, forritari



Já, ég meina, væri ekki best að bæta aðstöðuna ásamt því gera Landspítalann að meira aðlandi vinnustað fyrir heilbrigðisstarfsfólkið í landinu?

Hildur, jarðeðlisfræðingur

MATTI SMIÐUR

893-3300 691-0621

UTANDYRA

- SKJÓLVEGGIR
- SÓLPALLAR
- HEITIR POTTAR
- SÓLSKÁLAR
- GESTAHÚS
- ÚTIGEYMSLUR
- ÞÖKULAGNIR
- HELLULAGNIR
- HLAÐNIR VEGGIR
- STEINBEKKIR
- ÞAKKANTAR
- GLUGGAR
- STEYPTIR VEGGIR

INNANDYRA

- NIÐURTEKIN LOFT
- INNRETTINGAR
- INNIHURÐIR
- PARKET
- MILLIVEGGIR

ÞAÐ SKAL VANDA SEM LENGI

Á AÐ STANDA



LANDSBYGGÐIN ER ENGIN FYRIRSTAÐA

Matthías Pétursson er smiður með 30 ára starfsreynslu. Matthías hefur unnið sem smiður í meira en 30 ár og sérsvið hans er pallasmíði, garðar og hellulagnir. Verkefni hans hafa einnig verið sumarhús, einkalóðir og lóðir í nýbyggingum og eldra húsnæði. Þá hefur Matti, eins og hann er oftast kallaður, einnig séð um nýja garða og endurgerð eldri garða.

Hér búa barn

A Íslandi hafa margdæmdir barnaníðingar fullan rétt á því að búa nálægt börnum. Margir þeirra grípa til þess ráðs að breyta um nafn til að forðast ofsóknir.

Viðá erlendis eru í gildi lög um tilkynningaskyldu til almennings um dæmda kynferðisafbrotamenn sem hætta er talin stafa af, til að mynda í Bretlandi þar sem lög heimila miðlun á upplýsingum um kynferðisbrotamenn í tilteknum tilvikum. Bandaríkin hafa þó gengið einna lengst í þessum málum en hin svonefndu Megan-lög voru sett í Bandaríkjunum eftir að dæmdur kynferðisbrotamaður braut á og myrta sjö ára gamla stelpu, Megan Kanka, árið 1994.

Umrædd lög eru þannig sett fram að allir sem hafa verið dæmdir fyrir kynferðisbrot eru lagalega skyldugir til þess að gefa sig fram við löggæslufirvöld í sinni borg eða bæjarfélagi eftir að afplánun refsingar lýkur. Í kjölfarið fara umræddir brotamenn á lista sem er aðgengilegur almenningi. Viðkomandi einstaklingur þarf að gefa yfirvöldum upplýsingar um heimilisfang sitt og persónulega hagi og gefa sig fram við lögreglu árelega, hafi hann fasta búsetu.

„Eftir afplánun láta þessir menn sig hverfa“

Engin slík tilkynningaskylda ríkir á Íslandi en frumvarp til lagabreytinga sem varðar eftirlit með dæmdum barnaníðingum var lagt fram í þriðja sinn nú á dögum. Flutningsmaður frumvarpsins er Silja Dögg Gunnarsdóttir, þingmaður Framsóknarflokksins.

Nái frumvarpið fram að ganga þurfa barnaníðingar sem beinlínis eru taldir hættulegir umhverfi sínu að gangast undir vissar kvæðir. Til að mynda yrði þeim bannað að búa nálægt börnum, eftirlit yrði með netnotkun þeirra og lögregla myndi hafa eftirlit með heimili þeirra. Þá er gert ráð fyrir í frumvarpinu að barnaverndarnefndir og aðrir viðkomandi aðilar verði upplýstir þegar dæmdur barnaníðingur flytur búferlum.

Þá segir: „Bendi niðurstöður mats samkvæmt lögum um meðferð sakamála til þess að veruleg hætta sé talin stafa af viðkomandi einstaklingi og í refsisdómi er kveðið á um áframhaldandi ráðstafanir í öryggisskyni eftir að afplánun lýkur skulu Barnaverndarstofa og Fangelsismálastofnun eiga samstarf um úrræði gagnvart einstaklingnum á meðan afplánun og reynslulausn varir.“

„Þetta gengur út á að tengja kerfin betur saman. Barnavernd, löggæsluna, dómstólana og alla sem koma að þessum málum. En það yrðu ekki hengd upp plagöt með myndum af brotamönnum á staðnum. Þetta snýst um samvinnu. Núna er þetta þannig að eftir afplánun láta þessir menn sig hverfa, skipta um nafn og flytja til annarra sveitarfélaga. Þannig kaupa þeir sér tíma, halda áfram að brjóta af sér og eyðileggja fjölda fólks, fyrir lífstíð jafnvel. Það sem ég er að leggja fram í þessu frumvarpi er kannski ekki eina rétta leiðin en þetta er tilraun til þess að byrja einhvers staðar. Að taka umræðuna og reyna að finna leið til að koma í veg fyrir þessi brot,“ sagði Silja Dögg í samtali við DV fyrr á árinu.

Hér búa þeir

En hver er réttur almennings til þessara upplýsinga? Vegur sá réttur þyngra en réttur dæmdra kynferðisbrotamanna til friðhelgi? Hvor er ríkari, rétturinn til að vita eða rétturinn til að gleymast?

DV gerir hér tilraun til kortleggja búsetu einstaklinga sem hlotið hafa dóm hér á landi fyrir kynferðisbrot gegn börnum og ungmennum. Upplýsingar um brotin eru fengnar úr opinberum gögnum. Er þetta fyrri partur af korti yfir íslenska barnaníðinga, en sá seinni birtist í næsta blaði. Jafnframt er þetta fyrsti hluti í greinaröð um dæmda barnaníðinga. Einstaklingarnir sem tilgreindir eru hér hafa allir verið sakfelldir fyrir héraðsdómi og dæmdir til fangelsisvistar og í öllum tilfellum nema einu eru brotapolar fleiri en einn. Vert er að taka fram að við vinnslu greinarinnar var meðal annars notast við upplýsingar úr Þjóðskrá sem og staðfestar heimildir. Í sumum tilfellum er stuðst við seinasta skráða heimilisfang viðkomandi einstaklings.

Fyrsti hluti

Ólafur Barði Kristjánsson – Breiðholt, 111 Reykjavík

Dómur: 18 mánaða fangelsisvist
Fjöldi fórnarlamba (sem vitað er): Þrjú

Ólafur Barði Kristjánsson var dæmdur í tveggja ára fangelsi árið 2006 fyrir kynferðisbrot gagnvart fimm ungum stúlkum á árunum 1999 til 2005 og einnig fyrir að hafa í vörslu sinni ljósmyndir sem sýndu börn á klámfenginn hátt, þar á meðal þrjár þeirra stúlkna sem hann braut gegn en þær voru á aldrinum fjögurra upp í tólf ára þegar brotin áttu sér stað og tengdust dætrum Ólafs vináttuböndum. Ólafur áfrýjaði málinu til Hæstaréttar sem stytta dóminn niður í 18 mánuði. Sumarið 2011 var Ólafur aftur tekinn með barnaklám og fundust þá 15.327 slíkar ljósmyndir og níu hreyfimyndir í tölvu hans. Hlaut hann fimm mánaða fangelsisdóm. Ólafur er í dag skráður til heimilis í Breiðholti. Í júní á seinasta ári greindi DV frá því að hann starfaði annað slag við afgreiðslu í nytjamarkaðnum Von og björgum.

Ómar Ragnarsson – Laugarneshverfi, 105 Reykjavík

Dómur: Þriggja og hálfis árs fangelsi
Fjöldi brotapolara (sem vitað er um): 2

Ómar Ragnarsson fékk æru sína uppreista árið 1995 vegna dóms sem hann hlaut árið 1978 fyrir að nauðga hrottalega tveimur ungum stúlkum. Önnur var fjórtán ára, en hin var aðeins 12 ára. Fyrir þetta fékk hann tveggja og hálfis árs fangelsisdóm. Árið 2009 var hann dæmdur í Noregi fyrir að ráðast á 10 ára stúlku í Jernbaneskóginum í Sirevåg með hníf og nauðga henni. Hann var fyrst dæmdur í Noregi í þriggja ára og níu mánaða fangelsi. Dómnum var áfrýjað og var dómurinn þá lengdur. Einnig fann lögregla mikið magn af barnaklámi á heimili hans.

Karl Vignir Þorsteinsson – miðbær, 101 Reykjavík

Dómur: Sjö ára fangelsi
Fjöldi brotapolara (sem vitað er um): 50+

Brotasaga Karls Vignis nær áratugi aftur í tímann en hann hefur viðurkennt opinberlega að hafa misnotað allt að 50 börn og brotin sem hann var dæmdur fyrir voru framin á árunum 1995 til 2012. Karl Vignir losnaði úr fangelsi í fyrra og leigir nú litla íbúð nálægt Hlemmi, með útsýni yfir leikvöll.

Valdimar Jónsson og Bylgja Líf Prastardóttir – 245 Sandgerði

Dómur: Sjö ára fangelsi (Valdimar) og sex ára fangelsi (Bylgja)

Fjöldi brotapolara (sem vitað er um): 2

Margir íbúar í Sandgerði voru skelfingu lostnir vegna fréttu þess efnis að þar í bænum væri grunað um að hafa misnotað tvö börn kynferðislega. Hin meintu brot voru gróf og ítrekuð. Börnin tengjast þarinn fjölskylduböndum. Þau Valdimar og Bylgja Líf voru handtekin þann 11. júlí 2018 og hafa játað að hafa brotið gegn öðru barninu. Á meðal sönnunargagna voru myndbandsupptökur sem fundust á myndavél í fataskáp þarsins.

aníðingarnir

Birkir Már Ingimarsson – 580 Siglufjörður

Dómur: Þriggja og hálfis árs fangelsi
Fjöldi brotþola (sem vitað er um): 2

Árið 2015 var Birkir Már Ingimarsson dæmdur í fangelsi fyrir kynferðisbrot gegn 14 ára einstaklingum, sifskaparbrot og fíkniefnabrot. Birkir játaði sök og viðurkenndi fyrir dómi að hann hefði vitað að stúlkan væri aðeins 14 ára þegar brotið átti sér stað og var hann sakfelldur fyrir háttsemina. Birkir var ákærður fyrir að hafa ásamt öðrum manni áreitt 13 ára stelpu kynferðislega árið 2010 þar sem hún var sofandi á heimili Birkis. Hinn meðseki á að hafa flett niður um hana brjóstahaldara og bol svo sást í bert brjóst hennar og Birkir tók svo myndir af athæfinu á farsíma sinn.

Jesse John Kelley – miðbær, 101 Reykjavík

Dómur: Átta mánaða fangelsisvist
Fjöldi fórnarlamba (sem vitað er): Eitt

Jesse John Kelley, Íslendingur búsettur í miðbæ Reykjavíkur, var árið 2013 dæmdur í átta mánaða fangelsi í Noregi fyrir ítrekuð brot gegn íslenskrí stúlku, en Jesse er bróðir stjúp-föður stúlkunnar. Stúlkan var aðeins 14 ára gömul og játaði Jesse sök. Fyrir dómi sagði hann að ofbeldið hefði staðið yfir í um þrjú mánuði og að á þeim tíma hefði hann nauðgað henni 5 til 10 sinnum.

Jóhannes Óli Ragnarsson – 600 Akureyri

Dómur: Tíu ára fangelsi
Fjöldi brotþola (sem vitað er um): 3

Árið 2014 var Jóhannes dæmdur í tíu ára fangelsi í Héraðsdómi Norðurlands eystra fyrir frelsissviptingu, sifskaparbrot og kynferðisbrot gegn tveimur drengjum og kynferðisbrot gegn þroskahamlaðri konu.

Finnbogi Þórisson – 230 Reykjanesbær

Dómur: Tveggja ára fangelsi
Fjöldi brotþola (sem vitað er um): 2

Árið 2015 var Finnbogi Þórisson dæmdur af Héraðsdómi Reykjaness í tveggja ára fangelsi fyrir kynferðisbrot og sérstaklega hættulega líkamsárás. Hann var einnig sakfelldur fyrir að eiga 55 ljósmyndir sem sýndu börn á kynferðislegan og klámfengin hátt. Samkvæmt ákæru ríkissaksóknara borgaði Finnbogi 14 ára stúlku 9.000 krónur fyrir að fá að þukla og sleikja brjóst hennar. Finnbogi játaði sök í þessum málum og var honum gert að greiða stúlkunni 300 þúsund krónur í miskabætur.

Jón Þór Dagbjartsson – 690 Vopnafjörður

Dómur: Tveggja og hálfis árs fangelsi
Fjöldi brotþola (sem vitað er um): 2

Í febrúar 2010 var Jón Þór Dagbjartsson dæmdur í tveggja og hálfis árs óskilorðsbundið fangelsi fyrir að misnota tvær unglingsstúlkur á meðferðarheimilinu Árbót í Aðaldal, þar sem hann vann á sínum tíma. Stúlkurnar tvær voru þá um 16 ára gamlar. Þriðja stúlkan ásaði Jón Þór um að hafa beitt hana kynferðisofbeldi en því máli var vísað frá.

Í dómi Norðurlands eystra kemur fram að Jón Þór hafi hótad annarri stúlkunni með því að taka sérstaklega fram að hann þekkti marga úr vélhjólaklúbbnum Fáfni. Sjálfur sagði hann fyrir dómi að hann hefði verið einn af stofnendum Fáfnis en hefði hætt í vélhjólaklúbbnum fyrir níu árum.

Hallbjörn Hjartarson – 545 Skagaströnd

Dómur: Þriggja ára fangelsi
Fjöldi brotþola (sem vitað er um): 2

Í maí 2016 var Hallbjörn Hjartarson dæmdur til þriggja ára fangelsisvistar fyrir gróf kynferðisbrot gegn tveimur barnabörnum sínum. Hæstiréttur staðfesti dóminn rúmlega ári síðar. Brot Hallbjörns hófust árið 1999 og stóðu yfir í 12 ár, til ársins 2011. Hallbjörn var dæmdur fyrir þrjú brot gegn öðrum piltinum en þau brot áttu sér stað árin 1999 og 2000 eða 2001. Hann var síðan dæmdur fyrir tugi brota gegn hinum piltinum, frá því hann var sjö ára þar til hann varð átján ára.

Hallbjörn var þekktur sem kántrísöngvari á árum áður og sendi á sínum tíma frá sér ellefu plötur. Hann starfrækti einnig um árabíl veitingastaðinn og útvarpsstöðina Kántrýbæ.

Í ítarlegri umfjöllun DV frá því í desember 2017 kom fram að Hallbjörn hefði sloppið við fangelsisvist sökum aldurs. Hann var talinn of ellihrumur til að sitja inni og afplánaði því á hjúkrunarheimili í heimabæ sínum, Skagaströnd. Einn viðmælandi DV innan fangelsiskerfisins orðaði það svo að ekki væri hægt að ætlast til þess af fangavörðum að þeir sinntu aðhlyningu gamalmenna.

„Maður er að mæta þessu ógeði inni búð og meðal fólks og mér finnst þetta fyrir neðan allar hellur. Er þetta eðlilegt?“ sagði annar heimildarmaður í samtali við DV á sínum tíma. Hann bætti við: „Barnabörnin hans eiga á hættu að mæta þessu ógeði úti búð og annarsstaðar.“

Hallbjörn er í dag 84 ára gamall. Hann býr ennþá á Skagaströnd.

Kjartan Friðrik Adolfsson – 780 Höfn í Hornafirði

Dómur: Fjögurra ára fangelsi
Fjöldi brotþola (sem vitað er um): 3

Kjartan var dæmdur í tíu mánaða fangelsi árið 1991 fyrir ítrekuð kynferðisbrot gegn elstu dóttur sinni, sem árangurslaust reyndi að vernda yngri systur sínar fyrir Kjartani. Á síðasta ári var hann síðan dæmdur í fjögurra ára fangelsi fyrir brotin ásamt broti á nálgunarbanni. Brot Kjartans voru, samkvæmt ákæru, margvísleg og gróf. Brotin voru framin þegar ein systranna var á aldrinum 5 til 12 ára og áttu sér stað á heimili þeirra og á gististað. Fram til þessa hefur Kjartan neitað sök. Lögreglustjóri hefur bent á að í frásögnum dætra hans sé hægt að greina ákveðið mynstur sem bendi til þess að hann sé hættulegur umhverfi sínu.

Þeir flúðu land

Þórður Juhász (áður Þórður Jósteinsson) – Alicante, Spánn

Dómur: Fjögurra ára fangelsi. Dómur stytur um hálf ár í Landsrétti.

Fjöldi brotaþola (sem vitað er um): 2.

Þórður Juhász hét áður Þórður Jósteinsson. Í mars á seinasta ári hlaut hann fjögurra fangelsi í Héraðsdómi Reykjavíkur fyrir að hafa nauðgað 14 ára stúlku á afviknum stað í Heiðmörk. Brotið átti sér stað í ágúst 2016. Landsréttur mildaði síðar dóm héraðsdóm og stytta hann um hálf ár.

Við rannsókn lögreglu fannst excel-skjal í tölvu Þórðar þar sem búið var að skrá niður nöfn stúlkna og kvenna og hvaða ár þær væru fæddar. Þá voru kynferðislegar athafnir færðar inn í skjalið við hvern og einn einstakling. Þar á meðal var nafn brotaþolans.

Þórður hafði áður hlotið dóm fyrir kynferðisbrot því árið 2009 var hann dæmdur í þriggja mánaða fangelsi fyrir kynferðisbrot gagnvart tólf ára stúlku.

Þórður Juhász er skráður til heimilis á Selfossi. Hann hefur undanfarin ár búið í Kópavogi en samkvæmt heimildum DV hefur hann haldið til á Alicante á Spáni undanfarin misseri.

Ómar Traustason – Loz Alcarares, Spánn

Dómur: 10 mánaða fangelsi.

Fjöldi brotaþola (sem vitað er um): 4

Árið 1993 var Ómar Traustason dæmdur í tíu mánaða fangelsi fyrir kynferðisbrot gegn fjórum drengjum á aldrinum 9–12 ára. Brotin áttu sér stað í Vestmannaeyjum. Ómar var sakfelldur fyrir að hafa sýnt drengjunum klámefni í fjögur aðskilin skipti, ýmist heima hjá sér eða í bíl, og fyrir að hafa fróað sér fyrir framan þá. Þá fitlaði hann við tvo þeirra og tók getnaðarlim eins þeirra í munn sér.

Rúmlega tuttugu árum síðar, í apríl 2013, var Ómar síðan dæmdur í þriggja ára fangelsi í Héraðsdómi Reykjaness, fyrir kynferðisbrot gegn unglingspilti á ellefu mánaða tímabili árið 2001. Pilturinn var fjórtán til fimmtán ára meðan á brotunum stóð. Pilturinn hafði leitað til Ómars þegar fjölskylda hans varð húsnæðislaus. Pilturinn fékk húsaskjól hjá Ómari, bæði í Breiðholti og í Kópavogi, og mat og pening fyrir nesti í skólann, auk þess sem Ómar hélt að honum fíkniefnum. Ómar var ákærður fyrir að hafa neytt drenginn til munnmaka, fyrir að fá drenginn til að fróa sér og reyna í eitt skipti að hafa endaparmsmök við hann.

Í október 2013 sneri Hæstiréttur dómi héraðsdóms við og var Ómar sýknaður af þessari ákæru.

Ómar var áður búsettur í Danmörku en samkvæmt heimildum DV er hann nú búsettur í Loz Alcarares á Spáni.

Gunnar Jakobsson (áður Roy Svanur Shannon) – Svíþjóð

Dómur: Fjögurra ára fangelsi. 18 mánaða skilorðsbundið fangelsi.

Fjöldi brotaþola (sem vitað er um): 6

Gunnar Jakobsson gekk áður undir nafninu Roy Svanur Shannon en var skírður Erlendur Sveinn Hermannsson. Árið 1997 var hann dæmdur í fjögurra ára fangelsi fyrir kynferðisbrot gegn sex barnungum stúlkum og var það þyngsti dómur sem hafði fallið í barnaníðingsmáli hérlandis á þeim tíma. Tók hann sum brotin upp á myndbandsupptökuvél. Þá var hann einnig sakfelldur fyrir að hafa framleitt barnaklám og að dreifa því á netinu og fyrir vörslu á gifurlega miklu magni af barnaklámi.

Á meðan hann beið dóms og var vistaður í gæsluvarðhaldi á Akureyri varð hann uppvis að því að vera með barnaklám í tölvu sinni. Eftir að hann hafði aflánað fangelsisdóminn skipti Roy Svanur um nafn og heitir hann í dag Gunnar Jakobsson. Hann bjó um nokkurra ára skeið í Danmörku en flutti aftur til Íslands árið 2010.

Í mars á seinasta ári var hann síðan dæmdur í 18 mánaða skilorðsbundið fangelsi fyrir að hafa í vörslu sinni 48.212 ljósmyndir og 484 hreyfimyndir sem sýna börn á kynferðislegan og klámfenginn hátt. Héraðsdómur Suðurlands ákvað að skilorðsbinda dóminn, meðal annars vegna verulegs dráttar á rannsókn málsins.

Það vakti mikla athygli þegar blaðamaður og ljósmyndari DV fóru heim til Gunnars, í apríl 2017, og lýstu þar viðbjóðslegum aðstæðum sem við blöstu. Gunnar var þá búsettur í gömlu niðurníddu húsi á Stokkseyri. Fram kom að honum væri meinað að fara í sund á Selfossi og á Stokkseyri og færi því í sund í Reykjavík. Einnig kom fram að Gunnar hefði um árabíl lífað tvöföldu lífi í netheimum undir dulnefni sem ráðagóð eldri kona á spjallborðum Barnalands sem síðar varð er.is og nú Bland.

Samkvæmt heimildum DV er Gunnar í dag búsettur í Svíþjóð.

Ingvar Dór Birgisson – Malasía

Dómur: Þriggja og hálfis árs fangelsi í Héraðsdómi Reykjavíkur. Staðfest í Hæstarétti. Tveggja og hálfis árs fangelsi í Héraðsdómi. Dómur stytur um eitt ár í Hæstarétti.

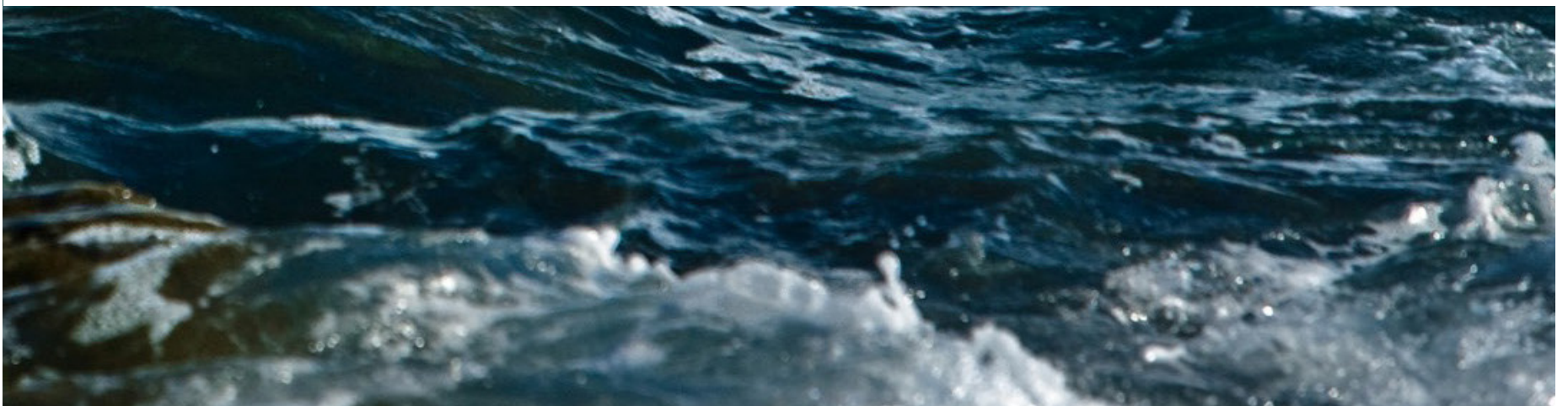
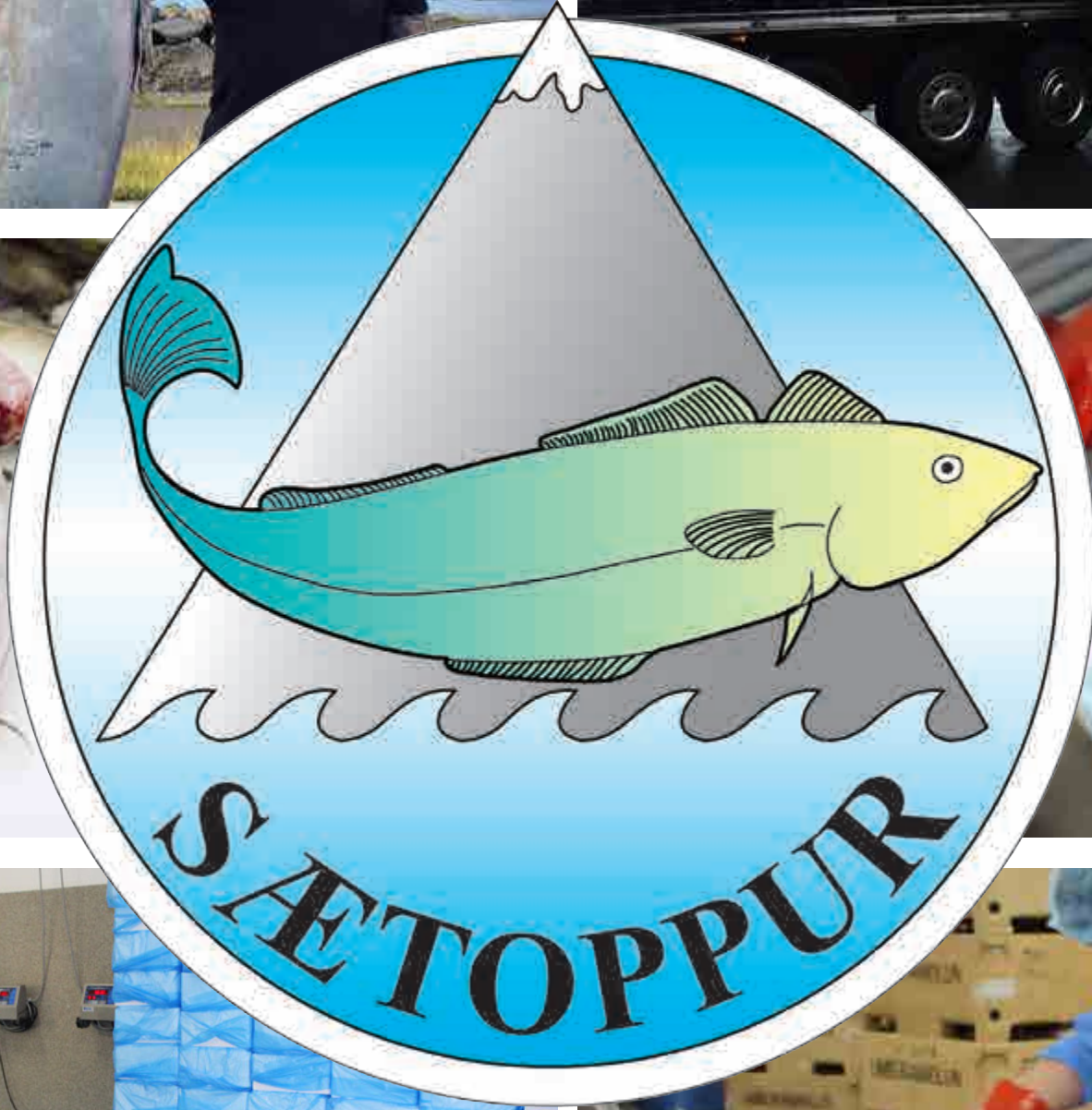
Brotaþolar (sem vitar er um): 2

Í mars 2015 var Ingvar Dór Birgisson dæmdur í þriggja og hálfis árs fangelsi fyrir að nauðga fjórtán ára gamalli stúlku vorið 2010. Nauðgunin átti sér stað á heimili Ingvars í miðborginni.

Í október 2016 var Ingvar Dór síðan dæmdur í tveggja og hálfis árs fangelsi fyrir að nauðga annarri 14 ára gamalli stúlku, en það brot átti sér stað árið 2014. Þetta var í því í annað skiptið á þremur árum sem Ingvar Dór hlaut fangelsisdóm fyrir nauðgun á unglingsstúlku. Ingvar hafði samskipti við seinni brotaþolann í gegnum samfélagsmiðla, fékk hana til að senda sér nektar myndir og hótaði að birta myndirnar á netinu ef hún kæmi ekki í heimsókn til hans.

Hæstiréttur Íslands mildaði dóminn yfir Ingvari Dór í seinna málinu niður í eins og hálfis árs fangelsi.

Samkvæmt heimildum DV er Ingvar Dór í dag búsettur í Malasíu, en hann mun hafa flúið land stuttu eftir að hann lauk samfélagsþjónustu hjá Rauða krossinum.



LÓNSBRAUT 6 • 220 HAFNARFIRÐI • SÍMI 551 7170 • SAETOPPUR.IS

6 mikilvæg atriði þegar tekið er fasteignalán

Hvernig eru vextirnir? Hver er lántökukostnaðurinn? Hver verður heildarendurgreiðsla yfir lánstímann? Hvað á að taka lánið til margra ára?

Erla Dóra
erladora@dv.is



Það er líklega með stærri fjárfestingum sem þú gerir í lífinu þegar þú kaupir þér fasteign, og fæstir gera slíkt án þess að þurfa að taka lán fyrir

hluta kaupverðsins. Það er því nauðsynlegt að stíga varlega til jarðar, kynna sér mál vel og taka svo upplýsta ákvörðun um hvers konar lán verður fyrir valinu, hjá hvaða lánveitanda og á hvaða kjörum. Blaðamaður hafði samband við Pál Pálsson fasteignasala til að fá ráðleggingar um hvað þurfi að hafa í huga þegar lán er tekið fyrir fasteignakaupum. „Fólk verður að skilja að fasteignalán er þjónusta sem er líklega sú dýrasta sem fólk kaupir yfir ævi sína og því þarf að vanda sig vel,“ segir Páll.

1 Lánveitandi

Hvaðan ætlar þú að fá fjármagnið lánað? Mismunandi kjör bjóðast á lánnum eftir því hvar lánið er tekið. Fólk þarf að gera samanburð á lánnum. Skoða alla fjármögnunarmöguleika sem í boði eru til dæmis bankar, lífeyrissjóðirnir, Íbúðalánasjóður og svo framvegis. Ekki hafa einvörðungu samband við þinn eigin viðskiptabanka því þú ert búinn að leggja launin þín þar inn síðan þú varst í

unglingavinnunni. Góður staður til að gera samanburð á lánnum er www.aurbjorg.is,“ segir Páll.

2 Lánskjör

Það er ekki bara lánsfjárhæðin sjálf sem þarf að hafa í huga. Hvernig eru vextirnir? Hver er lántökukostnaðurinn? Hver verður heildarendurgreiðsla yfir lánstímann? Hvað á að taka lánið til margra ára? „Þegar þú skoðar lánið og ert að bera saman vexti er svo margt annað sem skiptir líka máli, til dæmis lántökukostnaður, uppgreiðslugjald, hvað mikið af afborguninni fer inn á sjálfan höfuðstólinn um hver mánaðamót og hvað greiðir þú mikið til baka í það heila yfir lánstímann. Það getur til dæmis munað tugum milljóna

að hafa lánið til 20 ára í stað 40 ára,“ segir Páll. Hjá bönkunum stóru þarf til dæmis að greiða uppgreiðslugjald af láni ef það er með föstum vöxtum ef uppgreiðsla nemur hærri fjárhæð en milljón á ári. Fastir vextir eru yfirleitt til fimm ára og þýðir þetta að lántakandi mun þurfa að greiða uppgreiðslugjald, ætli hann sér að endurfjármagna lánið eða greiða það upp á þeim tíma.

3 Endurfjármögnun

Páll segir það ákaflega mikilvægt að fólk athugi reglulega hvort hagkvæmt sé að endurfjármagna fasteignalán. „ENDURFJÁRMAGNA! Get ekki talað nógu oft um þetta. Fólk á að skoða endurfjármögnun lána sinna á eins til þriggja ára fresti til að sjá hvort tækifæri séu á að fá betri eða hagkvæmari lán annars staðar. Fólk eltist við að bera saman og skoða tryggingaþjónustu, símaþjónustu og útsölur í Kringlunni en gleymir svo því sem skiptir raunverulegu máli til lengri og skemmri tíma. Sjálfur hef ég endurfjármagnað 2 sinnum á síðustu 18 mánuðum og líklegur til að gera það aftur eftir áramót. Áður en fólk skoðar endurfjármögnun er um að gera að kynna sér lánið sem það er með í dag og athuga til dæmis vexti og hvort það sé einhver kostnaður við að greiða upp lánið og mæli ég með því að forðast lán með uppgreiðsluákvæðnum.“

4 Hvað geturðu greitt mikið á mánuði?

Páll bendir á að það skipti meira máli fyrir lántakendur að skoða hversu háar afborganir þeir ráði við mánaðarlega, fremur en að reyna að halda afborgunum sem lægstum. „Ekki hugsa hversu lágt, heldur hversu hátt ræður þú við að greiða á mánuði. Litlar fjárhæðir aukalega geta skipta miklu máli. Ég segi oft við fólk að það spyrji sjálft sig: „Hvað get ég greitt mikið á mánuði í hæsta lagi, ekki lægsta lagi, til að greiða lánið eins hratt niður og hægt er og spara vexti og verðbætur.“ Þegar þú hefur ákveðið fjárhæðina, til

dæmis 200.000 krónur á mánuði, gerðu þá samanburð á lánnum.“

5 Verðtryggt, óverðtryggt eða blandað lán?

„Verðtryggt, óverðtryggt eða blönduð leið. Þetta er mjög stór og góð spurning og ég hvet fólk til að bera kosti þess og galla saman. Verðtryggt lán hækka með breytingu á vísitölu neysluverðs og verðbólgan hækkar höfuðstól lána. Þetta felur í sér að afborganir af verðtryggtum lánnum eru lægri í byrjun en hækka svo með tímanum. Afborganir af óverðtryggtum lánnum eru hærri í upphafi en lækka síðan með tímanum,“ segir Páll. Slík lán eru þó ekki laus við verðbólguáhrifin. „Verðbólga getur haft áhrif á óverðtryggt lán með breytilegu vöxtunum, en þeir eru ákvarðaðir út frá verðbólgu. Vextir af óverðtryggtum lánnum eru almennt hærri en á þeim verðtryggtu. Helsti kostur óverðtryggtu lána samanborið við verðtryggt lán eru að lánin bera engar verðbætur og eignarmyndum verður hraðari. Verðtryggtu lánin eru hins vegar með lægri og jafnari greiðslubyrði.“

6 Breytilegir eða fastir vextir?

Þegar fastir vextir eru valdir þá eru vextir yfirleitt föst prósentutala til fimm ára. Fastir vextir verða svo breytilegir að þeim tíma liðnum. Þetta getur hentað vel ef horfur í efnahagslífinu er slæmar og útlit fyrir að vextir séu að fara á flug. Hins vegar getur komið upp staða eins og í dag þar sem vextir hafa farið lækkandi og þá geta þeir sem taka fasta vexti farið á mis við frekari vaxtalækkanir, ef þær verða að veruleika. Það þarf oft að greiða uppgreiðslugjald ef greiða á upp eða endurfjármagna lán með föstum vöxtum, ekki á breytilegum. Eins og með allt annað þurfa væntanlegir lántakendur að vera meðvitaðir um kosti og galla mismunandi lána og taka upplýsta ákvörðun sem byggir á þeirra eigin aðstöðu og greiðslugetu. ■

Lánveitandi	Verðhættal	Lánskagjalð	Óverðtryggt breyt. vextir	fastir vextir	Verðtryggt breyt. vextir	fastir vextir	Uppgreiðslu kostnaður	Lántöku reitur
Alnora	100%	50.000 kr.	1,65%	1,65%	1,65%	1,65%	0%	Fyrir sumu
Aron	100%	0 kr.	1,79%	1,79%	1,79%	1,79%	1%	Fyrir sumu
Binn	100%	40.000 kr.	4,0%	4,0%	1,0%	1,0%	1%	Fyrir sumu
Þró	100%	51.000 kr.	1,0%	1,0%	1,0%	1,0%	0%	Fyrir sumu
Fasti	100%	30.000 kr.	2,2%	2,2%	2,2%	2,2%	0%	Skjáskot/Aurbjörg.is – Aurbjörg býður upp á auðveldu og aðgengilega leið til að bera saman lánakjör lánveitenda.
Expis	100%	75.000 kr.	1,7%	1,7%	1,7%	1,7%	0%	Fyrir sumu
Gætt	100%	40.000 kr.	5,4%	5,4%	2,5%	2,5%	1%	Fyrir sumu
3.6	100%	54.250 kr.	1,2%	1,2%	1,2%	1,2%	0%	Fyrir sumu



Páll Pálsson fasteignasali segir mikilvægt að skoða reglulega endurfjármögnun íbúðalána.

SKILTAGERÐ

Ljósakassar
Ljósaskilti
3D stafir



Hönnun
Ráðgjöf
Uppsetning



Sundaborg 3
104 Reykjavík
777 2700
xprent@xprent.is

PROLAN

PROTECTIVE LANOLIN



8 ÁRA
ÁBYRGÐ
Á NÝJUM
BÍLUM

NÁTTÚRULEG BÍLARYÐVÖRN

Hjá Smára Hólm

Þar sem fagmennska skiptir máli

Sími 861 7237

Nafn sameiningarflísins, Að rótunum, vísar til þess sem Ragnar telur lausn á óhamingju Íslendinga, að ráðast að rót vandans, rífa kerfið niður og byggja það upp aftur.

MYNDIR: EYÞÓR ÁRNASON



„Fólk er að vakna og sjá hvar kúkurinn er farinn að fljóta í þessu kerfi“

Íslenska kerfið framleiðir óhamingjusamt fólk – Þarf að endurbyggja kerfið frá grunni – Fékk uppljómun í fangavist í Brasilíu

Erla Dóra
erladora@dv.is



Sumar voru haldnir tveir stofnfundir fyrir sameiningaraflíð Að rótunum sem stefnir á þátttöku í næstu alþingiskosningum. Stofnandinn, Ragnar Erling Hermannsson, hefur marga fjöruna sopið, og þekkir frá fyrstu hendi þær brotalamir sem finna má í íslenska kerfinu, þá einkum í mennta- og heilbrigðiskerfinu. Hann segir tíma kominn á gagngerar breytingar, umbyltingu á kerfinu, sem miði að því að ala af sér hamingjusama þjóðfélagsþegna. Núverandi kerfi stuðli bara að meiri óhamingju.

Uppljómun í Brasilíu

Ragnar ánetjaðist ungur fíkniefnum. Hann var lagður í einelti í skóla fyrir að vera öðruvísi

og þráði fátt heitar en að falla í hópinn og líða betur. Vímuefnaneyslan ágerðist í gegnum árum og náði hámarki þegar Ragnar var handtekinn í Brasilíu árið 2009 fyrir fíkniefnasmygl, sem hann hafði tekið að sér til að losna úr fíkniefnaskuldum. Í Brasilíu var hann áfram í mikilli neyslu, en á hann leituðu þó áleitnar spurningar um hvernig hann hefði endað í þessum ógæfusporum.

„Á mínum versta tíma þarna úti í Brasilíu fékk ég senda bókina Gæfuspor eftir Gunnar Hersvein. Við lesturinn opnaðist eitthvað í huganum á mér. Síðar fékk ég senda bókina Orðspor eftir sama höfund. Fyrri bókinn fjallar um gildi í lífinu, en seinni bókinn er um gildin í samfélaginu. Gunnar talar í bókinni um tannhjólíð í samfélaginu. Tannhjól sem er bara hannað á einn hátt og virkar

bara á nákvæmlega þann hátt. Hver sem reynir að breyta gangi tannhjólans er dæmdur til að mistakast. Þetta talaði mikið til mín. Kerfið verður ekki bætt eins og það er, það þarf að endurhugsa það eins og það leggur sig og byggja það aftur upp frá grunni.

Ég var í rosalega mikilli neyslu á meðan ég var í Brasilíu og valdi ítrekað að setja sjálfan mig í aðstæður þar sem ég var niðurlægður líkamlega og andlega. Til dæmis bauðst mér í eitt skiptið að fara með vini mínum í ferð í einhvern geggjaðan strandbæ, sem hljómaði mjög vel, hins vegar valdi ég frekar að fara í krakkbæli. Hvers vegna valdi ég það? Hvers vegna gerði ég þetta? Þarna var ég farinn að velta þessum hlutum mikið fyrir mér.“

Hann var ekki bara farinn að velta hlutum meira fyrir

sér, heldur tók hann einnig betur eftir. „Á 12 spora fundum í Brasilíu þá tók ég eftir því að allir höfðu sambærilega sögu að segja í grunninn. Fólk leið illa, þorði ekki að vera það sjálft og leitaði í vímuefni til að líða betur.“ Ragnar fór þá að velta því fyrir sér hvort hann og fleiri hefðu tekið sömu hliðarsporin í lífinu ef heildarkerfið í samfélaginu væri betra.

Einveldi á Íslandi

Ragnar veiktist alvarlega úti í Brasilíu og fékk í kjölfarið að fara aftur til Íslands. Eftir að heim var komið hélt Ragnar áfram að taka betur eftir og sá brotalamir í íslenska kerfinu nánast hvert sem litíð var.

„Klaustursmálið sýndi okkur að það er einveldi á Íslandi. Ég hitti Sigmund Davíð Gunnlaugsson, þingmann Miðflokksins, fyrir

rælni fyrir utan jarðböðin við Mývatn. Ég nýtti tækifærið og þakkaði honum fyrir: „Takk fyrir að leyfa okkur að skyggast inn í hugarheim ykkar þingmanna og sýna okkur hvernig þið virkilega hugsíð. Þegar yfir nútíu prósent þjóðarinnar vilja ykkur út af þingi en þið sitjið samt sem fastast, þá er það ekkert annað en bara einveldi.“

Ragnar segir ljóst að í kerfi sem er hannað af þeim sem mest græða á því, þá sé erfitt að koma í gegn breytingum til að bæta hag almennings. Þar vill hann að Að rótunum komi inn. Beint lýðræði með beinni þátttöku kjósenda í öllum ákvörðunum og stefnumótun.

„Ég ætla ekki að sitja og semja stefnuskrá og þess háttar. Ég vil upphæfja hugtakið lýðræði og að stefnuskrá verði sameiginlega samin af almenningi,“ segir



Ragnar segir núverandi kerfi rotíð í gegn. Rækta þurfi nýtt kerfi frá rótum til að ná fram raunverulegum breytingum.

Ragnar. „Við myndum vilja að þjóðin hefði atkvæðarétt í hverju einasta þingmáli. Ég sé til dæmis fyrir mér eitthvert kosningakerfi í gegnum internetið eða í smáforriti og fólk hefur þetta í hendi sér, getur látið sína skoðun í ljós og haft vægi. Á þessum stofnfundum í sumar komumst við að þeirri niðurstöðu að við viljum ekki sitja á þingi til að ráða einu né neinu, við viljum að þjóðin ráði. En það eru þó tvö málefni sem við viljum berjast fyrir og erum ekki tilbúin að víkja frá. Það er annars vegar alhliða breyting á núverandi kerfi, við ætlum ekki að vinna eftir því, það er ekki að virka og þó svo að stjórnmalaflokkar á borð við Flokk fólksins og Pírata, sem eru með geggjaðar hugmyndir, hafi reynt, þá er staðreyndin bara sú að gildandi kerfi virkar bara á einn veg og því verður ekki breytt nema það sé byggt upp aftur frá grunni. Hins vegar er það stjórnarskráin okkar sem þjóðin hefur valið sér og kosið um. Þó svo ráðamenn hafi talað um þjóðaratkvæðagreiðslu sem einhverja „ráðgefandi kosningu“ þá er vilji þjóðarinnar ljós í þessum málum. Við viljum nýja stjórnarskrá og það strax.“

Kerfi sem framleiðir óhamingju
„Heili manna byrjar að mótast og þroskast strax í móðurkviði. Síðan elst einstaklingur upp og upplifir kannski sem barn tilfinningalega vanrækslu, ofbeldi – líkamlegt og/andlegt – eða önnur áföll og þá þroskast heilinn ekki eðlilega. Á þessu hafa verið gerðar rannsóknir. Því er gifurlega mikilvægt og algjör grunnkrafta að það kerfi sem börnin okkar alast upp í sé miðað að því að styrkja og efla. Maður heyrir sögur af börnum sem vakna á morgnana og neita að fara í skólann eða segjast ekki nenna því. Ef kerfið væri gott þá ættu börn að hlakka til að mæta. Samkvæmt rannsóknum frá vísindamönnum NASA eru um 98 prósent barna skapandi snillingar við fimm ára aldur, en þetta hlutfall lækkar niður í tólf prósent þegar komið er á unglingsárin og svo niður í aðeins tvö prósent á fullorðinsaldri. Þetta er skólakerfinu að kenna. Kerfið reynir að móta alla eins til að allir passi í sömu kassana og fólk elst

upp hrætt við að vera það sjálft, með lágt sjálfsmat og enga sjálfsvirðingu. Það er bara þannig að fólk með góða sjálfsvirðingu er gott við sig, það leiðist ekki út í fíkniefni.“

Ragnar segir stöðuna á Íslandi slæma. „Að meðaltali eru um fimmtíu ungir drengir sem falla fyrir eigin hendi á ári hverju, þar eru þó ótalin andlát sem rekja má óbeint til andlegra veikinda eða fíknisjúkdóma, svo sem í bílslysum eða ofskömmtnar á vímuefnum. Þetta sýnir að við þurfum breytingar. Kerfið eins og það er í dag er að búa til þessi vandamál sem við erum að glíma við. Við erum að framleiða óhamingjusamt fólk. Að byggja upp sjálfsmýndina og sjálfsvirðingu það er ekki flókið. Það þarf ekki að taka neina brjáláða fyrirhöfn. Líkt og barn sem elst upp við vanhæfar aðstæður, ofríki foreldra og tilfinningalega vanrækslu er íslenska samfélagið að upplifa það sama gagnvart þinginu.“

Fjármagnið til, það fer bara ekki á rétta staði

En hvernig sér Ragnar fyrir sér að fjármagna þessa kerfisbreytingu? „Aðmenn sem borga aðeins skatt í formi fjármagnstekna, greiða, líkt og Gunnar Smári Egilsson sósíalisti benti eftirminnilega á á dögunum, ekkert útsvar. Stórar fjárhæðir eru settar í skattaskjól erlendis og skila engu í þjóðarbrú. Ef þessir peningar væru að skila sér í ríkissjóð, ef aðmenn væru að greiða það sama og hinn almenni borgari þá væri til meira en nóg fyrir þessum breytingum. Það er almenn óánægja í samfélaginu með þessa hluti.“

Dæmi um það sem Ragnar telur mikla brotalöm í kerfinu er til dæmis nýkynnt heilbrigðisstefna Svandísar Svavarsdóttur heilbrigðisráðherra. „Plan til 2030, hvað þýðir það? Þá er hún löngu farin úr embætti. Það þarf eitthvað að gerast núna. Það sem ég vil sjá er að fólk sé kosið inn, fólk sem hefur persónulega reynslu af þeim málum sem það vinnur með, ekki að það séu manneskjur að fjalla um fíknisjúkdóma sem hafa kannski í mesta lagi smakkað hvítvín í lífinu. Ég

vil konur sem hafa misst frá sér börn inn í barnaverndarnefnd, ég vil sjómann til fjörotú ára sem sjávarútvegsráðherra. Ég vil að þeir sem stýri málaflökkum hafi persónulega reynslu og þekkingu á þeim málum sem þeir hafa með höndum.“

Sameinuð getum við stuðlað að betra kerfi

„Maður spyr sig, er þetta kerfi að virka? Er það að þjóna meirihluta-hagsmunum? Nei, það er alveg á hreinu. Það er ekki eðlilegt að Alþingi njóti jafn lítils trausts meðal almennings og raun ber vitni, og þess vegna held ég að ég hafi fengið þennan meðbyr sem ég fékk þegar ég byrjaði að birta myndbönd á Facebook-síðunni minni og við þeim hugmyndum sem ég hef. Fólk er að vakna og sér hvar kúkurinn er

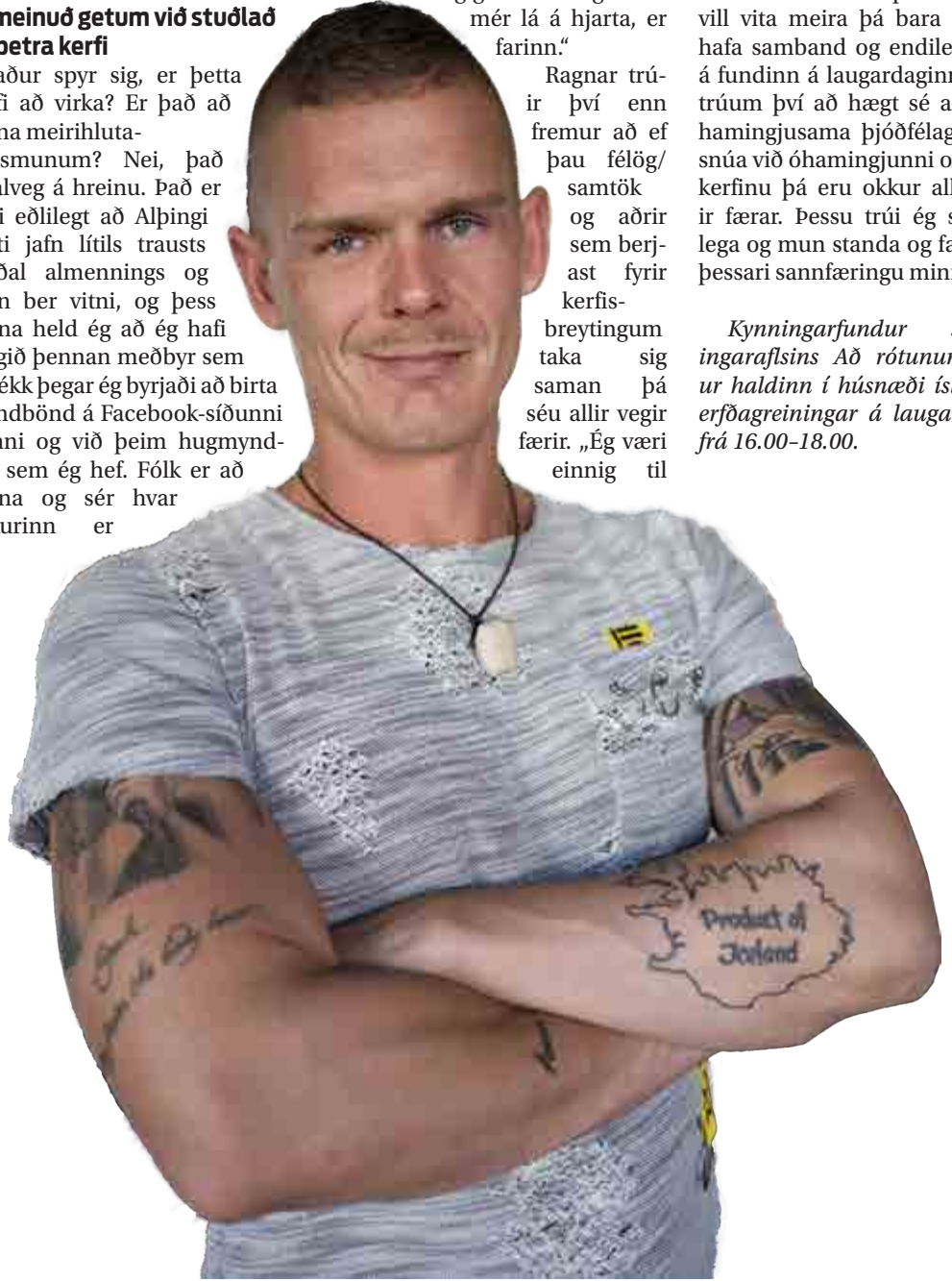
farinn að fljóta í þessu kerfi,“ segir Ragnar sem segist loksins þora að vera hann sjálfur. „Íslendingar hafa tekið rosalega vel á móti manni og eru tilbúnir að fyrirgefa það sem tilheyrir fortíðinni. Óttinn sem ég hafði fundið fyrir frá því að ég var barn, að þora ekki og geta ekki sagt hvað mér lá á hjarta, er farinn.“

Ragnar trúir því enn fremur að ef þau félög/samtök og aðrir sem berjast fyrir kerfisbreytingum taka sig saman þá séu allir vegir færir. „Ég væri einnig til

í þau samtök sem berjast fyrir kerfisbreytingum, sama í hvaða formi er, minnihlutahópar á borð við Metoo, Samtökin 78 og svo framvegis tækju slaginn saman. Sameinuð getum við haft vægi. Sameinuð getum við komið á nýju og betra kerfi.

Ef fólk hefur spurningar og vill vita meira þá bara hiklaust hafa samband og endilega kíkja á fundinn á laugardaginn. Ef við trúum því að hægt sé að skapa hamingjusama þjóðfélagsþegna, snúa við óhamingjunni og breyta kerfinu þá eru okkur allar leiðir færar. Þessu trúi ég staðfastlega og mun standa og falla með þessari sannfæringu minni.“ ■

Kynningarfundur samein- ingaraflsins Að rótunum verður haldinn í húsnæði íslenskrar erfðagreiningar á laugardaginn frá 16.00-18.00.



HAGBLIKK

Brotna ekki

Ryðga ekki

Álpakrennur & niðurföll

Litir á lager:

Svart, hvítt, ólitað, rautt, silvurgrátt og dökkgrátt

Smiðjuvegur 4C - 202 Kópavogur - S 587 2202

Simmi bardist fyrir bata í
ellefu ár – fagnar nú edrúafmæli.

„Ég var stjórnlaus á flestan hátt“

*Upplifði skuggahliðar
alkóhólismans í
uppvextinum - Erfiðast
að horfa upp á börnin
upplifa sama óöryggið
- Bardist fyrir bata í
ellefu ár - Fagnar nú
edrúafmæli - „Það eiga
allir séns á bata“*

Íris Hauksdóttir
iris@dv.is



Sigmundur Arnason er fertugur, fjögurra barna faðir. Hann starfar sem bílasali og hefur um langa hríð unnið við akstur hinna ýmsu ökutækja. En hann er líka óvirkur fíkill og tekur því hlutverki alvarlega. Simmi, eins og hann er alltaf kallaður, á sér langa sögu og segist stoltur af fortíðinni því sögu sína nýti hann til að hjálpa öðrum.

Neyslusaga Simma hófst þegar hann var rétt rúmlega þrettán ára. Forsöguna rekur hann til uppvaxtaráranna þar sem áfengi og vímuefnaneysla léku stórt hlutverk. „Ég upplifði mikið tilfinningalegt óöryggi sem barn, sem óhjákvæmilega fylgir uppvexti í þeim viðbjóði sem ég bjó við. Ég ætlaði aldrei að snerta áfengi eða önnur vímuefni enda var ég mjög hræddur við alla vímuefnaefni eftir að hafa séð skuggahlíðar alkóhólismans í mínum uppvesti. Að alast upp við alkóhólisma gerir mig samt ekki að þeim fíkli sem ég varð seinna, en það hjálpaði til í ljósi þess hve brotinn og skemmdur ég var sem barn,“ segir Simmi og heldur áfram.

„Allar þessar tilfinningar, kvíði, ótti við álit annarra, hræðslan við að mistakast, sífelld höfnunartilfinning og að finnast maður aldrei passa inn í hópinn, einfaldlega hvarf þegar ég drakk í fyrsta skipti og sömuleiðis þegar ég notaði hin og þessi efni í fyrsta skipti. Vímuefnin jörðuðu erfiðar tilfinningar og létu mér líða nákvæmlega eins og mig hafði alltaf langað að líða. Ég gat í fyrsta sinn sagt hvað sem var, talað við hvern sem er, ég upplifði mig ósigrandi. Það hafði mikið gengið á á heimilinu, ítrekaðar tilraunir til að hætta, meðferðir og endalaus föll, sem endaði á því að móðir mín einfaldlega fór úr landi og skildi mig eftir ásamt bræðrum mínum. Yngri bróðir minn slapp og er í góðum málum í dag en eldri bróðir minn náði aldrei tókum á sínum málum. Hann dvaldi í gistiskýlinu í nokkur ár en endaði svo neyslusögu sína með því að myrða mann. Í dag situr hann á réttargæsludeild Klepps. Hann byrjaði í neyslu töluvert á undan mér og því var alltaf auðvelt að nálgast efni í gegnum hann. Kannski fullauðvelt, því sautján ára var ég kominn í algjört þrot. Neyslan löngu hætt að snúast um þetta frelsi og vellíðan, kynnast stelpum og djamma. Lífið snerist bara um að nota og ekkert annað.“

Stjórnlaus þegar vímuefni voru annars vegar

Árið var 1995, Simmi var heimilis- og atvinnulaus og búinn að brjóta öll þau lögmál sem hann hafði áður einsett sér að fylgja. „Ég var farinn að neyta efna sem ég ætlaði aldrei að prófa og nota á hátt sem ég ætlaði aldrei að gera. Ég hélt þessu líferni þó til streitu næstu þrjú árin. Ég ætlaði aldrei í meðferð, enda hafði ég þá reynslu úr uppeldinu að meðferðir bæru sjaldnast árangur. Fólk sneri til baka enn verra en það fór inn, í það minnsta mitt fólk. Það var svo í september 1998 sem ég játaði mig í fyrsta sinn sigraðan og

skráði mig inn á Vog. Ég hafði þá reynt að svipta mig lífi í miklum niðurtúr en mundi ekkert eftir að hafa skráð mig inn þegar þeir hringdu og tilkynntu mér að innlögnin hefði verið samþykkt. Ég ákvað engu að síður að mæta og vissi að ég hefði átt að gera þetta miklu fyrr. Ég var ákveðinn í að verða edrú og fann í fyrsta skipti örlitla von. Ég sótti svo eftir meðferð á Vík, sem ég kláraði og gerði virkilega mitt besta. Þaðan fór ég á áfangaheimilið Takmarkið, henti dótinu mínu, sem var bara einn poki, inn á herbergi og rölti svo niður Laugavegin þar sem ég átti fund. Á leiðinni rakst ég á gamlan neyslufélag sem kættist mjög að sjá mig, bauð mér efni og ég datt í það. Þetta einkennir svolítið mína neyslusögu þangað til það rann loksins af mér þann 5. september árið 2009. Fram að þeim tíma var ég algjörlega stjórnlaus þegar vímuefni voru annars vegar, þrátt fyrir endalausar tilraunir til að verða edrú. Ég fór í meðferð á sirka þriggja mánaða millibili í mörg ár sem ég held að hafi haldið mér á lífi, annars væri ég ekki hér.“

Ætlaði ekki að bregðast þessu barni

Að lokum gáfust stofnanirnar upp á Simma, ein á fætur annarri og þá voru góð ráð dýr. Simmi segist þó skilja afstöðu þeirra, enda hafi hann átt það til að falla í meðferð eða inni á áfangaheimilum. „Ég var rekinn úr meðferð fyrir þetta og hitt sem er illa séð þarna, enda var ég stjórnlaus á flestan hátt. Ég eignaðist mitt fyrsta barn í janúar árið 2004 og hafði þá verið edrú alla meðgönguna. Þá trúði ég því að þetta væri komið. Í kjölfarið upplifði ég svo allar þessar tilfinningar sem fylgja því að eignast barn, svakalega gleði og yfirþyrmandi verndunartilfinningu. Ég ætlaði sko ekki að bregðast þessu barni. Fjórum mánuðum síðar féll barnsmóðir mín og ég reyndi í örvæntingu að sannfæra sjálfan mig um að eitt fix myndi ekki skaða svo ungt barn. Ég átta mig á að heilbrigðir einstaklingar geta ekki sett sig í þessi spor eða skilið hvernig heili fíkils virkar, en svona skemmist hann og verður algjörlega háður efnum. Jafnvel þegar maður er ekki einu sinni að nota þau. Það er einmitt þegar maður er edrú og er ekki að vinna í sjálfum sér sem heilinn reynir að finna upp leiðir til að segja að einn skammtur sé skaðlaus. Svo fer auðvitað allt til fjandans um leið og maður fær sér þetta eina, því þá vill maður alls ekki hætta. Til að gera langa sögu stutta var dóttir okkar að endingu tekin af okkur þrátt fyrir að okkur hefðu verið gefin mörg tækifæri til að gera betur. Við gátum bara ekki verið edrú saman.“

Ófrísk í fangelsi, eitt barn í fóstri og annað á leiðinni

Þrátt fyrir að neyslusaga Simma sé lengri segir hann að hér hafi orðið ákveðin þáttaskil.

„Árið 2008 fór barnsmóðir mín í fangelsi. Þar kom í ljós að hún var aftur orðin ófrísk og ástandið á mér var vægast sagt mjög slæmt. Ég var að nota meira en ég hafði nokkurn tímann gert af mjög sterkum ópíumlyfjum ▶

Simmi upplifði skuggahlíðar alkóhólismans í uppvestinum.



HAUSTTILBOÐ



**20% AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM
INNRETTINGUM
Í SEPTEMBER**



Friform ehf.
Askalind 3,
201 Kópavogur.
562-1500
Friform.is
Mán. – Fim. 9–18
Föstudaga. 9–17
Laugardaga. 11–15



„Vímuefnin jörðuðu erfðar tilfinningar og létu mér líða nákvæmlega eins og mig hafði alltaf langað að líða.“

ásamt örvandi efnun og varð rosalega veikur ef langt leið á milli skammta. Með eitt barn í fóstri og annað á leiðinni, sem ekkert útlit var fyrir að við fengjum að halda og yrði tekið strax við fæðingu, ákvað ég að snúa blaðinu endanlega við,“ segir Simmi og við tók enn ein meðferðin. Þessi var hins vegar, sem betur fer, frábrugðin hinum.

„Þarna um haustið fór ég í mína síðustu meðferð á Vogu og á Staðarfell. Í þessari meðferð gerðist eitthvað. Með aðstoð ráðgjafa setti ég niður á blað

plan um hvernig ég ætlaði að komast edrú út í lífið og hvernig ég ætlaði að takast á við það að eignast barn tveimur mánuðum eftir útskrift. Eins þurfti ég að hugsa til þess hvernig ég tæki því ef barnið yrði tekið af mér, en það sem mestu máli skipti var hvernig ég myndi tækla það ef barnsmóðir mín yrði ekki edrú. Yngri dóttir okkar kom í heiminn í desember og mér til óvæntrar ánægju var mér leyft að taka hana heim. Ég varð svo sannfærður um að hún yrði tekin af okkur.“

Í kjölfarið dundi annað áfall yfir í lífi Simma, sem reyndi á staðfestu hans.

„Örfáum vikum síðar féll barnsmóðir mín og þá reyndi á að fylgja planinu sem ég hafði gert, einfaldlega til þess að eiga möguleika á að halda dóttur minni hjá mér. Það var ekki sjálfsgott og ég þurfti svo sannarlega að berjast fyrir henni. Hún var að vísu tekin tímabundin af mér vegna sögu minnar og það reyndist mér erfitt en ég valdi að berjast fyrir barninu mínu. Ég flutti í kjölfarið í kjallaraíbúð á

vistheimili barnaverndarnefndar og bjó þar í hálf ár. Þar fékk ég þann stuðning sem ég þurfti til að komast út í lífið með hana, en ég var varanlega sviptur forsjá eldri stelpunnar. Mamma þeirra náði sér aldrei á beinu brautina, en hún lést árið 2013 og tók því miður aldrei þátt í lífi dætra okkar. En svona er þessi sjúkdómur. Hann tekur og tekur ef fólk hleypir honum að og hugsar ekki um batann sinn.“

Sjúkdómurinn umbreytir fólki í andstæðu sína

Sama ár kynntist Simmi annarri konu og eiga þau saman tvö börn.

„Hún var svakalega heilsteypst stelpa og í raun algjör draumadís. Tók stelpunni minni sem sinni eigin og gekk henni algerlega í móðurstað. Við byggðum saman frábært líf í tíu ár þar sem hún menntaði sig, við eignuðumst börn og komum okkur fyrir í fallegri íbúð. Hennar sjúkdómur fór að láta á sér kræla fyrir sirka þremur árum og hefur ágerst síðan. Í dag býr hún ekki á heimilinu og ekki útlit fyrir neinar breytingar þar á. Sjúkdómurinn tók hana og hún er ekki í neinum samskiptum við okkur, því miður. Það er þetta sem sjúkdómurinn gerir. Hann umbreytir fólki í andstæðu sína og á margan hátt er saga mín að endurtaka sig. Ég er einstæður faðir með þrjú börn á heimilinu en ég hef komist að því í gegnum mína sögu að þrátt fyrir það hversu djúpt ég sökk í neyslu og hvað sem gengur á í mínu lífi þá þarf ég ekki að nota. Það er kraftaverk sem ég veit að ekki allir skilja, en það var sama hvort dagurinn var góður eða slæmur, jól eða páskar, ég þurfti alltaf að nota.“

Tíu ár edrú

Eftir að hafa barist fyrir bata í ellefu ár fagnar Simmi nú tíu ára edrúafmæli. Honum er mikið í mun að miðla þeim skilaboðum áfram til þeirra sem standa í svipuðu sporum, að það sé von og allir eigi möguleika á að bæta úr sínum málum.

„Þeim sem sjá ekkert bjart framundan vil ég segja að það er einmitt á þeim tímamarki sem fólk á séns. Ég þurfti að komast á þann stað að skilja að hvort ég átti efni eða ekki, pening eða húsaskjól, það skipti ekki máli.

Ég varð að finna örvæntinguna og fylgja leiðsögn þeirra sem náð hafa árangri. Alkóhólismi var búinn að rasskella mig sundur og saman í tvo áratugi, niðurlægja mig á allan mögulegan hátt og gera mig að þeim manni sem ég ætlaði aldrei að verða. Ég hef verið öllum megin við þennan sjúkdóm og upplifað allt sem hann hefur upp á að bjóða,“ segir Simmi og heldur áfram.

„Það gekk mikið á á mínu heimili, mikið partístand, ofbeldi og vesen. Það sem skiptir máli er að komast frá því og leggja það ekki á sín börn, rjúfa hringrásina. Ég hef verið makinn, eiginmaðurinn og meðuppalandinn og hlustað á lygarnar sem fíkillinn segir. Ég hef haldið í vonina og viljað gera allt til að þurfa ekki að horfa upp á eyðilegginguna sem fólk fer í gegnum og leggur á fjölskyldu sína, börnin sín. Ég hef líka fallið í meðvirkni, en í dag veit ég að maður hefur ekki stjórn á gjörðum annarra.“

Simmi er ekki í vafa þegar hann er spurður hvað hafi verið erfðast að standa frammi fyrir á þessari vegferð.

„Af öllu því sem ég hef gengið í gegnum hefur mér reynt erfðast að vera meðuppalandinn og horfa upp á börnin mín upplifa sama óöryggið og ég gerði sjálfur. Þau eru að fara í gegnum sama sjálfsásökunarpakkann og ég gerði í þeirra sporum en á sama tíma get ég ekkert gert til að lina þeirra sársauka. Mér er auðvitað mest í mun að börnin feti ekki sömu slóð og ég sjálfur, því ég veit manna best hvað það er sem togar krakka í þessa átt. Lélegt sjálfsmat, kvíði, ótti og upplifunin að passa ekki inn í hópinn. Þetta eru tilfinningarnar sem krakkarnir eru að reyna að slökkva á og deyfa, rétt eins og ég gerði sjálfur á sínum tíma. Félagsskapurinn skiptir sköpum þegar komið er á unglingsárin og það að byggja upp sterka sjálfsmynd. Það er til lausn á fíknivandanum, sama hversu djúpt viðkomandi er sokkinn og sama hvað hverju hefur klúðrað og misst. Það er alltaf leið út ef fólk vill hjálpa og er tilbúið að leggja á sig vinnuna. Allir eiga séns og ég hef séð það í ótal andlitum á öðrum kraftaverkum sem ég hitti í hverri viku, brosandí út að eyrum, full af lífi og hamingju.“ ■

EIGUM MARGA
LITI Á LAGER

ÁLKLÆÐNINGAR & UNDIRKERFI

HANNAÐ FYRIR
ÍSLENSKT VEÐURFAR

Nánari upplýsingar á
mt.is og í s: 580 4500

SJÁVARÚTVEGSSBLAÐIÐ

20. september 2019

Ábyrgðarmaður: Kolbrún Dröfn Ragnarsdóttir / kolla@dv.is Umsjón: Jóhanna María Einarsdóttir / johanna@dv.is



GLÆSILEG SJÁVARÚTVEGSSÝNING Í LAUGARDALSHÖLLINI –

Nokkrar myndir frá sýningunni 2016

Sjávarútvegssýningin Sjávarútvegur 2019/Iceland Fishing Expo 2019 verður haldin með pomp og prakt í Laugardalshöll dagana 25.–27. september. „Sýningin hefur stækkað umtalsvert frá síðan hún var haldin síðast árið 2016 og fyllir nú alla sali hallarinnar,” segir Ólafur M. Jóhannsson, framkvæmdastjóri sýningarinnar.

Mikilvæg sýning

„Eftirspurn eftir sýningar svæðum, bæði frá innlendum og erlendum aðilum, er mikil og það kemur sífellt á óvart hversu fjölbætt sú þjónusta er sem íslenskur sjávarútvegur býr við. Stór og smá fyrirtæki sem þjóna sjávarútveginum sýna allt það nýjasta á þessu sviði. Um 120 fyrirtæki taka þátt og raunar mun fleiri því mörg eru með fleiri en eitt erlent umboð. Margir sýnendur hafa verið með bás hjá okkur í áratugi og eru ánægðir með festu í okkar sýningarhaldi. Enda telja menn það mikilvægt að hitta viðskiptavinina, rifja upp gömul kynni og skapa ný en við leggjum mikla áherslu á að sýnendur fái eins marga frímiða og hentar hverjum og einum. Þetta

virðist ekki sist mikilvægt á tímum rafpóstsamskipta.“

Megum ekki gleyma sögunni

Að sögn Ólafs er sjávarútvegurinn að þróast í átt til hátækniðnaðar og það hefur verið greinilegt á sýningum undanfarinna ára. Tilgangur sýningarinnar er að finna flöt fyrir bæði fagaðila og áhugafólk til að kynna þróun og nýjungum í sjávarútvegi. „Þessi jákvæða þróun mun skipta miklu fyrir velferð íslensks samfélags. Gleymum því ekki að sjávarútvegurinn bjargaði þjóðinni þegar allt hrundi hér fyrir um áratug. Sjálfur kem ég úr sjávarstað frá Norðfirði og ólst upp við miklar sveiflur í sjávarútvegi og þær miklu sjávarútvegsumræður sem öll þjóðin tók þátt í.

Til dæmis var faðir minn fréttaritari Ríkisútvarpsins í meira en fjörutíu ár og ég man vel eftir því þegar hann var að lesa upp aflatölur sildarbatanna. Hver einasti bátur var lesinn upp. Í dag er meira um hörmungarfréttir í fjölmiðlum. Menn eru fljótir að gleyma og líka því mikla afreki sem útfærsla landhelginnar var á sínum tíma. Rekstrarumhverfið í sjávarútveginum í dag virðist einnig vera orðið stöð-

ugra en áður var, þegar menn voru háðir gengisfellingum og endalausum heimsóknum til Reykjavíkur að hitta bankastjóra og aðra ráðamenn. Þá var ekki slæmt að hafa Lúðvík Jósefsson sem sjávarútvegráðherra. En í dag virðast sumir jafnvel vilja afhenda þessa gullkistu landsins á silfurfati ef svo má að orði komast.“

Allir velkomnir

Það verður margt um að vera á sýningunni. „Ásamt fjölmörgum sýningarbásum verður settur upp glæsilegur matsölustaður. Einnig veitum við viðurkenningar þeim sem hafa skarað fram úr á árinu. Íslenskir listamenn hafa verið duglegir við að fanga sjóinn og sjómennskuna. Einn af þeim er Tolli og verður hann með myndlistarsýningu með sjávarmyndum, svo fátt eitt sé nefnt. Þarna hittast allir í geiranum og svo á almenningur fullt erindi á sýninguna.“

Sjávarútvegssýningin 2019 hefst miðvikudaginn 25. september og lýkur föstudaginn 27. september.

Nánari upplýsingar má nálgast á icelandfishexpo.is





Vörur, vélbúnaður og þjónusta fyrir minni fiskibáta



- Plastviðgerðir
- Rafgeymar
- Dælur
- Varahlutir



BALDUR HALLDÓRSSON ehf
Skipasmiður

Hlíðarenda / 602 Akureyri
S: 462 3700 / baldurhalldorsson.is



LOFTSTOKKAHREINSUNIN K2:

Hreinsaðu andrúmsloftið í skipinu

Loftstokkahreinsunin K2 sérhæfir sig í hreinsun á loftstokkum, loft-ræstikerfum og eldhúsháfum fyrir einstaklinga, fyrirtæki og stofnanir. Fyrirtækið var stofnað árið 1999 og hefur síðan þá byggt upp mjög gott orðspor innan iðnaðarins. „Stór hluti verkefna okkar kemur til vegna tilvísunar viðskiptavina og endurtekinnna viðskipta og við erum staðráðin í að veita fyrsta flokks þjónustu á samkeppnishæfu verði. Súrefni er manninum nauðsynlegt og okkar markmið er að það sé gott andrúmsloft í hverju einasta rými,“ segir Sigurður Jónsson, þjónustufulltrúi K2.

Loftstokkahreinsunin K2 er í nánu samstarfi við ýmis fyrirtæki sem hafa yfir að ráða viðamikilli sérþekkingu á ýmsum sviðum loftræstikerfa. „Með þessu samstarfi getum við tryggt viðskiptamönnum okkar ýmsa sértæka þjónustu sem hluta af heildarlausn, sé þess óskað.“

Loftstokkahreinsunin K2 hreinsar loftræstikerfi

„Eins hagnýtt og loftræstikerfi getur verið, á vinnustað, heima eða annars staðar í hóbýlum fólks, getur það hæglega breyst yfir í andstæðu sína ef ekki er hugað að reglulegu eftirliti og þrifum á kerfinu.“ Byotrol-mistrið sem Loftstokkahreinsun K2 hefur notað með góðum árangri hefur valdið byltingu í sóttthreinsun og er þar að auki náttúruvænt

hreinsiefni. Með því að sóttthreinsa loftræstikerfið með Byotrol-mistri og húða það með polymer, lengist líftími kerfisins. Mistrið smýgur um allt rýmið, líka á þá staði sem hefðbundnar hreinsunaraðgerðir ná ekki til. Byotrol er með öllu hættulaust. „Aðferðin dregur mjög úr hættunni á að örverur, rykagnir og önnur skaðleg óhreinindi setjist að í kerfinu. Rannsóknir sýna að efnið er 99,9% virkt gegn bakteríum, þ.m.t. salmonellu, listeríu og staphylococcus.“

Skipverjar þurfa líka gott loft

Þurr loft og yfir- eða undirþrýstingur getur haft viðtæk áhrif á líðan starfsmanna og viðskiptavina. Með því að hreinsa reglulega og hafa eftirlit með loftræstingu má koma í veg fyrir að slíkt gerist og í mörgum tilfellum auka afköst og fækka veikindadögum starfsmanna.

„Starfsmenn Loftstokkahreinsunarinnar K2 hreinsuðu loftræstikerfið í Skógarfossi í fyrra. Við erum mjög ánægðir með þjónustuna og finnum greinilega breytingu til batnaðar. Það er einfaldlega miklu betra loft um borð og mun meiri kraftur á kerfinu.“ Umsögn frá Eimskipafélagi Íslands.

Fyrir fjölbýlishúsið

Eðlilegt er að gera úttekt á loftræstikerfi fjölbýlishúsa og hreinsa það á

3–5 ára fresti. Loftstokkahreinsunin K2 hefur séð um hreinsun á loftstokkum og loftræstikerfum fjölda fjölbýlishúsa. Hreinsun fer þá fram uppi á millilofti eða þar sem blásarinn er staðsettur. Einnig er farið inn í hverja íbúð þar sem allar ristar eru teknar niður, lagnir hreinsaðar og ef óskað er eftir þá er loftræsting sóttthreinsuð með Byotrol-mistri. „Við sóttthreinsun myndast polymer-húð innan á vegg loftræstikerfisins sem heldur örverum, bakteríum og öðrum óþrifnaði fjarri. Eins skiptum við út túðum þar sem þess er þörf. Það er lítið ónæði fyrir íbúa hússins við svona hreinsun og yfirleitt tekur það ekki meira en 10–15 mínútur að klára hverja íbúð eftir að búið er að hreinsa lagnir og blásara frá þaki.“ Fólk finnur gífurlegan mun á loftinu eftir að það er búið að hreinsa loftstokkana eins og sést hér á umsögn eins viðskiptavinar.

„Fólkið í blokkinni okkar er mjög ánæggt og við finnum merkjanlegan mun á loftinu í íbúðunum. Þetta var greinilega mjög tímabært verk og starfsfólk K2 vann það fljótt og örugglega.“ Umsögn frá húsfélaginu í Engihjalla 7, Kópavogi.

Hefur þú hreinsað háfinn nýlega?

Loftstokkahreinsunin K2 býður upp á það besta sem völ er á í dag í alhliða hreinsun á eldhúsháfum á heimilum

sem og veitingastöðum. Nauðsynlegt er að gera reglulega úttekt á eldhúsháfum og hreinsa þá einu sinni eða oftár á ári.

Regluleg hreinsun eldhúsháfa stuðlar að:

- Minni eldhættu
- Kröftugra útsogi
- Lengri líftíma blásara
- Rafmagnssparnaði
- Þægilegra vinnuumhverfi heimilismanna og starfsmanna

„Eftir fyrstu hreinsun bjóðum við upp á að koma og meta ástand á loftræstingu frá eldhúsi á nokkura mánaða fresti til að sjá hvað þarf að líða langt á milli hreinsana. Ekkert er rúkað fyrir þá þjónustu á höfuðborgarsvæðinu.“

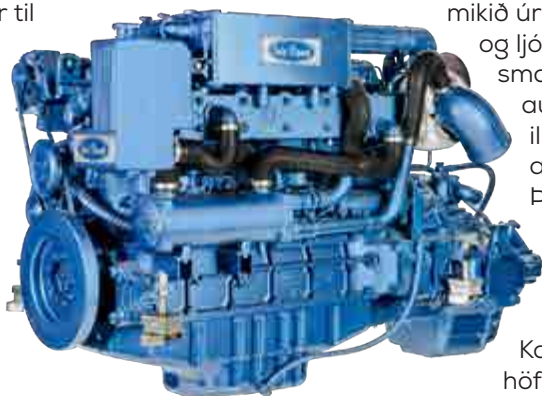
Stefna okkar er að vera ávallt með bestu fánlegu efni, tæki og búnað. Allir okkar starfsmenn hafa sérhæft sig í þeirri þjónustu sem við veitum, hvar á landinu sem er. Ekkert verkefni er of stórt eða of smátt fyrir okkur,“ segir Sigurður.

Skrifstofur eru bæði í Reykjavík og á Reykjanesinu. Sími: 557-7000 og vakt sími 775-7770 Vefpóstfang: k2@k2.is Heimasíða: www.k2.is



Kynslóðaskipti og fjölbreyttari þjónusta hjá MD vélum

Kári Jónsson keypti nýverið hlut í fyrirtækinu MD vélum ehf. og mun gegna stöðu rekstrarstjóra og stýra þjónustuverkstæði og viðgerðum ásamt sölu. Fyrirtækið á að baki áratuga sögu í sölu og viðhaldsþjónustu á dísilvélum og túrbínnum bæði á sjó og landi. Hjalti Sigfússon, stofnandi og aðaleigandi MD véla, verður áfram hluthafi og framkvæmdastjóri fyrirtækisins og annast ráðgjöf og fleiri verkþætti í daglegum rekstri. „Við fögnum því að fá Kára aftur til liðs við okkur því hann gjörþekkir fyrirtækið og þjónustu MD véla frá því að hann starfað hér frá 2013 til 2018. Það er ánægjulegt að geta stuðlað að kynslóðaskiptum og tryggt að sú mikilvæga þjónusta sem MD vélar veitir haldi áfram að þróast og byggjast upp,” segir Laila Hjaltadóttir, viðskiptastjóri MD véla.



trúar okkar helstu erlendu birgja með okkur. Þá koma sérfræðingar frá Mitsubishi, Solé Diesel og VM kompensator. Einnig verður með okkur maður frá GS Hydro, fyrirtæki sem margir þekkja hér á landi. Því er kjörið fyrir viðskiptavinum að heim-sækja okkur í bás MD véla og fræðast enn meira um möguleikana sem þeim standa til boða,” segir Laila.

MD vélar er með umboð fyrir Mitsubishi á Íslandi. Einnig spænska fyrirtækið Solé Diesel sem býður mikið úrval skrúfu- og ljósavéla fyrir smærri báta auk mikils úrvals aukahluta. Þá er MD vélar einnig umboðs- aðili fyrir PJ Diesel í Kaupmannahöfn sem

sérhæfir sig í endurbyggingum á túrbínnum fyrir skip og annast MD vélar viðhaldsþjónustu og endurbyggingu á túrbínnum hérlendis, auk þess að selja varahluti í túrbínur. Loks er að nefna umboð MD véla fyrir PJ Woodward sem er sérhæft fyrirtæki í varahluta- og viðgerðarþjónustu á gangráðum.

Farsælt samstarf með Mitsubishi
Fyrirtækið var stofnað árið 1990 um sölu, ráðgjöf og þjónustu fyrir Mitsubishi dísilvélar og tilheyrandi búnað á Íslandi og hefur sá þáttur allar götur síðan verið leiðandi þáttur í starfseminni. Í byrjun þessa árs varð sú breyting á þeirri þjónustu að umboðið hér á landi heyrir nú undir öflugra deild Mitsubishi í Noregi sem hefur

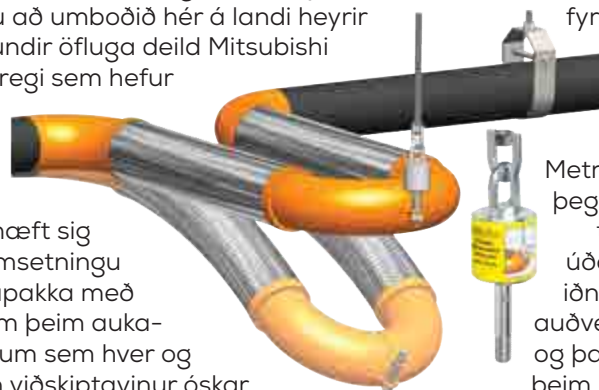
sérhæft sig í samsetningu vélapakka með öllum þeim auka- hlutum sem hver og einn viðskiptavinur óskar eftir. „Við erum mjög ánægð með þá reynslu sem komin er á þessa þjónustu, sem er afar vönduð og fagleg. Með samstarfinu við Mitsubishi í Noregi hafa okkur líka opnast tækifæri til að bjóða öflugar og góðar landrafstöðvar hér á landi en á mörgum sviðum atvinnulífsins er þörf fyrir slíkt. Líkt og í aðalvélunum og ljósavélunum getum við fengið landrafstöðvarnar uppsettar og frágengnar nákvæmlega eins og viðskiptavinurinn þarf á að halda,” segir Laila.

Þensla í þjónustu MD véla í þenslutengjum

Annað og vaxandi þjónustusvið MD véla er umboð fyrir danska fyrirtækið VM kompensator sem framleiðir þenslutengi fyrir hvers konar lagnir, stórar sem smáar.

„Með nýjum samningi við fyrirtækið Metraflex í Chicago aukum við svo enn við úrvalið og þjónustuna í þenslutengjum.

Metraflex er í fremstu röð þegar kemur að þenslutengjum fyrir vatnsúðakerfi fyrir byggingaridnaðinn. Tengin eru auðveld í uppsetningu og það fer afar lítið fyrir þeim. Einnig taka tengin á sig mikla hreyfingu sem gerir það að verkum að þau henta til dæmis sérlega vel á jarðskjálftasvæðum,” segir Laila.



Metraflex tengin taka á sig mikla hreyfingu.

Nánari upplýsingar má nálgast á

www.mdvelar.is

Vagnhöfða 12, 110 Reykjavík

Opnunartími skrifstofu: Mán-fös

8.00-16.00

Sími: 567-2800

Netfang: mdvelar@mdvelar.is



JOHN DEERE

GUERRA

ABT·TRAC



*Aflhlutir ehf
óska Pétri Péturssyni
og fjölskyldu
til hamingju með
nýjan Bárð SH-81*



AFLHLUTIR EHF / DRANGAHRAUNI 14 / 220 HAFNARFJÖRÐUR / SÍMI 544 2045 / AFLHLUTIR@AFLHLUTIR.IS



RÁN

BÁTASMIÐJA

Rán bátasmiðja framleiðir Fenri plastbáta sem uppfylla ströngustu gæðakröfur og henta öllum sem þurfa vandaða og sterka vinnubáta til notkunar við erfiðar aðstæður.





Terrazzo gólf í vinnslu.

Mjög skemmt gólf.

Pólerað gólf í flugskýli Icelandair.

Gólftækni er vel tækjum búð og er m.a. með fjarstýrðar slípivélar.

GÓLFTÆKNI:

Steypan er sterkasta gólfefnið, sé hún rétt unnin.

Gólftækni er verktaki og innflytjandi efna til viðgerða og frágangs steyptra gólfa. Félagið var stofnað af feðgunum Ásgeiri Halldórssyni og Kristófer Atla Ásgeirssyni utan um hugmyndina um betri gólf til lengri tíma. Markmið Gólftækni er að vera með bestu lausnirnar og bestu mögulegu efnin hverju sinni til að geta boðið viðskiptavinum sterkari og endingarbetri gólf. Hjá Gólftækni liggja áherslurnar aðallega á iðnaðar-, lager- og verslunargólf þar sem ekki er gert ráð fyrir að leggja sérstök gólfefni yfir.

Sérhæfing í steypum gólfum

Gólftækni sérhæfir sig í vinnslu steyptra gólfa þar sem fyrirtækið getur komið inn í ferlið á ýmsum stigum. Þegar fyrir liggur hvernig lokaútkoman á að vera geta þeir tekið að sér gólf og klárað það á þann hátt sem óskað er. Annaðhvort er steypa þá lögð í plötuna og fullunnin eða þeir koma að steypum gólfum, gömlum eða nýjum, og vinna

upp í fullklárað gólf.

„Þegar við tökum að okkur gólf frá grunni, veljum við steypublönduna út frá þeirri notkun sem mun verða á viðkomandi gólfi,“ segir Ásgeir Halldórsson. Það gerir þeim kleift að vinna gólfið eftir þeirra aðferðum svo að útkoman verði sú sem sóst er eftir. Oftast er þá um að ræða auknar kröfur af einhverju tagi s.s. um sléttleika yfirborðs.

Gólftækni vinnur mjög mikið í yfirborðsfrágangi gólfa, bæði í nýbyggingum og í eldra húsnæði. Í nýjum húsum er oftast um að ræða póleringu gólfa þar sem yfirborð steypunnar er slípað, það hert og því lokað.

Í eldri húsum hafa þeir svo komið að viðgerðum og endurnýjun gólfa. Oft er um að ræða mjög illa farin gólf. Þau geta verið sprungin, brotin, slitin, skökk og hreinlega ónýtt. Í sumum tilfellum er hægt að lappa upp á gólfin með lágmarks viðgerðum en ending slíkra gólfa verður þó aldrei viðunandi, en þetta getur hentað í ákveðnum tilfellum.

Heildarviðgerðir, þar sem gert er við sprungur og skemmdir, geta verið góður kostur, einkum á lagergólfum þar sem útlitið skiptir ekki meginmáli.

Nýjung á Íslandi

Gólftækni býður einnig upp á þunnt ásteypulag með Neodur-efnum frá Korodur í Þýskalandi. Þetta er nýjung hér á landi en hefur marga góða kosti og hefur þegar verið lagt á yfir 500 milljón fermetra erlendis. Ásteypulagið er einungis um 10 mm þykkt en skilar mjög sterku yfirborði; um 70 N/mm² í þrýstipólí, sem samsvarar C 70 steypu. Með því að gera við skemmd gólf og leggja Neodur-ásteypulag yfir verður gólfið eins og nýtt.

Einnig er hægt að pólera Neodur-efnin og með því eykst yfirborðsstyrkur þeirra. Þessi gólf útheimta lítið sem ekkert viðhald, eru mjög auðveld í þrifum og endast að jafnaði mun lengur en upprunalegu gólfin. Vegna þess hve yfirborð Neodur-efnanna er þétt í sér er rakadrægni þeirra mjög lítil og því henta þau vel í rýmum þar sem

talsvert vatn er viðvarandi.

„Gólftækni flytur einnig inn ýmis önnur sérhæfð efni sem hjálpa okkur að fá fram betri gólf, og við erum stöðugt að leita að og bæta við nýjum.“

Frá Korodur bjóða þeir til dæmis upp á mjög sterk tilbúin efni í Terrazzo gólf í mörgum litum.

Gólftækni býður upp á ráðgjöf og úttekt á gólfum þar sem markmiðið er að leggja fram tillögur að hagkvæmasta og umhverfisvænsta kostinum. Þeir vinna í því sambandi líftímakúrfur mismunandi gólfefna miðað við notkun húsnæðisins. Of oft er farið af stað með ódýrustu lausnina hverju sinni sem oft reynist þó vera dýr á líftíma gólfefnisins. Gólftækni leggur áherslu á að gera raunhæft mat á þessum kostnaði.

Hægt er að hafa samband við Gólftækni í gegnum heimasíðuna þeirra golftækni.is, en auk þess má finna upplýsingar um vörurnar þeirra og er heimasíðan uppfærð reglulega. Einnig er hægt að hafa samband við okkur í síma 519-5190

VIÐ ER

SJÁVARÚTVEG

Laugardalshöll 25. - 27. september 2019



FRUMMÁ GSSÝNINGUNNI

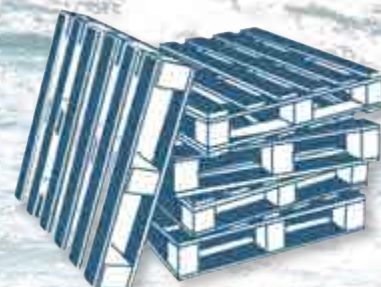


MARKIUS[®]
LIFENET



Stólpi Gámar

GÁMASALA - GÁMALEIGA - WWW.STOLPIGAMAR.IS



Tandrabretti ehf
Icelandic Pallets



VATNSLAUSNIR:

Ný nálgun við þrif og sótthreinsun fyrir matvæla fyrirtæki

Vatnslausnir ehf. er fyrirtæki sem starfar á sviði þrifa og hreinlætis í matvælaíðnaði, en það verður með bás C2 á Sjávarútvegssýningunni 25.–27. september nk. Þar sem þeir kynna meðal annars háþrýstipvottakerfi og sápu og sótthreinsi þokukerfi til notkunar í matvælaíðnaði, ásamt sjálfvirku færibandapvottakerfi og öðrum nauðsynlegum tækjum til notkunar við þrif. Á básnum verða auk þeirra Sani-Mist BV og Áveitan ehf. Sani-Mist eru framleiðandi háþrýstipvottakerfanna, sápu og sótthreinsi þokukerfanna og sjálfvirka færibandapvottakerfisins sem við kynnum og Áveitan ehf. sér svo um uppsetningu og þjónustu á þessum kerfum.

Ýmsir möguleikar í boði

Vatnslausnir ehf. býður upp á marga möguleika þegar kemur að sótthreinsun og þrifum fyrir matvælaíðnað, en þar má þá helst geta háþrýstidæla frá 10 til 150 bar fyrir matvælaíðnað ásamt sápukvöðu og sótthreinsikerfum, slöngutromlum, slöngum, byssum og

öllum nauðsynlegum fylgibúnaði.

Vatnslausnir ehf. býður líka upp á háþrýstidæla fyrir verktakaiðnaðinn, skömmunarkerfi t.d. fyrir gufukatla, þvottahús, fiskimjölverksmiðjur, hitaveitur, undstaði (klór og pH) ásamt UV geislatækjum, Ozon skömmunartækjum o.fl.

Að auki býður það upp á viðgerðar- og varahlutapjónustu fyrir háþrýstibúnað, skömmunarkerfi og þvottakerfi.

Fjölpokuprif í fiskvinnslu

Í gegnum árin hafa margar aðferðir verið notaðar í fiskvinnslu á Íslandi við að koma sápunni á vélar og tæki við þrif, þar á meðal er fata með sápuvatni og bursti, þrýstikútar og kvöðukútar, lágþrýstiprif með jektor-kvöðun, háþrýstiprif með jektor-kvöðun, sápukerfi þar sem sápan er blásin með þrýstilofti sem og fleiri aðferðir

Vatnslausnir eru með nýja nálgun á þessu og byggir hugmyndin á að úða sápu með þokuúða og síðan að tengja saman samfelld þrif í fiskvinnslu með fjölpokuprifaaðferðinni.

Sótthreinsun í fiskvinnslu með þokuúðun hefur verið vel þekkt í um 25 til 30 ár. Með

þeirra kerfi er sú aðferð tekin enn lengra og sápu einnig údað á vélar og tæki með sömu aðferð og með sama tækinu, CALIGO SAPO.

Með hefðbundnum þrifaaðferðum er sífellt verið að berjast við uppbyggingu á óhreinindum og bakteríum en með fjölpokuprifaaðferðinni og réttum efnum er hægt að fyrirbyggja hana.

Þókan er hagstæð því hún er alltaf jöfn á alla fleti í hvert skipti. Ef

skuggablettir finnast þá er auðvelt að bæta spissum til að ná þeim. Mannlegi þátturinn er tekinn út

og er því engin hætt á að einhverjir fletir gleymist. Kerfið samanstendur af tveimur aðalhlutum annars vegar sótthreinsihlutunum þar sem

sótthreinsiblöndun fer fram og hins vegar sápuhlutunum þar sem sápuhlöndun fer fram. Bæði kerfin eru drifin af

einni vatnsdælu sem heldur uppi stöðugum þrýstingi á þær lagnir sem eru í notkun hverju sinni. Aðaldrifkraftur þokuúðunarinnar er hins vegar þrýstiloft.

Frá tækinu liggja fjórar stofnlagnir: sápuhlögn, sótthreinsihlögn, vatnshlögn og loftþrýstihlögn. Allar lagnirnar enda á Cluster Head úðaspissum sem dreifa viðkomandi efni með þokuúða yfir vélar og tæki.

Í tækinu er sáputankur, sótthreinsitankur og tankur með matarsalti til að mýkja vatnið og



minnka hættu á stíflum í úðaspissum af völdum útfellinga.

Þess má einnig geta að á sjávarútvegsráðstefnunni í Hörpu í fyrra fékk þessi hugmynd verðlaun sem framúrstefnuhugmynd á sviði sjávarútvegs og matvælaframleiðslu.

Glæsilegt háþrýstipvottakerfi

Háþrýstipvottakerfi með 6 dælum verður í nýju skipi Brims hf. (áður HB Granda hf.) sem er verið að smíða í Vigo á Spáni og kemur til landsins seinna á árinu.

Þá er búið að setja upp dælustöð í rækjuverksmiðjunni Dögun hf. á Sauðárkróki ásamt sjálfvirku færibandakerfi fyrir 20 færibönd og hugmyndin er að stækka það um önnur 20 bönd því reynslan af þessari aðferð er mjög góð. Einnig er búið að leggja allt lagnakerfi fyrir sápu- og sótthreinsipokukerfið og stöðin sem verður til sýnis á básnum fer í Dögun hf. að lokinni sýningu.

Hægt er að hafa samband við Vatnslausnir í síma 864-2471 www.h2o.is



Allt fyrir börnin

20. september 2019

Ábyrgðarmaður: Kolbrún Dröfn Ragnarsdóttir / kolla@dv.is Umsjón: Jóhanna María Einarsdóttir / johanna@dv.is



Myndir: Eyþór Árnason

MINIMO:

Fallegar og vandaðar barnavörur

Minimo er barnavöruverslun sem býður upp á vandaðar vörur, fallega hönnun og sanngjarnt verð – með það að markmiði að uppfylla kröfur nútímaforeldra. Verslunin býður upp á barnafatnað og barnavörur frá spennandi evrópskum vörumerkjum, en flest merkin koma frá Skandinavíu.

Minimo byrjaði sem netverslun í júlí árið 2015, en í júní 2018 var opnuð rúmgóð verslun í Ármúla 34.

Stofnaði fyrirtæki í fæðingarorlofinu

Minimo er í eigu Hildar Birnu Birgisdóttur viðskiptafræðings, en hún stofnaði fyrirtækið árið 2015 þegar hún var nýbúin að eignast elstu dóttur sína. „Ég fann mikið af erlendum barnavörumerkjum sem mig langaði að byrja að selja á Íslandi,“ segir Hildur, en hún hefur rekið verslunina samhliða háskólanámi og barneignum, en hún og maðurinn hennar eiga þrjú börn fædd 2015, 2017 og 2018. Það er því nóg að gera á heimilinu en Hildur fær mikla hjálp frá fjölskyldunni við allt sem tengist fyrirtækinu og er þetta því sannkallað fjölskyldufyrirtæki.

Vandaðar vörur á sanngjörnu verði

Hjá Minimo má finna mikið úrval af barnafatnaði, barnavörum og leikföngum, en þau eru með barnafatnað og fylgihluti fyrir allt frá nýfæddum börnum og upp í 8 ára aldur, eða

stærðir 50–128. Einnig er gott úrval af barnavörum fyrir m.a. barnaherbergið, svefntímann og matartímann.

„Við leggjum áherslu á að bjóða vandaðar vörur fyrir börn á sanngjörnu verði,“ segir Hildur. Flest vörumerkjin koma frá Skandinavíu þar sem stílhrein hönnun er ein-kennandi í barnavörum, og hafa Íslendingar tekið vel í þann stíl. Rík áhersla er lögð á að fatnaðurinn sé úr lífrænni bómull og að aðrar vörur eins og leikföng séu einnig úr náttúrulegum efnum og framleidd á mannúðlegan hátt. Hildur pantar sjálf inn allar vörur í verslunina og leggur sig mjög mikið fram við að velja vandaðar og fallegar vörur sem hún sjálf myndi kaupa fyrir börnin sín.

Fjölbreytt úrval

Úrvalið af leikföngum er talsvert breitt og er þar mest af viðarleikföngum sem hafa verið mjög vinsæl. Gjafavaran er einnig mjög vinsæl hjá Minimo, en þar má til dæmis nefna sængurgjafir og afmælisgjafir og þess má geta að þau bjóða einnig upp á innpökkun ef óskað er eftir því.

Viðskiptavinahópur Minimo er breiður og er því úrvalið eftir því. Verðandi og nýbakaðir foreldrar eru helst að kaupa vörur fyrir barna-

herbergið og fyrir nýburann eins og ung-barnahreidur og skiptidýnur. Foreldrar leikskóla-barna eru mest að kaupa útifatnað og þægileg leikskólaföt. „Svo fáum við einnig ömmur og afa að kaupa gjafir handa barnabörnum. Við reynum því að hafa nokkuð fjölbreytt úrval til að uppfylla þarfir allra okkar viðskiptavina.“

Nú í haust var vöruúrvalið aukið umtalsvert og bjóða þau nú upp á vandaðan útifatnað frá Noregi og Danmörku – úlpur, kuldagalla og hlýjar húfur. Síðan er von á pollagöllum, stígvélum og kuldaskóm. Á næstunni bætist svo við fullt af skemmtilegum leikföngum sem eru tilvalin í jólapakkana.

Verslun Minimo er í Ármúla 34, en einnig eru þau með netverslunina www.minimo.is

Mikil áhersla er lögð á að sinna netversluninni vel og vera með ítarlegar upplýsingar um vörurnar, m.a. fyrir fólk á landsbyggðinni, en þau finna fyrir að margir sem koma í verslunina eru jafnvel búnir að kynna sér vöruúrvalið í netversluninni og koma svo til að skoða vörurnar betur í eigin persónu. Í versluninni er þægilegt andrúmsloft og veitir starfsfólkið góða og persónulega þjónustu.

www.minimo.is
www.instagram.com/minimo.is/
www.facebook.com/minimoisland/



Dásamlegir reimaðir skór frá Enfant.



Pöndupeysa frá Minymo.



Minymo kuldagalli.



Dúskhúfur frá Racing Kids.

Lambúshettur frá Racing Kids.



Stigvé frá Enfant.



Minymo kuldagalli.

Vettlingar frá Racing Kids.



Komdu og verslaðu í ró og næði í Hans og Grétu á Akranesi.

Nánari upplýsingar má nálgast á vefversluninni hansoggreta.is og Facebook: Hans og Gréta

Verslunin er staðsett að Þjóðbraut 1, 300 Akranesi. Netpóstur: hansoggreta@hansoggreta.is Sími: 661-9889

HANS OG GRÉTA:

Ævintýri á Akranesi

Hans og Gréta er ævintýraleg verslun á Akranesi sem selur vandaðan danskan barnafatnað, leikföng, skó og aðra fylgihluti fyrir börn. Í versluninni má finna sérlega fallegar vörur frá dönsku framleiðendunum Smallstuff, Minymo, Celavi, Enfant og Creamie á litlar Grétur og Hansa.

„Margt af því sem ég er með hér í búðinni á Akranesi fæst til dæmis ekki í Reykjavík, hvað þá annars staðar á landinu. Það eru því margir sem gera sér ferð á Akranesið til að kíkja í búðina mína. Hans og Gréta er einnig vefverslun og sendum við hvert á land sem er,“ segir Hrefna Björnsdóttir, eigandi verslunarinnar.



Pippa kemur með partýið heim að dyrum!

Partývörubúðin Pippa var stofnuð af tveimur sprækum, metnaðarfullum og mjög uppteknum mömmum árið 2016. „Við höfðum haldið ótal afmæli og partý og tekið eftir gríðarlegri vöntun á smart, vönduðum og minna klisjulegum veisluvörum á markaðnum. Einnig höfðum við ósjaldan verið á ferðinni á eftir veisluvörum, fastar í föstudagstraffikinni á milli staða. Því fannst okkur tilvalið að opna aðgengilega vefverslun með fallegar og vandaðar veisluvörur og bjóða upp á fyrsta flokks heimsendingarþjónustu,“ segir Erna Hreinsdóttir, framkvæmdastjóri Pippu.

Nú er ekkert mál að halda eftirminnilegar veislur

Vefverslunin var opnuð þremur mánuðum eftir að þessi snilldarhugmynd kom upp og hefur gengið vonum fram. Nú eru meðlimir Pippu þrír og enn fleiri þegar mikið er að gera. „Það er greinilega eftirspurn eftir flottum veisluvörum sem auðvelt er að nálgast. Við erum líka alltaf reiðubúnar að koma til móts við

viðskiptavinum okkar og auðvelda líf þeirra sem eru í óðaönn við að undirbúa veislu. Við sendum heim að dyrum og það er jafnframt hægt að fá uppblásin blöðrubúnt send heim innan höfðuborgarsvæðisins.“

Veisluvörur sem tekið er eftir

Pippa er með fjölbreytt úrval af veisluvörum sem henta fyrir margs konar tilefni. „Viðskiptavinir okkar elska að fagna tímamótum ærlega og vilja að sjálfsgöðu gera það vel. Við vildum því að netverslunin byði upp á öðruvísi vörur sem tekið væri eftir, því það vilja jú allir slá eftirminnilega í gegn þegar þeir halda upp á hin ýmsu tilefni. Partývörurnar okkar eru vinsælar hjá fólki á öllum aldri. Við eigum nokkra trausta „fastakúnna“ sem versla við okkur fyrir hvert einasta boð og höfum við séð um skreytingar hjá sömu fjölskyldum aftur og aftur; skírnir, fermingar og afmæli, jafnvel allt á sama árinu.“

Börnin dýrka blöðrur

Pippa er með frábært úrval af veisluvörum sem höfða jafnt til ungra barna og unglinga. „Það sem er algerlega ómissandi í

barnaafmælið eru blöðrur og aftur blöðrur! Það er svo ótal margt hægt að gera með þær og það virðist aldrei vera nóg af þeim. Og það besta við blöðrurnar er að þær eru frekar saklausar. Við seljum einungis gæðablöðrur, unnar úr náttúrulegu latexi sem brotnar niður í náttúrunni. Auðvitað mælum við svo með því að gengið sé frá þeim í viðeigandi ruslatunnu, en það má flokka þær með lífrænum úrgangi. Stóru númerablöðrurnar í gulli eða silfri eru orðnar klassískar. Einnig slá pappadiskar og serviettur í frísklegum og fjörlegum stíl alltaf í gegn. Það setur gríðarlega mikinn svip á afmælið að hafa borðhaldið litríkt. Það gleður krakkana og ekki skemmir að fá allt veisluskrautið og borðhaldið sent heim að dyrum.“

Blöðruskúlptúrar sem tekið er eftir

Það fer varla framhjá neinum að þær stöllu elska blöðrur. „Blöðruskúlptúrar okkar hafa rækilega slegið í gegn síðan við kynntum þær landanum snemma á seinasta ári. Okkar still er lifandi og skemmtilegur og algjörlega í takt við það sem er að gerast í veisluskreytingum erlendis.

Okkar blöðruskreytingar eru í öllum stærðum og gerðum og henta í allt frá litlum, krúttlegum skírnarveislum upp í stórar 900 manna veislur. Við bjóðum upp á boga, hjörtu og skúlptúr í okkar vinsæla stíl. Litapemað er svo valið í samstarfi við þá sem halda veisluna. Blöðruskreytingar eiga svo sannarlega við í hinum ýmsu tilefnum og höfum við tekið að okkur afar fjölbreytt verk á ólíklegustu stöðum.“

Hægt er að skoða allar vörur og panta á heimasíðunni www.pippa.is. Vörur eru sendar heim með pósti og jafnan er hægt að tryggja afhendingu innan þriggja daga. Boðið er upp á heimsendingu á höfðuborgarsvæðinu og getur varan þá verið komin samdægurs ef pöntun berst snemma. Jafnframt er hægt að panta og vera í beinum samskiptum í gegnum Facebook-síðu Pippu. Við tökum vel á móti öllum vangaveltum sem koma upp varðandi veisluhald.

**Fylgstu með Pippu á Instagram:
Pippa Vefverslun
Pippa á Facebook: Pippa Rvk**



FJÖLSKYLDU- OG HÚSDÝRAGARÐURINN:

Sívinsæll allan ársins hring

Pað er alltaf hægt að finna sér eitthvað skemmtilegt að gera í Fjölskyldu- og húsdýragarðinum, sama hvernig viðrar. „Þegar sólin skín og Kári fer í frí er gaman ganga um garðinn og skoða haustlitina, leika sér í útileiktækjum, kasta kveðju á dýrin sem eru úti að leika sér og grilla haustpýlsur. Þegar kólnar er fátt skemmtilegra en að skjótast á milli húsa og kíkja á húsdýrin inni í stíunum, forvitnast um minka og refi og leita að förustöfum í felubúningi. Garðurinn er sívinsæll hjá fjölskyldum enda upplifir maður alltaf eitthvað nýtt í hverri heimsókn,“ segir Unnur Sigurbórsdóttir, verkefnastýra nýsköpunar-, fræðslu- og umhverfiseildar Fjölskyldu- og húsdýragarðs.

Lyktsterkar geitur og hreindýr á fengitíma

„Eitt af því sem dregur dýraunnendur að þessa dagana eru geiturnar, en lyktin í geitastíunni verður sterkari með hverjum deginum. Lyktin orsakast af því að fengitími geitanna nálgast og þá fara geiturnar að gefa frá sér sterka hormónalykt. Sama á við um hreindýrin, en fengitími þeirra nálgast óðfluga.“

Hornin tákna valdastöðu

Þegar nær dregur jólum fara undarlegir hlutir að gerast hjá hreindýrunum. „Að loknum fengitíma

hjá hreindýrum í nóvember/ desember fellir tarfurinn hornin. Hormónið testosterón stjórnar vexti hornanna og allt miðast við að hornin séu fullvaxin og hörðnuð þegar fengitími hefst í október. Hornin tákna valdastöðu dýranna innan hjarðarinnar og dýrið með stærstu hornin ræður mestu. Að loknum fengitíma þegar tarfurinn stendur uppi hornlaus ráða simlurnar ríkjum, enda enn með sín horn fram á næsta vor.“

Sísvalir selir

Selirnir í Húsdýragarðinum eru alltaf jafnhressir. „Selirnir Kobba, Snorri og Særún hafa verið í garðinum frá upphafi og eru því komnir til ára sinna en hafa alltaf haft mikið aðdráttarafl. Nú þegar farið er að kólna taka þau hraustlega til matar síns enda þurfa selir að bæta á spiklagið til að þola aukinn kulda.“

Skemmtileg leiktæki opin allt árið um kring

Fjölskyldu- og húsdýragarðurinn er opin alla daga ársins þó þjónustustigið sé breytilegt eftir árstíðum. Þegar hausta tekur er reynt að hafa leiktækin í Fjölskyldugarðinum opin um helgar þegar viðrar til þess. Fjölþörg leiksvæði þurfa þó hvorki starfsmanna við né traust og gott veður og eru því aðgengileg alla daga ársins. Þar má til dæmis nefna

ævintýralega leikkastalasvæðið Þrúðvang, danstækið Dansleik sem hefur að geyma nokkrar stærðfræðiprautir, Minnissvæði sem reynir á minnisgáfur og snerpu, og svo vatnsleikjasvæðið lðavelli. Þá má njóta útsýnis úr turninum Skyggni og renna sér á línu á Hlaupakettinum.

Nýtt grillsvæði tekið í gagnið í Fjölskyldugarðinum og lengdur opnunartími

Grillsvæðið í Fjölskyldugarðinum er nú í allsherjar yfirhalingu og verður ný útielunaraðstaða tekin í gagnið á næstunni og verður hún opin allan daginn. Á miðvikudögum verður m.a. áfram opið til kl. 20:00 í að minnsta kosti nokkrar vikur í viðbót. Þá er um að gera að mæta rétt klædd með nesti til að hita upp í haust- og vetrarblíðunni.

Markmiðið með stofnun Húsdýragarðsins var að kynna borgarbúum og öðrum gestum íslensku húsdýrin, færa þá nær íslenskum búskaparháttum og efla tengsl á milli manna og dýra. Fræðsludeild hefur verið starfandi innan garðsins frá upphafi og boðið upp á námskeið fyrir leik- og grunnskóla sem ýmist fara fram í leiðsagnarformi eða nemendur fá að upplifa á eigin skinni.

Fá að handleika skordýr og skoða afríska risafætlu

„Þótt íslensku dýrin séu í forgrunni í fræðslustarfinu njóta framandi

dýr garðsins æ meiri vinsælda. Hugarakkir krakkar er eitt vinsælasta námskeið fræðsludeildarinnar en þar eru framandi dýr garðsins í aðalhlutverki. Hugarakkir leikskólanemendur koma með kennurum sínum í heimsókn og kynnast skriðdýrum, froskdýrum og skordýrum. Þau allra hugrökkustu fá að handfjatla nokkur skordýr en þar leika stórskemmtilegir förustafir lykilhlutverk. Förustafir er ættbálkur fremur stórra ilangra skordýra sem sum líkjast laufblöðum en önnur trjágreinum. Þeir stærstu sem finnast í heiminum eru riflega hálfur metri á lengd en þeir stærstu í garðinum eru ekki lengri en nemur lófasterð fullorðins einstaklings. En það eru ekki bara förustafir sem hugrökkum krökkum gefst tækifæri á að kynnast því afríska risafætlun fær líka að skina í hlutverki sínu. Hún getur orðið allt að 38 sentimetra löng og telst til ættbálks þúsundfætla. Það verður að fylgja sögunni að nemendur leikskóla eru oftast en ekki skrefinu framar þegar kemur að hugrekki í þessum heimsóknum á meðan kennararnir halda sig í hæfilegri fjarlægð,“ segir Unnur.

Nánari upplýsingar um þau námskeið sem í boði eru fyrir leik- og grunnskólanemendur eru á heimasíðu garðsins www.mu.is. Opnunartími Fjölskyldu- og húsdýragarðsins er frá 10–17, nema á miðvikudögum er opið til 20:00.



LITLI ÍPRÓTTASKÓLINN - UNGBARNASUND:

„Þau búa að því alla ævi“

Litli íþróttaskólinn er stórskemmtileg afþreying fyrir foreldra með ung börn en skólinn er starfræktur að Háaleitisbraut 13 af Mínervu Alfreðsdóttur og Ingu Láru Þórisdóttur. Þær eru menntaðir íþróttakennarar og bjóða upp á stórskemmtileg hreyfinámskeið fyrir lítil kríli. „Ásamt íþróttanámskeiðunum býð ég upp á ungbarnasundnámskeið fyrir börn á aldrinum þriggja mánaða til eins og hálfis árs,“ segir Mínerva.

Aðsóknin jókst

Mínerva lærði ungbarnasund árið 1996 í Noregi hjá Norges Idrettsforbund og starfaði þar sem ungbarnasundkennari í tvö ár. „Haustið 1999 byrjaði ég með ungbarnasundnámskeið á Háaleitisbraut og í ár hef ég verið að kenna meira og minna í 20 ár á Íslandi auk tveggja ára í Noregi.“ Fyrst um sinn var Mínerva með fá námskeið. „Smám saman jókst aðsóknin samfara því að ungir foreldrar urðu meðvitaðri um ágæti þess að fara með ungbörn í sund og hversu góð áhrif það hefur á þroska þeirra.“

„Í sundtímum tengjast foreldrar barni sínu á nýjan og sérstakan hátt. Við byrjum á því að syngja saman og förum svo í gegnum fjölbreyttar og skemmtilegar æfingar. Foreldrar sjá fljótt mun á styrk og hreyfiþroska barnsins þar sem við erum sifellit að gera æfingar sem örva og auka skynjun og þroska.“

Þau börn sem fara í ungbarnasund búa að því þegar þau verða

eldri. Þau eru betur í stakk búin til að fara í almenningslaugar með foreldrum sínum og einnig hef ég tekið eftir því að þegar þau byrja í skólansundi í sundkennslu eiga þau oft auðveldara með að gera grunnæfingar eins og að fljóta og fara í kaf.“

Helstu markmið ungbarnasundsins eru:

- Að veita markvissa örvun og aðlögun barna á aldrinum 3 mán. – 1 og 1/2 árs í vatni.
- Að auka sjálfstraust barns í vatni.
- Að barnið finni fyrir öryggi og líði vel í sundi.
- Að venja barn við vatn sem hreyfiumhverfi.
- Að barnið fái útrás fyrir hreyfiþörf sína og örvi þar með hreyfiþroska og styrk.
- Að venja barn við ögrandi umhverfi sem hefur örvandi áhrif á sem flest skynfæri barnsins.
- Að skapa umhverfi þar sem foreldrar og barn geti aukið og styrkt tengslamyndun hvert við annað.
- Að foreldrar hittist og kynnist öðrum foreldrum sem eru með ungbörn og því oft með áþekk áhugamáli.

Næstu námskeið í ungbarnasundi byrja mánudaginn 7. október.

Námskeiðin eru haldin að Háaleitisbraut 13, á mánudögum og miðvikudögum og standa yfir í fjórar vikur.

Byrjendanámskeið er kl. 17.00 og framhaldsnámskeið kl. 17.30.

Litli íþróttaskólinn

Haustið 2001 byrjuðu Mínerva og Inga Lára með hreyfinámskeið fyrir lítil kríli. „Fyrst um sinn vorum við tvær með tímana á laugardögum en þegar elsta dóttir okkar fæddist, fengum við Fanneyju Rúnarsdóttur til liðs við okkur en hún er einnig íþróttakennari að mennt. Við störfum allar í grunnskólum eða framhaldsskóla og höfum áralanga reynslu af því starfi.“

Hefðbundinn rammi með mátulegum skammti af tilbreytingu

Litli íþróttaskólinn er fyrir börn á aldrinum 17 mánaða til 3 ára en börn og aðstandendur eru saman í hreyfistund á forsendum barnsins. Tímarnir eru 40 mínútna langir og yfirleitt byggðir upp á svipaðan hátt. Þeir eru tvískiptir þar sem fyrst eru gerðar æfingar og leikir með eða án áhalds. Síðan er farið í mismunandi þrautabrotur. Allir tímar byrja og enda með samverustund og söng. „Okkar reynsla er sú að börnin þrífast best innan nokkuð hefðbundinna ramma með mátulegum skammti af tilbreytingu.“

„Ómetanlega gefandi að vinna með börnum“

Foreldrar eru virkir með börnunum á námskeiðinu og fá þeir m.a. að upplifa börnin sín í hreyfingu innan um jafnaldr. „Þeir sem hafa komið til okkar hafa flestir komið á fleiri en eitt og tvö námskeið. Svo mæta þeir jafnvel aftur með barn númer tvö og þrjú. Að vinna með börnum og

foreldrum ungra barna er ómetanlega gefandi og skemmtilegt. Ungir foreldrar eru ótrúlega duglegir og virkir með börnin sín.“

Tímarnir eru aldursskiptir og eru æfingarnar einfaldar og viðráðanlegar. „Af tíu tímum í Litla íþróttaskólanum eru svo tveir tímar haldnir í sundlauginni. Þar gerum við skemmtilegar sundæfingar sem er blandað saman við söng og visur.“



Næsta námskeið hjá Litla íþróttaskólanum byrjar laugardaginn 21. september. Námskeiðið er á laugardögum fyrir hádegi á Háaleitisbraut 13. Námskeiðið er 10 skipti (8 skipti hreyfing í sal og 2 sundtímar). Allar nánari upplýsingar má nálgast á vefsíðunni litliithrottaskolinn.is Sími: 699-1900 (Mínerva) eða 868-7116 (Inga Lára) Tekið er á móti skráningum á netfanginu minerva@simnet.is.



Barnaloppnan breytir kauphegðun Íslendinga, eitt lítið flóarskref í einu

Barnaloppnan er kærkomin bylting á íslenskum markaði en hjónin Guðríði Gunnlaugsdóttir og Andra Jónsson dreymdi um að fara í rekstur sem hjálpaði umhverfinu. „Það er ótrúlegt hvað fólk hefur tekið vel á móti okkur. Að opna Barnaloppnuna er örugglega ein besta og skemmtilegasta ákvörðun sem við höfum tekið,” segir Andri.

Boltinn byrjaði að rúlla í DK

„Við bjuggum um tíma í Danmörku og nýttum okkur mjög mikið flóamarkaði þar. Við erum bæði uppalin í Skandinavíu og bjuggum á Íslandi áður en við fluttum aftur út í nám. Bæði höfðum við lengi keypt notaðar vörur á okkur sjálf og börnin okkar og þótti okkur ótrúlega skemmtilegt að rölta um endilanga Kaupmannahöfn og gera góða „dila“ á alls konar mörkuðum. Það var síðan mánuði áður en við fluttum aftur heim til Íslands að hugmyndin að Barnaloppnuni kviknaði. Við prófuðum nefnilega sjálf að vera með bás á sams konar loppumarkaði í Danmörku, þar sem við seldum fatnað og fleira af stelpunum okkar. Það var reyndar alltaf planið að opna einhvers konar „second-hand“ búð,” segir Guðríður. Mér hafði ekki dottið nákvæmlega þessi hugmynd í hug þar sem þessi tegund af markaði er að finnskri



fyrirmynd og því ekki á hverju strái á Norðurlöndunum. En snilldin við Loppnuna er að við sjáum alfarið um söluna og snum viðskiptavinum verslunarinnar eftir að leigjendur hafa sett básana sína upp. Svo er hægt að fylgjast með sölunni í rauntíma í gegnum símann eða tölvuna. Þannig er Barnaloppnan frábrugðin þessum venjulegu mörkuðum sem við þekkjum þar sem fólk stendur sjálft og selur.

Guðríður Gunnlaugsdóttir. Í rauninni fannst okkur við vera að taka smá áhættu með opnun Barnaloppunnar. Því fylgir ákveðið stress að vera fyrst á markað með ákveðið „konsept“ og vita ekki hvernig móttökur það fær. Fljótlega eftir opnun varð ljóst að það var mikil þörf á svona verslun og við erum afar þakklát fyrir frábærar móttökur. Það er líka virkilega gaman að sjá hvað Íslendingar eru orðnir meðvitaðir um umhverfispáttinn og finnst gaman að taka þátt með því að hugsa vel um litlu „búðina sína“ hjá okkur. Við viljum líka trú á því að við séum búin að eiga smá þátt í að breyta kúltúr og kauphegðun Íslendinga, bæði með því að bjóða upp á auðveldari leið til að endurnýta og losa sig við varning, og kaupa „second hand“ vörur á frábæru verði.”

Barnavörur og meðgöngufatnaður

Í Barnaloppnuni fæst allt fyrir barnið og nýbakaða foreldra. Allt frá fatnaði og leikföngum til barnavagna og bílstóla. „Svo er einnig í boði að selja

meðgöngu- og gjafafatnað hjá okkur. Það er eiginlega galið að endurnýta ekki þessar vörur þar sem notkunargildið takmarkast oftast ekki við nokkra mánuði. Við erum oft spurð upp í hvaða aldur megi selja, en við miðum við börn á aldrinum 0–16 ára og bendum fólk á Extraloppnuna ef það hyggst selja fullorðinsfatnað og aðrar heimilisvörur.”

Spöruðu miklar fjárhæðir á að kaupa notað

Úrvalið í Barnaloppnuni kemur fólk mikið á óvart. „Við erum með 206 bása í búðinni og hátt í 20.000 vörur, og á hverjum degi setja nýir aðilar upp bása þar sem leigutímabilin eru mislöng. Vika er þó lágmarks leigutími. Sömuleiðis eru þeir sem eru með bása sífellt að skipta út vörum og fylla á básana sína og því er á hverjum einasta degi eitthvað nýtt á boðstólum. Það er gaman að að segja frá því að það kom til okkar þar fyrir stuttu sem átti von á sínu fyrsta barni. Þau höfðu útbúið langan lista af hlutum sem átti að kaupa fyrir barnið á meðan faðirinn væri erlendis. Maðurinn er flugmaður og ætlun hans var að kaupa vörurnar á listanum í Bandaríkjunum. Listinn hljóðaði upp á hátt í 200.000 krónur miðað við verðlagið úti. Þau kaktu í Barnaloppnuna af rælni til að athuga hvort þau fyndu eitthvað af listanum. Eftir að hafa verið hér í tvo tíma komu þau að kassanum og sögðu okkur að þau hefðu náð að strika allt út af listanum fyrir 60.000 krónur! Þau spöruðu sér þarna 140.000 krónur, og það miðað við

verðið í Bandaríkjunum. Algjörlega frábært.”

Íslendingar eru sífellt að verða meðvitaðri um umhverfið og sýna það í verki með því að flokka flöskur, plast, málm og pappa, vera með moltu og jafnvel kjúklinga í garðinum. „Við eru líka sífellt að verða betri í því að endurnýta.



Desember í fyrra kom okkur til dæmis skemmtilega á óvart en þá kom fólk hingað inn í stórum stíl til að kaupa jólafatnað á börnin sín og jólagjafir handa

börnunum í kringum sig. Þannig að það er klárlega að aukast að fólk gefi notaðar gjafir og ef við foreldrarnir gerum það, munu börnin okkar alast upp við að þetta sé hinn eðlilegasti hlutur og það er þróun í rétta átt. Gott fyrir budduna og enn betra fyrir umhverfið og móður jörð.”

Nánari upplýsingar á www.barnaloppnan.is
Fylgstu með okkur á Facebook og Instagram: Barnaloppnan – Barnaloppnan
Barnaloppnan, Skeifan 11d, 108 Reykjavík
Sími: 620-2080
Vefpóstur: info@barnaloppnan.is

BLÓÐ Í BÍÓ

■ Hryllingsmyndir njóta síaukinna vinsælda hjá kvikmyndahúsagestum
 ■ Á kvikmyndahátíðinni RIFF er að finna úrval fyrir addáendur blóðs, uppvakninga og hryllings

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
 lilja@dv.is



Stjörnuleikarar Það vantar ekki hæfileikana í leikaraliðið í The Dead Don't Die.

Einkunnir
 Ⓜ 54/100
 🍌 5,6/10
 🍎 54/100



The Dead Don't Die

Leikstjórann Jim Jarmusch þarf vart að kynna en hann hefur leikstýrt myndum á borð við Night on Earth, Broken Flowers, Coffee and Cigarettes, Stranger Than Paradise og Only Lovers Left Alive. The Dead Don't Die er hins vegar hans fyrsta uppvakningamynd, og myndin var frumsýnd á kvikmyndahátíðinni í Cannes í maí síðastliðnum og sló rækilega í gegn. Myndin virðist höfða meira til Evrópubúa en samlanda Jarmusch, Bandaríkjamanna, og hefur hún hlotið ansi misjafna dóma gagnrýnenda. Það þarf hins vegar lítið að kvarta yfir leikaravalið og skartar myndin stórstjörnunum Adam Driver, Bill

Murray, Tilda Swinton, Steve Buscemi og Chloë Sevigny. Í stuttu máli fjallar myndin um lögregluhlíð í smábænum Centerville sem þarf skyndilega að verjast innrás uppvakninga. Þótt um hryllingsmynd sé að ræða er húmorinn alltaf til staðar og leikur Jarmusch sér til að mynda með frægar persónur í uppvakningalíki. Eins og gagnrýnandi BBC bendir á þá virðist Jarmusch vera að vísa í nútímaheiminn þar sem leikararnir í The Dead Don't Die virðast vera meðvitaðir um að þeir séu fastir í uppvakningamynd og að þeir geti lítið í því gert.

Einkunnir
 Ⓜ 89/100
 🍌 7,9/10
 🍎 94/100

Tveir góðir Willem Dafoe og Robert Pattinson fara á kostum í The Lighthouse.



The Lighthouse

Frá leikstjóranum Robert Eggers kemur svarthvíta hrollvekjan The Lighthouse. Eggers er ekki ókunnugur hryllingsmyndum því hann kom sér rækilega á kortið með hryllingsmyndinni The Witch árið 2015. The Lighthouse var heimsfrumsýnd á kvikmyndahátíðinni í Cannes í maí og hlaut lof gagnrýnenda. Þá er það mál manna að aðalleikararnir Robert Pattinson og Willem Dafoe sýni stórleik í myndinni, sérstaklega sá síðarnefndi, gamalreynði jálkur.

„Það er sjaldgæf ánægja að finna mynd sem er svo innilega furðuleg að maður veit ekki hvernig á að skilgreina það sem maður var að horfa á,“ segir til að mynda í gagnrýni New York Post um myndina, sem fjallar um ævintýri tveggja vitavaraða. Vitaverðirnir hafa eytt alltof löngum tíma í vitanum og verða hægt og bitandi sturlaðir á afskekktu eyju við Nýja-England. Hrollvekjan er sálræn og tekin upp á 35 millimetra, svarthvíta filmu, sem gerir hana enn meira hrollvekjandi.

Einkunnir
 Ⓜ ?
 🍌 5,6/10
 🍎 ?

Költmynd Evil Ed er háðsádeila mikil.



Evil Ed

Svo er það ein gömul og góð, sænska hryllingskómedían Evil Ed frá árinu 1995 í leikstjórn Anders Jacobsson. Myndin er háðsádeila á þá miklu ritskoðun sem gekk á í Sænsku kvikmyndastofnuninni á árunum 1911 til 1996. Aðalpersóna myndarinnar, Ed, er látin ritskoða hrollvekjur allan liðlangan daginn og byrjar smátt og smátt að missa vitið.

Um er að ræða svokallaða költmynd sem er einnig óður til subbumynda níunda áratugarins. Hins vegar var það ádeilan sem kom henni í kortið og var Anders Jacobsson sjálfur til að mynda hafður að háði og spotti í sænsku sjónvarpi af Sænsku kvikmyndastofnuninni þegar að myndin kom út.

Galdrar og gæsaþúð
 Dachra er fyrsta hryllingsmyndin frá Túnis.

Einkunnir
 Ⓜ ?
 🍌 7,1/10
 🍎 100/100



Dachra

Frá túniska leikstjóranum Abdelhamid Bouchnak kemur hryllingsmyndin Dachra, sem er fyrsta mynd leikstjórans í fullri lengd og í raun fyrsta hryllingsmyndin frá Túnis. „Karakterarnir eru pirrandi, útlitið ódýrt og söguþráður endurunninn úr öðrum kvikmyndum sem samt þarf að viðurkenna að Dachra er ógeðfelld spennamynd,“ stendur til að mynda í gagnrýni Hollywood Reporter. Þótt myndin sé ekki gallalaus þá er hún allt öðruvísi en aðrar myndir frá Túnis og svarlar þörf áhugafólks um hryllingsmyndir.

Myndin fjallar um Yasmin, nema í blaðamennsku, sem ákveður að gera skólaverkefni um dularfulla konu sem fannst limlest fyrir 25 árum. Yasmin gerir verkefnið ásamt tveimur vinum, en dularfulla konan er læst inni á hæli og grunuð um galdur. Skólaverkefnið dregur þau í óvæntar og ógnvænlegar áttir í einangruðu þorpi, fullu af geitum, þöglum konum, dularfullu þurru kjöti og sjóðandi pottum.

Áhugaverð
 Helsinki
 Mansplaining
 Massacre er meðal stuttmynda í hryllingsgeiranum á RIFF.



Hryllingur í minna mæli
 Á RIFF er einnig að finna ýmsar stuttmyndir með hryllingsívafi, svo sem Hand in Hand frá Sviss, Milk frá Kanada og Helsinki Mansplaining Massacre frá Finnlandi.

Milljarðaiðnaður

Árið 2018 var einstaklega gott ár fyrir hryllingsmyndir og virðist sú tegund kvikmyndagerðar vera á mikilli uppleið. Hryllingsmyndir skiluðu rétt rúmlega níu hundruð milljónum dollara í miðasölutekjur árið 2018, um 111 milljörðum króna. Alls voru seldar tæplega hundrað milljónir miða á hrollvekjur það árið. Þær þrjár myndir sem höluðu mestu inn voru:

- 1. A Quiet Place**
 Tekjur: 188 milljónir dollara
 Miðar seldir: 20 milljónir
- 2. Halloween**
 Tekjur: 159 milljónir dollara
 Miðar seldir: 17,5 milljónir
- 3. The Nun**
 Tekjur: 117 milljónir dollara
 Miðar seldir: 13 milljónir

SAKAMÁL



FLÁRAEÐI

■ Í einkalífi Jimmys Logue var mikil óreiða ■ Í vinnunni var allt meira eða minna

Atvinnna getur verið af ýmsu tagi og sum störf eru talin virðingarverðari en önnur. Starf Jimmys Logue, sem fæddist í Filadelfíu árið 1835, verður sennilega seint talið ærlegt, en Logue lagði fyrir sig þjófnað og spannaði ferill hans í þeim geira yfir fjörutíu ár.

Aðeins tíu ára var Logue handtekinn fyrir þjófnað og sat inni á einhvers konar stofnun fyrir vikið. Þegar hann losnaði gerðist hann lærlingur hjá manni að nafni Joe Keyser, vel þekktum vasabjór í Baltimore. Logue sóttist námið greinilega vel því hann haslaði sér völl í bankaránum og varð bara þónokkuð snjall á þeim vettvangi.

Tilvera Logue var tvískipt; öðrum hluta hennar varði hann við ágæt efni og velsæld og hinum hlutanum á bak við lás og slá.

Skammlífur hjúskapur

Það væri vægt til orða tekið að segja að óreiða hafi ríkt í einkalífi Logue. Þar var nánast allt í einum graut. Þegar Logue var 23 ára kvæntist hann Mary Jane Andres. Hjúskapur þeirra entist í tvö ár og þá gekk Logue í hjónaband með Mary Gahan. Hann lét þó undir höfuð leggjast að skilja formlega við Mary Jane, fannst það sennilega óþarfa vesen.

Mary Gahan átti óskilgetinn son, Alphonse, sem nánar verður vikið að síðar. Logue fór illa með Mary og flúði hún á náðir föður síns og dó árið 1869.

Johanna bíður eiginmannsins

En áður en Mary yfirgaf Logue hafði hann tekið upp ástarsamband með systur hennar, Jóhönnu. Þau gengu í hjónaband tveimur árum eftir að Mary dó, árið 1871, en um það leyti var Logue að búa sig undir afplánun sjö ára dóms í Cherry Hill-fangelsinu fyrir innbrot.

Johanna beið þess að Logue fengi frelsi að nýju og þegar það gerðist hreiðruðu þau um sig á Occidental-hótelinu í New Yorkborg.

Logue var loðinn um lófana, enda hafði hann komið illa

„Ég er farin,“ sagði hún þegar hún yfirgaf húsið og kom aldrei til baka, að sögn Alphonse.

fengnu fé sínu fyrir á reikningum í hinum ýmsu bönkum í borginni. Hann tók upp fyrri iðju með félaganum sínum, Peter Burns, með áherslu á almenna þjófnaði og innbrot.

Hjálpar stjúpssyninum

Hinn óskilgetni stjúpssonur Logue, Alphonse, sem notaði eftirnafn föður síns, Cutaiar, var enn inni í myndinni hjá Logue. Alphonse naut góðs af hagsæld Logue sem samþykkti að hjálpa honum að koma undir sig fótunum sem rakari. Logue keypti hús að North Eleventh Street 1250 í Filadelfíu og rakarastofa Alphonse var til húsa þar, á jarðhæð.

Um skeið bjuggu Logue og Jóhanna í húsinu, auk tveggja starfsmanna rakarastofunnar. Logue og Jóhanna yfirgáfu Filadelfíu árið 1879 og fluttu til New York. Logue ákvað að fara í „þjófnaðarleiðangur“ til Boston með kollega sínum, George Mason, en Jóhanna varð eftir í New York.

Johanna hverfur

Þegar Logue kom aftur til New York var Jóhönnu hvergi að finna og hann hafði samband við Alphonse og leitaði tíðinda. Jú, Alphonse sagði Logue að Jóhanna hefði komið til Filadelfíu, hellt ótæpilega í sig og síðan rokið á dyr. „Ég er farin,“ sagði hún þegar hún yfirgaf húsið og kom aldrei til baka, að sögn Alphonse.

James „Jimmy“ Logue Lagði fyrir sig bankarán og innbrot með góðum árangri.



Margir voru þeirrar skoðunar að hún hefði fengið sig fullsadda af barsmíðum Logue, sem voru á allra vitorði.

Logue hóf leit að Jóhönnu og auglýsti meira að segja eftir henni í dagblöðum í Filadelfíu og bauð 500 dali í verðlaun, hverjum þeim

sem gætu veitt upplýsingar um hana.

Logue taldi reyndar ekki loku fyrir það skotið að Jóhanna hefði



FILADELFIU

á hreinu ■ Eiginkona hans var myrt og hann grunaður um verknaðinn

Alphonse Cutaiar
Stjúpsonur Logue var ekki allur þar sem hann var séður.



Alphonse F. Cutaiar, Jr.

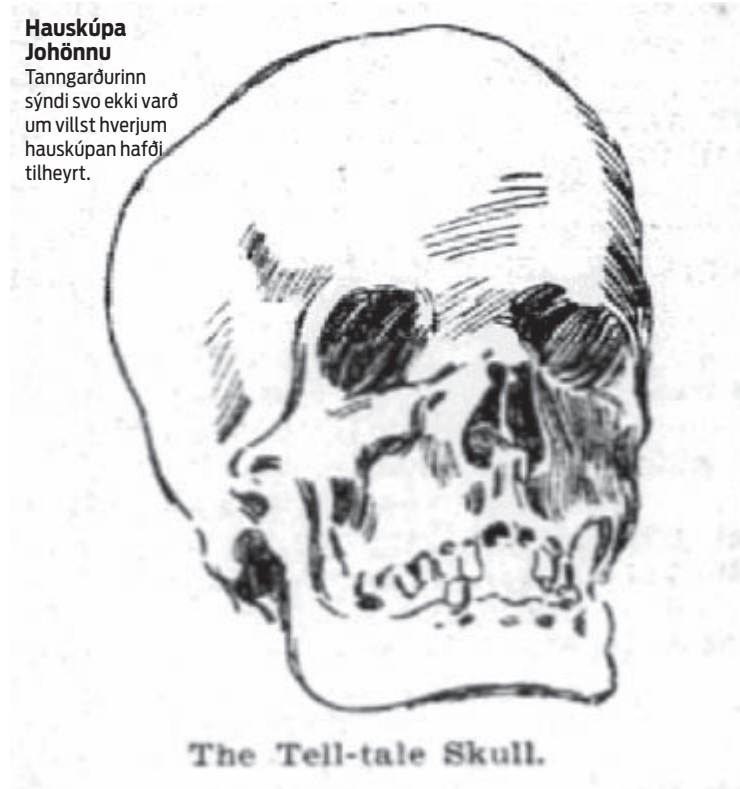
leitað hófanna hjá Peter Burns og leitaði þeirra í Denver.

Beinagrind undir gólfborðum

Um þetta leyti var Logue handtekinn fyrir rán og að lokinni afplánun hvarf hann. Johanna og afdrif hennar féllu í gleymsku og ekkert um þau hugsað fyrr en árið 1893. Þá voru verkamenn að vinna að viðgerðum í húsinu við North Eleventh Street og fundu beinagrind konu undir gólfborðum í eldhúsinu. Á einum fingri var hringur með áletruninni „Frá JL til JL“.

Lögregla komst fljótlega

Hauskúpa Johönnu
Tanngarðurinn sýndi svo ekki varð um villst hverjum hauskúpan hafði tilheyrð.



The Tell-tale Skull.

„Ég er Logue – James Logue – og ég gef mig fram, mér skilst að það sé gild handtökuskipun á mig.“

að því að húsið hafði tilheyrð Jimmy Logue á árum áður og að Johanna hefði horfið af yfirborði jarðar. Frekari rannsókn á beinagrindinni og nokkrum munum sem fundust hjá henni tóku af allan vafa um að um væri að ræða líkamsleifar Johönnu. Leit hófst að Jimmy Logue.

Logue gefur sig fram

Að kvöldi 5. mars, 1895, bankaði maður upp á hjá réttarlækni Fíladelfu. Þegar réttarlæknirinn, Ashbridge, fór til dyra sá hann nokkuð roskinn mann sem sagði: „Ég er Logue – James Logue – og

ég gef mig fram, mér skilst að það sé gild handtökuskipun á mig.“

Logue hafði eytt að minnsta kosti átta undanfarinna ára í fangelsi og sagðist hafa verið í Chicago þegar hann frétti að hans væri leitað. Hann hefði komið eins fljótt og auðið var.

Réttarlæknirinn fór með Logue á lögrelustöðina og hann var formlega handtekinn, en einhverra hluta vegna ákvað lögreglan að halda því leyndu og skræði hann inn sem William Casey. Það varðar framvindu sögunnar ekki neitt.

Fjarvistarsönnun stenst

Logue sór af sér alla sök um aðkomu að morðinu á Johönnu. Hann gaf skýrslu þar sem hann lýsti í smáatriðum ferðum sínum og Georges Mason í Boston; hvaða hótélum þeir hefðu dvalið á og jafnvel hvenær þeir fóru í leikhús og sáu leikverkíð Róbinson Krúsó, sem þá var til sýninga þar í borg.

Lögreglan gleypiti frásögn Logue ekki hráa, en eftirgrennslan sýndi að þeir félagar höfðu í reynd verið á nefndum hótélum og allt annað reyndist standast skoðun. Erfitt var að bera brigður á fjarvistarsönnun Logue.

Alphonse gefur sig

Þá beindust sjónir lögreglu að Alphonse Cutaiar. Upp úr kafinu kom að Alphonse hafði í fórum sínum allmikið af skartgripum Johönnu og einnig að um það leyti sem Johanna hvarf hafði hann látið bræða gull- og silfurgrípi og síðan selt.

Alphonse neitaði sök og reyndi af fremsta megni að skella skuldinni á Logue. Honum var ekki trúað og var yfirheyrður tímunum saman. Að lokum gaf Alphonse sig og sagði sem var að Jimmy Logue hefði ekkert vitað um morðið á Johönnu.

Kvöldið sem Johanna hvarf

Atburðarás kvöldsins sem Johanna hvarf var, að sögn Alphonse, á þá leið að hann kom, að kvöldi 22. febrúar, 1879, að Johönnu dauðadrukinni. Hann óttaðist að hún myndi snúa aftur til New York, þar sem Logue myndi án efa ganga allduglega í skrokk á henni.

Til að koma í veg fyrir það bar Alphonse Johönnu upp í svefnherbergi og batt hana þar niður í rúmið með þvottasúru. Þar skildi hann við hana og fór aftur niður. Þegar hann síðar fór upp til að athuga með hana sá hann að hún hafði náð að velta sér og hafði kafnað í sænginni. Hann þorði ekki fyrir sitt litla líf að segja þetta nokkrum manni og brá á það ráð að fjarlægja allt skart Johönnu og úr og faldi síðan líkið undir eldhúsgólfinu.

Málalok

Í apríl, 1896, var réttað yfir Alphonse Cutaiar vegna morðsins á Johönnu. Hann var sekur fundinn um morð og dæmdur til að hanga í hæsta gálga. Rúmu ári síðar, í júní 1897, tókst lögfræðingum Alphonse að sannfæra sýkunarnefnd um að milda dóm Alphonse. Var dauðadómmnum breytt í lífstíðardóm.

Og þá er sagan öll. ■

Byggt á murderbygaslight.com



Hendi á hjarta
Ásamt eiginmanninum,
Donald Trump.

Á þann hátt eru þau föst í raunveruleika sem þau vildu ekki að yrði að veruleika

Hin dularfulla Melania

Dularfyllsta forsetafrú sögunnar

Kristján Kristjánsson
ritstjorn@dv.is



Ver er konan á bak við risastóru sólgleraugun og þetta dularfulla Mónu Lísu-bros? Þetta er Melania Trump sem er 45. forsetafrú Bandaríkjanna. En andstætt því sem síðustu þrjár forsetafrúr, þær Michelle Obama, Hillary Clinton og Laura Bush, gerðu þá lætur Melania sjaldan uppi hvað er að gerast á bak við fagurt yfirborðið.

„Ég held að Melania Trump geti sagt okkur sögur sem myndu láta okkur standa á öndinni. En hún heldur þessu út af fyrir sig. Melania er eins og einhyrningur. Hún er óvenjulegasta forsetafrúin á síðari tímum í bandarískri sögu,“ segir Kate Bennett, fréttakona hjá CNN, um

forsetafrúna. Í desember kemur bókinn „Free Melania“ út en hún er einmitt eftir Bennett. Bennett hefur fjallað um líf Melaniu frá því í janúar í starfi sínu hjá CNN. En kannski er það Brigitte Macron, forsetafrú í Frakklandi, sem hefur komist næst Melaniu. Í nýlegu viðtali við breska dagblaðið The Guardian talaði hún um Melaniu:

„Melania Trump er heillandi og athugul. Húmor okkar

er svipaður. Hún elskar að grínast og hlæja. Melania er orðin góð vinkona mín,“ sagði Brigitte Macron en hún eyddi töluverðum tíma með Melaniu á meðan fundur leiðtoga G7-ríkjanna fór fram í Frakklandi fyrir skömmu.

Æskuárin

Melania Knavs, eins og hún hét þá, hitti Donald Trump í fyrsta sinn í samkvæmi í New York 1998. Þau gengu í hjónaband 2005. Meðal gesta í brúðkaupi þeirra voru þau Bill og Hillary Clinton sem síðar urðu erkióvinir Trump.

Melania flutti til Bandaríkjanna þegar hún var 26 ára en hún er nú 49 ára. Hún starfaði sem fyrirsæta í New York og var lífið í stórborginni allt öðruvísi en lífið í heimalandi hennar, Slóveníu. Hún er frá litlum bæ sem heitir Sevnica. Faðir hennar, Viktor Knavs, var leiðtogi kommúnistaflokksins í bænum. Móðir hennar, Amalija, starfaði sem saumakona. Fjölskyldan bjó í íbúð í miðbænum. Íbúar í Sevnica gera að vonum mikið úr því að forsetafrú Bandaríkjanna sé þaðan og geta ferðamenn farið í sérstakar „Melania-rútuferðir“. Í ferðunum er sagt frá æsku Melaniu. Meðal annars fær fólk að heyra að áður en Melania, sem hét Melanija áður en hún flutti til Bandaríkjanna, hafi ræktað lauk með móður sinni. Á unglingsárunum þrjónaði hún sínar eigin peysur. Fyrsta fyrirsætustarfið fékk hún þegar hún var fimm ára en það var hjá fataverksmiðju í nágrenninu. Á unglingsárunum fór hún á



Umkringd fjölmiðlafólki það mæðir oft mikið á Melaniu.

diskótek þar sem hún dansaði við tónlist Wham og Georges Michael. Þangað fór hún á skellinöðru með unnusta sínum. Melania var á unglingsaldri þegar hún flutti til Milanó á Ítalíu með eldri systur sinni, Ines. Þær systur eru miklar vinkonur og er Ines sögð vera besta vinkona Melaniu. Ines á einmitt íbúð við hlið Trump Tower í New York en hún er metin á sem svarar til á þriðja hundrad milljóna íslenskra króna.

Raunveruleiki sem þau vildu ekki

Eftir kosningasigurinn 2016 bjó Melania áfram í New York með syni hennar og Trump, Barron. Þegar skólaárinu lauk hjá honum hálfu ári síðar flutti hún gegn vilja sínum inn í Hvíta húsið eftir því sem Washington Post segir. Kate Bennett segir að tregða Melaniu til að sinna starfi forsetafrúar sé ekkert einsdæmi. Bæði Laura Bush og Michelle Obama hafi

játað að þær hafi eingöngu verið í hinu pólitíska sviðsljósi vegna eiginmanna sinna.

Barbara Walters sjónvarpsfréttakona segir að starfið sem forsetafrú sé allt annað en þakklátt. Konurnar séu alltaf bornar saman við Jackie Kennedy og ef annar pólitíski vængurinn elski þær þá hati hinn þær.

Kate Bennett segir að andstaða Melaniu við starfið sem forsetafrú sé þó í sérflokk. Heimildarmenn hennar segi að Donald Trump hafi lofað henni að kosningabaráttan væri bara leið til að auka viðskipti og umsvif Trump Enterprise, sem er fjölskyldufyrirtækið. Trump hafi verið sömu skoðunar og allir helstu stjórnmálaskýrendur heims um að engar líkur væru á að hann sigraði í kosningunum.

„Á þann hátt eru þau föst í raunveruleika sem þau vildu ekki að yrði að veruleika,“ sagði hún í samtali við CNN. ■



Dulúð Melania Trump, forsetafrú Bandaríkjanna.



Fyrirmyndin Saga hjónanna varð uppsprettan að þáttunum *The Americans*.

Synirnir vissu ekki um leyndarmál foreldranna

■ Hefðbundin bandarísk fjölskylda á yfirborðinu
 ■ Þáttaröðin „The Americans“ er byggð á sögu hjónanna

Kristján Kristjánsson
 ritstjorn@divis



Það var ekki annað að sjá en Tracey Foley og Donald Heathfield væru eins og hverjir aðrir Kanadamenn búsettir í Bandaríkjunum. En það voru þau ekki. Þau bjuggu í Boston með tveimur sonum sínum þegar þessi saga hefst árið 2010. Þá voru synirnir, Alex og Tim, 16 og 20 ára. Donald hafði lagt stund á nám í Frakklandi og gegndi stjórnunarstöðu hjá bandarísku ráðgjafafyrirtæki. Tracey hafði árum saman látið synina vera í forgangi og unnið heima en fór síðan að vinna sem fasteignasali.

Á yfirborðinu var ekki annað að sjá en hér væri um að ræða venjulega bandaríska fjölskyldu með kanadískar rætur. Þau elskuðu að ferðast til útlanda og synirnir voru hvattir til að vera fræðast um heiminn.

Leyndarmálið afhjúpað

En hjónin áttu sér leyndarmál, leyndarmál sem synirnir vissu ekki einu sinni um. Þegar Tim fagnaði tvítugsafmæli sínu þann 27. júní 2010 fór fjölskyldan saman út að borða til að fagna þessum merka áfanga. Síðan fóru þau heim og opnuðu kampavínsflösku. Tim ætlaði að fara út með nokkrum vinum sínum síðar um kvöldið. Eftir að dreypt hafði verið á kampavíninu fóru Tim og Alex inn í herbergin sín til að slappa af.

Síðan var barið að dyrum. Tracy fór til dyra og kallaði á Tim því hún taldi að vinir hans væru

komnir. En þegar hún opnaði útidyrnar blöstu við henni svartklæddir og vopnaðir menn sem öskruðu: „FBI!“

Í kjölfarið komust bræðurnir að ýmsu um foreldra sína. Þau voru ekki kanadísk. Þau hétu heldur ekki Tracey Foley eða Donald Heathfield. Það voru nöfn tveggja kanadískra barna sem létust mörgum árum áður. Þau hétu í raun Andrej Bezrukov og Elena Vavilova. Bæði fædd í Sovétríkjunum sálugu og bæði voru þau njósnarar rússnesku leyniþjónustunnar SVR.

En þau voru ekki einu Rússarnir sem komst upp um því átta aðrir voru einnig handteknir. Ástæðan var að bandarískri leyniþjónustu hafði tekist að fá Alexander Potejev, sem var aðstoðarforstjóri þeirrar deildar rússnesku leyniþjónustunnar sem sá um starfsemi njósnara á erlendri grund, til að svíkja lit og ganga Bandaríkjunum á hönd. Hann lagði spilin á borðið í kjölfarið og skýrði frá nöfnum tíu rússneskra njósnara sem bjuggu í Bandaríkjunum.

Andrej og Elena gengu í hjónaband í Sovétríkjunum á níunda áratugnum. Þau voru bæði ráðin til starfa af KGB og síðan fluttu þau til Vesturlanda en hvort í sínu lagi. Þau fengu síðan nöfn tveggja kanadískra kornabarna sem létust á sjöunda áratugnum.

Í lok níunda áratugarins „hittust“ hjónin síðan í Kanada en sá fundur þeirra var sviðsettur. Þau byrjuðu að draga sig saman í annað sinn en nú undir nýju

Undir fölsku flaggi Tracey heitir í raun Elena Vavilova.



nöfnunum. Þau gengu síðan í hjónaband, öðru sinni. Því næst fluttu þau til Frakklands og síðan til Boston. Allt var þetta gert samkvæmt ákveðnu skipulagi til að fela slóð þeirra.

Bók og sjónvarpsþættir

Elena skrifaði síðar bók um líf þeirra sem njósnarar, hún heitir „The Woman Who Can Keep Secrets“. Um skáldsögu er að ræða en hún er byggð á lífi þeirra.

„Njósnari verður að vera leikari en leikari sem þarf ekki áhorfendur eða svið og þarfnast ekki viðurkenningar frá öðrum,“ sagði Elena í viðtali við The Guardian. En málið hefur einnig orðið uppspretta sjónvarpsþáttaraðar því þáttaröðin „The Americans“ er byggð á sögu hjónanna. Elena hefur séð þættina og sagði að í þeim sé hinum andlegu og sálfræðilegu þáttum, sem hjónin glímdu við, vel lýst. Hins vegar hafi þau ekki stundað morð og kynlíf í tengslum við starfið. Þau hafi aldrei beitt ofbeldi eða klætt

sig í dulargervi. Hlutverk þeirra hafi verið að búa til trúverðugar persónur sem lifðu venjulegu lífi.

„Fólk heldur að við höfum lifað á ystu nöf allan tímann en í rauninni var lífið í föstum skorðum og frekar leiðinlegt,“ sagði Elena.

Vísad úr landi

Hjónin játuðu að hafa unnið í leyni fyrir rússnesk stjórnvöld. Þau voru síðan send til Rússlands ásamt hinum átta njósnurum í skiptum fyrir fjóra Rússa sem höfðu verið sakfelldir fyrir að hafa starfað fyrir vestræna leyniþjónustu í Rússlandi.

Nokkrum dögum eftir að hjónin voru send til Rússland voru synir þeirra einnig sendir þangað. Þeir voru sviptir kanadískum ríkisborgararétti en þeir fæddust í Toronto í Kanada. Þetta var mikið áfall fyrir þá þar sem þeir töluðu ekki rússnesku og töldu sig vera kanadíska og upplifðu sig sem Kanadamenn. Þeir fóru með mál sitt fyrir dóm til að reyna að fá



Vissu ekkert Synirnir Alex og Tim.

kanadíska ríkisborgararéttinn aftur. Samkvæmt kanadískum lögum eiga öll börn sem fæðast í Kanada rétt á að fá kanadískan ríkisborgararétt en það er þó ein undantekning á þeirri reglu því barn móður, sem starfar fyrir erlent ríki, getur ekki fengið ríkisborgararétt.

Málið hefur farið víða í kanadíska réttarkerfinu og bíður nú niðurstöðu hæstaréttar. Alex fékk kanadískt vegabréf á meðan beðið er eftir lokaniðurstöðu í málinu. Hann gat því farið til Kanada á síðasta ári en hann vonast til að geta komið sér fyrir í landinu og fengið vinnu í bankageiranum. En foreldrar hans geta ekki komið í heimsókn því þeim er meinað að koma til Kanada.

„Þau geta ekki komið hingað og það er refsing þeirra. En af hverju á ég að líða fyrir eitthvað sem þau gerðu? Það stafar engin hætta af mér. Ég er kanadískur ríkisborgari og er hér til að lifa mínu eigin lífi,“ sagði Alex í viðtali við CBS News. ■

Segðu það með Lakkrís

Lakkrísinn góði hefur fylgt Íslendingum um áratugaskeið og virðast vinsældir hans aldrei dvína. Þótt lakkrís sé ekki það hollasta sem við getum látið ofan í okkur þá má stundum gera vel við sig með einni lúku eða svo. Einnig er einstaklega skemmtilegt að baka með lakkrís – eitthvað sem allir lakkrísunnendur þurfa að prófa. Ótrúlega einfalt það er ekkert mál að búa til lakkrís heima fyrir.

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is



Æðislegar lakkrístrufflur

Hráefni:

- 150 g dökkt súkkulaði
- 90 g rjómi
- 1 1/2 msk. smjör (skorið í litla bita)
- 50 g lakkrísbitar
- 5–9 msk. lakkrísduft

Aðferð:

Saxið súkkulaðið og setjið það í skál sem þolir háan hita. Hitið rjómann og smjör í potti eða í örbylgjuofni þar til blandan byrjar að sjóða. Hellið rjóma-blöndunni yfir súkkulaðið og leyfið því að standa í nokkrar mínútur á meðan súkkulaðið bráðnar. Hrærið allt vel saman, setjið plastfilmu yfir súkkulaði-blönduna og geymið í ísskáp í að minnsta kosti fimm klukkustundir, eða yfir nótt. Gerið litlar kúlur úr súkkulaði-blöndunni og stingið litlum lakkrísbita í miðjuna. Rúllið kúlunum upp úr lakkrísduftinu og þá eru trufflurnar tilbúnar.



Sænsk kladdkaka með lakkrís

Kaka – Háefni:

- 100 g smjör
- 2 egg
- 270 g sykur
- 2 tsk. lakkrískökuskraut
- 3 msk. lakkrísduft
- 130 g hveiti
- 4 msk. kakó
- smá salt

Krem – Háefni:

- 75 g dökkt súkkulaði
- 75 ml rjómi
- 3–4 msk. lakkríssíróp
- lakkrískökuskraut (til að skreyta með)

Aðferð:

Byrjum á kökunni. Hitið ofninn í 200°C og smyrjið hringlaga

form. Bræðið smjórið og setjið það til hliðar. Blandið saman eggjum, sykri, lakkrískökuskrauti og lakkrísdufti. Bætið smjörinu saman við og hrærið vel. Bætið þurrefnunum saman við eggjablönduna og hrærið þar til allt er orðið blandað saman. Hellið deigi í form og bakið í lægsta hluta ofnsins í 15 til 17 mínútur. Svo er það kremið. Hitið rjómann og lakkríssírópið í potti eða örbylgjuofni þar til rjóminn byrjar að sjóða. Saxið súkkulaði og hellið rjóma-blöndunni yfir það. Leyfið þessu að standa í smá stund og hrærið síðan vel. Leyfið blöndunni að kólna aðeins áður en þið hellið henni yfir kalda kökuna. Skreytið síðan með lakkrískökuskrautinu.



Sjúk lakkrís-eplakaka

Botn – Háefni:

- 2 1/2 bolli hveiti
- 1 msk. sykur
- 1/2 tsk. salt
- 225 g kalt smjör, skorið í teninga
- 5–6 msk. ískalt vatn

Fylling – Háefni:

- 5–6 lítill epli (án hýðis og skorið í litla bita)
- 4 msk. maísterkja
- 6 msk. púðursykur
- 1 tsk. kanill
- 1 msk. vanilludropar
- 1 msk. sitrónusafi
- 3 msk. lakkrísduft

Ofan á – Háefni:

- 3 msk. smjör
- 1 egg
- 2 msk. mjólk
- 3 msk. lakkríssíróp

Aðferð:

Byrjum á botninum. Blandið saman hveiti, sykri og salti í skál. Blandið smjörinu saman

og vinnið það inn í þurrefnablönduna með höndunum þar til blandan líkist mulningi. Hellið ískalda vatninu saman við, einni matskeið í einu, og hnoðið þar til deig hefur myndast. Skellið deiginu inn í ísskáp í um tvær klukkustundir. Skiptið því síðan í tvo hluta og fletjið út. Stillið ofninn á 200°C og setjið annan hlutann í smurt bökuform. Búið síðan til fyllinguna. Blandið öllum hráefnum í fyllinguna vel saman í skál og látið standa í um 30 mínútur. Sigtíð mesta vökvann frá eplafyllingunni og hellið henni ofan á bökuforminn. Skerið strimla úr deiginu sem þið eruð ekki búin að nota og rafið þeim fallega ofan á eplafyllinguna. Skerið smjórið í litla bita og setjið hér og þar ofan á eplafyllinguna. Blandið saman egg og mjólk og penslið deigið sem þið settuð ofan á eplakökuna. Bakið við 200°C í sirka 10 mínútur. Minnkið síðan hitann í 175°C og bakið í 30 til 40 mínútur eða þar til bakan er orðin fallega gullinbrún. Svo er lakkríssírópinu hellið yfir til að gera lakkrísbragðið enn sterkara.

Heimagerður lakkrís

Hráefni:

- 8 msk. smjör
- 1 bolli sykur
- 1/2 bolli „corn syrup“
- 1/2 bolli sæt mjólk („sweetened condensed milk“)
- 1/4 bolli melassi
- 1/8 tsk. sjávarsalt
- 3/4 bolli heilhveiti
- 1 1/2 msk. anísolía
- 1 1/2 tsk. svartur matarlitur



nota hitamæli. Takið pottinn af hellunni og blandið hveiti, olíunni og matarlitnum út í. Hrærið vel saman. Hellið blöndunni í formið og leyfið þessu að kólna inn í ísskáp í 30 til 45 mínútur. Takið lakkrísinn úr forminu og færið yfir á skurðarbretti. Skerið lakkrísinn í lengjur og snúið upp á þær. Auðvitað er líka hægt að leika sér með þetta og hafa lakkrísinn í laginu eins og maður vill. Setjið herlegheitin á bökuarpappír og aftur inn í ísskáp í 20 til 30 mínútur.

Aðferð:

Setjið bökuarpappír í ílangt form, sirka 23 sentimetra langt, og smyrjið það líka. Leyfið pappírnum að koma upp á hliðunum svo auðveldara verði að taka lakkrísinn úr forminu. Setjið smjör, sykur, „corn syrup“, mjólkina, melassa og salt í pott og hitið yfir háum hita þangað til það nær 130°C hita. Hér þarf að

HEFUR ÞÚ ÞÖRF FYRIR PRIF

Fyrirtæki og húsfélög, gerum
tilboð ykkur að kostnaðarlausu

Þjóðum sérhæfða þjónustu fyrir
íbúðir í skammtímaleigu





Breiðavík er alltaf hjá okkur

Fabúla syngur um demantsdrengr - Átján prósent íslenskra barna verða fyrir kynfe - Fékk fyrrverandi Breiðavíkurdreng til að leika í myndbandinu

Iris Hauksdóttir
iris@dv.is



Fjöllistakonan Margrét Kristín Sigurðardóttir, betur þekkt sem Fabúla, sendi nýverið frá sér lagið Diamond Boy, en textasmíðin hverfist í kringum týnd börn innan samfélagsins. Hún segir málefnið mikilvægt og að menntastofnanir landsins skorti fé til þess að finna þessi börn og styðja, bæði við þau og foreldra þeirra.

Tildrög lagsins voru samtál sem Fabúla átti við mann sem beittur hafði verið líkamlegu ofbeldi af hendi föður síns í æsku. Fabúla var þá stödd á lagahöfundaráðstefnu á Írlandi og eftir stutt en áhrifaríkt samtál við manninn var eins og texti lagsins helltist yfir hana. „Við vorum stödd þarna, lagahöfundar víðs vegar að úr heiminum, með það að markmiði að vinna saman. Ég var að vísu ekki að vinna með þessum tiltekna manni en við tókum tal saman og ég sagði honum að ég starfaði við sérkennslu samhliða tónlistinni. Í kjölfarið fór hann að segja mér frá æsku sinni, sem einkenndist af miklu ofbeldi. Faðir hans beitti hann líkamlegu ofbeldi en samhliða var hann lagður í einelti af skólafélögum.

Með öðrum orðum átti hann sér engan gríðastað og upplifði sig alls staðar óöruggan. Eftir spjallið, þegar ég hafði kvatt hann, var eins og þyrmdi yfir mig, saga hans og þungi þessarar reynslu, nánast eins og hún þrýsti mér niður og áður en ég vissi af var ég farin að hágráta. Í kjölfarið samdi ég þetta lag, Diamond Boy. Þegar ég svo ákvað að gera myndband við lagið fór ég að hugsa um alla þá demantsdrengr sem gengið hafa í gegnum sams konar hörmungar. Mig langaði að fá einhvern til liðs við mig sem byggði að þessari erfiðu reynslu og hafði samband við Bárð. Ég hafði séð hann í viðtölum, tala opið um æsku sína, og þegar hann sagði já var ég honum mjög þakklát. Ég vissi að nærvera hans og þátttaka yrði sterk og sönn.“

Bárður R. Jónsson, þýðandi hjá Ríkisútvarpinu, gegndi lengi vel stöðu formanns Breiðavíkursamtakanna en hann er einn þeirra drengja sem vistaðir voru á heimilinu á árunum 1964 til 1966. Hann var þá tíu ára og mátti þola bæði líkamlegt og kynferðislegt ofbeldi á Breiðavíkurheimilinu. „Mér fannst ég ekki geta gert annað en að segja já, umræðan um þessi Breiðavíkurmál hefur aldrei vafist fyrir mér. Ég stend alveg undir því að hafa verið vistaður þarna og

Allir ættu að standa undir sinni fortíð

eiga mér þessa fortíð enda finnst mér að allir ættu að standa undir sinni fortíð. Satt best að segja fannst mér gott að hún bæði mig um þetta, málefnið er gott og kemur við okkur öll.“

Breiðavík er alltaf hjá okkur

Bárður á að baki skrautlega ævi en hann opnaði sig í fyrsta skipti um atvikin á Breiðavík árið 2003 í tengslum við gerð myndarinnar Syndir feðranna. Lítið gerðist um langa hríð og segist Bárður þá hafa óttast að málið félli í gleymsku. Það var ekki fyrr en DV varpaði ljósi á liðna atburði sem gerð myndarinnar komst aftur á skrið og atburðarásin fékk þann meðbyr sem til þurfti. „Ég mætti í Kastljósviðtal sem vakti mikla

athygli og í kjölfarið náðist að klára myndina. Eftir að niðurstaða fékkst í hinu svokallaða bótamáli okkar hætti ég svo sem formaður Breiðavíkursamtakanna sem ég hafði gegnt í einhver ár. Fyrir mig felst lítið uppgjör í að ræða þessa hluti, ekki þannig, en ég sagði á sínum tíma að Breiðavík er alltaf hjá okkur. Börn eru alltaf að lenda milli stafs og hurðar í samfélaginu. Það er samfélagslegt vandamál og stöðugt viðfangsefni að hugsa um börnin. Umræðan hjálpar samt hiklaust.“

Spurður hvort honum finnst erfitt að ræða þessi mál, segir Bárður svo ekki vera. „Það er samt alltaf erfitt að leggja sjálfan sig til grundvallar. Maður getur rætt menntakerfið, en vanrækt

börn eru vanrækt af því að foreldrar þeirra voru það líka og búa ekki við það sem þau þurfa til að geta sinnt börnunum sínum. Á vissan hátt er þetta víthringur, en á sama tíma er svo margt sem kemur fyrir fólk í lífinu og það er ekki hægt að dæma neinn í þessu. Það er nefnilega snúið að dæma vegna þess að holdið er veikt. Við þurfum að kveða upp réttláta dóma sem hjálp er í, sanngjarna dóma.“

Löng leið til baka, þegar maður hefur á annað borð ánetjast

Bárður hefur nú verið edrú í tæp fjöru tíu ár en hann segir leiðina á beinu brautina bratta. „Það gerðist ekkert í mínu lífi fyrr en ég hætti í fíkniefnaneyslu. Sú leið sem ég hef farið er að ræða stöðugt við þerapista í þau 37 ár sem ég hef haldið mér „straight“ og það hefur hjálpað. Í gegnum samtalsmeðferðirnar hef ég reynt að skoða sjálfan mig til að halda utan um þetta allt saman. Það er hins vegar erfitt að segja hvort fíkniefnaneyslan sé bein afleiðing æskunnar. Það verða nefnilega ekki allir fíklar sem drekka eða prófa önnur vímuefni, en ég kem úr ákveðnum áhættuhópi. Ég kem frá brotnu heimili og ólst að hluta til upp á stofnun, pabbi var alki þótt mamma hvorki drykki né reykti. Samkvæmt erfðafræðinni

MYNDIR: EYÞÓR ÁRNASON

„Þegar ég svo ákvað að gera myndband við lagið fór ég að hugsa um alla þá demantsdrengei sem gengið hafa í gegnum sams konar hörmungar.“



„Það er löng leið til baka, þegar maður hefur á annað borð ánetjast og endað í fangelsi eins og ég gerði.“

rðislegu ofbeldi

Vistaður á Kleppi í tvo mánuði
Bræðurnir Kolbeinn Kjói og Kjartan Ragnar Kjartanssynir leika í myndbandinu ásamt Bárði, en sonur Fabúlu, Ágúst Örn Wigum, sá um leikstjórn og myndbandsgerð ásamt Sölva Viggóssyni Dýrfjörð og Kjartani Erni Bogasyni. Fabúla vonar að innihald lagsins komist til skila.

„Ég vona að það vakni einhver umræða og þetta verði örlítið lóð á vogarskálarnar. Þetta er stórt þjóðfélagsvandamál sem þarf að tala um og það þarf að leita lausna. Öryggi og vellíðan barna í landinu er á ábyrgð okkar allra. Að mínu mati ætti það að vera efst á blaði stjórnvalda að huga að líðan og velferð barna. Ég las nýverið að átján prósent íslenskra barna verði fyrir líkamlegu eða kynferðislegu ofbeldi fyrir átján ára aldur. Það er svimandi hátt hlutfall og þá er andlegt ofbeldi víst ekki talið með, svo talan er enn hærri. Þetta er flókið og víðfeðmt vandamál, en sem betur fer virðist vera einhver vitundarvakning í gangi. UNICEF stendur fyrir átaki

og liður í því átaki er að koma á ofbeldisvarnarráði. Börn eru svo varnarlaus í þessum aðstæðum, ekki síst ef einhver nákominn þeim er gerandi. Hvernig á barnið að geta sagt frá? Þau upplifa einnig oft skömm og vilja ekki að neinn viti,“ segir Fabúla.

„Já, það vill enginn horfast í augu við þetta því það á allt að vera svo gott alls staðar,“ bætir Bárður við. „Ef eitthvað er að, er það okkur sjálfum að kenna en staðreyndin er sú að það er ekki endilega alltaf þannig. Á sama tíma viljum við ekki sýna veikleika okkar. Staðreyndin er bara sú að börn þurfa öryggi og að geta treyst einhverjum. Það þarf ekki endilega að vera foreldri, en það er mikilvægt að geta leitað til einhvers. Ég fann það svo sterkt þegar ég reyndi að verða edrú. Ég hafði verið vistaður á deild tíu inni á Kleppi í tvo mánuði og hafði ákveðnar hugmyndir um hvers konar úrlausn minna mála ég þyrfti. Ég vildi alls ekki viðurkenna að ég væri fíkill heldur væri ég að glíma við ákveðna geðræna

erfiðleika og þyrfti rétta lyfjagjöf og stuðning til að ná mér aftur á strik. Það var ekkert hlustað á mig þangað til ákveðinn læknir samþykkti að spjalla við mig. Hann sendi mig að endingu í langtímameðferð til Ameríku og ég treysti honum. Samband okkar hélst svo áfram eftir að ég kom heim úr meðferð, en mér finnst ég hafa öðlast nýtt líf á vistinni þar. Þetta var í fyrsta skipti sem mér fannst að einhver hefði hlustað á mig en þarna var ég búinn að vera inn og út af Kleppi og Litla-Hrauni árum saman og menn vita hvernig það er. Við fáum fréttir af enn einum fanganum sem stytti sér þar aldur enda er stöðug brennsla af fólki í þessum heimi. Það er alltaf einhver að deyja. Hvatinn til að breyta lífi sínu verður nefnilega að koma frá manni sjálfum þótt það geti oft og tíðum reynst óvinnandi vegur ef menn eru illa farnir af fíkniefnum. Það getur svo margt skemmst í höfðinu og geðinu og þá situr maður uppi með sjálfan sig, ónýtan af of mikilli neyslu,“ segir Bárður.

„Þess vegna er svo mikilvægt að við reynum að fyrirbyggja strax í upphafi,“ skýtur Fabúla inn í og heldur áfram. „Við þurfum að kenna börnum að það sé í lagi að tjá vanlíðan. Við þurfum ekki endalaust að sýna glansmynd af okkur sjálfum. Ekki við fullorðna fólk heldur. Og skólakerfið þarf að vera nógu öflugt, svo þar hafi öll börn tækifæri til að blómstra og finni öryggi. En við þurfum líka að vinna með foreldrum sem lenda í erfiðleikum í uppeldinu og hjálpa þeim, ekki dæma þá heldur hjálpa. Stjórnvöld verða svo að skilja að fyrir utan mannúðarhliðina, þá er það fjárhagslega hagstætt fyrir þjóðfélagið að leggja meiri pening inn í skólakerfið. Bara það eitt að finna þau börn sem standa höllum fæti og hjálpa þeim, getur komið í veg fyrir svo margt. Fyrirbyggjandi starf er svo mikilvægt og þá skiptir sköpum að hver og einn fái að finna sig strax á skólaaldri. Finna að hann hafi eitthvað að segja og skipti máli.“ ■

hef ég ákveðna tilhneigingu til að verða fíkill sem reyndist vera raunin. Ég veit upp á hárf hvenær ég varð alkóhólisti, ég var sextán ára, vann til sjós og fór að drekka í hverri einustu inniveru. Þannig gerðist það bara að allt í einu var ég orðinn alkóhólisti. Svo vafði þetta upp á sig og ég missti stjórn. Þetta varð aðalatriðið í lífinu: að vera undir áhrifum, sem er auðvitað dæmigert fyrir fíkilinn. En það er löng leið til baka, þegar maður hefur á annað borð ánetjast og endað í fangelsi eins og ég gerði. Þá þarf mikið átak til að komast aftur á beina braut.“



Látið okkur um rekstur húsfélagsins

Við sérhæfum okkur í umsjón með rekstri húsfélaga og bjóðum trausta og faglega þjónustu á góðu verði.

Hafðu samband og fáðu tilboð strax í dag!

Hætt á samfélagsmiðlum Sara þarf að taka sér hlé frá því að sinna fylgjendum sínum. Mynd: Aðsend

Lokaði á sársaukann við fráfall móður

Sara Barðdal missti móður sína þegar sonur hennar var sex vikna gamall – Ýtti burtu sorginni – Leit á slæmar tilfinningar sem veikleika



Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is



Sara Barðdal, einkabjálfi, heilsuarkþjálfari og eigandi Hiitfit, tilkynnti á Instagram á dögunum að hún ætlaði að taka sér frí frá samfélagsmiðlum. Tilkynningin kom fylgjendum hennar að óvörum, enda Sara dugleg að deila hvatningarorðum, æfingum sem hafa góð áhrif á andlega og líkamlega heilsu og ýmsu öðru heilsutengdu með sínum fylgjendum. Ástæðan fyrir þessu skyndilega brotthvarfi Söru af samfélagsmiðlum á sér hins vegar langan aðdraganda og tengist fráfalli móður hennar árið 2013 – áfall sem hún gróf djúpt niður og ýtti til hliðar.

„Við vorum mjög nánar, sérstaklega síðustu árin hennar, en þá eyddum við miklum tíma saman. Þá hafði sambandið breyst yfir í mikla vináttu þar sem ég var orðin fullorðin og við áttum mikið sameiginlegt,“ segir Sara í samtali við blaðamann um móður sína, Lindu Konráðsdóttur. „Hún var svo

sannarlega mín besta vinkona. Við bjuggum einar saman þangað til ég varð níu ára, þá eignaðist ég yndislegan stjúpföður, þannig að fyrstu árin mín vorum við bara tvær saman. Hún var einstaklega skemmtileg, ástrík, gláðlynd og mikill húmoristi. Við gátum skemmt okkur endalaust saman og spjallað um allt milli himins og jarðar. Ég sé núna eftir á hversu heppin ég var með mömmu, hún gaf mér svo mikið og hugsaði vel um mig,“ bætir Sara við og brosir blítt.

Gaf gleði á hræðilegum tíma

Móðir Söru greindist með brjóstakrabbamein í lok árs 2008. Meinið færðist yfir í beinin og móðir hennar dó fimm árum seinna.

„Hún var ótrúlega sterk og dugleg þennan tíma og gerði allt til að láta þetta hafa sem minnst áhrif á lífið og okkur sem stóðum henni næst,“ segir Sara er hún rifjar upp þennan tíma. Þegar móðir hennar lá á dánarbedinum einkenndist líf Söru af miklum andstæðum þar sem sex vikum áður en móðir hennar lést

eignaðist hún sitt fyrsta barn, snáðann Alexander.

„Ég hugsa stundum að Alexander hafi algjörlega bjargað mér, hann gaf mér svo mikla gleði á hræðilegum tíma. Eftirvæntingin eftir honum gaf okkur mæðgum einnig mikla bjartsýni og eitthvað til að hlakka til og undirbúa. Hún var svo spennt að fá að sjá hann og ég er handviss um að hún hafi náð að lengja líf sitt því hún var svo harðákvæðin í að fá að hitta hann. Hún hafði svo gaman af börnum og þráði ekkert meira en að hitta fyrsta barnabarnið sitt. Henni tókst það svo sannarlega, en fljótlega eftir fæðingu hans hrakaði henni hratt. Ég veit ekki hvernig það hefði verið að hafa ekki þennan litla ljóspunkt í lífi mínu, hann gaf mér eitthvað gott til að einblína á, en það leiddi hins vegar líka til þess að ég ýtti í burtu þessum erfiðu tilfinningum og sorginni. Þetta var mjög furðulegur tími, blandaður missi og gleði, maður vissi ekki hvernig maður átti að höndla þetta,“ segir Sara. Hún segist hafa ýtt sársaukanum við móðurmissinn til hliðar, algjörlega ómeðvitað,

og þegar hún horfir til baka í dag er hún handviss um að hún hefði ekki getað tekist á við þessar aðstæður öðruvísi.

„Ég vildi gera allt mitt besta fyrir Alexander og standa mig vel í þessu nýja hlutverki, að hrynja ofan í djúpa sorg var þess vegna ekki í boði fyrir mig,“ segir Sara sem lenti einnig í því að fá sýkingu eftir fæðinguna og þurfti að liggja á spítala. Einnig þróaði hún með sér ofnæmi fyrir pensilíni og var hrædd við að missa mjólkina, eða lenda í einhverju þaðan af verra. „Ég ákvað því að reyna að einblína á allt þetta góða sem ég hafði, á Alexander, vera í góðu jafnvægi og sjá jákvæðu hlutina í lífinu. Það hjálpaði mér mikið á þessum tíma.“

Byrjaði strax að hlaupa

Eftir andlát móður sinnar dýfði Sara sér í vinnu og að láta gott af sér leiða. Hún byrjaði að vinna í heilsuþráttum þegar Alexander var nokkurra mánaða gamall og skræði sig í kjölfarið í einkabjálfránám. Hún flutti til Danmerkur sumarið 2015 og stofnaði Hiitfit þann 13.

nóvember, á dánardegi móður sinnar, og varð ólétt aftur þann vetur. Hún var því að byggja upp fyrirtæki ásamt því að vinna í hlutastarfi, hugsa um einn lítinn snáða og ófrísk að öðrum.

„Eftir að Baltasar Máni kom í heiminn haustið 2016 fór ég á fullt að vinna sjálfstætt sem eina fyrirvinna heimilisins. Þetta hafa verið mjög skemmtileg og spennandi ár. Ég var mjög góð í að halda sjálfri mér upptekinni, sem er algengt hjá fólki á flótta og fólki sem auðkennir sig sem „duglegt“. Ég sé það núna að ég var alltof fljót í gang, ég byrjaði strax að hlaupa, einblína á að komast yfir þetta og halda áfram. Partur af því var hversu góð ég er að „hrista“ hlutina af mér. Ég er líka frekar jákvæð og lausnamiðuð að eðlisfari, sem hefur þjónað mér mjög vel, en það getur líka farið út í öfgar eins og í þessu dæmi. Maður hristir ekki svona missi af sér á nokkrum vikum,“ segir Sara.

Flöt og dofin

Hún segist hafa gert sér grein fyrir því smám saman að hún var að fela sig frá sársaukanum og sorginni.

Nýtur sín í móðurhlutverkinu
Sara ásamt syni sínum, Alexander. Mynd: Aðsend



Bestu vinkonur Sara ásamt móður sinni, Lindu. Mynd: Aðsend



Þetta var mjög furðulegur tími, blandaður missi og gleði, maður vissi ekki hvernig maður átti að höndla þetta

„Það þurfti nokkur „aha-móment“ fyrir mig til þess að sjá þetta svona skýrt eins og ég sé það í dag. Eitt svoleiðis andartak var þegar ég skoðaði viðhorf mín gagnvart slæmum tilfinningum, en þá var ég að vinna með eins konar markþjálf. Hún hjálpaði mér að sjá að ég merkti þær ómeðvitað sem veikleika. Ef ég væri leið, sorgmædd eða reið þá væri eitthvað „að“, þannig að ég leyfði mér ekki að upplifa þessar tilfinningar. Þegar maður heldur spegli svona nálægt sjálfum sér fer maður að átta sig á alls konar hugsanavillum sem maður hefur pikkað upp frá fólki í kringum sig, í gegnum uppeldi og umhverfi. Það er ótrúlega hollt og nauðsynlegt að kafa svona ofan í hlutina, virkilega spyrja sjálfa sig hvort það sem maður trúir sé virkilega satt, eða hvort það sé kannski eitthvað sem maður fékk lánað frá einhverjum í fjölskyldunni,“ segir Sara og heldur áfram. „Einnig tók ég eftir því að ég átti stundum erfitt með að sækja þessar góðu tilfinningar, ég upplifði mig frekar flata eða jafnvel dofna. Ég sá að með því að bæla niður þetta vonda, var ég líka að bæla niður þetta góða. Mig langar ekki að lifa þannig og ákvað því að ég yrði að gera eitthvað í málunum.“

Samfélagsmiðlar góð flóttaleið

Sara hefur gert ýmislegt til að rækta sig sjálfa og takast á við slæmu tilfinningarnar. Hún hefur farið á námskeið, unnið með þjálf, farið á ráðstefnur, vinnustofur, hugleitt, skrifað og spjallað við nánar vinkonur.

„Allt hefur þetta hjálpað mér að þeim stað sem ég er komin á

í dag og hef ég elskað ferðalagið, enda finnst mér ekkert meira skemmtilegt en að læra og þróa mig áfram sem einstakling. En núna er kominn tími til að stoppa og þora að finna. Ég sá tilvitnunina „To feel is to heal“ um daginn. Ætli það sé ekki mest ógnvekjandi parturinn fyrir mig,“ segir hún og bætir við að hún hafi leitað til Krabbameinsfélags Íslands í byrjun mánaðar þegar hún var stödd hér á landi og einnig fengið góð ráð frá sérfræðingunum þar.

En af hverju að taka fri frá samfélagsmiðlum?

„Eins mikið og ég elska samfélagsmiðlana og veit hvað þeir geta haft jákvæð áhrif þá er mjög lúmskt álag að vera alltaf að hugsa um að vera til staðar fyrir aðra. Vera stanslaust að búa til efni, hugsa hverju væri gaman að deila, hvað mundi hjálpa, hvetja áfram og svo framvegis. Sú vinna byrjar ekki klukkan átta og hættir klukkan fjögur, heldur er hausinn sífellt bundinn við þetta verkefni, frá morgni til kvölds. Þetta var farið að taka mikið á, því sálin mín var byrjuð að öskra á mig að fara að horfa inn á við, sem er afskaplega erfitt þegar hugurinn og einbeitingin er alltaf einhvers staðar annars staðar,“ segir Sara og telur að samfélagsmiðlar séu hentugt skjól fyrir fólk á flóttu frá sér sjálfu. „Samfélagsmiðlar eru góð leið til að flýja, við erum aldrei til staðar í núinu, alltaf með hugann inni í þessum tilbúna heimi. Um leið og það opnast tómmt rými, grípum við í símann. Það er eins og fólk sé hrætt við að vera eitt með sjálfu sér, upplifa tómarúmið, upplifa hljóð. Þetta er ákveðinn flótti; að vera alltaf að



líta út á við, hvað er að gerast í lífi annarra? Í stað þess að horfa á sig. Ég veit að það er mikil vanlíðan hjá fólki vegna samfélagsmiðla, það er að máta sitt líf við glansmynd annarra og bera sig saman við aðra. Þetta veldur erfiðleikum fyrir marga og þessi stöðuga hugsun um „að vera aldrei nóg“ er slítandi. Margir setja í kjölfarið miklar kröfur á sjálfa sig til að geta tékkað í öll boxin og samfélagið virðist hlaupa hraðar og hraðar. Þunglyndi, streita og kulnun virðast sífellt verða algengari. Ég er ekki að kenna samfélagsmiðlum einum um, en ég held að við séum alltof af tengd okkur sjálfum og þurfum að fara líta meira inn á við og hætta að hlaupa.“

Upphafid að einhverju betra

Sara telur að margir séu í sömu sporum og hún var í sjálf – á flóttu undan slæmu tilfinningunum, sársaukanum og sorginni. Veruleikanum í raun.

„Það var algengt í gamla daga að eldri kynslóðir töluðu ekki um


tilfinningar, það var lítið pláss fyrir þær fyrr á 19. öld, þegar fólk þurfti að hugsa meira um að lifa af, fæða og klæða fjölskylduna sína. Ég veit að margir eru að glíma við leifar af þessum viðhorfum þar sem svona hlutir erfast niður í gegnum uppeldi, kynslóð eftir kynslóð. Einnig held ég að margir vilji halda uppi ákveðinni ímynd, að það sé allt fullkomið hjá þeim. Þessi glansmynd af lífinu sem margir eru með á samfélagsmiðlum er líka pressa á fólk um að ýta þessum slæmu hlutum frá sér og reyna að halda áfram,“ segir Sara og telur jafnvel að sum okkar séum jafnvel hrædd við að finna til. „Það er vont að upplifa slæmar tilfinningar og ég held að flestir vilji það ekki. Viljum við ekki frekar finna þetta jákvæða, gleðina, hamingjuna? En ég held að við þurfum líka að kunna að taka á móti þessu erfða til þess að virkilega kunna að meta þetta góða. Ég er að læra að leyfa þessu vonda að vera, ekki streitast á móti, ekki loka á. Þá flæðir það frekar í gegn og líður

hjá, frekar en að það safnist upp sem spenna í líkamanum.“

Sara hefur fundið fyrir miklum stuðningi síðan hún opnaði sig á Instagram og tilkynnti fjarveru sína frá samfélagsmiðlum, stuðning sem hún segir einmitt eina af jákvæðu hliðum miðlanna. Hún lítur björtum augum á framtíðina og finnur að hún stendur á miklum persónulegum tímamótum.

„Ég ætla að einblína á þetta verkefni næstu vikurnar, leyfa mér að gráta þegar ég þarf að gráta. Leyfa mér að vera leið, sorgmædd og upplifa allt sem kemur. Þegar mig langar að kyngja og ýta niður, að anda þá í staðinn og sleppa takinu. Því aðeins þannig kemst ég í gegnum þetta. Ég held að þetta sé upphafið að einhverju enn betra og að ég muni koma sterkari til baka, hvernig sem það mun líta út, það verður að koma í ljós. Markmið mitt er að verða frjáls og blómstra, því þannig get ég gefið enn meira af mér til annarra.“ ■

Helgarkrossgátan

					→	duglausa	líkamshluti	gaurana	pysjur
					hretinu				
					númerið				
					öfug röð		áttund kusk		
					krauma				
Teikning: Halldór Andri eftirprentun bönnuð					túla	bölvur	grátur	strý	hryllir verkfæri
krossgátugerð: Bjarni sími: 845 2510					↙		1	↘	skútar
					fuglar		klagar kvendýrið		4
					peð		eldsneyti ilát		svara
					3 eins		gráðugar	sleikir	
					baksa			málmur frásögnin	týna
					sefast áverki			röð japla	
					rit	vikur	bág		samtök formaðar
					hátt		sef		2 eins
					kúvenda ávinnur			elska fæðið	
					kex		þrjónninn smyr		jafnskjótt
					hverfa fjóstfæra			mykja	
					mjöður	liðug	vefnaður	7	baktal
					staura		8	spil truflar	fugl
					fugl		sansa gárast		pípa toll
					mannsnafn	fluga gosdrykkur	öfug röð		sólguð eina til
					freri		ilátið	3	
					punkteraði			til	tvíhljóði
					tvíhljóði		hamlar	6	
					párar		5	muldur	

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

Sudoku

Auðveld

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

Erfið

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

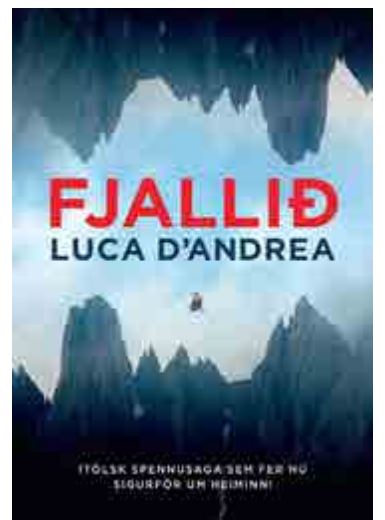
Verðlaunagáta

Helgarkrossgátan inniheldur lausnarorð.
Lausnarorð skal senda ásamt nafni og símanúmeri á netfangið krossgata@dv.is



FORLAGIÐ

Vinningshafi krossgátu síðustu helgar er ...
Guðmundur Guðbrandsson
Safamýri 13, 108 Rvk.
Lausnarorðið var **PÁFAG AUKUR**
Guðmundur hlýtur að launum
bókina Drekkingarhylur



Í verðlaun fyrir gátu
helgarblaðsins er bókin Fjallið

Árið 1985 voru þrjú ungmenni myrt í Dólómíta-fjöllunum. Líkin fundust illa útleikin en málið var aldrei upplýst. Þrjátíu árum seinna heyrir bandaríski kvikmyndagerðarmaðurinn Jeremiah Salinger af morðunum, en hann er þá nýfluttur til þorsins þar sem ungmennin bjuggu.

Hann fer að grafast fyrir um þessa atburði, en mætir þá mikilli andstöðu íbúanna – og eiginkonu sinnar. Að lokum verður hann algjörlega heltekinn af því að komast að sannleikanum í málinu – með ófyrirsjáanlegum afleiðingum.

Vönduð spennusaga sem engin leið er að leggja frá sér. Hver eru þessi leyndarmál sem ekki þola dagsljósið? Og hvaða illska býr í fjöllunum?

Halla Kjartansdóttir þýddi bókina úr ítölsku.

Höfundur: Luca D'Andrea

Spáð í stjörnunum

Lesið í tarot Haraldar

Segir sjálfur af sér embætti

Haraldur Johannessen ríkislögreglustjóri hefur verið undir smásjóni undanfarið og þolað mikla gagnrýni á störf sín í embætti sem hann hefur gegnt síðustu rúmlega tvo áratugi. DV ákvað að kíkja á hvað tarotspilin segja um framtíð Haraldar í embætti og kennir þar ýmissa grasa. Jafnframt er vert að minna á að lesendur geta sjálfir dregið tarotspil á vef DV.

Traustur vinur

Fyrsta spilið sem kemur upp hjá Haraldi er Sverðriddari. Riddarinn er þó ekki Haraldur sjálfur heldur góður vinur hans sem kemur honum í gegnum þá erfiðleika sem nú steðja að. Þessi vinur er kjarkaður, gáfaður og fær um að takast á við erfiðar aðstæður á jákvæðan máta. Hann er hreinskilinn og tekst opinn á við hvers kyns hindranir. Hann er til staðar fyrir Harald þegar hann þarf á því að halda. Haraldur er nefnilega í bobba og þessi vandræði skrifast hvað helst á mannleg samskipti, sem Haraldur er ekki sterkur í. Haraldur



Haraldur Johannessen, ríkislögreglustjóri.

er duglegur við að segja hug sinn og hættir því ekki, en þegar hann kemst loks yfir þennan erfiða hjalla verður útkoman ekki eins og hann bjóst við.

Vondur félagsskapur

Næst eru það 10 sverð, sem merkir að Haraldur þarf að vara sig á þeim félagsskap sem hann er í tengdum vinnunni. Haraldur er með vissar ranghugmyndir um sinn eigin frama og þarf að hlusta á hjartað – ekki heilann í þetta skiptið. Hann hefur það á tilfinningunni að fyrnefndur félagsskapur

eyðileggi fyrir honum á einhvern hátt og það endar svo að Haraldur hörfar burt úr embætti. Haraldi hefur ekki liðið vel



undanfarið mitt í stormi gagnrýnnar, en þegar hann segir af sér embætti tekur nýr og betri kafli við. Hann snýr sér að einhverju allt öðru og framtíðin er björt.

Engin neyð

Svo er það Stjarnan. Hún merkir að Haraldur finnur frið og vellíðan þegar að hann segir af sér embætti. Hann fær einnig kærkomna hvíld. Hann gerir sér loks grein fyrir að lausnir fást ekki fyrir kraft viljans heldur með því að láta undan. Það er enginn sem neyðir hann til að segja af sér – hann gerir það algjörlega upp á eigin spýtur. Síðan tekur afar jákvæð reynsla við, ný vinna á nýjum vettvangi, sem gerir það að verkum að Haraldur fær einnig konar uppreisn æru. Hann byrjar einnig að hreyfa sig meira og huga að heilsunni sem verður til þess að andlegt og líkamlegt jafnvægi fæst. ■

Barn á leiðinni hjá Þórunni og Olgeiri – Svona eiga þau saman

Söng- og leikkonan Þórunn Erna Clausen á von á barni með kærasta sínum, knattspyrnumanninum Olgeiri Sigurgeirssyni. Þórunn og Olgeir hafa verið saman um nokkurt skeið og eiga fyrir fjögur börn samtals; hún tvö úr fyrra sambandi og hann tvö. DV lék því forvitni á að vita hvernig Þórunn og Olgeir eiga saman samkvæmt stjörnuspekinni.

Þórunn er meyja en Olgeir er vog. Þessi tvö merki eiga einstaklega vel saman og þegar þau koma saman í ástarsambandi er líkt og tvö þúll falli loksins þétt að hvort öðru. Bæði merkin þrá öryggi á ástarsambandi og þau elska allt sem er skapandi. Þau vinna vel

saman, þótt þau búist við mismunandi viðurkenningu úr vel unnu starfi.

Meyja og vog eru miklir safnarar og elska leikhúsið. Þau elska að blanda saman ánægju og gagnsemi og vega hvort annað upp. Meyjan elskar sjarma vogarinnar og vogin er góður málamiðlari þegar meyjan fær ekki allt sem hún vill. Vogin kann einnig að meta að meyjan þarf ávallt að hafa allt í röð og reglu.

Meyjan og vogin eru ekki alltaf sammála – langt því frá. Hins vegar er mjög mikilvægt að þessi tvö merki hlusti á hvort annað til að geta tekið ákvarðanir og haldið áfram. Ef það tekst er ekkert sem stöðvar þau Þórunni og Olgeir.



Þórunn
Fædd 12. september 1975

Meyja
■ trygglynd
■ góðhjörðuð
■ vinnuþjarkur
■ praktísk
■ feimin
■ gagnrýnin

Olgeir
Fæddur: 22. október 1982

Vog
■ vinnur vel með öðrum
■ vinnur vel með öðrum
■ kurteis
■ diplómatiskur
■ félagsvera
■ óákveðinn
■ forðast átök

Afmælisbörn vikunnar

- **22. september** Raggi Bjarna tónlistarmaður, 85 ára
- **23. september** Snæfríður Ingadóttir þúsundþjalasmiður, 46 ára
- **24. september** Kristín Ómarsdóttir rithöfundur, 57 ára
- **25. september** Atli Már Gylfason blaðamaður, 35 ára
- **26. september** Ólafur Jóhann Ólafsson, rithöfundur og viðskiptajöfur, 57 ára
- **27. september** Ólóf Skaftadóttir, ritstjóri Fréttablaðsins, 31 árs
- **28. september** Haffi Haff tónlistarmaður, 35 ára

Stjörnuspá vikunnar

Gildir Gildir 22. – 28. september

♈ Hróður - 21. mars – 19. apríl

Þú ræður þig í vinnu hjá áhrifamikilli manneskju sem þú lítur mikið upp til. Þú átt eftir að læra margt í þjónustu hennar og víða að þér tæki og tólum til að taka sniðugar ákvarðanir í framtíðinni sem geta orðið afar arðbærar fyrir fjárhaginn. Fylgstu vel með og taktu glósur – þær eiga eftir að koma sér vel.

♎ Vog - 23. sept. – 22. október

Það slettist upp á vinskapi og þú þarft að taka á honum stóra þínunum og fyrirgefa. Þér finnst það erfitt og þú ert ekki alveg til í það. Hins vegar er stór og mikill máttur fólgin í fyrirgefningunni og þér líður betur þegar þetta missætti er leyst. Þú lærir einnig að það er ómögulegt að breyta fólki þannig að þú ættir að hætta að reyna það.

♏ Naut - 20. apríl – 20. maí

Þú þarft aðeins að selja hæfileika þína á nýjum starfsvettvangi. Þú þarft að sanna fyrir fólki að þú sért besta manneskjan í hlutverkið og það tekur smá á taugarnar fyrir manneskju sem hélt að allir sæju hve frábær hún væri. Nú kemur þrjúskan sér vel og þú hættir ekki fyrr en allir skilja hve stórkostleg/ur þú ert.

♍ Sporóddreki - 23. október – 21. nóvember

Gamall vinur hringir í þig og biður þig um að gera svolítið með sér sem þú myndir ekki vanalega gera. Þú skalt hoppa á tækifæri til að fara aðeins út fyrir þægindahringinn og prófa eitthvað nýtt – þú sérd ekki eftir því. Þessi gamli vinur þarf einnig peningalega aðstoð þína. Það ættirðu hins vegar að varast.

♊ Tvíburi - 21. maí – 21. júní

Þú færð hugljómun og algjörlega stórkostlega hugmynd sem þú verður að hrinda í verk. Eina sem stendur í vegi fyrir þér eru peningar – tja, eða skortur á þeim. Þú skalt íhuga vel hvort að hópþjármögnun sé ekki fyrir þig. Það er aðili sem er tilbúinn að lána þér peninga en ekki treysta honum – hann er ekki allur þar sem hann er séður.

♋ Bogmaður - 22. nóvember – 21. desember

Þú ert að leita að nýjum tækifærum og það dettur eitt í kjöltuna á þér nánast án þess að þú takir eftir því. Þetta tækifæri gæti gefið mjög vel í aðra hönd ef þú ert til í að vinna mikið og lengi hvern dag. Er það þess virði eða viltu einbeita þér að fjölskyldulífínu? Þetta er stór spurning sem vefst fyrir þér alla vikuna.

♌ Krabbi - 22. júní – 22. júlí

Þú skalt aðeins draga þig í hlé, kærri krabbi. Þú hefur verið hrókur alls fagnaðar undanfarið en nú skaltu frekar halda þig heima fyrir en að fara í gleðskap. Þú ert hvort sem er ekki að missa af neinu. Þig vantar spennu í lífið og hugsanlega er kominn doði í ástarsambandið sem ekki er hægt að lífga við. Því gæti verið komið að endalokum.

♎ Steingeit - 22. desember – 19. janúar

Innsæi þitt leiðir þig á óvenjulega braut í þessari viku. Steingeitin mín, þú ert svo skynsöm og pottþétt og það er ekkert að fara að breytast. Hins vegar langar þig, og er búið að langa lengi, að fara út fyrir boxið þitt. Þú skalt því fylgja þessu innsæi svo lengi sem þér líður vel með það. Mundu að það er allt í lagi að gera mistök – þau geta oft leitt okkur á stórkostlegan stað.

♌ Ljón - 23. júlí – 22. ágúst

Þú ert rosalega óskipulögð/lagður og það er farið að hafa slæm áhrif heima fyrir og í vinnunni. Þú missir stanslaust af mikilvægum fundum og stefnumótum og það ýtir við þér að vera skipulagðari. Svo er mjög mikilvægt að þú setjir þér mörk – sérstaklega þegar kemur að ástarsamböndum. Mörk eru af hinu góða og þú þarft þau.

♊ Vatnsberi - 20. janúar – 18. febrúar

Vatnsberinn minn, þú ert svo týndur þessa dagana og þú skilur ekki af hverju. Þú ert hins vegar búin/n að grafa einhver sjarma sorg langt niðri í mjög langan tíma. Nú er komið að skuldadögum og þú verður að takast á við þessa sorg, hver svo sem hún er. Kannski finnst þér þetta ekkert stórmál en um leið og þú talar um þetta þá líður þér betur.

♊ Meyja - 23. ágúst – 22. sept.

Seinni partur vikunnar verður sérstaklega skemmtilegur og það er gleðskapur í vændum sem þú hlakkar mikið til. Hins vegar eru einhver vandræði í fjölskyldulífínu og það er stuttur þráður hjá þér vegna þess að þú opnar þig ekki um það sem virkilega er að angra þig. Það getur verið slæmt að loka sig af – reyndu að breyta því.

♓ Fiskur - 19. febrúar – 20. mars

Einhleypir fiskar finna fyrir algjörlega nýrri tilfinningu í vikunni. Allt í einu verður góður vinur mjög álitlegur og það hræðir þig að þú gætir verið að falla fyrir manneskju sem þú hefur þekkt nánast allt þitt fullorðinslíf. Stundum sér maður ekki skögginn fyrir trjánum og nú er komið að þér að fylgja hjartanu. Gaman!



■ Fyrsti þátturinn af Friends var sýndur 22. september árið 1994 ■ Hér eru 25 staðreyndir um þættina á 25 ára afmælinu

1. Nafnapras

Handritshöfundarnir David Crane og Marta Kauffman kölluðu þættina upphaflega *Insomnia Café*. Eftir að sjónvarpsstöðin NBC keypti fyrsta þáttinn (e. Pilot) var nafninu breytt í *Friends Like Us*, síðan í *Across The Hall* og því næst *Six of One*. Loks var ákveðið að kalla þættina einfaldlega *Friends*.

2. Örlögin

Lisa Kudrow, sem lék hina sérstöku Phoebe, fékk upprunalega hlutverk Roz í þáttunum *Frasier*. Hins vegar náði Lisa ekki nógu góðri tengingu við leikaraliðið þegar fyrsti þáttur *Frasier* var tekinn upp og var hún rekin. Því var hún laus til að leika í *Friends*.

3. Vildi ekki Rachel

Framleiðendurnir vildu upprunalega að Courteney Cox léki Rachel. Courteney fór hins vegar fram á hlutverk *Monica* því henni líkaði hve sterkur karakterinn var. Því fór hlutverk Rachel til Jennifer Aniston.

4. Margir í prufu

Eric McCormack, sem er hvað þekktastur fyrir að leika Will í *Will & Grace*, fór í prufu fyrir hlutverk Ross. Spéfluglarnir Kathy Griffin og Jane Lynch fóru báðar í prufu fyrir hlutverk Phoebe. Leah Remini reyndi fyrir sér sem Monica og Teu Leoni bauðst hlutverk Rachel en hafnaði því. Þá fóru Jon Favreau og Jon Cryer báðir í prufu fyrir hlutverk Chandler.



5. Bæ, bæ api

Gæluapi Ross, Marcel, var skrifaður úr þáttunum því það tók svo mikinn tíma að taka upp senur með dýrinu.

6. Tapaði veðmáli

Leikarinn Bruce Willis gaf launin sem hann fékk fyrir leik í þáttunum til



góðgerðamála því hann tapaði veðmáli við Matthew Perry, sem leikur Chandler, um hvernig myndin sem þeir léku saman í árið 2000, *The Whole Nine Yards*, myndi ganga í kvikmyndahúsum.

7. Héldu að hann væri hommi

Margir héldu að Chandler væri samkynhneigður í fyrstu – meira að segja Lisa Kudrow þegar hún las handritið yfir.

8. Tvisvar í meðferð

Matthew Perry fór tvisvar sinnum í áfengis meðferð á meðan *Friends*-þættirnir voru til sýninga í sjónvarpi. Hann glímdi líka við fíkn í lyfseðilsskyld lyf en hélt því fram að hann hefði aldrei verið „í vímu í vinnunni“, heldur bara „mjög timbraður“.

9. Nei, takk

Titillag þáttanna átti fyrst að vera *Shiny Happy People* með REM en hljómsveitin afþakkaði boðið.

10. Hræðilegi hundurinn

Styttan af hvíta hundinum sem Joey átti var í eigu Jennifer Aniston. Vinur hennar gaf henni styttuna sem lukkugrip þegar *Friends*-þættirnir hófu göngu sína.



11. Langt í burtu

Gosbrunnurinn í upphafi þáttanna er ekki á Manhattan í New York, þar sem þættirnir gerast, heldur í Burbank í Kaliforníu, í 4.500 kílómetra fjarlægð.

12. Of lauslát

Framleiðendum fannst Monica of lauslát

í fyrsta þættinum þar sem hún gleymir nafni rekkjufélaga síns. Áhorfendur í sal voru spurðir um þetta atriði og fannst öllum það fínt, þess vegna fékk atriðið að standa.

13. Jafnræði leikara

Þegar *Friends*-þættirnir hófu göngu sína árið 1994 fengu aðalleikararnir 22 þúsund dollara á þátt, tæpar þrjár milljónir króna. Í sjöttu seríu var mikið misræmi á milli launa og því kröfðust aðalleikararnir sex sömu launa. Við lok þáttaraðarinnar fékk hver um sig eina milljón dollara per þátt, um 124 milljónir króna.

14. Simpsons í Friends

Þrjár *Simpsons*-stjörnur léku í *Friends*; Dan Castellana, rödd Homers, Hank Azaria, rödd Moe, og Harry Shearer, rödd herra Burns.

15. Aldursleikur

Courteney Cox er tveimur árum eldri en David Schwimmer, en lék samt litlu systur hans í þáttunum.

16. Hætt við ástina

Áður en leikarar voru valdir áttu Monica og Joey að vera parið sem allt hringsnerist um í þáttunum. Sú hugmynd var sett á ís eftir fyrsta þáttinn.

17. Allir kyssa alla

Allar aðalpersónurnar hafa kysst hver aðra nema Monica og Phoebe.



18. Kaffibarbjónn í raun

James Michael Tyler starfaði í alvöru sem kaffibarbjónn og var ráðinn sem aukaleikari í *Friends* áður en hann hreppi hlutverk kaffibarbjónsins Gunthers.

19. Enginn glaður

Áhorfendur voru ekki glaðir þegar að Rachel og Joey byrjuðu saman árið 2002. Leikararnir voru ekki heldur ánægðir og sagði Matt LeBlanc, sem leikur Joey, ráðahaginn vera „virkilega óviðeigandi.“



20. Vildi ekki Phoebe

Grínistinn Ellen DeGeneres afþakkaði hlutverk Phoebe og byrjaði með sinn eigin gamanþátt, *Ellen*, sama ár og *Friends* hófu göngu sína, árið 1994.



21. Maðurinn á bak við nektina

Það var leikarinn Jon Haugen sem fór með hlutverk „Ugly Naked Guy“, feita leigjandans í byggingunni á móti íbúð *Monica*.

22. Alltaf sein

Jennifer Aniston var mjög oft sein á settið og var hún oft skömmuð af meðleikurum sínum, sérstaklega David Schwimmer.

23. Hætti næstum við

Jennifer Aniston dró sig næstum því úr síðustu seríunni árið 2004 þar sem hún var búin að skapa sér nafn í kvikmyndabransanum með myndun á borð við *Picture Perfect*, *Bruce Almighty* og *Along Came Polly*.

24. Raunveruleikinn verður leikur

Það var aldrei ætlunin að Chandler væri kjánalegur í samskiptum sínum við kvenfólk. Því var bætt inn í handritið eftir að Matthew Perry sagði framleiðendum að hann ætti erfitt með samskipti við hitt kynið.

Leikaraliðið safnaðist saman í þyrpingu fyrir hvern einasta þátt til að óska hvert öðru góðs gengis.

POTTA

OG PÖNNUBÚÐIN ÞÍN



LOKADAGAR

GUÐSUDUPOTTAR
DJÚPAR PÖNNUR
HRAÐSUDUPOTTAR
WOK-PÖNNUR
POTTJÁRN
LEIRPOTTAR
KOPARPOTTAR-
OG PÖNNUR

Sjáðu allt úrvalið á
www.byggtogbuid.is



YFIR
100
TEGUNDIR

15-50% afsláttur

af ÖLLUM pottum og pönnum

NÝTTU TÆKIFÆRIÐ

Tilboðin gilda í takmarkaðan tíma!

LE CREUSET®

Fissler
Fissler. Perfect every time.

GRUNBERG
SHEFFIELD • ENGLAND

Jamie Oliver
KEEP IT SIMPLE

byggtogbúid

KRINGLUNNI • SÍMI 568 9400 • BYGGTOGBUID.IS

Líkaðu við okkur á Facebook: www.facebook.com/byggtogbuid

9 eftirtektarverðustu sviðsnöfn Íslendinga

Sviðsnöfn listamanna eru jafn ólík og þau eru mörg. Þegar kemur annars vegar að því að skapa sér nafn á erlendum velli er það nokkuð ljóst að alíslensk nöfn eru ekki mjög hagkvæm til að nota á alþjóðamarkað enda mörgum sem þykir erfitt að bera þau fram. Fyrsta reglan er þá yfirleitt sú að losna við íslenska stafi en ýmsir Íslendingar hafa gengið skrefinu lengra og skapað nafn og einkenni sem hinn almenni útlandingur færi létt með að rúlla af tungunni. Hér eru tíu dæmi um slík.

Tómas Valgeirsson
tomas@dv.is



THE CHARLIES

ATP Iceland 2015 Day 2 (Photo by Victoria Holt)

Stúlknahljómsveitin Nylon var stofnuð árið 2004 og vakti mikla athygli á sínum tíma. Seinna meir fluttu þær Alma Guðmundsdóttir, Steinunn Þóra Sigurðardóttir og Klara Ósk Elíasdóttir til Los Angeles og hlaut bandið nafnið The Charlies. Árið 2015 ákváðu stúlkurnar að segja skilið við hljómsveitina en staðið hefur til hjá þeim að elta stjörnuþráum skemmtanabransans og finna sig á eigin sérsviði, hver í sínu lagi. Vestanhafs ganga þó dömunar undir nöfnunum Alma Goodman, Camilla Stones and Klara Elias.



STONY BLYDEN

Þorsteinn Sindri Baldvinsson hefur farið víða þótt ungur sé. Hann er íslenskur leikari, rappari, söngvari, trommari og tónlistarframleiðandi. Nýlega landaði hann hlutverki í sjónvarpsþáttunum Bluff City Law og þar gengur hann að sjálfsgöðu undir listamannsnafninu, Stony Blyden – sem er ekki í amalegri kantinum. Vert er að segja frá því að Blyden er ættarnafn móður hans.



ÓBÓ

Ólafur Björn Ólafsson, sem gengur undir listamannsnafninu Óbó, hefur starfað með ýmsum hljómsveitum og listamönnum síðustu ár, á borð við Sigur Rós, Jónsa, Emílfönu Torrini, Múm, Jóhann Jóhannsson, Benna Hemm Hemm, Slowblow, Úlf Hansson, Valgeir Sigurðsson og Stórsveit Nix Noltes.



THOR KRISTJÁNSSON

Leikarinn Þorvaldur Davíð Kristjánsson hefur aðeins verið að drepa niður fæti á erlendra grundu í fagi sínu. Margir hverjir muna eflaust eftir áberandi aukahlutverki hans í ævintýramyndinni Dracula Untold, en í þeirri mynd gekk hann undir því nafni sem enskumælandi einstaklingum þykir þægilegra að bera fram.

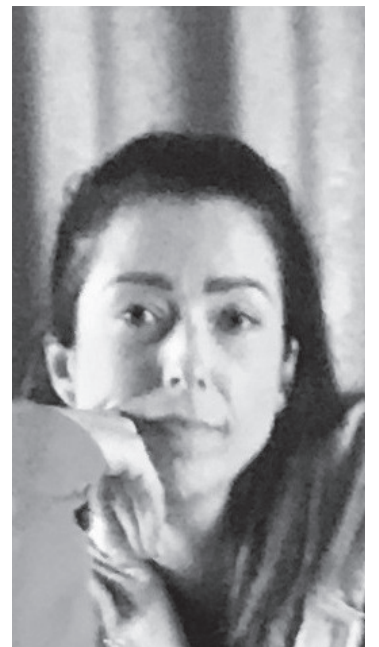
JACK MAGNET

Jakob Frímann Magnússon hóf feril sinn án millinafns en hefur gefið út undir fangamarkinu JFM frá árinu 2003. Á níunda áratugnum reyndi hann að koma sér áfram undir nafninu Jack Magnet og stóð til að slá í gegn á heimsvísu undir því merka nafni. Jakob leiddi einnig hinn svokallaða Jack Magnet-kvintett um árabíl. Þess má geta að Stuðmaðurinn hefur einnig gengið undir nafninu Jobbi Maggadón í gegnum árin. Aldeilis stuð, maður.



HANSEL EAGLE

Bolvíkingurinn Ævar Örn Jóhannsson hefur verið á mikilli uppleið síðustu misseri og hefur hann ýmis járn í eldinum. Hann gengur undir hinu bitastaða listamannsnafninu Hansel Eagle. Eins og sagt var í Zoolander: „That Hansel, he's so hot right now.“



SBEEN AROUND

Sara Magnúsdóttir, sem gengur undir listamannsnafninu Sbeen Around, hefur verið virkur plötusnúður í Reykjavík en samhliða því semur hún hústónlist (e. house music). Söru er margt til lista lagt en hún er þriggja barna móðir og á tánínginn Magnús og tvíburana Halldóru Ósk og Sigríði Lilju, einnig þekktar sem Copy/Paste. Grínlaust.

CEASETONE

ATP Iceland 2015 Day 2 (Mynd: Victoria Holt)
Tónlistarmaðurinn Hafsteinn Þráinsson, fæddur og uppalinn Hafnfirðingur, gengur undir listamannsnafninu CeaseTone. Hafsteinn hefur gefið út eina breiðskífu, Two Strangers, sem hlaut tilnefningu til plötu ársins 2017 á Íslensku tónlistarverðlauninum ásamt því að dúkka upp hér og þar á ýmsum toppllistum.



AUDI FINN

Leikkonan Auður Finnbogadóttir, sem gengur undir listamannsnafninu Audi Finn erlendis, hefur náð góðum undanfarið ár og var nýlega valin besta leikkonan á bandarísku kvikmyndahátíðinni Festigious Film Festival í Los Angeles í fyrra.



VIÐ KYNNUM NÝTT ÚR FRÁ
JS WATCH CO. REYKJAVÍK
Vínland Gmt



Fyrir nútíma landkönnuði

Vínland úrið er tilvalið fyrir þá sem ferðast mikið eða þurfa að vita tímann á tveimur stöðum í einu. Úrið kemur með innbyggðri skífu þar sem hægt er að stilla tímann á hvaða land eða borg sem er í heiminum.

Úrið kemur í 41 mm stálkassa með safír gleri að framan og aftan. Hægt er að velja um silfur skífu, bláa skífu eða svarta skífu. Úrið er með Svissnesku hágæða sjálftrekktu gangverki með 65 tíma hleðslu og GMT vísu, 5 ATM vatnsvörn og hægt er að velja um krókódílaól, eðluól eða stálól á úrið.

JS úrin eru íslensk hönnun og framleiðsla, sett saman á úrsmíðaverkstæði Gilberts, þar sem viðskiptavinir geta komið og hitt úrsmiðina sem setja saman úrin þeirra. Úrvalið má skoða á vefsíðu www.gilbert.is eða www.jswatch.com.

GILBERT
ÚRSMÍÐUR
Laugavegi 62 - sími: 551-4100

JS Watch co.
REYKJAVÍK

YFIRHEYRSLAN

Furðulegasta starfið að leika fáklædda gínu

Kjartan Guðbrandsson starfar sem einkabjálfari ásamt því að vera aðstoðarbjálfari meistaraflokks 1A í fótbolta. Við fengum Kjartan í yfirheyrslu helgarinnar.

Hvar líður þér best?

Þar sem ég er með dóttur mína í hægri hendi og soninn í vinstri, helst í Þórsmörk.

Hvað óttastu mest?

Sjálfan mig.

Hvert er þitt mesta afrek?

Að verða heiðarlegur á gamalsaldri.

Furðulegasta starf sem þú hefur tekið að þér?

Ætli það sé ekki að leika fáklædda gínu í búðarglugga við Laugavegin.

Hver væri titillinn á ævisögu þinni?

Það er leyndó því það styttist í hana. Ég þarf að bíða aðeins lengur annars verð ég handtekinn við útgáfu.

Hvernig væri bjórinn Kjartan?

IPA bruggaður af besta vini mínum og hétu Granít eða Seiður.

Besta ráð sem þú hefur fengið?

Að hlusta á Dodda vin minn.

Hvert er leiðinlegasta húsverkið?

Mér finnst leiðinlegast að brjóta saman þvottinn.

Besta bíómynd allra tíma?

Old Boy, Park Chan-wook.

Hvaða hæfileika myndir þú vilja búa yfir?

Ég mætti vera stundvísari, en ég sakna þess að geta ekki sofíð út.

Hver er mesta áhætta sem þú hefur tekið?

Ég segi frá því í bókinni.

Hvaða frasi eða orð fer mest í taugarnar á þér?

Það er bara þannig, ekkert annað í boði.

Hvað getur þú sjaldnast staðist eða ert góður í að réttlæta að veita þér?

Gott kaffi og alvöru súkkulaði.

Hvað er á döfinni hjá þér?

Að halda áfram að fylla í eyðurnar í ævisögunni, gefa af mér og taka lífinu ekki of alvarlega.

**Kjartan
Guðbrandsson**

”Ég mætti vera stundvísari, en ég sakna þess að geta ekki sofíð út.





Vilt þú koma skjalamálunum í lag?

1 SYSTEMS OneRecords Mála- og skjalakerfi

OneRecords er öflug lausn sem auðveldar fyrirtækjum og sveitarfélögum halda utan um mál sem eru í gangi á hverjum tíma.

Stjórnendur hafa yfirsýn yfir gang mála innan fyrirtækisins og notendur geta á einfaldan máta sótt lista yfir þau mál sem þeir bera ábyrgð á.

1 SYSTEMS OneQuality



Gæða-
stjórnun á
stóran þátt í góðum
árangri fyrirtækja.
OneQuality er lausn sem
auðveldar allt vinnferli við útgáfu og
utanumhald gæðahand- bókar og
skjala.

1 SYSTEMS OnePortal Self-Service



OnePortal er vefgátt sem gerir fyrirtækjum og sveitarfélögum kleift að veita íbúum þjónustu allan sólahringinn, allt árið um kring. Rafrænin innri ferlar eru tengdir við þjónustugátt fyrir íbúa eða viðskiptavini, þar sem þeir geta afgreitt sig sjálfa á sjálfvirkan máta með innsendingu umsókna og erinda á vef.



MoReq2

Þróunarstefna OneSystems styður Moreq2, kröfur evrópulanda um gagnsæi, rekjaleika og öryggi.

Hagkvæmar lausnir með áherslu á rekjanleika, auðveldan aðgang og gagnsæi.

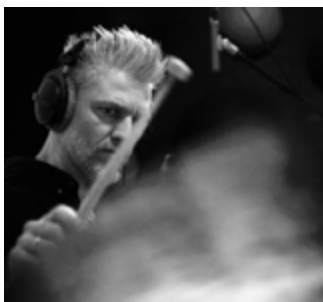


OneSystems bjóða heildarlausn í skjalamálum fyrirtækja og sveitarfélaga og þjónustu við viðskiptavini og íbúa þeirra



Logi kominn á markaðinn

Logi Geirsson, fyrrverandi atvinnumaður í handbolta og landsliðsmaður, er fráskilinn og kominn á markaðinn. Þetta staðfestir hann í samtali við DV, en þau Ingibjörg Elva Vilbergsdóttir voru saman í tíu ár. Nú er hins vegar ástarloginn slokknður. Logi var í mörg ár atvinnumaður í handbolta og starfar í dag sem einkaþjálfari. Ingibjörg lék körfubolta í mörg ár suður með sjó og það með frábærum árangri. Hún varð meðal annars Íslandsmeistari. Þau eiga saman tvö börn, soninn Vilberg og dótturina Júlíu.



Slá í takt

Trommuleikarinn Einar Scheving, sem hefur verið talinn einn kynþokkafyllsti piparsveinn landsins, er genginn út. Hann hefur fundið ástina í örmum Arnhildar Jóhannsdóttur, sem meðal annars hefur unnið í tískuversluninni KronKron og sem barþjónn á Kex Hostel. Hamingjan ljómar í augum Arnhildar og Einars á myndum sem trommuleikarinn birtir á Facebook af þarinnu að njóta lífsins í París. Taka þau sig vel út saman, en í grein á DV um kynþokkafyllstu menn Íslands sagði meðal annars um Einar: „Svona eins og smáfríðari útgáfa af Ingvari E. en með sama sjarmann.“ Talsverður aldursmunur er á þarinnu, Arnhildur er 25 ára og Einar 46 ára, en eins og flestir vita þá spyr ástin ekki um aldur.



Björk er orðin að samloku

DV barst á dögunum ábending frá íslenskum ferðamanni um að bakari og kaffihús í Buffalo í New York-ríki hefði heiðrað Björk Guðmundsdóttur söngkonu með því að nefna samloku á matseðlinum í höfuðið á henni. Samlokan ber nafnið „The Bjork.“

Bjarkarsamlokan inniheldur tómata, avókadó, kóreskt kimchi, spírur, grænmeti og sterkt majónes og er að sögn íslenska ferðamannsins hið mesta hnoss-gæti.

Björk er þó ekki eina stórstjarnan sem fær samloku nefnda í höfuðið á sér því á matseðlinum má einnig sjá samlokurnar Mariuh Carey, Fionu Apple, Whitney Houston, Britney, Gwen, Stevie, Dolly og Robyn.

„Við nefndum samlokurnar okkur í höfuðið á uppáhaldssöngkonunum okkar og skrifuðum svo hverri og einni hjartnæmt aðdáandabréf,“ segir Facebook-síðu staðarins, Breadhive Bakery & Café. Þá kemur fram að Britney Spears hafi verið sú fyrsta til að senda svar til baka en ekki fylgir sögunni hvort

Björk hafi brugðist við bréfinu.

DV hefur áður haft afspurn af matartengdum tilvísunum í Björk og var fyrir nokkrum árum starfrækt kaffihús í Ástralíu sem hét einfaldlega Björk, með vísan í söngkonuna. Hins vegar er óvitað hvort söngkonan hafi verið matgerð með þessum hætti fyrir, þótt hún hafi margoft verið heiðruð við hin ýmsu tilefni; til dæmis í söfnum úti um allan heim sem og hjá tískurísanum Gucci.



Tveir sérfræðingar verða í ver slun okkar um helgina.

Kiktu í heimsókn og þú gætir unnið Y stól og dúnmjúka kodka frá auning!

auning
with love

CARL HANSEN & SØN
PASSIONATE CRAFTSMANSHIP

Skeifan 6 / 5687733 / www.epal.is



MUHAMAD
“THE WEAVER” Í EPAL

Vefarinn Muhamad verður í Epal Skeifunni föstudag til laugardags og sýnir vefun á hinum heimsþekktu Y stól sem hannaður er af Hans J. Wegner. Mohamad starfar hjá Carl Hansen og þykir framúrskarandi í þessari iðngrein.

Sjón er sögu ríkari.

