



ELTIHRELLIR GENGUR LAUS Á AKRANESI

„Nærfötin mín hurfu hægt og rólega úr nærfataskúffunni“



Heimsfrægur leikstjóri hefur auga- stað á Björk



18. OKTÓBER 2019 / 42. TBL. 109. ÁRG. / VERÐ 995 KR.

DV

HÆTTULEGT SVELTI Í HOLLYWOOD

LEIGUSTRÍÐ LINDU P

■ Seldi húsið rétt fyrir gjaldprot en leigir það samt út ■ Leigutekjur lagðar inn á reikning dótturinnar ■ Leigjandi telur sig svikinn ■ Fær ekki tryggingarfé og kærir



PROLAN PROTECTIVE LANOLIN
 Sími 861 7237
 NÁTTÚRULEG BÍLARYÐVÖRN
Hjá Smára Hólm

8 ÁRA
 ÁBYRGÐ
 Á NÝJUM
 BÍLUM

**Friðgeir var
fullur í 25 ár**

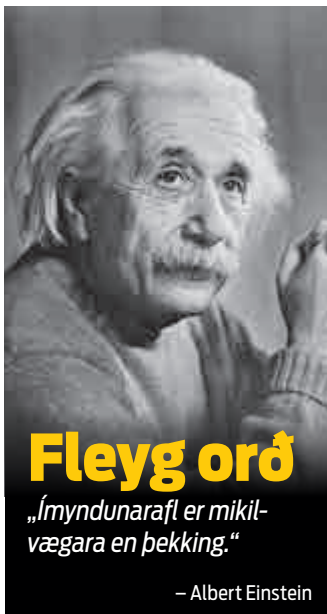
■ Lifði af skotárás ■ Bjó í pappakassa
 ■ Eldar fyrir stórstjörnur í Los Angeles

Barnabílstólar í úrvali RECARO

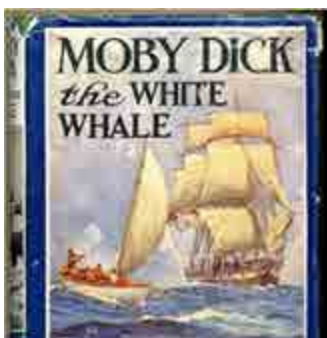
BÍLASMIÐURINN HF

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





Á þessum degi,
18. október



1851 – Skáldsagan Moby Dick var gefin út.



1906 – Sjö hús brunnu á Akureyri og um áttatíu manns misstu heimili sín.



1922 – Útsendingarfyrirtækið BBC var stofnað.



1989 – NASA skaut Galileo-geimfarinu á loft.



2006 – Microsoft gaf út Windows Internet Explorer 7.

Vill Björk í hefndarsögu

Verðlaunaleikstjóri hyggst vinna að víkingamynd á Íslandi
Nicole Kidman og Willem Dafoe meðal leikara

Tómas Valgeirsson
tomas@dv.is



Bandaríski kvikmynda-gerðarmaðurinn Robert Eggers stefnir að því að kvikmynda hefndarsögu í víkingastíl sem nefnist The Northmen. Kvikmyndin er gerð eftir handriti sem Eggers skrifaði í samvinnu við rithöfundinn Sigurð Birgi Sigurðsson, betur þekktan sem Sjón.

Saga myndarinnar gerist á Íslandi við upphaf 10. aldar en heimildir herma að hún verði tekin upp að stórum hluta í Kanada en eitthvað þó líka á Íslandi. Eggers notaðist mikið við Kanada við tökur á fyrri verkum sínum, sem eru kvikmyndirnar The Witch og The Lighthouse. Báðar kvikmyndir leikstjórans hafa hlotið nær einróma lof gagnrýnenda.

The Northmen skartar ýmsum þekktum andlitum og má búast við þeim Nicole Kidman, Willem Dafoe ásamt bræðrun-

um Bill og Alexander Skarsgård. Myndin segir í grunninn frá norskum prins sem hyggst koma morðingja föður síns fyrir kattarnef. Myndin er framleidd af Lars Knudsen, dönskum framleiðanda, sem hefur látið gott af sér leiða með þekktum hryllingsmyndum á borð við Hereditary og Midsommar.

Vilja fá Björk

Samkvæmt heimildum fréttamiðilsins Collider vilja aðstandendur myndarinnar ólmir fá söngkonuna Björk í aukahlutverk en ekki er vitað hvort sú ósk verði að veruleika. Eins og ýmsum er kunnugt gaf Björk upp leiklistaráhugann eftir átakanlegt samstarf við danska leikstjóran Lars von Trier. Björk og Lars von Trier unnu saman að kvikmyndinni Dancer in the Dark árið 2000. Samstarfið var erfitt og talaði Björk opinskátt um það á sínum tíma. Hins vegar voru ásakanir, sem hún setti fram á Facebook-síðu sinni árið 2017, mitt í MeToo-byltingunni, mjög alvarlegar. Þá sakaði Björk leikstjóran um kynferðislega áreitni.

„Ég er innblásin af öllum þeim konum sem láta í sér heyra á netinu til að láta í mér heyra varðandi reynslu mína af dönskum leikstjóra, því ég kem frá landi sem er eitt af þeim löndum sem er hvað næst jafnrétti kynjanna,“ skrifaði Björk meðal annars. Hún nafngreindi ekki Lars en ljóst var um hvern var rætt. „Ég varð þess vör að það væri almennt viðurkennt að leikstjórar geti snert og áreitt leikkonur sínar að vild og að það væri samþykkt innan kvikmyndaheimsins.“



Þegar ég ítrekað hafnaði leikstjóranum þá refsaði hann mér og bar hann þá upp á mig lygar við starfslið sitt þar sem mér var kennt um að vera sú erfða í samstarfinu,“ skrifaði Björk. Lars von Trier svaraði henni í Jyllands Posten og hafnaði ásökuninum. Sagði hann að það hefði ekki ver-

ið leyndarmál að hann og Björk hefðu verið svarnir óvinir á töku-stand en það hefði líka skilað sér í frábærri frammistöðu Bjarkar í myndinni.

„Það er ekkert í þessu máli. Farið bara og skoðið sögu myndarinnar. Það voru átök en ég gerði þetta ekki,“ sagði Lars. ■

5 sem voru fræg í fimmtán mínútur

Villi „Mérbalalíðuragæt-legavelbala“ Hall

Vilhjálmur Hallgrímsson er án efa eftirminnilegasti þátttakandinn úr Bandinu hans Bubba. Þegar hann var spurður hvernig honum líði var svarið hans sama og sögulegt. Villi hefur tileinkað sér sterkan sess í íslenskum „meme-kúltúr“ fyrir þessar örfáu sekúndur sem hann hefur enn ekki toppað.



Góðu stundir Öldu

Söngkonan Alda Björk Ólafsdóttir stökk beint í 7. sæti breska vinsældalistans með lagið Real Good Time árið 1998. Þá skákaði hún meðal annars Kryddpiunum. Öldu tókst að láta stóran draum ræstast, að slá í gegn úti í hinum stóra heimi, en lítið kom út úr ferlinum seinna meir. Rosagóðir tímar þó.

Réttur maður á röngum Laugavegi

Bandaríkjamaðurinn Noel Santillan kom til Íslands árið 2016 og bókaði herbergi á Hótel Fróni við Laugaveg 22A. Hann keyrði í fimm klukkustundir, langt út fyrir bæjarmörkin, og að lokum bankaði hann upp á hjá konu á Laugarvegi á Siglufirði. Noel hafði slegið inn rangt heimilisfang í GPS-tækið, en hann tók bara vel í aukarúntinn um landsbyggðina og komst víða í pressuna vegna ruglingsins.



Fór úr sviðsljósinu í leikskólann

Hólmfríður Karlsdóttir kom, sá og sigraði í keppninni Ungfrú heimur árið 1985. Þetta var í fyrsta skipti sem íslenskur keppandi hlaut þennan titil en ekki hið síðasta. Hófi ákvað þó að viðhalda ekki fyrirsætufurlinum, þrátt fyrir að tilboðum rigndi inn. Hún kunni vel við sig sem leikskólakennari og hefur látið gott af sér leiða á því sviði.

Lúxorsvandamál

Fyrsta strákasveit Íslands telst sú sem kom, heilsaði og hvarf. Lúxor var stofnuð af Einari Bárðarsyni og samanstóð af fimm ungum körlum sem hlutu dræmar viðtökur við lög sem þeir sömdu ekki sjálfir. Þeir tóku nokkur stór „gigg“ hér og þar, og heimlíkið við skódeild Hagkaupa á jólatímanum árið 2007, og gáfu út plötu sem var jörðuð í fjölmíðlum á sínum tíma. Merkin voru skýr, en tilraunin ágæt.





www.krokur.net

522 4600

Taktu Krók á leiðarenda

Krókur hf. er fyrirtæki sem að hefur sérhæft sig í flutningum og björgun ökutækja. Félagið rekur einnig þjónustumiðstöð fyrir tjónaökutæki þar sem veitt er ahliða þjónusta í meðhöndlun tjónabifreiða og annarra bifreiða samkvæmt óskum viðskiptavina.

Krókur býður m.a. uppá:

- Starfsmenn sem eru þjálfaðir og reyndir í bíla- og tækjaflutningum
- 24 stunda þjónustu allt árið um kring
- björgunarþjónustu og aðstoð ef bílar bila eða flytja þarf þá á verkstæði



KRÓKUR
á þinni leið

Suðurhraun 3, 210 Garðabær

Hver er hún



- Hún er fædd 29. nóvember 1965.
- Hún starfði sem fjölmiðlamaður hjá Bylgjunni og Stöð 2.
- Hún er mikill matgæðingur og hefur skrifað matreiðslubækur.
- Hún kom inn á þing sem vara- maður fyrir Sjálfstæðisflokkinn árið 2008.
- Hún starfði sem fram- kvæmdastjóri Styrktarfélags krabbameinssjúkra barna.

SVAR: RÓSA GUBBJARTSDÓTTIR

Það er staðreynd að...



Sigmund Freud var með fóbiu fyrir burkna.



Fílar sofa að meðaltali í tvær klukkustundir á dag.



Það eru fleiri en 600 herbergi í Buckingham-höll.



■ Hrekkjavakan nálgast ■ Tannlæknar fara yfir skásta nammið og versta skaðvaldinn

Íris Hauksdóttir
iris@dv.is



Hrekkjavökuhátíðinni fylgir gjarnan veglegt magn af sælgæti sem grímuklædd börn gæða sér á. Í Íslandi hefur færst í aukana að börn og ungmenni gangi í hús í sínu hverfi og biðji þar um grikk eða gott. Oftar en ekki þora íbúar ekki annað en að eiga nóg af gotterí fyrir furðuverunum sem banka að dyrum. Of mikið gotterí getur þó reynst skaðlegt tannheilsunni og því ekki úr vegi að kynna sér þær sælgætisgerðir sem reynast tönnunum hvað verstar.

hefur lengi verið annálaður sem einn skemmtilegasti tannlæknir landsins en aðspurður hvaða sælgæti sé verst fyrir tennurnar segir hann að eðli málsins samkvæmt sé það allt nammi sem sé sykrað og klístrað.

„Alversta nammið er það sem liggur lengst í tönnunum. Ég myndi segja það vera karamellur og í raun allt sem límist við tennurnar. Í mínum huga er besta nammið gulrætur og annað grænmeti.“

Súkkulaðið skást

Elfa Guðmundsdóttir á samnefndri tannlæknastofu tekur undir orð Engilberts.

„Allt nammi sem klessist við tennurnar er það versta, gúmmí, kúlur og karamellur sem loða lengi við tennurnar. En það þarf líka að hafa í huga að súrt nammi er slæmt því sýran eyðir glerjungnum, sykur og súrt er því versta blandan. Ég myndi segja að súkkulaði sé skásta sælgætið en svo þarf að burstu vel og nota tannþráðinn. Það er allt í lagi borða nammi endrum og sinnum en aðalmálið er að þrifa vel á eftir.“

Elfa segir ávaxtasafana líka skaðlega, sérstaklega þegar þeir eru drukknir yfir langan tíma.

„Það er eins með gosið og orkdrykkina sem eru að reynast

bæði súrir og sykraðir. Það er vont að vera sífellt að drekka þetta og allt spurning um hversu lengi drykkjan á sér stað því ef maður er sífellt að súpa nær munnvatnið aldrei að losa sig við sýruárásina sem tennurnar verða fyrir. Þá er mun skárra að drekka bara í eitt skipti og skola svo með vatni,“ segir Elfa.

„Já, samkvæmt lýðheilsustöð er Orkan alvarlegasti drykkurinn,“ bætir Engilbert við og heldur áfram. „Bæði er það sýrustigið í drykknum sem og sykurmagnið. Beint á eftir Orkunni kemur svo Egils appelsín, þaðan Coke og svo Pepsi Max. Só-davatnið er skásti kosturinn jafnvel þótt það sé bragðbætt.“ ■

Sleikjór er skaðvaldur

Hart sælgæti er sennilegast það nammi sem nýtur hvað mestra vinsælda á þessum tíma árs en brjóstsykur og sleikipinnar eru miklir skaðvaldar. Eðli málsins samkvæmt er ætlunin að njóta þessarar tegundar sælgætis í lengri tíma en margir falla í freistni og bryðja brjóstsykurinn og mylja hann þannig ofan í og á milli tannanna. Tyggjókúlur hafa sömuleiðis slæmt orð á sér enda dvelja þær hvað lengst í munnum og veltast um á milli tannanna.

Engilbert Ó. H. Snorrason

Skásta nammið:

- Dökkt súkkulaði
- Annað súkkulaði
- Snakk
- Kex
- Tyggjó
- Mesti

Skaðvaldurinn:

- Hlaup
- Karamellur
- Kúlur
- Súrt nammi
- Sleikjór
- Brjóstsykur

Af síðu landlæknis:

Bakteríur í munnholi loða við yfirborð tannanna, svokölluð tannskýla og breyta sykri fæðunnar í mjólkursýrur. Sýrurnar losa um steinefni glerjungsins og vinna eyðileggingarstarf sitt í um það bil hálf tíma eftir að sykurs er neytt. Munnvatnið sem gegnir lykilhlutverki í almennum vörnum líkamans gegn tannskemmdum, nær yfirleitt að hlutleysa sýrurnar á þessum hálf tíma svo tönnin nær aftur til sín uppleystu steinefnunum úr munnvatninu

og endurkalkast. Ef eðlilegur tími líður milli mála hefur varnarkerfi líkamans betur í baráttunni við sýrurnar og tannskemmdum er haldið í skefjum. Sífellt nart er varnarkerfinu ofviða. Ostbiti eftir mat er góð tannvernd og það sama gildi um sykurlaust tyggjó, munnvatnsflæðið eykst og hlutleysing á sýru á sér stað á mun skemmri tíma. Ef munnhirðu er ábótavant og tannskýla nær að safnast fyrir, hindrar hún aðgengi munnvatnsins að tannfirborðinu og varnarkerfið gagnast ekki.

Aumingjakeppni sem ekki er hægt að vinna



Svarthöfði

Ísland er eins og lúpínan,“ hugsaði Svarthöfði með sér er hann tók sopa af morgunkaffinu. „Ægigurt land, en djöfull sem ég hata þjóðarsálina sem teygir úr sér í allar mögulegar og ómögulegar áttir í æsingi, pirringi og vitleysu. Svo er ekki hægt að uppræta þetta helvíti því það má ekkert segja.“

Svarthöfði er orðinn svo langþreyttur á Íslandi. Svo mikið að hann er meira að segja farn að skoða falleg timburhús í skandinavískum stíl í upp-sveitum Svíþjóðar. Gæti haldið nokkrar hænur. Gaggið í þeim er allavega margfalt þolanlegra en gaggið í þessum helvítis Íslendingum.

Hvert sem Svarthöfði lítur

er gagg, nöldur, væl og rifrildi. Svarthöfði má varla opna fréttasíður, dagblöð, samfélagsmiðla eða bara gluggann án þess að vera bombarderaður af hálfvita-skap. Svarthöfði hélt að þetta yndislega sumar myndi kannski setja landsmenn í jákvæðari gír, en svo um leið og haustmyrkrið skall á fylgdi tuðið með.

Svarthöfði hefur á tilfinningunni að Íslendingar séu í gríðarlegri aumingjasamkeppni um hver hefur það verst. Keppni sem ekki hægt er að sigra í því það virðist nánast hver einasti landsmaður hafa það skítt. Og ef hann hefur það ekki skítt þá er tíminn drepinn með því að agn-úast út í náúngann. Búa til gróu-sögur og samsæriskenningar. Allt í einu er landið allt orðið að einum, stórum, fúlum heitapotti



þar sem allt er glatað.

Svo er þetta ríka fólk náttúrulega bara aumingjar og auðnuleysingjarnir láta ginnast af misgáfulegum skilaboðum úr dægurmenningu um að þeir eigi auðvitað að slátra þeim sem hafa það best. Á internetinu hleypur fólk upp til handa og fóta ef minnihlutahópar, fíklar, langveikir, fatlaðir, millistéttn, fátækir, hinsegin fólk, mæður,

feður, systur, bræður, börn og aðrir minna þroskaðir menn eru gagnrýndir. FORDÓMAR, er öskrað á torgum.

Hæurnar í Svíþjóð hljóma þá bara ansi vel. Gott ef Svarthöfði bætir ekki við sig eins og einni gyltu og tveimur hundskvikindum. En kannski er Svarthöfði bara ekkert betri en þið hin fyrst hann eyddi sínum dýrmæta tíma í að skrifa tuð um tuð. ■

Tannburstinn á uppruna sinn að rekja til Kína og var fundinn upp árið 1498.



Einn af hverjum 230 bílum er stolinn.

tl.is

ERTU KLÁRÍ SLAGINN?



**ÞÚ FÆRÐ ALVÖRU
LEIKJABÚNAÐ HJÁ OKKUR**

 steelseries

 CORSAIR

 elgato

R A Z E R™

ASUS

**TÖLVU
LISTINN**

REYKJAVÍK AKUREYRI HÚSAVÍK EGILSSTAÐIR REYKJANESBÆR SELFOSS AKRANES

Sexföldun á jarðar- förum í kyrrþey

■ Úr tveimur prósentum í tólf ■ Margar ástæður að baki, svo sem peningaleysi og hógværd

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is



Jarðarförum í kyrrþey hefur fjölgað mikið. Árið 2010 fóru 43 jarðarfarir fram í kyrrþey, eða tvö prósent. Árið 2016 nálgudust þær tólf prósent og í fyrra var hlutfall jarðarfarar í kyrrþey komið upp í tólf prósent, eða 258 talsins. Jóna Hrönn Bolladóttir, sóknarprestur í Garðasókn, finnur fyrir þessari fjölgun.

„Ég finn að það er fjölgun jarðarfarar í kyrrþey og ég held að það séu þrjár ástæður fyrir því; hinn látni hafi verið mikil privat manneskja og kunnað illa við stórar samkomur, það hef ég oft heyrt, og það væri algjörlega úr takti við karakterinn að halda stóra opinbera athöfn. Einnig er það vegna þess að það eru ekki til miklir peningar á dánarbúinu eða innan fjölskyldunnar og fólk á ekki val um annað en litla athöfn. Svo er það hópurinn sem fer stækkandi og það er fólk sem vill hafa hlutina eins persónulega og hægt er. Það skil ég svo vel og finnst það á margan hátt jákvæð þróun. Þegar athöfnin er lítil og bara nánasta fólkið er hægt að skapa ákveðna nánd sem er mörgum gefandi. Ég held að þetta sé allt gott í bland hvað varðar form útfararathafnarinnar,“ segir Jóna Hrönn og brýnir eitt fyrir þeim sem kveðja þurfa ástvin. „Það er líka vandi þegar athöfn er í kyrrþey að gæta þess að gleyma ekki einstaklingum sem stóðu hinum látna nærri eins og vinum og samstarfsmönnum og það getur verið sárt að fá ekki að kveðja og þakka fyrir sig. Þá er oft verið að hringja í ástvini og spyrja hvort viðkomandi megi koma til að

sýna samkennd og heiðra minningu þess sem er farinn, það þarf að bregðast af kærleika við því og meta hlutina af virðingu. Þarna þarf fólk að vanda sig svo ekki verði sárindi í samskiptum.“

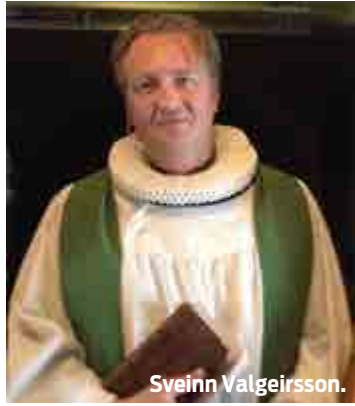
Kostnaður, einsemd og ágreiningur

Sveinn Valgeirsson, sóknarprestur í Dómkirkjunni í Reykjavík, telur að margt spili inn í þegar ákveðið er að jarðarför fari fram í kyrrþey.

„Stundum er þetta ósk frá hinum látna því hann vill ekki umstang eða láta hafa fyrir sér. Ég hef orðið var við það. Suma óar við kostnaðinum við útför og það má vel vera að það spili inn í. Yfirleitt setja menn undir sig hausinn og gera þetta án þess að kostnaður sé stærsti faktorinn, nema þegar mjög illa stendur á,“ segir Sveinn. Kostnaður við hefðbundnar jarðarfarir getur farið hátt upp í tvær milljónir, jafnvel aðeins yfir, enda í mörg horn að líta. Það þarf að birta dánartilkynningar, kaupa líkkistu, bóka tónlistaratriði, halda erfidykkju og margt fleira. Hins vegar geta þeir sem þurfa leitað sér styrkja vegna útfarar hjá stéttar- eða sveitarfélögum.

Aðrar ástæður sem gætu spilað inn í eru einsemd eða ágreiningur meðal aðstandenda. Sveinn segist ekki hafa tekið eftir því, en að oft geti ágreiningur verið til staðar án þess að prestar taki eftir. Hann hefur hins vegar heyrt af því að aðstandendur fari þess á leit að tilteknum einstaklingum verði bannað að mæta þótt jarðarför sé auglýst.

„Ég lít þannig á að ef jarðarför er auglýst þá megi allir koma og margir sem vilja fylgja vinnufélögum, vinum, kunningjum eða skólafélögum. Ef jarðarför er



Sveinn Valgeirsson.

ekki auglýst er ekki ætlast til að allir megi mæta. Ég hef heyrt af því að aðstandandi vilji ekki að einhver tiltekinn einstaklingur fái að vera við útför hins látna. Það getur reynst erfitt ef þetta er opinber athöfn.“

Opnari umræða um dauðann

Sveinn segir að oft hafi fólk á dánarbedinum sterkar skoðanir á hvernig jarðarförinni skuli háttað.

„Ég veit það til dæmis að þessi sterki vilji sumra til að hafa jarðarför í algerri kyrrþey er ekkert endilega alltaf það sem aðstandendur hefðu viljað. Yfirleitt virða aðstandendur vilja hins látna.“

Jóna Hrönn telur jákvæða breytingu hafa orðið í samfélaginu um hvernig talað er um dauðann og hinstu kveðjustundina.

„Á undanförunum árum hefur umræða um dauðann og form á hinstu kveðju breyst. Það er afskaplega jákvæð breyting og gerir það að verkum að allt verður hlaðið meiri merkingu. Það var til dæmis áttak innan Þjóðkirkjunnar að hvetja fólk til að setja niður hvernig það vildi hafa endalokin í þessum heimi og það var gefinn út bæklingur sem heitir



Fjölgun
Sífellt
fleiri kjósa
jarðarför í
kyrrþey.

„Val mitt við lífslok“. Þar er hægt að setja niður hvort fólk vill kistulagningu eða ekki, umbúnaður í kistu, hvar útförin fer fram, hvort það á að vera jarðarför eða bálfor, val á tónlist, hvort það eigi að vera erfidykkja og þá hvernig og upplýsingar vegna minningarorða,“ segir Jóna Hrönn og heldur áfram. „Það skiptir margt eldra fólk miklu máli að ganga vel frá hlutunum og oft er líka sú hugsun að íþyngja ekki ástvinum sínum þegar dauðinn knýr dyra meira en þörf er á, ég finn oft þessa miklu hógværd og auðmýkt þegar ég tala við eldra fólk á dánarbedinum. Þegar ég undirbý útfarir og fullorðið fólk er að kveðja aldraða foreldra og ekkert liggur fyrir koma uppi ýmis sjónarmið og eftirlifendur tala kannski ekki einni röddu varðandi útförina, þá kveð ég oft með þeim orðum að þau ættu, á meðan heilsan er góð og dauðinn ekki á dagskrá, að setja niður óskir sínar við lífslok og ræða við maka sinn,

af því að því fylgir ákveðinn léttir fyrir þau sem eftir lifa og þurfa að undirbúa útförina, ég tala nú ekki um þegar dauðinn kemur skyndilega og ástvinir eru kannski þjakaðir af sorg og dofnir, þá er afar mikilvægt að þetta sé eins mikið á hreinu og hægt er.“ ■



Jóna Hrönn Bolladóttir.



Rekstrarumsjón

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!

STEMMARI!

Skemmtilegar hópferðir með íslenskri fararstjórn
Tryggðu þér sæti. Staðfestingargjald er kr. 35.000.

“Októberfest á sterum”
HM í Pílukasti
Páll Sævar Guðjónsson fararstjóri!



12. - 15. desember 2019
Verð frá 134.900



Arsenal **MANCHESTER CITY**

13. - 16. desember 2019
Verð frá 139.900



MANCHESTER UNITED **NORWICH CITY**

10. - 13. janúar 2020
Verð frá 129.900



LIVERPOOL FOOTBALL CLUB **MANCHESTER UNITED**

17. - 20. janúar 2020
Verð frá 159.900

Nánari upplýsingar á visitor.is

Innifalið í okkar hópferðum: Flug með Icelandair og skattar. Gisting með morgunverði. Handfarangur og ein innrituð 23kg taska. Rúta til og frá flugvelli. Miði á leik/viðburð. Íslensk fararstjórn.



ÁRSHÁTÍÐARHÓPAR ELSKA OKKUR:)

Hafðu samband í síma **578 9888**
eða á hopar@visitor.is

Visitor
FERÐASKRIFSTOFA





Suðurlandsbraut 14
2. hæð

FRÉTTASKOT
512 7070
ABENDING@DV.IS

Útgáfufélag: Frijáls fjölmiðun 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



Gamma reddaði málunum

Fyrirverandi starfsmenn Eflingar hafa stigið fram opinberlega undanfarnar vikur með harðar ásakanir. Maxim Baru, Christina Milcher, Robakjewicz og Ani Marincean sögðu farir sínar ekki sléttar. Þeim hafi verið vikið úr starfi, eða störf þeirra lögð niður án útskýringa, án fyrirvara og þvert á þau loforð sem þeim höfðu verið gefin. Þessar ásakanir eru af öðru bergi brotnar en aðrar sem áður höfðu komið fram. Þær vörðuðu innanhússhreinsun sem átti sér stað eftir að Sólveig Anna Jónsdóttir tók við formannsstölnum, þessar nýju hins vegar koma frá starfsmönnum sem Sólveig fékk sjálf til liðs við sig og því biðu margir spenntir eftir hefðbundinni færslu á vefsíðu og Facebook-síðu Eflingar þar sem ásökunum væri vísað á bug með viðeigandi rökstuðning. Ekkert varð þó af slíkri færslu. Á sama degi var mikið fjallað um ófarir verðbréfasjóðsins Gamma og í kjölfarið rifjað upp að fyrir ári tók Efling sjóði sína úr stýringu þaðan. Í kjölfarið birti Efling færslu um Gamma og hvað það var góð ákvörðun að færa sjóði sína þaðan. Starfsmennirnir fjórir voru greinilega ekki orðanna virði.

Ekkert er öruggt nema dauðinn og skatturinn

Facebook-færsla vakti nokkra athygli í vikunni þar sem maður einn greindi frá nokkuð sláandi útreikningi sem horfir við félag hans sem er lífeyrisþegi. Viðkomandi fær 20 þúsund króna hækkun frá lífeyrissjóðnum sínum á mánuði. Hljómar eins og fagnaðarefni, en eins og téður Facebook-notandi greindi frá þá þarf samt að horfa á þessa hækkun með gagnrýnum augum. Af 20 þúsund krónunum tekur ríkissjóður 7.000 í skatt. Ellilífeyrinn frá TR skerðist svo um 45 prósent af því sem eftir verður. Þarna er 20 þúsunda króna hækkun orðin 6.000 krónur sem í reynd skila sér til viðtakanda. Af 20 þúsunda króna hækkun tekur íslenska ríkið því í reynd 14 þúsund, um tvo þriðju hluta hækkunar greiðslu frá lífeyrissjóði sem lífeyrisþeginn hefur sjálfur greitt í auk atvinnurekanda.



Hautblíða Grafið undan Stjórnarráðinu á góðum degi í október.

Hræsni í kommentakerfum

Leiðari

Guðrún Ósk Guðjónsdóttir
gudrunosk@dv.is



Ég tók nýverið viðtal við ungan mann sem stundar veiðar á afrískum dýrum, svokallaða „trophy“-veiði.

Viðtalið vakti vægast sagt hörð viðbrögð og fylltist kommentakerfi DV af ljótum ummælum og morðhótunum. Hjörvar fékk argrúa af ummælum á Instagram-síðu sína en það versta sem hann fékk var í einkaskilaboðum. Hjörvar segist þó ekkert láta þetta á sig fá.

En snúum okkur aftur að kommentakerfunum þar sem andstyggðin náði nýju hámarki. Ég skil það vissulega að fólk sé reitt yfir því að Hjörvar drepri dýr.

Það sem mér þykir sérstaklega athyglisvert er að flestir þeirra sem hóta honum öllu illu og óska honum dauða, er sama fólk og borgar öðrum fyrir að slátra dýrum fyrir sig.



Ef þú upplifðir mjög sterkar tilfinningar þegar þú last viðtalið við Hjörvar, og borðar dýr, þá spyr ég hvort þetta sé ekki tilvalinn tími til að líta í eigin barm. Er þetta ekki frábær tími til að hugsa um hvað þú getur gert fyrir dýrin.

Ef þér býður við að Hjörvar fari til Afríku til að skjóta puntsvín/við að sjá Hjörvar drepa puntsvín, af hverju býður þér ekki við að þúsundir svína séu drepin á hverjum degi hér á landi, svo við getum

fengið beikon?

Ef þér býður við að sjá myndina af Hjörvari með giraffanum, af hverju býður þér ekki við því að við drepum lömb, bara vegna þess að okkur finnst þau góð á bragðið?

Ég tók það fram í byrjun viðtalsins að ég skildi ekki trophyveiði, rétt eins og allar aðrar tegundir af veiði. Það er vegna þess að ég sjálf neyti ekki dýrafurða og er vegan.

Ég ákvað að taka viðtal við Hjörvar af tveimur ástæðum. Í fyrsta lagi snýst blaðamennska ekki um að tala einungis við fólk sem þú ert sammála, og í öðru lagi til að svala forvitni félagsfræðingsins í mér. Mig langaði að vita af hverju Hjörvar gerir það sem hann gerir. Þar sem það er óskiljanlegt fyrir mér, þá langaði mig að vita hvað sé heillandi við að drepa dýr.

Ef dýr er drepið á bak við luktar dýr og enginn er þar til að taka mynd, gerðist það?

Með því að kaupa kjöt ertu að borga fyrir að dýr sé drepnið á hrottalegan hátt í sláturhúsi. Enginn vill deyja.

Ég er alls ekki að réttlæta gjörðir Hjörvars, eins og fyrr segir þá persónulega fordæmi ég þær. En þið hin, sem fyrirliði Hjörvar, kallið hann ógeðslegan og hót-ið honum öllu illu, ef þið borðið kjöt þá bið ég ykkur um að spyrja ykkur að þessu: Af hverju eruð þið svona mikið betri en Hjörvar? ■

Spurning vikunnar

Hver er besta bók sem þú hefur lesið?



„Bókabjórurinn. Vel skrifuð og áhuga-verð.“

Evar Þór Benediktsson



„Ég get ómögulega valið eina! En ég myndi segja 1000 bjartar sólar ásamt Gamlingjanum sem klífraði út um gluggann. Tvær ólíkar en frábærar.“

Eva Björk Eypórsdóttir



„Harry Potter-serían á sterkan sess í hjarta mínu – sérstaklega fimmta bókin – og það er aðallega því hún hvatti mig til að lesa meira.“

Sigríður Clausen



„Ég myndi segja Room. Rosalega grípandi bók og óþægilega raunveruleg.“

Unnur Lilja Aradóttir

Húsfélagapjónusta

Leiðandi í hagkvæmni og rekstri húsfélaga

✓ Bókhald og fjármál

✓ Húsfélagafundir

✓ MÍNAR SÍÐUR

✓ Þjónustusaga húss

✓ Önnur þjónusta



Hvernig færðu besta verðið?



Listin að selja fasteign

■ Atriði til að hafa í huga við sölu íbúðarhúsnæðis ■ Passaðu lyktina!

Erla Dóra
erladora@dv.is



Fæstir búa í einu og sömu fasteigninni lífið á enda. Fjölskyldur stækka, fjölskyldur minnka, nýjar aðstæður geta skapað þörf á nýju húsnæði. Flestir vilja að sjálf-sögðu selja eignir sínar hratt og vel á sem hæstu verði. Hvað er það helsta sem seljendur ættu að hafa í huga við sölu á fasteign sinni? DV leitaði ráða hjá Páli Pálssyni hjá 450 fasteignasölu.

„Það fyrsta sem seljendur verða að hafa í huga er að því fleiri sem skoða eignina, því hraðar selst hún og á hærra verði. Það eru þúsundir eigna á fasteignavefjum á Íslandi sem hvorki seljast né skapa fyrirspurnir. Fæstir átta sig á því að meðalsölu-tími á höfuðborgarsvæðinu er um 100 dagar. Hvað þarf að gerast svo fleiri en einn bjóði í eignina á sama tíma? Hvernig færðu sem flesta til að skoða eignina og gera tilboð? Hvernig færðu besta verðið?“ segir Páll.



1 Undirbúningur

„Við eigum það flest sameiginlegt að vilja fá hæsta mögulega verð fyrir eignirnar okkar en á sama tíma vill kaupandinn hins vegar kaupa á eins lágu verði og mögulegt er. Því skiptir undirbúningur á eigninni miklu máli. Minnstu smáatriði geta skipt miklu máli þegar eign er sett á sölu. Þeir sem skoða eignina þína hugsa oft, ómeðvitað, „Hvað er að eigninni?“ og „Hvað þarf ég að gera sjálfur til að verða ánægður?“ og því lengri sem athugasemdirnar eru því lægra býður fólk og því þarf að horfa á eignina með gagnrýnum augum.“

Kaupendur eru mjög fljótir að mynda sér skoðun á eigninni og hefur hún í raun skamman tíma til að heilla. Því er mikilvægt að útlit eignarinnar sé upp á sitt besta. Taktu til í garðinum og innkeyrslunni og fjarlægðu þaðan allan óþarfa. Klipptu runna og sláðu garðinn að sumri til. Ef snjór hefur fallið skal einnig moka aðkomu hússins.

Gakktu langt í að gera allt hreint og fínt.“ Páll bendir á atriði sem fæstir hafa líklega gert sér grein fyrir að skipti máli: „Lykt er lykilatriði því það er það fyrsta sem fólk tekur eftir þegar gengið er inn.“

Íbúðir þar sem mikið er af smáhlutum eða persónulegum munum geta virkað fráhrindandi á væntanlega kaupendur sem eiga þá erfiðara með að sjá sína eigin búslóð fyrir sér í rýminu.

„Fjarlægðu alla óþarfa hluti af gólfum, smáhluti af eldhúsbekkjum og segla, miða og annað af ísskápum. Skoðuðu lýsingu rýmisisins. Dragðu frá garðinum og reyndu að hleypa inn eins mikilli náttúrulegri birtu og mögu-

legt er. Einnig skaltu skipta um allar sprungnar perur og fela rafmagnssnúru.“

2 Verðlagning – Mikilvægt að verðleggja rétt

Þó svo flestir vilji fá sem hæst verð fyrir eignir sínar, og margir hafi þar tiltekna tölu í huga, þá er mikilvægt að eignin sé verðlögð í samræmi við markaðinn og eftirspurnina.

„Fáðu heiðarlegt verðmat frá fasteignasalanum þínum. Ekki hlusta á fasteignasala sem verðmeta bara eftir því sem þú vilt heyra. Helsta ástæða þess að fólk skoðar ekki eignina þína er vegna þess að eignin er verðlögð of hátt. Verðleggðu á réttu markaðsverði til að vekja áhuga tilvonandi kaupenda. Ekki fara í „mér finnst“ eða „ég held“ að verðið eigi að vera hitt eða þetta fyrir eignina. Byggðu matið á sölutölum og fermetraverði í hverfinu og berðu saman við eignir sem eru þegar í sölu og athugaðu hvernig gengur að selja þær. Það er enginn að hjálpa þér með því að segja þér bara það sem þú vilt heyra. Í mörgum tilfellum eru væntingar seljenda mun meiri en markaðsverð gefur til kynna.“

3 Markaðssetning

Páll segir að eitt það mikilvægasta við sölu eignarinnar sé að fasteignaauglýsing sé vönduð. „Um 96% af þeim sem eru að leita að eignum skoða fasteignavefi og því eru góðar og fallegar myndir af eigninni lykilatriði. Myndir eru það fyrsta sem fólk sér af eigninni þinni og því er mikilvægt að þær séu teknar af fagmanni.“

Lélegar myndir geta gert það að verkum að fólk afskrifi eign án þess að hafa séð hana berum

Hvernig færðu sem flesta til að skoða eignina og gera tilboð?

augum. „Auglýsingar í blöðum skila ekki eins miklum árangri og áður fyrr og því ber að fara varlega í þann kostnað. Þó eru til undantekningar á þessu, til dæmis íbúðir sem hugsaðar eru fyrir 65 ára og eldri.“

Ef auglýsingin fyrir eignina heillar væntanlega kaupendur þá er yfirleitt næsta skref þeirra að mæta á opið hús. „Nær 80% af smellum á eignina þína á netinu eru fyrstu 4–6 dagana. Mikilvægt er því að nota þann tíma til að auglýsa opið hús. Opin hús hafa reynst vel til að skapa eftirspurn eftir eigninni. Þegar eignin er komin á netið þá er um að gera að deila eigninni á samfélagsmiðlum og biðja vini og vandamenn um að deila. Best er að sýna eignina í dagsbirtu.“

4 Ástand eignarinnar

„Vertu viss um að eignin sé upp á sitt besta þegar hún fer í sölu. Fólk þrúttar síður um verð ef allt er í lagi.“ Páll bendir seljendum á að hafa eftirfarandi í huga; Hvert er ástandið á húsinu? Er raki eða leki? Hefur verið gerð ástandsskoðun á húsinu? Hvert er ástand lagna, múrs, þaks, glugga, glers? Fyrir sölu er upplagt að ráðast í allar minniháttar viðgerðir sem þarf að gera,

fjarlægja reykingalykt ef hún er til staðar, setja gólflista þar sem vantar og laga málningu þar sem þarf.

Í söluýfirliti er best að hafa lýsingu á húsnæði stutta og hnitmiðaða. „Góð lýsing á eigninni í söluýfirliti er mikilvæg, en ekki fara út í of mikil smáatriði.“

Láttu fasteignasala sýna eignina. Það hefur margoft sannað sig að fólk sem skoðar eignir með eigendum er hlédrægara þegar kemur að því að tjá sig um kosti og galla eignarinnar af ótta við að móðga eigendur. Best er að heyra sannleikann svo einfaldara sé að loka sölunni.“

5 Ef þú hefur átt eign skemur en tvö ár

Í þessari upptalningu má blaðamaður til að nefna eitt atriði sem sumir hafa brennt sig á í gegnum tíðina. Ef þú hefur aðeins átt íbúðarhúsnæði eða búseturétt skemmur en tvö ár þá er söluhagnaður að fullu skattskyldur. Hagnaðurinn er mismunur söluverðs að frádrögnum sölukostnaði og stofnverði. Eins er hagnaður af sölu annarra fasteigna en íbúðarhúsnæðis alltaf skattskyldur. Þar undir falla til dæmis sumarbústaðir, hesthús, land og lóðir. ■

KYRRÐARBÆN OG GUÐSPJÓNUSTA Í VÍDALÍNSKIRKJU

Bylgja Dís Gunnarsdóttir leiðir kyrrðarbæn í Vídalínskirkju í Garðabæ. Öll eru velkomin og aðgangur ókeypis. Kyrrð, íhugun og bænaiðkun. Kærleikssamfélag sem umvefur og styrkir

Alla miðvikudaga frá
17:30 - 18:30 í vetur

Allir velkomnir





Vilko

Chilisulta

Húsnæbraut 33, 540 Blönduósi • Sími 452 4272 • www.vilko.is

kur

ukur

Akureyri • www.asbyrgillora.is

Linda P í leigu

■ Fegurðardrottning í deilum við leigjanda ■ Seldi einbýlishús undir markaðsverði rétt fyrir gjaldprot ■ Leigir út það sem hún ekki á



Erla Dóra
erladora@dv.is



Linda Pétursdóttir, athafnakona og fegurðardrottning, stendur í deilum við fyrrverandi leigjanda sinn. Deilurnar varða lengd uppsagnarfrests, ástand húsnæðis við skil og tryggingarfé. Linda hefur lokað á samskipti við leigjandann, sem sér enga aðra leið í stöðunni en að leita liðsinnis kærunefndar húsamála, enda hefur Linda bæði hótað honum málsókn, neitað að tala frekar við hann og vísað á lögmann sinn án þess að gefa upp hver sá lögmaður er. Þó að málið sýnist við fyrstu sýn vera nokkuð hefðbundin deila leigusala og leigjanda sem greinir á um samning, þá virðist leigusamningurinn við nánari skoðun hafa verið ógildur frá upphafi, því Linda er ekki eigandi hússins.

Leigði hluta bílskúrs á 115 þúsund

Ali Taha Falih, frá Írak, skrifaði undir leigusamning um hluta bílskúrs sem innréttaður hafði verið sem stúdíóbúð. Leigusali var samkvæmt samningi Linda Pétursdóttir. Bílskúririnn tilheyrir stóru einbýlishúsi að Sjávargötu á Álftanesi. Bílskúririnn er í heildina rétt rúmlega fimmtíu fermetrar að stærð en að sögn Alis þá fékk

„Þú ættir að skammast þín. Ég mun ekki tala meira við þig. Lögmaðurinn minn tekur yfir málið eftir 24 klukkustundir.“

hann aðeins hluta bílskúrsins til umráða. Fær þetta stoð í leigusamningi þar sem stærð húsnæðisins er tilgreind 25 fermetrar. „Það voru tvö herbergi í bílskúrnum og þegar ég skrifaði undir var mér sagt að eftir þrjá mánuði þá fengi ég líka hitt herbergið, því var lofað og gekk ég til samninga út frá því,“ segir Ali í samtali við DV.

Leigusamningurinn var skriflestur og stefndi Ali á að þinglýsa honum til að eiga kost á húsnæðisbótum. Það gekk hins vegar aldrei upp, þrátt fyrir ítrekuð loforð.

Braut hægri hönd í vinnuslysi

Í júní 2019 tilkynnti Ali Lindu munnlega að hann ætlaði að finna sér annað hentugra rými þar sem væru betri loftgæði og betri lykt. Gerði hann þetta meðal annars vegna þess að honum var þarna orðið ljóst að samningnum fengi hann aldrei þinglýst.

Ítrekaði hann þessa fyrirætlun sína í tölvupósti sem hann sendi þann 24. júní. Um miðjan september hafði hann svo samband við Lindu í gegnum Facebook til að tilkynna henni að hann hefði fundið nýtt húsnæði frá og með 1. október. Jafnframt tók hann þá eftir að tölvupósturinn sem hann sendi Lindu í júní hafði aldrei komist til skila.

Í ágúst lenti Ali í vinnuslysi. Hann féll niður úr nokkurri hæð og hafnaði á hægri hönd. Fór beinið skáhallt í sundur við öxl og er um nokkuð slæmt brot að ræða. Rétt er að taka fram að Ali er réttentur og hamlaði þetta því verulega getu hans til að sinna sínu daglega lífi. Linda brást í fyrstu vel við fyrirætlunum Alis um að yfirgefa húsnæðið við Sjávargötuna, að hans sögn. Hins vegar þyrfti hann að segja upp með þriggja mánaða fyrirvara nema henni eða honum tækist að finna nýja leigjendur. Það reyndi

Ali en tókst ekki að fá aðra leigjendur í rými sem hann var sjálfur að flytja úr vegna lélegra aðstæðna.

Þá mun ég lögsækja þig

Í byrjun október greindi Ali Lindu frá því að hann væri fluttur úr bílskúrnum og hefði afhent umboðsmanni hennar lykla. Falaðist hann samtímis eftir tryggingu sinni.

Linda brást ókvæða við að sögn Alis. Hún sendi honum myndir af rýminu sem hún taldi með öllu óásættanlega þrifið. Eins hefði Ali ekki greitt leiguna fyrir október. „Þú hefur 24 klukkustundir til að þrifa og borga leigu fyrir októbermánuð. Ef þú gerir það ekki þá mun ég lögsækja þig,“ sagði Linda í Facebook-skilaboðum til Alis. Ali gat ekki skilið þessi skilaboð öðruvísi en að í þeim fælist hótun og spurði því beint: „Ertu að hótta mér?“ Blaðamaður DV hefur mynd af þessum samskiptum undir höndum.

„Eldavélin er ónýtt. Þú ættir að skammast þín. Ég ætla að láta þig gjalda fyrir samkvæmt lögmætum skriflegum samningnum. Ég mun ekki tala meira við þig. Lögmaðurinn minn tekur yfir málið eftir 24 klukkustundir,“ svaraði Linda þá og lokaði samtímis á öll frekari samskipti við Ali á Facebook, hann gat því ekki svarað

þessari síðustu yfirlýsingu Lindu. Ekki fylgdi sögunni hver þessi lögfræðingur væri eða hvernig hann kæmi sér í samband við Ali.

Ali viðurkennir að þrífum á eigninni hafi verið ábótavant. „Ég lenti í vinnuslysi, ég er réttentur með brotna hönd. Ég gat ekki fengið vini til að koma og hjálpa mér, ég varð að fá þá til að koma og gera þetta alfarið fyrir mig. Vinir mínir eru í fullri vinnu og eiga nóg með sitt en þeir komu og gerðu það sem þeir gátu. Ég var búinn að segja henni [Lindu] að ég væri slasaður og í slæmri stöðu.“

Leiga lögð inn á dóttur hennar

Nú gætu sumir hugsað: Samninga skal handa. Uppsagnarfrestur var jú þrjú mánuðir samkvæmt því sem Linda kallaði sjálf „skriflegum og löglegum samningi“. En er það virkilega svo? Ali sýndi blaðamanni samninginn. Samningurinn er um 25 fermetra íbúðarhúsnæði í bílskúr og er leiga ákveðin 115 þúsund krónur á mánuði. Einn mánuður var greiddur fyrirfram og tveir mánuðir í tryggingu. Alls 345 þúsund krónur.

Leigan skyldi mánaðarlega leggjast inn á bankareikning sem er skráður á fjórtán ára dóttur Lindu, Ísabellu. Ali segir að frá upphafi leigutíma hafi hann óskað eftir því að hægt væri að þing-

stríði



Sjávargatan á Álftanesi: 200 fermetra einbýli úr timbri auk rúmlega fimmtíu fermetra bílskúrs.

lýsa samningi, því segir hann ítrekað hafa verið lofað og jafn oft svikið. Hann gat því aldrei sótt um húsaleigubætur, sem reyndist honum þungbært.

„Ég held að hún hafi ekki verið að gefa leiguna upp, eða ekki vilja að yfirvöld vissu að hún væri að leigja út bílskúrinn því ég ef-ast um að það sé löglegt að leigja svona út sem íbúðarhúsnæði,“ segir Ali. Vert er að taka fram að löglegt er að leigja út bílskúr sem íbúðarhúsnæði að uppfylltum skilyrðum, svo sem að leigutekjur séu gefnar upp til skatts.

Linda ekki eigandi

Þinglýsing húsaleigusamnings er forsenda þess að húsnæðisbætur fái greiddar. Til þess að hægt sé að þinglýsa húsaleigusamningi þarf leigusali samkvæmt samningi að vera þinglýstur eigandi eignarinnar, eða hafa einhverja sannanlega heimild um að hafa lagalegan rétt til að ráðstafa afnotarétti af eigninni með leigusamningi.

Þegar Sjávargötu er flett upp í fasteignaskrá sést að Linda hefur ekki verið eigandi eignarinnar síðan árið 2015. Þá seldi hún eignina til fransks ríkisborgara fyrir 48 milljónir króna. Fasteignamat eignarinnar er í dag tæpar áttatíu milljónir króna.

Kaupandinn var búsettur er-

lendis og þurfti því að skrifa undir yfirlýsingu þess efnis að hann hygðist sjálfur búa í eigninni eða nýta hana sem orlofsbústað, en slíka yfirlýsingu verða íbúar EES-svæðisins að undirrita er þeir kaupa fasteignir á Íslandi.

Kaupandinn er barnsfaðir Lindu

Kaupandinn samkvæmt fasteignaskrá, Mohammad Azab, og er egypskur krabbameinslæknir sem starfar hjá lyfjafyrirtæki í Ameríku. Í viðtali við Loga Bergmann í mars á þessu ári lýsti Linda barnsföður sínum, sem hún hefur aldrei nafngreint opinberlega, með eftirfarandi hætti:

„Hann er egypskur krabbameinslæknir og vísindamaður, búsettur í Bandaríkjunum að uppgötvu og selja lyf við krabbameini. Hann er þroskaðri og aðeins eldri en ég.“

Ísabella ber eftirnafnið Azab samkvæmt Þjóðskrá og því má leiða líkur að því að umræddur Mohammad, kaupandi Sjávargötu, sé barnsfaðir Lindu. Í sama viðtali greindi Linda frá því að samskipti Ísabellu við föður sinn væru afar takmörkuð, og hún hafi til að mynda aldrei gist hjá honum.

Mæðgurnar eru búsettar erlendis, en lögheimili þeirra samkvæmt Þjóðskrá er eftir sem áður að Sjávargötu. Ekki er því að sjá að

Ali Taha Falih vill bara trygginguna sína til baka.



Það var þínulítill gluggi í bílskúrnum og skolplögn sem lyktaði og gerði lífsaðstæðurnar óviðunandi

Mohammad hafi haft þar bústað eða orlofsveru, þvert á yfirlýsingu hans þar um. Í yfirlýsinguinni er tekið fram að röng yfirlýsing varði refsingu samkvæmt íslenskum hegningarlögum.

Seldi rétt fyrir í gjaldþrot

Þegar Linda seldi eignina árið 2015 var hún illa stödd fjárhagslega og var hún úrskurðað gjaldþrota í Héraðsdómi Reykjaness þann 12. nóvember. Líkamsræktarstöð hennar, Baðhúsinu, var lokað í desember 2014 og var í kjölfarið úrskurðað gjaldþrota. Aðeins 2,1 milljón fékkst upp í þær rúmlega 180 milljóna króna kröfur sem voru gerðar í þrotabú Baðhússins. Gjaldþrotaskiptum Lindu sjálfrar lauk í apríl 2016 og nam heildarkrafa í búið 56 milljónum króna. Búið var eignalaust og því fékkst ekkert upp í kröfur.

Eins og áður segir er fasteignamat Sjávarsíðu í dag tæpar áttatíu milljónir króna. Eignin var seld

fyrir 48 milljónir, rétt fyrir gjaldþrot Lindu.

Löglegur húsaleigusamningur?

Samkvæmt leigusamningnum við Ali er leigusali Linda Pétursdóttir. Hvergi kemur fram í samningnum að Linda sé ekki eigandi eignarinnar. Hún er ekki titluð umboðsmaður eiganda, þvert á móti er skráður umboðsmaður fyrir hana, leigusalann. Engum leigusamningi milli Mohammads og Lindu er þinglýst á eignina og leigusamningurinn við Ali hvergi kallaður framleigusamningur.

Líklegt verður að telja að Lindu verði ekki stætt á að leita lagalegra úrræða til að fá Ali dæmdan til að greiða fullan uppsagnarfrest.

Samkvæmt húsaleigulögum hefur hún tvær vikur í viðbót til að gera kröfu í tryggingarfé sem leigusali, en til þess að slíkt geti gengið eftir verður að liggja fyrir úttekt á húsnæðinu áður en Ali

flutti inn, og úttekt sem gerð var eftir að hann flutti út sem Ali eða umboðsmanni hans væri boðið að vera viðstaddur.

Linda lokaði á samskipti við Ali sama dag og hann skilaði lykklunum. Upprunalega ætlaði hún að fara eftir húsaleigulögum og gefa honum 24 klukkustundir til að bæta úr annmörkum á viðskilum húsnæðisins, en dró það boð strax til baka og vísaði á lögmann sinn.

Kærir til að fá tryggingu til baka

Ali hefur leitað til kærnefndar húsamála til að fá trygginguna sína til baka, hann sá enga aðra leið færa í stöðunni. Í kærinni segir meðal annars: „Það var þínulítill gluggi í bílskúrnum og skolplögn sem lyktaði og gerði lífsaðstæðurnar óviðunandi. Leigusali hafði lofað að þinglýsa leigusamningnum svo leigjandi gæti fengið húsaleigubæturnar sínar. Síðan neitaði leigusalinn að þinglýsa og leigjandi lét þá munnlega vita að hann segði leigunni upp samkvæmt 3ja mánaða uppsagnarfrest. [...] Lífsaðstæður í bílskúrnum voru ekki manni bjóðandi og leigjandi gat ekki sofíð og hafði lent í vinnuslysi vegna örmögnunar.“

Ekki náðist í Lindu Pétursdóttur við vinnslu greinarinnar þrátt fyrir ítrekaðar tilraunir. ■

Svefnvandamál Á tímabilinu 2006 til 2008 var að meðaltali tæplega 13,6 prósentu aukning á milli ára í útskrifuðum dagskömmtum svefnlyfja.

Þetta verður að teljast nokkuð rökrétt miðað við virkni lyfjanna og gætu þau því verið lausn á vandamáli sjúklings sem leysa þarf hratt og var ef til vill talið tímabundið

Fljótvirkum lyfjum ávísað fyrir hrun

■ Ný rannsókn kannaði þróun ávísana á þunglyndislyf, róandi lyf og svefnlyf meðal ungs fólks fyrir og eftir bankahrún ■ Áberandi aukning í þunglyndislyfjum frá 2013

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is



Ný rannsókn, sem birt er í Læknablaðinu, hverfðist um það að kanna þróun ávísana á þunglyndislyf, róandi lyf og svefnlyf í Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins á tímabilinu hjá einstaklingum 18 til 35 ára, 2006 til 2016, fyrir og eftir bankahrún.

Rannsóknin sýnir auknar ávísanir á svefnlyf og róandi lyf í aðdraganda efnahagshrunsins, þá sérstaklega meðal karlmanna. Athygli vekur að á sama tíma sést ekki sams konar aukning á ávísuðu magni þunglyndislyfja. eru þær ályktanir dregnar í rannsókninni að þetta bendi til að skammvirkum, fljótvirkum lyfjum hafi verið ávísað í tengslum við erfiðar persónulegar ástæður í kringum hrúnið.

„Þetta verður að teljast nokkuð rökrétt miðað við virkni lyfjanna og gætu þau því verið lausn á vandamáli sjúklings sem leysa þarf hratt og var ef til vill talið tímabundið,“ stendur í rannsókninni. Aftur á móti er áberandi aukning í skömmtum þunglyndislyfja, róandi lyfja og svefnlyfja á seinni hluta rannsóknartímabilsins, frá árinu 2013. „Hvað veldur þessari aukningu er óljóst, til dæmis hvort hana megi rekja til ytri aðstæðna í íslensku samfélagi,“ er tekið fram.

Aukning milli ára

Rannsóknin náði til allra ávísana á þunglyndislyf, róandi lyf og svefnlyf hjá 18 til 35 ára skjólstæðingum Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins á tímabilinu 2006 til 2016. Um 55 þúsund einstaklingar í þessum aldurs-

hópum voru búsettir á höfuðborgarsvæðinu á þessu tímabili. Í rannsókninni voru gögn fengin úr Sögu, rafrænu sjúkraskrákerfi heilsugæslunnar, fyrir tæplega 23 þúsund einstaklinga.

Ávísuðum dagskömmtum róandi lyfja fjölgaði að meðaltali um þrjú prósent á milli ára á rannsóknartímabilinu, svefnlyfja um 1,6 prósent og þunglyndislyfja um 10,5 prósent. Á árunum 2008 til 2009 fjölgaði ávísuðum dagskömmtum róandi lyfja um tæp 23 prósent, þar af tæp 13 prósent hjá konum og tæp fjórutíu prósent hjá körlum. Af þeim körlum sem fengu ávísað róandi lyfjum árið 2009 höfðu 35 prósent ekki fengið ávísað lyfjunum áður. Á tímabilinu 2006 til 2008 var að meðaltali tæp 13,6 prósentu aukning á milli ára í útskrifuðum dagskömmtum svefnlyfja, þar af rúmlega 24 prósentu aukning hjá körlum og tæplega átta prósentu aukning hjá konum.

Konur í meirihluta

Á rannsóknartímabilinu, frá 2006 til 2016, fengu tæplega 23 þúsund manns á aldrinum 18 til 35 ára ávísað einu eða fleiri lyfjum úr flokki þunglyndislyfja, róandi lyfja og svefnlyfja.

„Árið 2006 fengu 4.005 manns eina eða fleiri ávísanir á ofangreind lyf og árið 2016 hafði þeim fjölgað um tæp 66% og voru þá orðnir 6.645. Hluti þessa fólks fékk ávísað lyfi úr fleiri en einum lyfjaflokki. Eldri einstaklingar fengu fleiri ávísanir en þeir yngri en mesta aukningin varð á ávísunum til 18 ára einstaklinga, úr 48 í 155, eða um tæp 223%,“ stendur í rannsókninni. „Þegar ávísanir fyrir þessa þrjá lyfjaflokka eru skoðaðar

kemur í ljós að mesta fjölgunin varð á þeim sem fengu ávísað þunglyndislyfjum, eða um tæplega 87% frá 2006–2016. Þá fengu tæplega 75% fleiri einstaklingar ávísað róandi lyfjum árið 2016 borið saman við árið 2006,“ stendur þar enn fremur.

Hlutfall karla og kvenna sem fengu ávísað þunglyndislyfjum og róandi lyfjum hélst stöðugt á rannsóknartímabilinu. Konur voru í meirihluta öll árin, tvær konur á móti einum karli.

„Á tímabilinu varð breyting á kynjahlutfalli þeirra sem fengu ávísað svefnlyfjum í þá átt að það varð jafnara en þó voru konur alltaf fleiri,“ stendur í rannsókninni.

Vafasamt met

Mikið hefur verið fjallað um lyfjanotkun Íslendinga síðustu ár og samkvæmt skýrslu NOMESCO, norrænu heilbrigðisráðgjafarinnar, fyrir árið 2017 eigum við ansi mörg vafasöm met þegar að því kemur í samanburði við hin Norðurlöndin. Í skýrslunni kemur fram að Íslendingar notuðu nærri þrjátíu prósentum meira af tauga- og geðlyfjum en Svíar árið 2016, og mest af öllum Norðurlandþjóðunum. Enn fremur kom fram að róandi og kvíðastillandi lyf eru mest notuð á Íslandi af Norðurlöndunum, en sala hér á landi er tíu prósentum meiri hér í samanburði við næstu þjóð. Varðandi svefnlyf þá notum við einnig mest af þeim og er notkunin 22 prósentum hærra en hjá næstu Norðurlandþjóð. Notkun þunglyndislyfja er hæst á Íslandi miðað við OECD-lönd og samanborið við Norðurlöndin er notkunin 25 prósentum hærra en hjá næstu þjóð. ■



Mikil aukning Rannsóknin sýnir auknar ávísanir á svefnlyf og róandi lyf í aðdraganda efnahagshrunsins, þá sérstaklega meðal karlmanna.

Um rannsóknina

Rannsóknin er lýsandi þversniðsrannsókn sem náði til ellefu ára tímabils frá 1. janúar 2006 til 31. desember 2016. Tölur um íbúafjölda einstaklinga 18 til 35 ára á höfuðborgarsvæðinu, Reykjavík, Kópavogi, Seltjarnarnesi, Garðabæ, Hafnarfirði, Sveitarfélaginu Álftanesi og Mosfellsbæ, voru fengnar á heimasíðu Hagstofu Íslands. Tölfræðileg marktækniörk voru sett við p-gildi <0,05. Vísindasiðanefnd samþykkti framkvæmd rannsóknarinnar og Persónuvernd gerði ekki athugasemdir við leyfisveitingu nefndarinnar. Einnig fékkst leyfi frá vísindanefnd Heilsugæslu höfuðborgarsvæðisins og Háskóla Íslands.

„Helsti styrkleiki þessarar rannsóknar er stórt rannsóknarþýði en það voru tæplega 23.000 einstaklingar á aldrinum 18–35 ára sem fengu ávísað einu eða fleiri lyfjum úr ofangreindum flokkum á tímabilinu 2006–2016. Fjöldi íbúa höfuðborgarsvæðisins á sama aldri á þessu tímabili var rúmlega 55.000. Gögnin sem notuð voru til úrvinnslu voru fengin úr Sögukerfi HH og tengd lyfja-ávísunum lækna. Sambærilegar íslenskar rannsóknir hafa nýtt gögn úr lyfjagagnagrunni Embættis landlæknis, sem á þeim árum sem hér voru skoðuð hafði verið gagnrýndur fyrir óáreiðanleika,“ stendur í rannsókninni. „Í rannsókninni voru aðeins skoðaðir þeir sem sóttu þjónustu HH og því endurspeglar hún þá þróun sem hefur orðið í heilsugæslu á höfuðborgarsvæðinu á tímabilinu. Hins vegar nær rannsóknarþýðið til um 2/3 allra einstaklinga á Íslandi á þessum aldri á rannsóknartímanum.“

TAKK ÞIÐ!

Yfir 130 þúsund notendur á dag
á www.dv.is



Fjöldi Íslendinga sem aflar sér upplýsinga, les áhugaverðar greinar og athyglisverðar fréttir í DV, á dv.is og undirmiðlum, hefur aukist jafnt og þétt að undanförunu. Nú fara rúmlega 130 þúsund notendur inn á dv.is á degi hverjum samkvæmt vefmælingum Gallup og fer vefurinn sífellt stækkandi.

Um leið og við viljum þakka lesendum stuðninginn þá viljum við jafnframt fullvissa þá að við erum hvergi nærri hætt. Við höldum áfram að stækka, auka framboð okkar af fréttum og afþreyingu og þjónusta Íslendinga á ýmsa vegu, bæði á netmiðlum okkar sem og vikulegu blaði sem á afar dyggan lesendahóp.

Þú last það fyrst hér!



Fullur í 25 ár - Lifði af skotárás í Los Angeles - Eldar fyrir stórstjörnurnar - Bjó í pappakassa - Stal eiturfjóm fyrir Nick Cave

Tómas Valgeirsson
tomas@dv.is



Friðgeir Trausti Helgason, matreiðslumaður og ljósmyndari með meiru, hefur búið í Bandaríkjunum um árabil og var illa farinn af áfengis- og fíkniefnaneyslu. Neyslan kom honum á götuna í Los Angeles

þegar hann var búinn að missa allt og bjó hann í pappakassa á götum borgarinnar þegar hann neyddist til að taka á sínum málum. Auk þess var hann heppinn að sleppa lifandi frá skotárás í New Orleans og horfði hann upp á marga góðvini sína deyja þegar tímar voru sem verstir.

Friðgeir náði að snúa við blað-

inu að lokum, hefur haldist edrú í hálfan annan áratug og frami hans í eldamennsku hefur verið skjóttur. Hann hefur getið sér gott orð sem bæði kokkur og ljósmyndari. Næsta markmið hans er að koma sér á framfæri í Los Angeles sem glútenlausu kleinköngur Kaliforníu.

Friðgeir er fæddur í Vest-

mannaeyjum árið 1966 en flutti upp á land í kjölfar gossins 1973 og ólst upp í Fellahverfinu í Breiðholti hjá afa sínum og ömmu. Að sögn Friðgeirs steig hann sín fyrstu skref í eldhúsinu hjá ömmu sinni þegar hann var fjórtán ára og varð þá ekki aftur snúið. Í New Orleans var hann svo heppinn að fá vinnu á mjög

góðu, litlu veitingahúsi og í framhaldinu vann hann að eigin sögn á nokkrum af bestu veitingahúsum borgarinnar. Hann var á mjög góðri siglingu í bransanum vestanhafs en var mikil fyllybitta.

Friðgeir segir áfengisvandamál oft fylgja þessari starfsstétt og leiddi það til þess að hann brenndi ýmsar brýr að baki sér og



Eigum fjórar stærðir af lokum á lager í gráum og brúnum litum
Verð frá **58.500 kr.**

GODDI.IS

AUÐBREKKU 19 - KÓPAVOGI - S. 544 5550



Friðgeir í essinu sínu. Kokkurinn kann vel við sig í eldhúsinu.



Síðustu andartökin. Friðgeir sæll á Íslandi.

varð að lokum heimilislaus í Los Angeles árið 2004. Friðgeir segir að hann hafi byrjað að drekka fimmtán ára gamall og bættist við eiturlyfjaneysla ofan á þetta tímabil.

Rændur og skotinn í verslun

Snemma á tíunda áratugnum var Friðgeir staddur í lítilli verslun þar sem hann var rændur af tveimur vopnuðum mönnum. „Ég var svo mikil bytta á þessum tíma og var alltaf fullur. Þar að auki bjó ég í verstu gettóunum því ég var alltaf blankur á þessum tíma,“ segir Friðgeir. „Þennan dag kom upp að mér maður sem bara hreinlega rændi mig. Þetta var um miðjan dag og ég fór í búðina til að kaupa mér viskíþela.“

Þá komu tveir blökkumenn að Friðgeiri og hleypti annar þeirra af skoti sem fór í fótinn á Friðgeiri. „Ég stökk til hliðar og var svo heppinn að kúlan fór bara í gegnum löppina á mér. Hún fokkaði ekki upp neinum beinum eða neitt. Þarna var ég með fimm dollara á mér og ræningjarnir tóku allan peninginn, en tóku sem betur fer ekki viskíþelann minn,“ segir Friðgeir, sem sagðist ekkert hafa stressað sig á þessu atviki. „Ef þú ætlar að vera skotinn er langbest að vera skotinn svona. Ég tók bara John Wayne á þetta, hélt kúlinu, drakk viskí og setti plástur á þetta. En svo frika allir út í kringum mig og hringja á lögguna og sjúkrahúsið. Það versta við það var að löggan tók af mér helvítis viskíflöskuna.“

Friðgeir segir að það ríki gífurlegt ofbeldi í New Orleans og há glæpatíðni, sem hefur aðeins aukist ef eitthvað er. „Eins og alls staðar annars staðar í hinum vest-ræna heimi er bilið á milli fátækra og ríkra að aukast stöðugt. Eftir fellibylinn Katrínu jókst þetta allt og ástandið var þó slæmt fyrir. Í vinnunni á þessum tíma vorum

við félagarnir oft með veðmál, svokallað „dead pool“, um hver lokatalan á morðtíðni hvers árs yrði. Á tímabili var hún yfir þrjú hundruð og þetta var í borg þar sem bjuggu rétt svo í kringum þrjú eða fjögur hundruð þúsund manns.“

„Nei, andskotinn. Endar sagan mín svona?“

Friðgeir segist hafa verið orðinn „agaleg fyllibytta“ þegar hann flutti til Los Angeles árið 1996. Lífið tók miklum stakkaskiptum þegar hann flutti frá New Orleans og varð aldrei hið sama að sögn matreiðslumeistarans.

„Ég var nánast búinn að vera í dagneyslu og drukkinn frá unglingsaldri. Þetta var komið á þann stað að ég var alltaf fullur í vinnunni og ég gat ekki unnið með áfengisneyslunni. Ég var að vinna fyrir bestu kokkana í Bandaríkjunum og gat ekki haldið mér saman. Ég drakk lífið alveg frá mér og tók áfengið fram yfir vinnuna,“ segir Friðgeir. „Það var farið að halla svolítið undan fæti. Ég var kominn inn og út af stofnunum og hættur að funkera sem manneskja.“

Upphaflega fór Friðgeir til Los Angeles til að fara í meðferð. „Ég var ekki tilbúinn eða búinn með kvótann og féll alltaf aftur. Ég var alveg kexruglaður. Ég var orðinn geðveiki róninn sem aðrir benda á til að sýna öðrum hvað hann er illa farinn.“

Friðgeir var staddur í Greyhound-rútu á leiðinni til Los Angeles og í ljósi þess hversu illa farinn hann var orðinn, ákvað rúttubílstjórinn að henda honum út, í bænum Vanhorn í Texas-fylki.

„Ég var skilinn eftir og sá þá lögreglustjóran koma að mér. Ég hugsaði með mér: „Nei, andskotinn. Endar sagan mín svona?“ Að vera settur í fangelsi í Texas. Þá komu tveir lögreglumenn upp að

Ég tók bara John Wayne á þetta

mér og köstuðu yfir mig neti til að handtaka mig. Þeir drösluðu mér í bílinn og fóru með mig til læknis í bænum, sem sprautaði mig niður. Þegar ég fékk svo einhverjar pillur hjá læknum skutlaði lögreglustjórinn mér að staðnum þar sem hann fann mig á og sagði svo við mig: „Aldrei framarsýna á þér smettið hér í Vanhorn!““

Á götum Los Angeles

Friðgeir endaði þá á stað, sem að hans sögn var mestmegnis ætlaður glæpafólki. „Reglan er þannig í Kaliforníu ef þú ert dæmdur, að þú getur farið í níu tíu daga meðferð eða í fangelsi í fimm til tíu ár. Í þessu hverfi var allt morandi í einhverjum „gangsterum“, sem flestir völdu fangelsisvistina frekar en að verða sínum mönnum til skammar og vera edrú í níutíu daga,“ segir Friðgeir. Meðferðin gekk ekki og hann náði ekki að halda sér edrú fyrir en

hann var kominn á Skid Row, hið alræmda hverfi heimilislausra í Los Angeles. Þá var loksins botninum náð.

„Í þessu hverfi er ótrúlega margt heimilislauss fólks að sprauta sig eða reykja krakk. Geðveikin var svakaleg, en í miðjunni á þessu öllu tekst mér að verða loksins edrú,“ segir Friðgeir og bætir við að ástand heimislauss fólks á þessu svæði fari hrífversnandi með árunum. „Þetta er ekki lengur neyslutengt eða geðtengt, heldur bara eðlilegt fólk sem missir vinnuna og íbúðina og endar á götunni.“

Friðgeir fékk í kjölfarið aðsetur í Midnight Mission-búðunum á Skid Row. Þar bjó hann með 300 manns í stórum sal, fékk koju og þrjár máltíðir á dag.

Skafmiðinn sem breytti öllu

Friðgeir segir reynslu sína af Skid Row bæði vera skemmtilega og

hörmulega. Hann sá marga nána vini deyja á götunum í kringum hann og segir það vera átakanlegt að horfa upp á samfélagið þar almennt. Hann segir það kaldhæðnislega við Skid Row vera hvað glæpatíðnin er lág, en aftur á móti ríki mikið stjórnleysi innan samfélagsins þar. „Fólk sem var orðið gamalt og átti enga ættingja var oft bara keyrt til Skid Row og skilið eftir úti á götu til að deyja,“ segir hann. „Þetta eru ógeðslega ómannúðlegar aðstæður og þetta er verra í dag.“

Friðgeir deildi rými á Midnight Mission með þremur öðrum einstaklingum sem hann myndaði tengsl við, en allir þrír létu lífið á meðan þeir bjuggu á Skid Row. „Þetta byrjaði allt með því að einn þessara þremur vann sjöttu þúsund dollara í skafmiðaleik,“ segir Friðgeir. „Þegar upphæðin kom í ljós var haldið svakalegt partí á svæðinu og mennirnir þrír misstu sig gjörsamlega með peningum og eiturlyfjum. Þeir voru allir dauðir á nokkrum mánuðum.“

Að sögn Friðgeirs tókst honum að halda edrúmennskunni á þessum tíma og langaði hann hvorki í áfengi né eiturlyf meðan á dvöl hans stóð. „Hversu slæmir margir voru orðnir þarna varð til þess að mig langaði frekar að vera áfram edrú. Ég hafði fyrir löngu fyllt minn kvóta, en fram að þessu langaði mig ekkert bara að koma mér á rétta braut. Ég hélt alltaf áfram að falla þangað til ég kynntist þessum stað og þessu fólk. Mér tókst að lifa þetta allt af án þess að drepast,“ segir Friðgeir sem leit á sorgarsögu vina sinna sem hvata.

„Þegar þú ert kominn á svona stað í lífinu, þá verður þú annaðhvort edrú eða dauður. Á þessum tíma var ég sjálfur búinn að missa allt; vinnuna, fjölskylduna, allt mögulegt. Það var engu leið að fara nema upp eða í gröfina.“



Skid Row í Los Angeles

„Ég var orðinn geðveiki róninn sem aðrir benda á“

Með gott auga

Með edrúmenskunni var Friðgeir farinn að elda fyrir meðferðarheimili í Los Angeles og kom sér hægt og rólega aftur á atvinnumarkaðinn í kjölfar heimilisleysisins. Auk þess hefur hann lengi verið landslagsljósmyndari og hefur haldið fjölda sýninga á Íslandi og í Bandaríkjunum. Þá fyrstu hélt hann í Reykjavík árið 2010.

Friðgeir segir áhugann á ljósmyndun hafa kviknað sökum þess að hann var með gríðarlega kvikmyndadelli. Þá ákvað hann að prófa að fara í kvikmynda-

skóla í Los Angeles en umhverfið og verkferlarnir þótti honum svo kaotísk að hann valdi ljósmyndun í staðinn. „Peningalega séð hefði ég frekar átt að sleppa náminu og fara í húsvarðaskóla,“ segir Friðgeir og skellir upp úr.

„Kvikmyndagerð er svo mikið vesen, en í þessu námi tók ég byrjandakúrs í ljósmyndun og þar fann ég strax þessa köllun. En ljósmyndunin hefur alltaf verið áhugamál. Það borgar aldrei reikninginn. Ég uppgvötvaði ljósmyndun þegar ég var að stúdera kvikmyndatöku og þurfti að taka byrjendabekk í ljósmyndun. Þar fann ég strax að ég gat farið

að skapa einn og milliliðalaust.“

Eldaði fyrir stjórnurnar

Á meðal þeirra verkefna sem Friðgeir hefur tekið að sér í Los Angeles eru veisluþjónustur og kokkaverkefni fyrir margar frægar stjórnur. „Ég hef líka mikið eldað fyrir börn stórstjarnanna og þau eru mörg hver enn ruglaðri og verr farin en foreldrar sínir,“ segir Friðgeir, sem bætir við að samningar hindri að hann geti nafngreint hvaða stjórnur hann hefur unnið fyrir, en hann fullyrðir að þær séu margar hverjar stórfærar og skrautlegar, eins og sögur af þeim vitni um.

Það var engu leið að fara nema upp eða í gröfina

Hann segist þó hafa hitt átrúnaðargoð sitt á einum tímamarki en það hafi verið á Íslandi. „Ég hitti „aðalædolið“ mitt árið 1986 þegar við vinir mínir fluttum inn Nick Cave og hljómsveitina hans. Þeir voru að spila á skemmtistaðnum Roxy þá og ég braust inn í bát til að stela dópi handa Nick svo hann gæti spilað,“ segir hann.

Fegurðin á Flatey

Friðgeir er sæll og sáttur við lífið í dag að eigin sögn og segir að heimildamynd sé í vinnslu um líf hans. Hann er kvæntur Susan Bolles sem vinnur sem leikmyndahönnuður í sjónvarpi í Hollywood. Þau eru búsett við rætur San Gabriel-fjallanna, í Altadena, fyrir ofan Los Angeles þar sem þau eru með sex appelsínutré og þrjú sítrónutré í garðinum.

Síðustu þrjú sumur hefur Friðgeir starfað sem yfirkokkur á Hótel Flatey og segir hann það vera einn af fallettri stöðum jarðar, það jafnist fátt á við að fara í kyrrðina á Íslandi eftir hasartörn í Kaliforníu.

„Það er ómetanlegt að stíga úr átján milljóna manna borg yfir á litla eyju í þrjá mánuði. Eftir alla geðveikina í Los Angeles var

ég farinn að íhuga að gefa upp kokkarið, en svo kom það allt saman aftur þegar ég var ráðinn á Hótel Flatey,“ segir Friðgeir.

„Áhuginn kviknaði alveg á hundrad í kjölfarið á því. Það er íslenskt yfirbragð á matnum sem ég geri á Hótel Flatey, en svo kemur alltaf bakdyramegin þessi keimur frá New Orleans, sem gerir matinn bragðmeiri að mínu mati. Þetta er svolítið sambland af öllu sem ég hef lært í kokkamennsku um allan heim.“

Friðgeir stendur í því þessa dagana að „hössla“ sig út í Los Angeles með matseld sinni, sem hann segir vera nýja áskorun fyrir sig. Hann segist hafa verið vanur því í gegnum árin að elda fyrir aðra en honum líst vel á tilbreytinguna sem fylgir því að vera sinn eigin yfirmaður, með sinn eigin matarstíl. Þá bætir hann við að það sé lúmskur aukadraumur hjá honum að spreyta sig meira í glútenlausri kleinugerð.

„Konan mín er með glútenóþol, þannig að ég ákvað að prófa mig áfram með ýmsu. Næsta viðskiptaplanið mitt er að vera glútenlaus kleinukóngur Kaliforníu,“ segir Friðgeir hress. ■

BÍLAMERKINGAR



Vel merktur bíll er ódýrasta auglýsingin

XPRENT
HÖNNUN OG MERKINGAR

Sundaborg 1
104 Reykjavík
777 2700
xprent@xprent.is

ht.is

Whirlpool

DAGGAR

17.-27.
OKTÓBER



**20-40% AFSLÁTTUR AF
WHIRLPOOL HEIMILISTÆKJUM**

ÞVOTTAVÉLAR · ÞURRKARAR · KÆLISKÁPAR · HÁFAR · HELLUBORD
UPPÞVOTTAVÉLAR · BAKARAOFNAR · FRYSTIKISTUR · ÖRBYLGJUOFNAR



Heimilistæki

REYKJAVÍK · AKUREYRI · REYKJANESBÆR · SELFOSS · EGILSSTAÐIR · HÚSAVÍK · AKRANES



ALR ELTI AAM

■ Fleiri konur stíga frá
■ Léttvæg viðbrögð lö

Íris Hauksdóttir
iris@dv.is



Kjölfar umfjöllunar DV um elti-hrellinn á Akranesi nú í september stígur önnur kona fram með sambærilega sögu. Hún vill njóta nafnleyndar vegna ótta við umræddan mann en hún vill með frásögn sinni styðja við þær staðhæfingar sem koma fram í viðtalinu við Ólmu Dögg Torfadóttur sem lýsti með hrollvekjandi hætti stöðugri áreitni af hálfu mannsins sem hefur elt hana uppi í átta ár. Báðar greina konurnar frá mikilli hræðslu í kjölfar óhugnanlegrar hegðunar mannsins og miklu úrrædaleysi þegar kemur að lögum í málum sem þessum.

Titraði, skalf og stamaði

Saga umræddrar konu hófst fyrir tveimur árum. „Þetta var í maí 2017 og við maðurinn minn vorum í örvæntingarfullri leit að

húsnæði. Ég var þarna ófrísk að seinna barni okkar og við bjuggum á vægast sagt óbarnvænum stað í samvist við sprautufíkla sem við fundum reglulega ummerki um í garðinum. Við vildum því eðli málsins samkvæmt komast burtu þaðan sem allra fyrst. Sonur okkar var kornungur og dóttir okkar rétt ókomin í heiminn svo neyðin var mikil. Kona nokkur setti sig í samband við mig eftir að hafa séð ákall frá okkur um húsnæði og sagðist vita um fjögurra herbergja íbúð sem hún vissi að væri laus til útleigu. Hún bauðst til að sýna okkur íbúðina sama kvöld, sem við þáðum með þökkum. Hún tók á móti okkur ásamt eiginmanni sínum og tjáði okkur að sonur þeirra ætti íbúðina. Við vildum strax taka íbúðina og hjónin lofuðu að útbúa leigusamning, síðar myndum við svo hitta son þeirra, skrifa undir og fá lyklna afhenta,“ segir konan.

Þótt hún hefði heyrt af elti-hrelli á Akranesi bjóst hún ekki við að lenda í honum.

„Það voru háværar sögusagnir um elti-hrelli á Akranesi á þessum tíma en okkur grunaði aldrei að það yrði leigusalinn okkar. Íbúðina fengum við leigða, en sjálfur bjó maðurinn í geymslunni og nýtti bílskúrinn undir dótið sitt. Við samþykktum þetta fyrirkomulega enda bráðvantaði okkur íbúð. En svo það komi líka fram þá var faðir mannsins með umboð fyrir undirskrift sonar síns og var hann því líka skráður fyrir leigusamningnum ef ske kynni að eigandi íbúðarinnar yrði ekki í stakk búinn til þess að taka ákvörðun um eitthvað sjálfur.“

Áður en langt um leið hafði leigusalinn samband við hana.

„Svo gerðist það að maðurinn setti sig í fyrsta skipti í samband við mig. Hann kvaðst vera með aukalykil að íbúðinni sem hann

vildi láta mig fá. Ég var stödd í vinnunni og bað hann að koma með hann þangað sem hann og gerði. Þetta var bara byrjunin á öllu því sem átti eftir að gerast. Hann fór að hringja í mig á vinnutíma, mæta til mín í vinnuna og fá sér að borða. Að endingu var hann farinn að banka upp á heima, í raun bara til þess að athuga hvort við værum heima en hann var alltaf með einhverja afsökun um að hann þyrfti að kíkja á eitthvað, koma með eitthvað eða ræða einhver mál við okkur. Hann átti það sömuleiðis til að banka upp á hjá okkur að kvöldi til og vilja „kíkja á okkur“, við buðum honum þá yfirleitt bara inn þar sem hann grandskoðaði alla íbúðina eins og hann væri að leita að öryggiskerfi eða öðru slíku. Í hvert skipti sem hann talaði við mig þá titraði hann allur, skalf og stamaði. Hann var farinn að segja fólki að við værum rosalega góðir

trúnaðarvinir og spjölluðum oft lengi saman í síma.“

Augljóslega búið að liggja í rúminu

Þegar þarna var komið sögu hafði parið gert sér grein fyrir því hver þessi maður var og hvað hann hefði gert. Það var þó ekki hlaupið að því fyrir ungt fólk með tvö lítil börn að finna sér aðra íbúð þar sem framboð á Akranesi á leiguíbúðum er mjög takmarkað. Seint á síðasta ári tók atburðarásin þó óvænta stefnu.

„Ég tók eftir því að nærfötin mín hurfu hægt og rólega úr nærfataskúffunni. Mér fannst þetta mjög furðulegt enda höfðum við farið í verslunarferð um sumarið þar sem ég keypti óhemju mikið af nærfötum. Ég nefndi þetta við manninn minn en hugsaði svo ekkert meira út í þetta. Við fórum svo að taka eftir því að matur úr ísskápnum okkar var farinn að

AEMDUR HRELLIR KRANESI

**m ■ Braust inn og stal nærfötum
greglu ■ Hafa báðar flúið land**

klárast ansi hratt og ein verslunarferð í viku var skyndilega orðin alltof lítið fyrir okkur. Það var svo ekki fyrr en í janúar á þessu ári að ég skaust og sótti manninn minn í afmæli og þegar við komum til baka stóðu dyrnar að íbúðinni upp á gátt. Þetta var stór og mikil brunavarnahurð og því ekki líkleg til að opnast aftur ef henni hafði á annað borð verið skellt í lás. Það voru þó engin skemmerki um innbrot og allt á sínum stað. Það var þó augljóslega búið að liggja í rúminu mínu því teppið var komið á gólfíð. Ég bý alltaf um rúmið og krossbrá auðvitað við að sjá þetta enda mjög ógeðfellt tilhugsun.“

Léttvæg viðbrögð lögreglu

Þarið var á þessum tímavarki farið að fylgjast vel með ferðum mannsins og fljótlega kom að því að hann bankaði upp á að nýju.

„Hann spurði mig hvort ég

væri hætt í vinnunni enda hefði hann ítrekað lagt leið sína þangað og spurt eftir mér, en ekki fengið nein svör. Ég greindi honum frá því að við hefðum ákveðið að slíta leigusamningnum þar sem við hefðum í hyggju að flytja á Selfoss og þaðan til útlanda. Honum þótti þetta miður, sagði okkur að við værum frábærir leigjendur og við mættum alveg hugsa þetta aðeins betur og vera svo í sambandi við hann. Við stóðum engu að síður föst á okkar ákvörðun. Við bjuggum enn í íbúðinni meðan leigusamningurinn var enn í gildi en fljótlega kom nágranni að máli við okkur og spurði hvort maðurinn væri virkilega með aðgang að íbúðinni. Við svörðum því skiljanlega neitandi, en hann sagðist þá hafa séð manninn bæði úti á svölunum okkar og eins að ganga út úr íbúðinni með fulla poka af mat. Samdægurs fórum við til lögreglunnar á Akranesi og til-

kyntum þetta, en mér var skapi næst að kæra hann bæði fyrir innbrot og þjófnað. Lögreglan tók þessu hins vegar á afar léttvægan hátt og sagði orðrétt að þetta væri ekki maður sem við þyrftum að hræðast, hann væri bæði meinlaus og misskilinn og myndi aldrei þora að gera flugu mein. Okkur var jafnframt tilkynnt að vegna nýrra persónuverndarlaga væri það á mjög gráu svæði að setja upp öryggismyndavélar í von um að góma hann, en við gætum vissulega reynt að leggja fyrir hann gildru. Í framhaldi af því ættum við allan rétt á að skipta um skrá á útidyráhurðinni, á okkar kostnað.“

Skiptu um skrá

„Við byrjuðum á því að leggja fyrir hann gildru og fórum að heiman í nokkra klukkutíma,“ segir konan. „Þegar við komum til baka var fullljóst að hann hafi reynt að

Ég tók eftir því að nærfötin mín hurfu hægt og rólega úr nærfataskúffunni

komast inn, án árangurs. Þar sem lögreglan vildi ekkert gera og okkur óheimilt að setja upp myndavélar vegna persónuverndar ákvað ég að testa hann. Ég stakk sem sé tannstöngli í skráargatið, þegar ég kom heim var augljóst að hann hafi reynt að hamast á hurðinni og greinilega meitt sig því það var blóð í kringum hurðarhúninginn. Daginn eftir skiptum við um skrá. Maðurinn minn sendi honum smáskilaboð þar sem hann gerði honum þetta ljóst og það er skemmst frá því að segja að maðurinn brást illa við. Hann varð með öðrum orðum alveg brjáláður og sagði okkur engan rétt hafa til að gera svona lagað. Þarna var orðið mjög stutt í flutninga og við ákváðum að heyra í föður mannsins sem hafði reynt okkur vel. Hann var skiljanlega miður sín yfir því sem við höfðum að segja og sagðist ætla að ræða við son sinn í rólegheitum. Hann sýndi því sömuleiðis fullan skilning að við hefðum þurft að bregðast svona við og hét því að þaðan í frá færu öll okkar samskipti fram í gegnum hann en ekki manninn. Þegar kom að því að taka út íbúðina ákváðum við að ég yrði ekki viðstödd, en ég var á þessum tíma farin að þróa með mér mikinn kvíða gagnvart mannum og vildi alls ekki eiga á hættu að rekast á hann vegna atburðanna á undan. Það kom líka á daginn að maðurinn mætti ásamt föður sínum og þráspurði hvers vegna við hefðum skipt um skrá á hurðinni. Maðurinn minn svaraði honum sem satt var að við vissum fyrir víst að hann hefði síendurtekkið brottist inn á heimilið okkar og rænt bæði nærfötum mínum sem og mat úr ísskápnum okkar. Hann þvertók auðvitað fyrir allt saman og öskraði á manninn minn og sagðist krefjast þess að fá að vita nöfn þeirra nágranna sem hefðu borið þessar lygasögur á hann. Maðurinn minn hélt ró sinni allan tímann og bað um að þetta yrði rætt með skynsamlegum hætti, en þá rauk maðurinn út úr íbúðinni. Þabinn stóð þá löturhægt á fætur og viðurkenndi að hann hafi ekki náð að ræða þessar ásakaniðir við son sinn og sömuleiðis gleymt að minnast á það við manninn minn að ræða þetta ekki við soninn. Í kjölfarið var maðurinn vistaður inn á geðdeild. Að sögn föðursins tók maðurinn þessum ásökunum afar illa, hann ítrekaði þó að við hefðum reynt yndislegir leigjendur og bað okkur innilega að afsaka hegðun sonar síns og öllu því sem gengið hefði á.“

Auglýsir enn íbúðina til leigu

Konan hætti fljótlega í vinnu sinni og fór á atvinnuleysisbætur

en til þess að fá þær í gegn þurfti hún að sinna viðveru á sama stað og fólk sem þarf að mæta í endurhæfingu. Umræddur maður var þar að bíða eftir úrskurði um varanlega örorku. Þegar nær dró fyrirhuguðum flutningum á Selfoss hætti maðurinn skyndilega að mæta í endurhæfinguna og fann sér vinnu á Selfossi, þar sem hann bjó ýmist á gistiheimili eða í húsbíl. Þetta þótti parinu vægast sagt ólíkleg tilviljun.

„Við ræddum við föður hans hvað okkur þætti þetta furðuleg tilviljun. Ég gleymi aldrei svipnum sem kom á föðurinn og orðunum sem hann lét út úr sér: „Ég vona að þetta sé búið núna og hann láti ykkur alveg vera.“ Við sáum hann engu að síður oft á tjaldsvæðinu á Selfossi en hann þekkti bílinn okkar og maðurinn minn var harður á því að ég væri aldrei ein. Við fluttum svo af landi brott í ágúst, en þá hafði maðurinn reynt að hringja í mig án árangurs. Sem fyrrverandi íbúi á Akranesi hafði ég auðvitað heyrt af máli Ölmú en trúði ekki hversu gróft þetta var hjá henni. Ég vona að frásögn mín styrki sögu hennar því hún hefur vissulega þurft að kljást við hann lengst og verst. En ég fæ bara sting í hjartað við að sjá að hann sé enn að auglýsa íbúðina sína til leigu á Akranesi. Ég, rétt eins og hún, flutti af landi brott til að komast burtu, því hann var bókstaflega alls staðar þar sem ég var.“

Vissi ekki að hann væri að áreita fleiri

Sjálf lýsir Alma innlögn mannsins inn á geðdeild sem um ræðir hér að framan með öðrum hætti.

„Hann er búinn að kenna okkur báðum um sama taugaáfallið. Ég hafði ekki hugmynd um að það væru aðrar að leynda í þessu svona alvarlega, en það er engin vorkunn eftir. Ég er svo reið að þetta skuli viðgangast. Ég setti sem dæmi aðvörun inn á Facebook-síðu Akraness þar sem ég vara fólk við að leigja af þessum manni en færslunni minni var eytt. Það er enn fólk þarna sem þaggar svona áreitni niður af hreinni meðvirkni við snaróðan mann. Mér þykir leitt að hafa hrósað lögreglunni í viðtalinu síðast, því hún tekur augljóslega ekki mark á alvarleika málsins. Ég tel mig þekkja lögin nokkuð vel eftir allan þennan tíma en það að þessi kona hafi engan rétt til að verja sig og börnin sín er gjör-samlega galið. Það tók mig fimm ár bara að fá lögregluna á Akranesi til að taka mark á mér. Það þarf að stöðva þennan mann því þetta endar annars bara á einn veg og það er hræðilegt að hugsa til þess.“ ■ ▶



Ofsóknir eltihrella í átta ár Alma Dögg Torfadóttir sagði sögu sína í DV fyrir stuttu.

MYND: EYÞÓR ÁRNASON

Svona þekkir þú eltihrella *Upplýsingar af vef Stígamóta

Er verið að elta þig, ofsækja eða sitja um þig?

Ofsóknir eru röð aðgerða sem vekja hjá þér ótta og upplifun um að þú sért í hættu. Ofsóknir eru alvarlegar, oft ofbeldisfullar

og geta stigmagnast með tímanum. Eltihrellirinn getur verið einhver sem þú þekkir vel eða alls ekki. Flestir eltihrellar hafa farið á stefnumót með eða verið í einhvers konar samskiptum við

manneskjuna sem þeir fara svo að ofsækja. Flest eltihrellamál varða karlmenn sem ofsækja konur, en karlmenn ofsækja líka aðra karlmenn, konur aðrar konur og konur ofsækja líka karlmenn.

Dæmi um það sem eltihrellar gera

- Hringja ítrekað í þig, meðal annars bara til að skella á.
- Elta þig og birtast á ólíklegustu stöðum sem þú ert á.
- Senda óumbeðnar gjafir, bréf, sms eða tölvupóst.
- Valda skemmdum á heimili þínu, bíl eða öðrum eignum þínum.
- Fylgjast með síma- eða tölvunotkun þinni.
- Nota tækni eins og faldar myndavélar eða GPS til að finna út hvar þú ert.
- Keyra framhjá eða hanga fyrir utan heimili þitt, skóla eða vinnustað.
- Hóta því að meiða þig, fjölskyldu þína, vini eða gæludýr.
- Komast að upplýsingum um þig með því að nota opinber gögn, internetið, einkaspjara, fara í gegnum ruslið hjá þér eða hafa samband við vini, ættingja, nágranna eða vinnufélaga.
- Aðrar aðgerðir sem eru til þess fallnar að stjórna þér, elta þig eða hræða þig.

Ef verið er að elta þig, sitja um þig eða ofsækja er möguleiki á að þú ...

- Óttist hvað eltihrellirinn kemur til með að gera.
- Upplifir viðkvæmni, óryggi og vitir ekki hverjum þú getir treyst.
- Upplifir kvíða, pirring, óþol-

innmæði eða að þú sért kominn/n út á ystu nöf.

- Upplifir þunglyndi, vonleysi, reiði, sért grátgjarnari og finnist þetta yfirþyrmandi.
- Sért stressaðri, eigir erfiðara með að einbeita þér, sofa eða muna hluti.
- Glímir við erfiðleika varðandi mat eins og skerta matarlyst, að gleyma að borða eða borða yfir þig.
- Að yfir þig hellist endurlit „flashback“, truflandi hugsanir, tilfinningar eða minningar.
- Þú sért ringluð/ringlaður, upplifir pirring eða einangrun af því að aðrir skilja ekki hvað það er sem þú óttast.
- Þetta eru allt algeng viðbrögð við því þegar eltihrellir er að ofsækja, elta eða sitja um manneskjur.

Ef þú þekkir einhvern sem verið er að ofsækja, elta eða sitja um, þá getur þú hjálpað viðkomandi með því að: Hlusta á manneskjuna, sýna henni stuðning. Ekki kenna henni um. Muna að hvert tilfelli er ólíkt öðru og leyfa manneskjunn sem verður fyrir ofsóknunum að velja hvernig hún vill bregðast við þeim. Finna einhvern sem hægt er að tala við um aðstæðurnar. Gera varúðarráðstafanir til að gæta eigin öryggis.

Ef þú ert í bráðri hættu, hringdu í 112.

Haustvörurnar eru komnar

gæludýr.is

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

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 safir 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 vísi, 5 ATM vatnsvörn og hægt er að velja um krókóðílaól, 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

„Þetta eru hræætur glæpaheimsins“

■ Sérstaklega gróft myndefni af barnaníði gengur kaupum og söllum
■ Stóru hulduneti lokað í Suður-Kóreu

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is



Hundruð einstaklinga hafa verið handteknir í alþjóðlegri lögregluaðgerð vegna huldunets (e. Dark web) þar sem hægt var að kaupa og selja myndbönd af barnaníði. Vefurinn var hýstur í Suður-Kóreu en yfirvöld í Bandaríkjunum, Bretlandi og Suður-Kóreu segja vefinn þann stærsta sinnar tegundar sem lögregla hefur komist á snoðir um.

Vefurinn hét Welcome To Video og var rafmyntin bitcoin notuð til að selja aðgang að 250 þúsund myndböndum af barnaníði. Lögreglu yfirvöld segja að myndefnið hafi verið afar gróft, en á þessu hulduneti var sérstaklega tekið fram að ekki mætti hlaða upp klámefti þar sem full-orðnir eru í aðalhlutverki. Það er því ljóst að vefurinn var eingöngu ætlaður fyrir myndefni af barnaníði og ofbeldi gegn börnum.

„Huldunet sem hagnast á kynferðislegu ofbeldi gegn börnum eru meðal viðbjóðslegustu og vítaverðustu glæpanna,“ segir bandaríski saksóknarinn Brian Benczkowski í samtali við The Guardian.

Rafmyntin þvættuð

Lögreglu yfirvöld hafa bjargað að minnsta kosti 23 brotaþolnum undir lögaldri í Bandaríkjunum, Bretlandi og Spáni sem voru ítrekað beittir kynferðislegu ofbeldi af kaupendum á síðunni. Ekki er búið að bera kennsl á mörg börnin í myndböndunum.

Samkvæmt glæpastofnun Bretlands er myndefnið á Welcome To Video táknmynd um að barnaníði á netinu sé að verða alvarlegra og grófara og að starfsemi sé orðin stærri og flóknari en áður. Búið er að handtaka manninn á bak við síðuna, hinn suðurkóreska Jong Woo Son, sem er 23 ára. Búið er að ákæra 337 notendur síðunnar í tólf mismunandi löndum. Jong aflánar nú þegar átján mánaða fangelsisdóm í Suður-Kóreu en einnig er búið að kæra hann í Bandaríkjunum. Margir af notendum hafa nú þegar verið dæmdir í fangelsi og er þyngsti dómurinn fimmtán ár.

Welcome To Video er fyrsta vefsíðan til að selja myndbönd af barnaníði með því að nota bitcoin, en rafmyntin gerir notendum kleift að fela auðkenni sitt í peningaviðskiptum. Vefurinn virkaði þannig að notendur gátu skipt rafmyntinni fyrir stig, sem þeir eyddu síðan í að hlaða niður



Rannsókn í Danmörku Flest börnin sem brotið er á búa í Asíu.

„Huldunet sem hagnast á kynferðislegu ofbeldi gegn börnum eru meðal viðbjóðslegustu og vítaverðustu glæpanna“

myndefni eða kaupa sér aðgang að sérstökum VIP-aðgangi. Þá var hægt að vinna sér inn stig með því að hlaða inn á síðuna myndefni af barnaníði. Talið er að forspraki síðunnar hafi þénað það sem samsvarar 370 þúsund dollurum í rafmynt áður en síðan var tekin niður í mars á seinasta ári. Þá er talið að rafmyntin hafi verið þvættuð í gegnum ónefndan rafmyntabanka.

„Þetta eru hræætur glæpaheimsins,“ segir Don Fort, yfirmaður glæparannsóknar hjá skatt-yfirvöldum í Bandaríkjunum. Það voru skatt-yfirvöld sem áttu frumkvæði að rannsókninni á starfsemi Welcome To Video. Don segir að rannsókn hafi farið af stað eftir ábendingu frá ónefndum einstaklingi. Glæpastofnun Bretlands segist hins vegar hafa komist á snoðir um vefsíðuna þegar rannsókn á breskum manni stóð sem hæst í október árið 2017. Sá var sakfelldur fyrir að kúga fleiri en fimmtíu manns, þar á meðal tánínga, til að senda honum myndir sem hann deildi á netinu.

„Við höfum ekki verið að sinna þessu“

Þessar fréttir koma í kjölfar fréttu um rannsókn á vefsíðu þar sem hægt var að panta sér barnaníðsbrot á netinu. Sú rannsókn teygir anga sína til Íslands en síðustu fimm árin hefur lögreglan í Danmörku rannsakað 25 mál sem fjalla um kaup á barnaníði í gegnum netið. Sjö Danir hafa verið dæmdir fyrir brotin, þar af fimm á síðasta ári. Vefsíðurnar virka þannig að notendur geta pantað brot á börnum í gegnum netið og brotinu síðan streymt um leið og það gerist.

Rætt var við Karl Steinar Valsón, yfirlögregluþjón hjá miðlægri rannsóknardeild lögreglunnar, í kvöldfréttum Stöðvar 2 fyrir stuttu en hann segir lögregluna líta á þessi brot mjög alvarlegum augum.

„Þú getur óskað eftir tilteknu broti og selt aðgang að því. Þessu er streymt í gegnum netið á sama tíma og þetta á sér stað.“

Flestir mannanna sem panta brotin búa í Evrópu, en flest börnin sem brotið er á búa í Asíu. Lögreglan hér á landi rannsakar



núna hvort einhverjir Íslendingar hafi gerst sekir um þessi brot.

„Við höfum fengið ábendingar frá erlendum aðilum um að Íslendingar séu að tengjast inn í margs konar brot sem eru á netinu. Þannig að það er ástæðan fyrir því að við viljum stíga meira inn í þessa rannsókn,“ sagði Karl Steinar á Stöð 2.

Líkt og á suðurkóreska vefnum eru brotin sögð sérstaklega gróf

enda geta þeir sem panta brotin falið sig á bak við tölvuskjá í tugþúsunda kílómetra fjarlægð frá barninu sem verið er að brjóta á. Karl Steinar sagði lögregluna ekki hafa horft á þessi mál nægilega alvarlegum augum.

„Við höfum ekki verið að sinna þessu og ekki horft á þetta nægilega alvarlega augum. En við höfum áhuga á að breyta því.“ ■

Öðruvísi jólagjafir

18. október 2019

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

Casa



Væntanleg í
verlanir 1. nóv.



Íslandsljósin frá
Her Design – Þjóðleg
og falleg í jólapakkann



Hinir sívinsælu Íslandsfuglar eru alltaf góð
gjöf við hvaða tækifæri sem er



HER DESIGN
ICELAND

www.herdesign.is
Facebook: Herdesign Iceland
Instagram: Herdesign Iceland



POLE SPORT:

Eitthvað fyrir alla í Pole Sport Heilsurækt

Pole Sport er ný og spennandi líkamsrækt hér á Íslandi og er fullkomin fyrir alla þá sem vilja stunda öðruvísi líkamsrækt sem samtvinnar þokka, styrk og þol. Það geta allir komið í Pole Sport Heilsurækt því við bjóðum upp á námskeið fyrir byrjendur og lengra komna í afar fjölbreyttri líkamsrækt. Þá erum við með Pole Sport fyrir byrjendur, miðlungsreynda, lengra komna og svo framhaldshópa. Einnig er námskeið í Flex liðleikþjálfun fyrir þá sem vilja liðka sig og til dæmis komast í splitt, spikat og bæta bakfettuna. Svo eru námskeið fyrir byrjendur og lengra komna í Pole Fabric, Pole Dance, Lyra Loftfimleikum, Silki námskeið og fjölmargt fleira. Það er eitthvað fyrir alla í Pole Sport Heilsurækt.

Pole Sport Heilsurækt var opnuð árið 2011 af Halldóru Kröyer og hefur studíóinu heldur betur vaxið fiskur um hrygg. Þjálfarar Pole Sport hafa margs konar kennsluréttindi, m.a. í Pole Fitness Instructor, einkaþjálfararéttindi, Yoga-réttindi, Fit Pilates, Zumba, VauLT Aerial Lyra™, TRT Kennararéttindi, Þrekþjálfararéttindi, Spin City Pole & Lyra svo eitthvað sé nefnt. Þjálfarar og nemendur heilsuræktarinnar hafa meðal annars staðið sig með eindæmum þrýðilega á alþjóðlegum íþróttamótum. Nefna má 2. sæti í Pole Sport í Evrópu sem hún Sól Stefánsdóttir þjálfari landaði.

Stórskemmtileg heilsurækt í jólapakkann

Það er alltaf gaman að ögra sér og

prófa eitthvað nýtt. Og hver veit, kannski er Pole Sport eitthvað fyrir þig, en þú veist það ekki fyrr en þú prófar. Hægt er að kaupa stakt skipti á eitthvert af þeim fjölmörgu námskeiðum sem Pole Sport Heilsurækt býður upp á. Einnig er hægt að gefa „Unlimited beginner“-kort sem gildir í sjö daga. Þá hefur handhafi tækifæri til að prófa alla tímuna sem eru í boði hjá Pole Sport Heilsurækt til þess að finna hið fullkomna námskeið fyrir sig.

Stakt skipti í Pole Sport Heilsurækt kostar 2.900 kr. og sjö daga ótakmarkað kort kostar 4.990 kr. Allir sem kaupa gjafabréf fá 1000 kr. gjafabréf í kaupbæti frá www.diva.is sem er skóverslun sem sérhæfir sig í brúðarskóm, fitnessskóm, dansskóm og fleira.

Hópefli / Óvissuferðir / Afmæli Ertu að leita að skemmtilegu hópefli? Óvissuferð? Afmæli? Gæsun? Steggjun? Komdu með hópinn til okkar! Þið fáið sal og þjálfara frá okkur sem leiðir ykkur í skemmtilegan tíma. Hægt er að velja á milli þess að vera með krefjandi eða léttari tíma, taka listdans-, súludans- eða sporttíma. Við sniðum tímann að ykkar þörfum.

Pole Sport Heilsurækt er staðsett

á Stangarhyl 7.

Nánari upplýsingar má nálgast á

www.polesport.is

Bókanir og verðtilboð eru í síma

778-4545 og á tölvupóstinum

okkar polesport@polesport.is

Fylgstu með á Facebook: Pole

Sport Heilsurækt





Smitaðist af ökupórabakteríunni eftir eitt skipti í ökuherminum

Ófáir eiga sér þann langþráða draum að finna adrenalínið streyma um æðarnar við það að aka alvöru Formúlu 1-kappakstursbil. GT Akademían (GTA) býr yfir átta ökuhermum í hæsta gæðaflokki þar sem menn komast ótrúlega nálægt því að upplifa þennan draum, sem er kannski ekki svo óraunhæfur í dag. Það verður líka að segjast að það er furðu auðvelt að smitast af ökupórbakteríunni þegar maður er sestur í mjúkt leðursætið, hansaklæddar hendurnar gripa um stýrið, akandi um á ógnarhraða eftir einhverri af frægustu kappakstursbrautum heims. Þetta getur greinarhöfundur fullyrt eftir að hafa fengið að þenja vélinu í einum af ökuhermum GTA. Þetta er klárlega fyrir alla, líka þá sem segjast engan áhuga hafa á bilum eða kappakstri!

Ógleymanleg reynsla

„Að keyra í ökuhermunum okkar er það allra næsta sem þú kemst því að keyra alvöru kappakstursbil á ekta kappakstursbraut. Þrír stórir skjáir eru í kringum ökuhermanninn sem situr í sérstökum stól með hreyfibúnaði. Stóllinn svarar því sem er að gerast í bilnum á brautinni. Stóllinn færir upp, niður og hallar þegar ökuhermanninn stýrir bilnum. Ökuhermanninn finnur bókstaflega fyrir yfirborði vegar og þeim kröftum sem virka á bilinn. Einnig fer sætið til hliðar ef billinn missir grip og þú finnur í stýrinu ef billinn læsir

dekkjunum. Að auki færðu heyrnartól þar sem þú heyrir vélarhljóðið í bilnum í rauntíma sem gerir þessa reynslu ógleymanlega.“ segir Hinrik Haraldsson hjá GTA.

Spennandi nýjungar!

Það eru spennandi tímar framundan hjá GTA. „Í samstarfi við Hliðskjálfr VR-Lab erum við að þróa þjónustu með Oculus Rift sýndarveruleikagleraugum sem eru vinsælustu sýndarveruleikagleraugun á markaðnum í dag. Gleraugun má leigja og nota á staðnum og eru ótrúlega spennandi kostur á ýmsum sviðum, hvort sem er í atvinnugeiranum eða í leikjaheiminum. Þá bjóðum við t.d. arkitektum og myndlistarmönnum að nota gleraugun til þess að vinna í ýmiss konar þrívíddarforritum við að hanna byggingar og móta listaverk bæði í tví- og þrívídd. Hliðskjálfr VR-Lab er að fara af stað með fimm vikna myndlistarnámskeið í samstarfi við Myndlistarskóla Reykjavíkur. Þá mæta hér sex nemendur í fylgd kennara sem kennir krökkunum í sýndarveruleikanum. Þau fá að prófa ýmsar aðferðir við að búa til listaverk. Þá geta þau málað, teiknað, mótað og margt fleira. Svo er hægt að prenta út tvívíðu verkin í venjulegum tölvuprentara, og fyrir þá sem hafa aðgang að þrívíddarprentara er hægt að fá skrána á tölvutæku formi.“

Enn raunverulegri hermikappakstur

„Í augnablikinu erum við að skoða möguleikann á því að tengja gleraugun við ökuhermana og bjóða þannig gestum upp á enn raunverulegri kappakstur. Við búumst við því að geta boðið upp á þennan kost stuttu eftir áramót.“

Námskeið í jólapakkann

Nú hefur Akstursíþróttasambandið viðurkennt hermikappakstur sem íþróttagein og býður GTA upp á námskeið í hermikappakstri fyrir krakka, unglunga og ungt fólk í akstursíþróttum. Markmið námskeiðanna er að kenna ungmönnum undirstöðuatriðin í mótorsporti, kenna íþróttamannslega hegðun og reglur mótorsports, auka einbeitingu og rýmissvitund. Krakkarnir verða svo í stakk búnir til að taka þátt í keppnum á netinu og þegar fram líða stundir, keppnum í raunheimi. „Hermikappakstur á þessu kaliberi hefur beina tengingu inn í mótorsport í raunheimi. Menn hafa meðal annars fengið ráðningu hjá kappakstursliðum út frá því að hafa staðið sig vel á ökuhermamótum; t.d. Jann Mardenborough sem keppti fyrir Nissan í erfiðasta kappakstri heims, Le Mans. Einnig nota mörg kappaksturslið álíka herma til að æfa ökuhermann sína fyrir kappakstur.“

Tilvalið í hópefli og fyrirtækjakeppnir

„Við erum með átta herma sem eru tengdir saman svo að átta keppendur geta verið saman á brautinni í einu. Nokkur fyrirtæki halda mótaraðir hjá okkur til þess að efla starfsandann og svo hafa samkeppnisfyrirtæki haldið keppni sín á milli. Þetta hefur gefist ótrúlega vel og allir virkilega ánægðir. Þetta er stórsniðugt hópefni til þess að efla liðsandann yfir jólahátíðina.“

Jólin í GTA

Átt þú vin eða vinkonu sem á sér þann langþráða draum að taka í stýrið á Ferrari, Lamborghini eða Formúlu 1-kappakstursbil? Þá er tilvalið að skella einu gjafabréfi frá GTA í jólapakkann. „Gjafabréfin eru uppá 30, 60 og 90 mínútur. En við erum líka liðleg með það að ef handhafa langar að koma með vini sína, þá er hægt að skipta tímanum niður. Til dæmis ef þú átt 90 mínútna gjafabréf þá geta þeir keppt saman í 30 mínútur hver.“

Nánari upplýsingar um GT Akademiuna má nálgast á vefsíðunni gta.is Ármúli 23, 108 Reykjavík Sími: 537-2400 Vefpóstur: gta@gta.is Opið alla daga frá 12.00 til 20.00



ZIPLINE Í VÍK.

Fjölskylduskemmtun í hæsta gæðaflokkki

Norðan við bæjarstæði Norður-Víkur í Vík í Mýrdal er hið gullfallega Grafargil sem býr yfir náttúrulegum sjarma, dularfullum hellum, fallegum fossum, heilmikilli sögu og fjórum zipplínum. En hvaðan koma þessar línur? Tvær fjölskyldur stofnuðu fyrirtækið Zipline Iceland (Giljagleði ehf.) árið 2017; Þráinn, Æsa og dætur þeirra Katla og Addý. Æsa, Katla og Addý eru allar fæddar og uppaldar í Vík og Þráinn hefur verið búsettur í þar undanfarin 20 ár. Heimilishundurinn Panda mætir svo með í ferðir þegar hann hefur vilja til og gestir andmæla því ekki. Ása og Sammi eru í óðaönn við að koma sér upp heimili í bænum samhliða því að sinna þessari nýjung í afþreyingarflóru Íslands.

Örugg en spennandi upplifun
Fjölskyldurnar tvær kynntust í gegnum sameiginlegan áhuga á svifvængjaflugi. Þau fundu fljótt að í þeim blundaði frekari ævintýraþrá og langaði að gera eitthvað skemmtilegt á þeim dögum sem ekki var hægt að svifa um á milli skýjahnoðranna. Þau langaði einnig að geta boðið fleirum upp á spennandi og örugga upplifun. Línurnar eru ekki mjög háar en þó nægilega háar til að gestum finnist þeir svifa yfir gilinu eins og fuglinn fljúgandi. Zipline-ferðirnar, eða línubrun, eru stórkostleg upplifun

fyrir alla fjölskylduna. Þau yngstu sem mega fara í zipline verða að vera orðin átta ára eða a.m.k. þrjátíu kíló og allir undir 16 ára þurfa að vera í fylgd fullorðins.

Ekki bara zipline-ferð

Svæðið býr því yfir mikilli og afar áhugaverðri sögu sem gaman er að læra um í ferðinni. Að auki eru gestir staddir í bakgarði eins mikilfenglegasta eldfjalls Íslands, Kötlu, sem kúrir undir Mýrdalsjökli. Þetta er því alls ekki bara zipline-ferð heldur lærir fólk ýmislegt um mannkyns- og jarðsögu svæðisins í leiðinni.

Ólíkir gestir

Zipline er einstök leið til þess að upplifa náttúruna á nýjan hátt. Það er ótrúlegt að svifa yfir gilinu með vindinn í andlitinu. Zipplínur eru frábær skemmtun fyrir þá sem hafa gaman af því að ögra sér smá, lofthræddir gestir eru líka réttilega hreyknir eftir að hafa rennt sér niður gilið. Zipline tekur á móti afar fjölbreyttum hópum á öllum aldri. Yngsti gesturinn er 8 ára og sá elsti er 93 ára og sumir koma aftur og aftur. Ein kanadísk fjölskylda hefur t.a.m. mætt þrisvar frá opnun í ágúst 2017. Hóparnir eru yfirleitt

12 manns í hverri ferð og þá koma tveir til þrjú leiðsögumenn með. Þegar tekið er á móti stærri hópum þá koma fleiri leiðsögumenn með. Stærsti hópurinn sem komið hefur í zipline var

44 manna skólahópur.

Engin ferð er eins og tekið er á móti hópnum eins og hann er samsettur. Sumir eru smeykir og aðrir eru ólmir að komast af stað. Að sjálfsögðu er svo enginn skuldbundinn til þess að renna sér niður þegar komið er á staðinn.

Ævintýrið byrjar við gistiheimilið Norður-Vík. Þar eru allir settir í viðeigandi öryggisbúnað og gerð grein fyrir öryggisatriðum áður en haldið er áfram. Svo er ekið af stað að upphafspunkti göngunnar við Grafargil. Línurnar eru fjórar; 120, 240, 30 og 140 metra langar og eru staðsettar með hentugu millibili á leiðinni niður gilið. Eftir stutta göngu er komið að fyrstu zipplínunni og renna gestirnir sér þar yfir, einn í einu. Svo er gengið saman niður að þeirri næstu og svo framvegis, þar til komið er neðst í gilið. Ef veður er gott og gestina þyrstir í meiri



útiveru er alltaf í boði að ganga síðasta spölinn aftur að Norður-Vík eftir gamla þjóðvegnum. Ferðirnar eru farnar daglega, allt árið um kring. Það er alltaf gaman að renna sér í zipline í hvaða veðri sem

er. Fátt stöðvar ferðirnar annað en stormurinn og vetrarmyrkrið. Út október verða tvær ferðir á dag og svo verður ein ferð á dag yfir vetrartímamann fram í apríl.

20-50% afsláttur

Nú er hægt að skella sér línubrun á 20% afslætti með því að kaupa gjafabréf í gegnum vefsíðuna zipline.is/gjafabref. Athugið að börn á aldrinum 8-18 ára fá 50% afslátt í fylgd fullorðins. Gjafabréf frá Zipline er einnig stórsniðug jólagjöf fyrir alla sem hafa gaman af útiveru og að leyfa hjartanu að pumpa smá. Gjafabréfin fást til 31. desember 2019.

Nánari upplýsingar má nálgast á zipline.is
Fylgstu með á Facebook: Zipline Iceland
Instagram: Zipline Iceland
Suðurvíkurvegi 5, 870 Vík í Mýrdal
Vefpóstur: zipline@zipline.is
Sími: 698-8890



MOUNTAINEER:

Svellköld og ógleymanleg upplifun í jólagjöf!

Pað er einstök tilfinning að þeysast um á snjósleða uppi á jökli í góðu veðri með útsýni í allar áttir. Mountaineers of Iceland er eitt framsæknasta fyrirtæki á Íslandi sem býður upp á snjósleðaferðir upp á Langjökul. Fyrirtækið var stofnað árið 1996 af Herberti Haukssyni og Ólöfu Einarsdóttur og hefur heldur betur sótt í sig veðrið á síðustu áratugum. „Snjósleðaferðirnar eru farnar allt árið um kring enda er alltaf gaman að koma á jökulinn, hvort sem er í glaðasólskini eða kyngjandi snjó,” segir Haukur, sonur Herberts, hjá Mountaineers of Iceland.

Eitursvöl upplifun

„Langflestir gestir okkar eru erlendir ferðamenn og snjósleðaferðirnar vekja griðarlega lukku hjá þeim. Margir hverjir minnst á að þetta hafi verið það langskemmtilegasta sem þeir hafi upplifað á ferðum sínum um Ísland. Upp á síðkastið hafa Íslendingar verið duglegri að koma ferðir með okkur, margir hverjir forvitnir um hvað það sé eiginlega sem dragi útlendingana upp á ískalda jökulbreiðuna. Þeir koma sjaldnast samir til baka enda er um að ræða upplifun og landslag sem er alls ekki að finna hvar sem er.”

Jökull í jólagjöf

Jöklar eru eitt mikilfenglegasta náttúrufyrrbrigði sem Ísland býr yfir og að koma upp á einn slíkan er alveg einstök tilfinning sem

er ekki hægt að líkja við nokkuð annað. „Það getur varla verið til betri hugmynd að jólagjöf en þessi einstaka tilfinning, að standa ofan á kílómetra þykkum isklumpi sem byrjaði að myndast fyrir sjö þúsund árum, ég tala ekki um að halda svo inn í jökulinn.”

Flestar ferðir byrja á bílplaninu við Gullfoss þar sem farþegar fara með Mountaineers-fjallatrúkknum eftir Kjalvegi og upp að Mountaineers-skálanum í Skálpanesi við jökulrætur Langjökuls. Þaðan er haldið í snjósleðaferðirnar.

Glacier Ice Cave & Snowmobile: Ævintýri inni í jökli

Einn af þeim túrum sem hafa verið hvað vinsælastir hjá íslenskum ferðamönnum er Glacier Ice Cave & Snowmobile. Þessi fjögurra klukkustunda túr er eins konar „ein með öllu“ þar sem gestir koma upp á jökulinn, þeysast um hann á snjósleða og ganga svo inn í hann. „Hóparnir eru um 10–20 manns. Fólkið er sótt á bílplanið hjá Gullfossi á Mountaineers-fjallatrúkknum okkar sem ferjar alla upp að skála.

Þaðan er haldið með leiðsögumanni á snjósleðum að íshellinum sem við grófum út í sumar. Hellirinn er staðsettur í yfir þúsund ára gömlu islagi á jöklinum og er það neðarlega að ísinn er orðinn alveg þéttur og nærri því glær undan þrýstingnum. Þar má meðal annars greina nokkur einkennandi öskulög

frá sögufrægum eldgosum sem jöklaleiðsögumaðurinn okkar mun glaður fræða gestina um.”

Meet us at Gullfoss

„Þessi ferð er langvinsælasta ferðin okkar, bæði hjá Íslendingum og erlendum ferðamönnum. Hér er um að ræða stórskemmtilega snjósleðaferð sem að sjálfsögðu byrjar í risatrúkknum á bílplaninu við Gullfoss. Frá skálanum okkar við Langjökul er svo haldið í ógleymanlega snjósleðaferð. Sleðarnir eru tveggja manna og er auðvelt að stýra þeim og henta þeir því bæði fyrir algæra byrjendur og líka þá sem eru örlítið lengra komnir.”

Glacier Rush

„Fyrir þá sem eru vanir snjósleðum mælum við eindregið með Glacier Rush-túrnum. Hóparnir eru töluvert minni en í Meet us at Gullfoss-túrnum, eða aðeins um 2–10 manns. Sleðarnir eru eins manns og því mun meðfærilegri. Einnig eru þeir töluvert kraftmeiri eða um 140 hestöfl og því er farið mun hraðar yfir. Ef þú ert öruggur á snjósleða og langar að þeysast um viðáttur Langjökuls, þá er þetta klárlega túrinn fyrir þig.”

Við seljum gjafabréf í allar ferðirnar okkar og á vefsíðunni mountaineers.is bjóðum við upp á enn fleiri túra. Til þess að nálgast gjafabréfin má senda vefpóst á ice@mountaineers.is eða hringja í síma 580-9900.





Myndir: Eyþór Árnason

PING PONG:

Skemmtilegri jólagjafir frá Ping Pong

Gjafabréf fyrir drauminn Margir eiga sér þann draum að vera með borðtennisborð, fótboltaspil eða poolborð í kjallaranum en láta svo aldrei verða af því. Þá er fátt tilvaldara en að gefa slíkum einstaklingum gjafabréf með verðupphæð að eigin vali frá Ping Pong í jólagjöf.

Til þess að kaupa gjafabréf er nóg að mæta í Síðumúllann eða hafa samband við okkur í síma 568-3920 eða 897-1715. Einnig má senda vefpóst á pingpong@pingpong.is.



Mikið úrval af afþreyingarvörum.



Píluspjöld á breiðu verðbili: 8.750–38.800 kr.



Mikið úrval af borðtennisspöðum og kúlum á frábæru verði.

Action roller – STIGA.
Verð: 55.629 kr. m/neti.

Playback – Butterfly. Til blátt og grænt. Verð: 63.385 kr. m/vsk.



Football glory fótboltaspil Buffalo Glory. Fellanlegt. Verð: 43.400 kr.

Poolborð Black Cat.
Verð: 148.549 kr. m/vsk.

Asteka Fótboltaspil Azteca – Riley: Frábært fjölskylduspil. Einfalt að leggja saman eftir notkun. Verð: 39.201 kr. m/vsk.



Kjuðar fyrir snóker og pool í miklu úrvali. Fjölbreytt verð.

Ping Pong.is

/ Borðtennis / Bridge / Fótboltaspil / Pílukast / Biljard / Póker / Pythokki /



SALA ICELAND:

Salsa er ekki bara sósa

Pegar Edda Blöndal hóf starfsemi Salsalceland á Íslandi árið 2003 þurfti hún iðulega að útskýra fyrir fólki að um væri að ræða suðurameríska dansa en ekki sósu. Eins gat verið erfitt að ná karlpeningnum út á dansgólfið um hábjartan dag. En nú, 16 árum síðar, segir hún stemninguna hafa breyst mikið og flestir viti nú hvað salsa dansar eru og að feimnin sé óðum að renna af Íslendingum. Sjálf hafði Edda ferðast mikið þegar hún keppti með landsliði Íslands í karate í mörg ár og smitaðist af salsabakteriunni erlendis. Hana langaði til að stofna salsaskóla á Íslandi og koma á fót eins konar salsasamfélagi á Íslandi. Með aðstoð vina og vandamanna og fjöldanum öllum af góðum gestakennurum hefur Salsalceland mótað metnaðarfullan dansskóla með námsskrá þar sem dansar eru kenndir á 6 getustigum.

Alþjóðlegt tungumál

Á námskeiðum eru kennd grunnspar í algengustu salsadönsunum og nemendum kennt að lesa

hið alþjóðlega „salsa tungumál“. Það felst í því að leiðandi aðilinn í dansinum, yfirleitt karlmaður, gefur dansfélaga sínum, sem yfirleitt er kona, ákveðin merki um hvað gerist næst í dansinum. Þannig geta allir dansað við alla, innanlands sem utan. Salsalceland hefur staðið fyrir fjölmörgum utanlandsferðum þar sem nánast er dansað frá morgni og fram á rauða nótt. Í salsadansi eru kennararnir ekki endilega lærðir dansarar sem hafa alist upp innan hefða samkvæmisdansins, heldur eru þeir með fjölbreyttan bakgrunn og hafa tileinkað sér ólíka stíla frá ýmsum gestakennurum í gegnum tíðina.

Kúbverskir götudansar

Auk sjálfra dansnámskeiðanna er tilgangur Salsalceland líka að skapa og bjóða upp á opið salsasamfélag sem sé samboðið danssamfélögum sem þekkjast víða erlendis; þar sem hægt er að mæta á skemmtun með seiðandi suðuramerískri tónlist og dansa við hvern sem er, því allir kunna sporin. Edda segir að á slíkum stöðum séu aðeins stundaðir

„social“ dansar, það er að segja aðeins er dansað sér til gamans og á það lítið skylt við það sem fólk sér af keppnum í suðuramerískum samkvæmisdönsunum. Salsadansar eru svokallaðir götudansar sem eru sérstaklega algengir á götum úti á Kúbu. Þar eru þeir dansaðir hvort sem er á dansgólfi á skemmtistað eða í skirnarveislu. Hjá Salsalceland er því gleðin og ánægjan af hverri dansstund í fyrirrúmi.

Menningarnótt 2019 – Dans á Ingólfstorgi.

Salsafjölskyldan

Á hverju miðvikudagskvöldi, allt árið, er hægt að mæta á salsakvöld og fá frían prufutíma í salsadansi. Edda hvetur alla sem áhuga hafa, til að kíkja við og prófa, því vel sé tekið á móti öllum nýliðum. Það duga heldur engar afsakanir því fólk þarf ekki að koma sem þar enda er algengast að það séu einstaklingar sem koma. Í salsafjölskyldunni er það síður en svo vandamál því hefðin er sú að allir dansa við alla. Gestir Salsalceland vilja oft brjótast úr viðjum vanans



og gera eitthvað nýtt – kynnast nýju fólki og prófa nýja tegund af félagslífi, enda er hópurinn lífsglaður, stéttlaus og kynslóðabilíð brúað. Salsahjónabönd og -fjölskyldur hafa orðið til, og margir sem staddir hafa verið á krossgötum í lífinu hafa fundið nýjan, dýrmætan vinahóp.

Engar afsakanir lengur

Hægt er að fá Salsalceland til að sýna á skemmtunum, taka á móti gæsa- og steggjahópum og í hreinlega flest það sem er salsatengt. Gjafabréf á dansnámskeið hafa verið óhemju vinsæl sem jólagjafir enda ekki slæmt að geta gefið hreyfingu, gleði og aðgöngumiða inn í nýjan fjölmenningsheim um leið og þú losar þig við gömlu íslensku feimnina.

Fylgstu með á Facebook: Salsa Iceland og á salsalceland.org ef þú vilt fá meira salsa í líf þitt. Það er ekki eftir neinu að biða.

HAUSTFRÍ FJÖLSKYLDUNNAR Á SUÐURLANDI

Haustrfrí fjölskyldunnar... við mælum með Suðurlandi!

Hefur fjölskyldan skellt sér saman í hellaferð eða á kajak? Suðurland býður upp á spennandi upplifun og ævintýralega skemmtun fyrir alla fjölskylduna í haustfríinu. Úr mörgu er að velja í afþreyingu hvort sem það er gönguferð um skóga eða svartar fjörur, hestaferð með heimafólki, fræðsla í gróðurhúsi, jöklaferðir eða heimsókn í sundlaugar á svæðinu. Söfnin eru fjölmörg og víða áhugaverðar sýningar í boði fyrir alla fjölskylduna. Suðurland er einstakur áfangastaður og hefur í raun og veru allt sem Ísland hefur upp á að bjóða, svo sem fossa, fjöll, jökla, eyðisanda, jarðhitann og hraunið. Á Suðurlandi er gott aðgengi, stutt í náttúruperlur og ótrúlega margt í boði á litlu svæði, allt frá hálendi niður að sjó.

Suðurland er sannarlega ekki síður fyrir Íslendinga en erlenda ferðamenn. Með því að ferðast um heimabyggð styrkjum við þjónustu og afþreyingu sem er í boði á okkar svæði og stuðlum að því að sú þjónusta verði áfram í boði bæði fyrir heimamenn og gesti. Jákvæð áhrif ferðaþjónustunnar birtast m.a. á Suðurlandi með því að núna er hægt að fara á fjölda framúrskarandi veitinga- og kaffihúsa, upplifa fjölbreytta afþreyingu og auðvelt er að finna gistingu fyrir alla fjölskylduna s.s. íbúðir, gistihús, bændagistingu, hótél o.fl.. Með tilkomu ferðamanna til landsins er orðin möguleiki

fyrir fyrirtæki að reka þessa þjónustu allt árið um kring. Heimamenn njóta síðan góðs af og er kjörið tækifæri að nýta sér þjónustuna í haust- og vetrarfríum og njóta upplifunar í heimabyggð.

Til þess að tryggja að upplifun af ferðinni sé sem allra best er gott að skipuleggja ferðalagið vel þegar ferðast er að hausti til eða vetri hvort sem hugað er að gistingu, veitingum eða afþreyingu. Ferðaþjónustuaðilar verða með ýmis tilboð með sérstakri áherslu á fjölskylduna í haustfríinu, dagana 17-29. október og 13.-18. nóvember. Nánari upplýsingar um tilboðin og hugmyndir að því sem fjölskyldan getur gert og notið saman á Suðurlandi er á heimasíðu Markaðsstofu Suðurlands, south.is

Allar nánari upplýsingar má finna á viðburðadagatali [south.is](https://www.south.is/is/hvad-a-ad-gera/vidburdir), www.south.is/is/hvad-a-ad-gera/vidburdir





■ Hafid blaa ■ S 483 1000 ■ Óseyrartangi við ósa Ölfusá ■ 360 gráðu útsýni yfir sjóinn ■ Ölfusá og eldfjöllin í kring ■ Einstök upplifun



■ Rauða húsið ■ S 483 3330 ■ Búðarstígur 4 ■ Eyrarbakka ■ Góður matur ■ frábær staðsetning ■ kíktu á Eyrarbakka og eigðu góða kvöldstund



■ Cafe Sól
■ S 486 1898
■ Selvogsbraut 41
■ Þorlákshöfn
■ Facebook: cafesol.thorlakshofn

Notalegt kaffihús/bakarí með góðar vörur á sanngjörnu verði



■ Sólhestar ■ S 892-3066 ■ Farið frá Sturlugötu í Reykjavík (við Hólmsheiði) eða Borgargerði Ölfusi ■ Úrval reiðtúra fyrir mismunandi reynslustig ■ Frábær afþreying fyrir alla fjölskylduna



GULLKISTAN:

Þjóðbúningasilfur og fleiri skartgripir í jólagjöf

Þjóðbúningasilfur samanstendur af því sem fer á búningana. Það eru aðallega millur, borðar og belti, beltispör og slíkt," segir Dóra Jónsdóttir, gullsmíður hjá Gullkistan, en hún hannar meðal annars þá dýrgripir sem prýða íslensku þjóðbúningana. Margt af þessu skarti er með flóknu mynstri og vaknar sú spurning hvort þetta sé ekki mjög vandasöm hönnun.

„Þetta er misjafnlega vandasamt, það eru svo mörg mismunandi mynstur en sum eru steyp; það er búið að gera steypuna einfaldari, áður fyrr var sandsteyp og vinnan við það mun seinlegri, en hún er orðin auðveldari með þessari nýju steyputækni sem komið hefur fram á seinni tímum," segir Dóra og heldur áfram: „Í viravirkinu er allt myndur handgert. Sumar millurnar minna á fiðrildi og hafa því verið kallaðar fiðrildamillur," bætir Dóra við, en miklu meiri fróðleik má lesa um þetta forna skart á vefsíðunni thjodbuningasilfur.is.

Þjóðbúningasilfur í jólapakkann

Að sögn Dóru er þjóðbúningasilfur alltaf vinsæl fermingar- og útskriftargjöf fyrir stúlkur sem hafa áhuga á þjóðbúningum. Einnig er stórsniðugt að gefa silfrið í jólagjöf því sumar stúlkur eru svo fermdar í íslenska þjóðbúningnum.

Varðveita þekkinguna

Aðspurð hvort gamla handverkið sé nokkuð að glatast segir Dóra að það sé síður en svo hættu á því. „Gömlu hefðunum hefur alltaf verið haldið vel við hér á landi. Við höfum haft þónokkra lærlinga hjá okkur sem varðveita þekkinguna og þannig mun handverkið varðveitast áfram um ókomna tíð." Ásamt því að vera einn helsti fulltrúi þjóðbúningasilfursins á Íslandi þá sinnir Gullkistan að sjálfsgöðu almennri þjónustu við gullsmíði svo sem hreinsun og lagfæringu og framleiðir ýmsa fallega gripir út frá eigin hönnun, enda leikur málmurinn í fagmannlegum höndum Dóru.

Dóra hannar þá margs konar aðra fallega skartgripir í ýmsum verðflokkum en hún býr yfir gífurlegri reynslu í faginu. Hún hóf að nema gullsmíði árið 1949, þá 18 ára gömul, og hefur ávallt síðan starfað í faginu, eða í 70 ár. Gullkistan er til húsa að Frakkastíg 10 og hefur verið þar síðan árið 1976.

Gullkistan á marga gamalgróna viðskiptavini, en að sögn Dóru eru margir viðskiptavinir hennar Íslendingar búsettir í Noregi. „Það er miklu meiri hefð fyrir notkun þjóðbúninga í Noregi og Íslendingar sem flytjast þangað kynnast þeirri hefð," segir Dóra. Þar sem Gullkistan er miðsvæðis koma margir



erlendir ferðamenn í verslunina. Að sögn Dóru kaupa þeir sjaldan þjóðbúningasilfur heldur fremur smærri og ódýrari skartgripir. Hins vegar eru útlendingarnir forvitnir um þjóðbúningasilfrið og vilja fræðast um það.

Stórglæsileg sýning í Hörpu

Þess má geta að Félag íslenskra gullsmíða fagnar 95 ára afmæli á þessu ári og opnar í tilefni þess sýningu næstkomandi laugardag í Hörpu sem mun standa yfir tvær



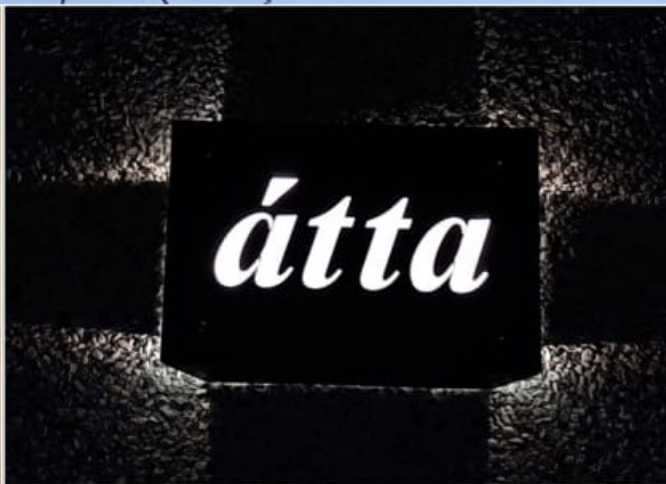
helgar. Á sýningunni verður íslenskt skart frá ýmsum tímum og áhersla er lögð á að sýna hve fjölbreytt handverkið hefur verið hér frá örófi alda. Dóra verður þar með fallega sýningargripir og er öllu áhugasafólki um gullsmíði velkomið að kíkja við.

Sem fyrr segir er meiri fróðleik að finna á vefsíðunni thjodbuningasilfur.is en áhugasamir eru hvattir til að kíkja í Gullkistan, Frakkastíg 10, og hver veit nema þar leynist hin fullkomna jólagjöf.

Led húsnúmer

Falleg húsnúmer í öllum stærðum og gerðum

• Sérsmíðum númer á öll hús og fjölbýli



LED HÚSNÚMER:

Jólagjöf í vetrarmyrkrinu!

Hefur þú einhverntíma keyrt tvisvar sinnum framhjá húsi sem þú varst að leita að af því að það var svo illa merkt, jafnvel alveg ómerkt? Það er enginn vafi á að hús eru mun verr merkt í dag en þau voru hér áður fyrr.

Hagur allra að húsið sé vel merkt
Það er líkt og einhver tíska hafi komist

í landann að eyða ekki tíma eða fjármunum í merkingar, tíska sem hefur ekki náð að vinna nægilega vel gegn. Því það geta flestir verið sammála um að vel merkt hús eru grundvöllur þess að það sé auðvelt að rata. Ekki síst þegar kemur að því að panta leigubíl eða biðja um sjúkrabil. Það segir sig sjálft að það er í hag sérhvers manns að húsið hans sé vel merkt.

Sérsmíðuð LED-húsnúmer

LED-húsnúmer er fyrirtaks lausn á þessu vandamáli. „Skiltin eru upplýst þannig að húsnúmerið sést úr töluvert meiri fjarlægð en á hefðbundnum skiltum. Svo skemmir alls ekki fyrir hvað skiltin eru flott. Ég sérsmíða LED-ljósaskilti út frá óskum viðskiptavinarins. Ég geri bæði lítil skilti og stór skilti sem

henta t.d. íbúðarhúsum og blokkum. Einnig er hægt að hafa nafnið á götunni með og húsnúmerið í tölum eða stafsett,“ segir Böðvar Sigurðsson.

Nánari upplýsingar má nálgast á Facebook-síðunni LED Húsnúmer
Sími: 775-6080
Netpóstur: ledhusnumer1@gmail.com



JÓLAHLAÐBORÐ STRACTA HÓTELS:

Veisla í sunnlenskri náttúrufegurð

Í hjarta Suðurlands á Hellu er Stracta Hótel í námunda við einar fegurstu náttúruperlur sem Ísland hefur upp á að bjóða. Út frá hótelinu er tilvalið að skella sér í dagsferðir. Allt hótelið er á einni hæð, að undanskilinni þjónustubyggingu sem er á tveimur hæðum. Þar er að finna stórkostlegt útsýni yfir Suðurland.

Heitir pottar og norðurljós

Í garði í miðju hótelsins eru heitir pottar og gufubað sem stendur öllum gestum til boða. Lýsingu við hótelið er þannig háttað að hún lýsir öll niður svo að hún truflar ekki norðurljósaskoðun gesta sem geta notið þeirra í garði hótelsins og í heitu pottunum.

Jólatilboð

Nú býður Stracta Hótel upp sérstakt jólatilboð. Tilboðið inniheldur gistingu í tveggja manna herbergi með morgunverði ásamt jólahlaðborði og kostar þetta einungis 16.720 kr. á mann.

Jólahlaðborðin eru þessa daga: 23. nóvember og 30. nóvember, 7. desember og 14. desember – sem

eru allt laugardagar. Þá verður lifandi tónlist undir borðhaldi.

Girnilegur matseðill

Í aðalrétt er meðal annars kryddhjúpað og grillað lambalæri, ofnbakaður lax í sítrónu og jurtabeði, grænmetisréttur í reyktu tómatauaki og jurtum, purusteik elduð að dönskum hætti og margt fleira. Mikið úrval er af köldum réttum.

Af meðlæti má nefna Waldorf Salat/Epla Salat með vínberjum og ananas, rauðkál, sykurbúnaðar kartöflur og kartöflur í uppstúf, sveppa- og rauðvínssósu.

Eftirréttirnir eru svo rúsínar í pylsuendanum og verður í boði meðal annars Ris à la mande með kirsuberjasósu, ferskir ávextir og dýrindis súkkulaðitrufflur.

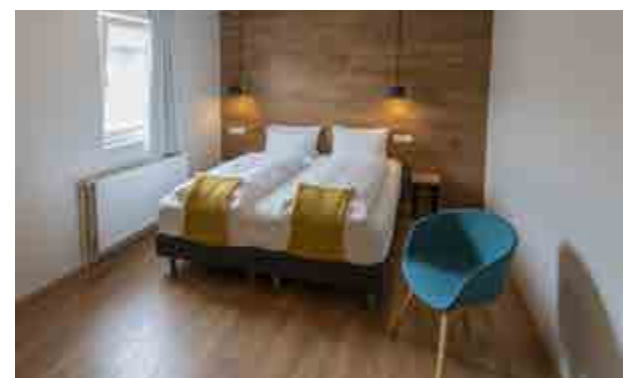
Sjá nánar matseðil

hér á vefsíðunni stractahotels.is

Stracta Hótel, Rangárflatir 4, 850 Hella.

Upplýsingar og bókanir eru í gegnum netfangið info@stracta.is eða í síma 531-8010.

Facebook: Stracta Hotels



Bríet hélt að hún væri álfkona „Ég læri mest af mistökum annarra“

■ Textarnir spretta frá skritnum tilfinningum ■ Vill að fleiri stelpur stígi fram

Iris Hauksdóttir
iris@dv.is



Söngkonan Bríet hefur á skömmum tíma getið sér gott orð innan tónlistargeirans bæði hér heima sem og erlendis. Hún segir söngferilinn hafi byrjað með þeirri ákvörðun að segja já frekar en nei. „Ég hef aldrei verið feimin við að prófa nýja hluti, en ég hef líka alltaf verið mjög ákveðin í því sem ég ætla mér. Ég hef enga sérstaka tónlistarmenntun og lærði aldrei söng hjá neinum sérstökum söngkennara, en ég hef lært mikið á því að spila djass á veitingastöðum. Þar er enginn í raun að pæla í manni og þannig fær maður frelsi til að leika sér og dvelja í sínum eigin heimi. Í seinni tíð hef ég svo lært mikið af minni eigin sviðsframkomu og þá sérstaklega þeim mistökum sem ég hef gert á leiðinni.“

Alltaf að leita að nýjum drullupólli

Þrátt fyrir að lýsa sér sem afar söngelsku barni segist Bríet aldrei hafa kæft fjölskyldu sína með tónleikahaldi í stofunni eins og tíðkast gjarnan hjá tónelskum börnum. „Ég var aldrei týpan sem stóð uppi á matarborði og bað fjölskylduna um að þegja meðan ég stæði fyrir söngatriðum. Ég var miklu meira í því að hlusta á pabba minn spila á gítar og æfa mig með honum. Svo læddist ég inn á þaðherbergi til þess að taka sjálfa mig upp syngja Wonderwall. Ég átti alveg frábæra æsku, enda var ég mjög lífsglöð stelpa, alltaf að leita að nýjum drullupólli til að hoppa í. Ég ólst upp í Grafarvogi og hélt meðal annars um tíma að ég væri álfadrottning. Við erum fimm systkinin og ég er í dag mikil fjölskyldukona. Ég held að það að mamma mín hafi leitt mig í það að stunda „svett“ sem barn hafi mótað mig mjög og sé í raun skýringin á því hver ég er í dag. Ég hef aldrei viljað falla inn í hópinn, en frá fjórtán ára aldri hef ég verið dugleg að fara á milli flóamarkaða og finna mér notuð föt. Nú þegar ég er orðin tvítug heyrir ég mömmu enn spyrja í forundran hvort ég ætli virkilega að klæðast þessum fötum eða benda mér góðfúslega á að sumt af því sem ég fer í sé kannski aðeins of lúðalegt. Mér finnst ótrúlega gaman að nýta stöðu mína sem sviðslistakona með áberandi fötum og fá að vinna með og vekja athygli á upprennandi fatahönnuðum.“

Að gera áhorfendur að addáendum

Bríet var valin Bjartasta vonin á Íslensku tónlistarverðlaununum sem og Söngkona ársins. Hún segir tilfinninguna að stíga á svið í fyrsta sinn hafa verið spennuþrungna en hún fái sjaldnast

Maður er alltaf að læra af tónlistarfólkinu í kring og tileinka sér það sem heillar mann

sviðsskrekki. „Ég man sérstaklega eftir tilfinningunni hvað ljósinn voru sterk þegar ég steig í fyrsta skipti á svið. Ég hugsaði bara af hverju eru ljóskastarnir svona sterkir, ég sé ekki neitt. Ofar öllu var ég þó bara yfirdrifið spennt að fá að spila fyrir fullum sal af fólki. Ég myndi ekki segja að ég finni fyrir kvíða áður en ég stíg á svið en auðvitað set ég pressu á mig um að gera eins vel og ég get í hvert skipti og stundum finn ég kannski aðeins of mikið fyrir þessari pressu. Ég finn samt mikinn mun á að spila hér heima og erlendis, því úti kann fólk síður lögin og er jafnvel að heyrja þau í fyrsta skipti. Þá skiptir öllu að fanga athygli áhorfendanna og gera þá vonandi að nýjum addáendum. Mín reynsla hefur í flestum tilfellum verið góð og alltaf mikið fjör, fólk duglegt að dilla sér og hlusta á tilfinningaþrungnu sögurnar á bak við ástarlöggin mín. Þó hafa öll gigg sína kosti og galla, mitt versta gigg var sennilega í Svíþjóð þegar ég kom fram á lestarstöð. Þetta var á níttján ára afmælisdaginn minn og ég var fátæk. Ég er ansi hrædd um að ég hafi ekki safnað mörgum addáendum í það skipti, svona ef ég dæmi út frá undirtektum hópsins. Það var hins vegar ótrúlegt egóbúst að vinna þessa titla og um leið ákveðin staðfesting á að harkan og vinnan hafi borgað sig. Það sem ég kunni mest að meta við verðlaunin var sú staðreynd að þau voru ekki ákvörðuð af einhverri fámennri dómnefnd heldur var það lýðurinn sem átti valið. Það var góð tilfinning.“

Erfitt samstarf við Frikka Dór?

Textana semur Bríet bæði á íslensku og ensku enda vill hún höfða til sem flestra. „Ég reyni að hafa jafnt hlutfall laga en hugmyndir að textunum geta komið við ótrúlegustu aðstæður. Oft spretta þær frá skritinni tilfinningu, atviki eða einfaldlega einhverju sem ég vil koma frá mér. Öll lög sem ég í samvinnu við besta vin minn, Pálma Ragnar. Ferlið er síðan aldrei eins og það er alltaf ráðgáta hvernig blómið muni blómstra. Stundum taka lög meira á en önnur meðan önnur koma eins og þeim hafi verið snýtt úr nös.“

Þegar ég var að semja Feimin(n) kom aldrei neitt annað

til greina en að fá Aron Can til liðs við mig. Ferlið gekk eins og í sögu enda er Aron náttúrulega bara æði og algjör Já-manneskja. Þegar orkan er þannig í stúdíóinu rúllar boltinn nánast sjálfkrafa. Það var hins vegar mjög erfitt að vinna með Frikka Dór,“ segir Bríet og skellir upp úr. „Nei, að öllu gríni slepptu var alltaf stutt í brosið þegar við tókum upp lagið Hata að hafa þig ekki hér. Reyndar vissi ég ekki að við værum að taka upp lagið, ég hélt við værum að fara á æfingu fyrir tónleikana hans. Í bílnum á leiðinni spurði Frikki mig svo í hálfkæringi hvort ég væri ekki tilbúin fyrir upptökuna og hvernig lagið væri að leggjast í mig. Það gekk auðvitað glimrandi vel og við vel sáttt við útkomuna. Það er aldrei eins að vinna með tónlistarfólki því allir hafa sínar aðferðir. Stundum er maður ekki á sömu bylgjulengd og þá nær það



ekki lengra en mér finnst vera mikil gróska í tónlistarsenunni og mikil fjölbreytni í gangi sem gaman er að fylgjast með og fá að vera partur af. Það hefur átt sér stað mikil lýðræðisvæðing hjá íslensku tónlistarsenunni sem hefur opnað leikvöllinn fyrir hvern

sem er að senda frá sér efni og spreyta sig. Ég væri samt til í að sjá fleiri stelpur stíga fram. Maður er alltaf að læra af tónlistarfólkinu í kring og tileinka sér það sem heillar mann. Það sem ég læri mest af er reynsla og mistök annarra.“ ■

HAGBLIKK

Brotna ekki

Ryðga ekki

Álpakrennur & niðurföll

Litir á lager:

Svart, hvítt, ólitað, rautt, silvurgrátt og dökkgrátt

Smiðjuvegur 4C - 202 Kópavogur - S 587 2202

Hin fullkominna

■ Borgaralaun prófuð í Kaliforníu ■ Peningurinn fer ekki í vitleysu ■ Gæti komið

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is



Borgin Stockton í Kaliforníu hefur verið að fikra sig áfram með hugmyndina um borgaralaun síðan í febrúar á þessu ári. 125 íbúar sem þéna undir meðallaunum í borginni hafa fengið fimm hundruð dollara á mánuði, rúmlega sextíu þúsund krónur, til að eyða í það sem þeir vilja. Eins og áður segir tilheyrir þetta fólk tekjulægsta hópnum í Stockton, en meðallaun í borginni eru 46 þúsund dollarar á ári, rétt tæplega sex milljónir króna.

Þetta verkefni hefur verið kallað Stockton Economic Empowerment Demonstration, eða SEED, en gengur í stórum dráttum út á hugmyndina um borgaralaun, þá hugmynd að óbreyttir borgarar fái mánaðarlegar greiðslur án kvaða frá hinu opinbera. Tilgangurinn er að létta fjárhagsáhyggjur borgara og bæta líkamlega og andlega heilsu.

Mest fer í mat

Áætlað er að verkefnið verði prófað í átján mánuði og nú, átta mánuðum eftir að það hófst, eru fyrstu vísendingar um afraksturinn komnar í ljós. Þessir fimm hundruð dollarar eru millifærðir inn á debetkort einstaklinganna og því getur hið opinbera fylgst að miklu leyti með í hvað peningurinn fer. Af þessum 125 manneskjum sem fá borgaralaun eru 43 prósent útivistandi og 20 prósent öryrkjar og ekki í vinnu. Aðeins 2 prósent eru atvinnulaus en 11 prósent hafa börn eða aldraða ættingja á framfæri.

Samkvæmt niðurstöðum opinbers eftirlits fer stór partur af borgaralaununum, eða 40 prósent, í mat. Tæplega 12 prósent af laununum fara í reikninga og 9 prósent í útgjöld tengd rekstri bifreiðar. Um 24 prósentum er eytt í alls kyns varning í stórmörkuðum. Rest fer í skemmtun, lækneisheimsóknir og tryggingar. Það sem skemmst niðurstöðurnar eitt-hvað er að 40 prósent af laununum voru tekin út í hraðbanka eða færð á annan reikning. Því treysta eftirlitsmenn á skýrslur þeirra borgara sem taka þátt til að átta sig fyllilega á því í hvað peningurinn fer.

Borgin varð gjaldþrota

Það má segja að Stockton sé fullkomin tilraunaborg fyrir verkefni eins og borgaralaun, því miður. Um þrjú hundruð þúsund manns búa í borginni, sem er í nokkurra klukkustunda akstursfjarlægð frá glamúrnum og auðnum í Silífkondalnum. Samfélagið í Stockton samanstendur af ýmsum kynþáttum og er talið að rúmlega 22 prósent íbúa lifi undir fátæktarmörkum, helmingi fleiri

MYND: WIKIMEDIA COMMONS



Ýmislegt gengið á í Stockton búa um þrjú hundruð þúsund manns.

en meðaltalið yfir öll Bandaríkin, þar sem talið er að rúmlega 11 prósent lifi undir fátæktarmörkum að meðaltali. Þá eru meðallaun rúmlega milljón lægri í Stockton en meðallaun í Bandaríkjunum.

Stockton fór afar illa út úr efnahagshruninu og meðfylgjandi hruni á húsnæðismarkaðnum. Voru borgaryfirvöld sökud um óráðsiu í fjármálum og árið 2012 varð Stockton stærsta borgin í Bandaríkjunum til að verða gjaldþrota. Borgin hefur náð sér að einhverju leyti upp úr efnahagslæðinni en stendur samt sem áður afar illa.

Baráttan við fordóma

Niðurstöður þessa tilraunaverkefnis með borgaralaun sýna að fordómar fólks gagnvart borgaralaunum eru ekki á rökum reistir. Margir hafa haldið því fram að tekjulágir einstaklingar sem fá borgaralaun eyði þeim að mestu leyti í vímuefni. Það er ekki raunin í Stockton. Michael Tubbs, borgarstjóri Stockton, segir í samtali við Huffington Post að verkefnið sé mikilvægt í baráttunni gegn þessum fordómum.

„Við glímum við þann vanda í þessu landi að fólk sem berst í bökkum fjárhagslega, sem og litað fólk, er tengt við lesti eins og fíkniefna- og áfengisnotkun og

spilafíkn. Mér fannst mikilvægt að sýna að fólk notar ekki peningana í það. Það notar peningana í brýnustu nauðsynjar,“ segir Tubbs í samtali við Huffington Post.

Lorraine Paradela, ein af þeim sem fá borgaralaunin í Stockton, segir í samtali við CityLab að peningarnir hafi hjálpað henni að safna fyrir útborgun í nýjan bíl og afborganir á tryggingum. Hún segir hins vegar enn ríkja mikla fordóma í garð fólks sem treystir á fjárhagsaðstoð frá hinu opinbera.

„Fólk heldur að þeir sem fá þessa peninga vinni ekki. Að þeir noti þá í dóp og áfengi, í að kaupa falleg föt og svoleiðis. En ég nota þessa peninga í fjölskyldu mína,“ segir hún. Stacia Martin-West, aðstoðarprófessor í Háskólanum í

Tennessee og einn af eftirlitsaðilunum í verkefninu um borgaralaun, segir þetta þrautseiga mýtu.

„Stóra ranghugmyndin er sú að fólk sem er í fjárhagskröggum taki slæmar ákvarðanir er varða fjár-

haginn. En ég held að ef við horfum á þessi gögn þá sjáum við fólk sem berst í bökkum en forgangsraðar og tekur skynsamur ákvarðanir um hvar peningunum er best varið,“ segir Martin-West í samtali við Huffington Post.

Aldagömul hugmynd

Þó að hugmyndin um borgaralaun sé ekki ný af nálinni ríkir mikil eftirvænting um verkefnið í Stockton og lokaniðurstöðurnar að loknum þessum átján mánuðum. Ef niðurstöðurnar eru jákvæðar gæti þetta gefið hugmyndinni um borgaralaun byr undir báða vængi, en borgaralaun eru eitt stærsta kosningamál demókratans Andrews Yang, sem gælir við forsetaframbod, og lofar hann hverjum einasta Bandaríkjamanni þúsund dollurum, rúmlega 120 þúsund



Vongóður borgarstjóri Michael Tubbs bindur mikla vonir við borgaralaun.

Tilraunaborg

Það borginni úr efnahagslægð



Pungur róður Stockton varð stærsta borg Bandaríkjanna til að verða gjaldþrota eftir efnahagshruninu.

Fólk heldur að þeir sem fáí þessa peninga vinni ekki. Að þeir noti þá í dóp og áfengi, í að kaupa falleg föt og svoleiðis. En ég nota þessa peninga í fjölskyldu mína.

MYND: GETTY IMAGES

ójöfnuð í samfélaginu. Þetta er framkvæmt með því að greiða hverjum og einum borgara fjárhæð frá ríkinu óháð atvinnu eða öðrum tekjum," segir í tillögunni.

Í umræðunni um borgaralaun á Íslandi var oft horft til Finna, en tveggja ára borgaralaunaverkefni þar í landi hófst í janúar árið 2017. Í apríl í fyrra var staðfest að tilraunin myndi ekki vara lengur en þessi tvö ár og fyrr á þessu ári voru bráðabirgðaniðurstöður úr verkefninu birtar af finnsku tryggingastofnuninni Kela. Þær sýndu svart á hvítu að verkefnið hefði mistekist. Í Finnlandi var gengið út frá því að tekjuöryggið sem borgaralaunin myndu skapa, leiddi til þess að einstaklingar myndu hjá sér hvata til að stofna til eigin reksturs eða verktöku. Alls fengu tvö þúsund atvinnulausir Finnar greiddar um 75 þúsund krónur á mánuði í eitt ár. Til að gera langa sögu stutta þá kom í ljós að þeir sem voru á borgaralaunum höfðu verið í vinnu í 49,6 daga að meðaltali, en þeir sem ekki voru á borgaralaunum voru í vinnu 49,3 daga að meðaltali. Atvinnuþátttakan var því 0,8 prósentum meiri hjá þeim sem voru á borgaralaunum, sem voru vonbrigði þeirra sem sáu um þetta tilraunaverkefni.



Borgaralaun til bjargar? Athyglisvert verður að sjá lokaniðurstöður tilraunarinnar.

inu lengra. Sagði hann að allir, hvort sem þeir væru ríkir eða fátækir, ættu að fá greiddan arð af sameiginlegum auðlindum hvers lands fyrir sig. Sagði hann borgaralaun vera náttúrulegan og meðfædda rétt allra íbúa heimsins. Heimspekingurinn og Nóbelsverðlaunahafinn Bertrand Russell gaf út bókina Proposed Roads to Freedom: Socialism, Anarchism and Syndicalism árið 1918. Í þeirri bók kom fram hugmynd að algildri grunnframfærslu sem er nánast eins og hugmyndin á bak við borgaralaun er skilgreind í dag. Umræðan um borgaralaun náði hámarki í Bandaríkjunum á sjöunda áratug síðustu aldar þegar tólf hundruð hagfræðingar skoruðu á Bandaríkjaforseta að skoða upp- og niðurbrot borgaralauna þar í landi.

Mistókst hjá Finnum

Í Evrópu hefur verið vaxandi umræða um borgaralaun frá aldamótum, þar á meðal á Íslandi. Píratar hafa hvað mest vakið máls á hugmyndinni og kemur meðal annars fram í þingsályktunartillögu Pírata Halldóru Mogensen að borgaralaun uppræti innbyggðan ójöfnuð. Í hugmyndum Pírata á að fjármagna borgaralaun með arði af auðlindum landsins.

„Skilyrðislaus grunnframfærsla er hugmynd að kerfi sem ætlað er að leysa almanna-tryggingakerfið af hólmi eða í það minnsta einfalda það verulega, gera það réttlátara og sömuleiðis uppræta ákveðinn innbyggðan

Ef lítið er hins vegar til þorpsins Otjivero í Namibíu er sagan önnur. Þar var gerð tveggja ára tilraun með borgaralaun sem hófst árið 2007. Í þorpinu var gríðarleg fátækt, atvinnuleysi og há glæpatíðni. Niðurstöður tilraunarinnar sýndu að tilkynntum glæpum til lögreglu fækkaði um tæp 37 prósent. Þá féll hlutfall vannæðra barna úr 42 prósentum í 10 prósent og brottfall úr skólum minnkaði um rúm fjórtíu prósent. Atvinnuleysi fór úr 60 prósentum í 45 prósent og atvinnuþátttaka jókst. Einnig var fjöldi nýrra fyrirtækja stofnaður á þessum tveimur árum, en það er einmitt eitt af því sem hugmyndafræðin á bak við borgaralaun snýst um – að auka nýsköpun.

Einhverjar efasemdir

Vonir eru bundnar við verkefnið í Stockton, ekki síst því það gæti minnkað kvíða fólks og almennt aukið lífsgæði þess. Tíminn verður að leiða í ljós hver raunveruleg áhrif borgaralauna hefur í borginni. Jesse Rothstein, prófessor við Berkley-háskóla, hefur sínar efasemdir.

„Ég held að SEED geti ekki svarað þeim spurningum sem við teljum mikilvægar varðandi borgaralaun," segir hann í samtali við Huffington Post. Bætur hann við að hann telji að tilraunin í Stockton geti ekki gefið rétta mynd um hvað borgaralaun kosti samfélagið, en leiðin hefur í gegnum tíðina verið talin dýrari en að halda úti velferðarkerfi. ■

krónum, á mánuði í borgaralaun. Tilraunin í Stockton er hins vegar mun minni en fyrri tilraunir með borgaralaun annars staðar í heiminum þar sem aðeins 125 manns taka þátt. Einnig eru borgaralaunin frekar lág og virka einna helst sem líflína frekar en

að þau dekki grunnþarfir þeirra sem taka þátt, líkt og hugmyndin á bak við borgaralaun felur í sér.

Talið er að sögu borgaralauna megi rekja aftur til ársins 1516 þegar enski heimspekingurinn og lögfræðingurinn Thomas More skrifaði bókina Útíópía. Þar lýsir

hann fullkomnu samfélagi sem er hannað þannig að fólk neyðist ekki til að brjóta af sér vegna fátæktar og ójöfnuðar. Heimspekingurinn og rithöfundurinn Thomas Paine lagði hugmyndir sínar um borgaralaun síðan fram árið 1797 og tók vangaveltur More skref-

MYND: GETTY IMAGES

SAKAMÁL



BANVÆN BA

■ Christine sýndi ung undarlega hegðun ■ Sá sér farborða með barnapössun ■

Christine Falling fæddist árið 1963 í Flórída í Bandaríkjunum. Foreldrar hennar, Ann og Thomas Slaughter, voru fátækir og mikill aldursmunur á þeim, því Ann var 16 ára og Thomas 65 ára. Ann var yngri dóttir Slaughter-hjónanna en sökum örbirgðar voru þær báðar gefnar til ættleiðingar og féllu í skaut Falling-fjölskyldunnar.

Christine var seinþroska, glímdi stöðugt við offitu, fékk tíð flogaveikiköst og var bráðlynd og árásargjörn. Að sögn náði Christine aldrei meiri þroska en tólf ára barn.

Systurnar voru sífellt upp á kant við Falling-hjónin og enduðu að lokum á barnaheimili í Orlando. Þá var Christine nú ára.

Kattadráp

Eftir á að hyggja má leiða að því líkur að hægt hefði verið að sjá hvað framtíð Christine bæri í skauti sér. Hún gerði sér það til dundurs að fleygja köttum úr banvænni hæð, til að „sannreyna að þeir ættu nú líf“. Einnig átti Christine til að kyrkja ketti, til að sýna þeim „ást“ sína.

Tólf ára að aldri yfirgaf Christine barnaheimilið og tveimur árum síðar giftist hún 24 ára gömlum manni.

Skammlíft hjónaband

Hjónabandið stóð alla tíð, í heilar sex vikur, á brauðfótum vegna ofbeldisfullra átaka hjónanna og í eitt skipti henti Christine í eiginmann sinn niðþungum hljómfutningstækjum. Þá skildi leiðir.

Í kjölfarið varð Christine tíður gestur á sjúkrahúsum vegna ýmissa illgreinanlegra veikinda, sem læknað gátu sjaldnast hent reiður á og „læknað“. Hvað sem þeim veikindum leið var ljóst að andlega gekk Christine ekki heil til skógar, en gat sér þó gott orð sem afbragðs barnapía.

Ótrúverðug útskýring

Því varð úr að Christine sá sér farborða með því að gæta barna fyrir nágranna sína og fleira fólk.

Árið 1980 dró til tíðinda. Þann 28. febrúar dó tveggja ára stúlka, Cassidy Johnson, á sjúkrahúsi. Cassidy hafði verið í umsjá

Í fangelsi Christine komst ótrúlega lengi upp með barnamord.



„Ég hafði þó minn eigin hátt á. Einfaldan og auðveldan. Enginn myndi heyra þau öskra.“

Christine og þremur dögum fyrr hafði hún verið flutt á sjúkrahús vegna gruns um alvarlega heila-

bólgu.

Krufning leiddi hins vegar í ljós að höfuðáverkar voru banamein

Cassidy. Christine sagði að stúlk-an hefði fallið úr vöggunni og lent á höfðinu. Útskýring Christine þótti

ekki trúverðug, en ekki var hægt að færa sönnur á saknæmt athæfi og ekkert aðhafst frekar.



JAWAZ

ARNAGÆSLA

Komst ótrúlega lengi upp með ódæði sín

Með kött í kjöltu
Christine drap ketti með ýmsum hætti í bernsku.



Handtekin Christine Falling náði að sögn aldrei fullum þroska.



Frændum banað

Skömmu síðar flutti Christine til Lakeland í Flórída og hóf þar störf sem barnapía. Fjögurra ára drengur, Jeffrey Davis, var á meðal þeirra barna sem Christine gætti og um tveimur mánuðum eftir að Christine flutti til Lakeland dó Jeffrey í umsjá hennar; hætti að anda.

Krufning leiddi í ljós eitthvert hjartamein sem þó sjaldan leiðir til dauða, en dauði drengsins var ekki rannsakaður frekar.

Á meðan fjölskylda Jeffreys var viðstödd jarðarför hans var Christine fengin til að gæta tveggja ára frænda hans, Josephs Spring. Joseph dó í vöggum sinni síðdegis þann dag og skuldinni skellt á sýkingu af einhverju toga.

Gamalmenni deyr

Þegar þarna var komið við sögu fannst Christine tími til kominn að færa sig um set, sem hún og

gerði. Hún flutti til Perry í Flórída og gerðist ráðskona á heimili 77 ára gamals manns, Wilburs Swindle.

Á fyrsta degi Christine í þessu nýja starfi tók Wilbur upp á því að hníga niður örendur í eldhúsinu. Þar sem Wilbur hafði ekki verið neitt unglamb, og heilsuveill í ofanálag vakti skyndilegur dauði hans engar grunsemdir. Því gat Christine snúið sér að öðru og gerði það þegar hún var samferða stjúpustur sinni með átta mánaða frænku hennar til læknis vegna bólusetningar. Stjúpustir Christine skaut inn í verslun og Christine sá um stúlkuna á meðan. Enn eitt barn hætti að anda.

Síðasta morðið

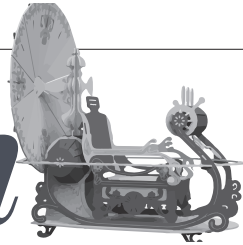
Það var ekki fyrr en ári síðar að lánið sneri baki við Christinu. Þá var tíu vikna drengur, Travis Coleman, í gæslu hjá Christine og hætti hann skyndilega að anda.

Krufning leiddi í ljós að Travis hafði verið kæfður og var Christine tekin hið snarasta til yfirheyrslu. Undanbragðalaust játaði Christine að hafa myrt þrjú börn með því að kæfa þau. Það hafði hún gert með því að halda teppi fyrir vitum þeirra því hún hafði heyrt sönglandi rödd sem endurtók í sífellu: „Dreptu barnið.“

Notaði eigin aðferð

Hún sagðist hafa séð börn kæfð í sjónvarpsþáttum. „Ég hafði þó minn eigin hátt á. Einfaldan og auðveldan. Enginn myndi heyra þau öskra,“ sagði Christine.

Aldrei hefur fengist viðunandi útskýring á ástæðum ódæða hennar og þrátt fyrir að ljóst væri að hún glímdi við geðveilu var hún úrskurðuð sakhæf. Christine Falling fékk lífstíðardóm 3. desember árið 1983. ■



Hörmungarnar í Vestmannaeyjum

■ Lífið breyttist á svipstundu ■ Á fimmta þúsund yfirgáfu heimili sín á örfáum klukkustundum ■ Sumir sneru aldrei aftur til baka

Erla Dóra
erladora@dv.is



Sú fjölskylda, sem kallast íslensk þjóð, varð áþreifanleg og sönn þessa nótt.“
- Guðjón Ármann Eyjólfsson, Eyjamaður.

Rétt fyrir tvö um nóttina, þann 23. janúar 1973, hófst eldgos í Heimaey. Gosið var einstakt hér á landi þar sem það var það fyrsta sem hófst í byggð hér á landi. Gosið kom Eyjamönnum í opna skjöldu, en engu að síður gekk hratt og vel að koma svefn-druknum og skelkuðum Eyjamönnum í öruggt skjól. Eldgosið var eðlilega mikið áfall fyrir Eyjamenn, margir misstu heimili sín og urðu fyrir stórfelldu eignatjóni. Enn þann dag í dag má segja að Vestmannaeyjar hafi ekki náð sér á strik og ljóst að margir Eyjamenn sneru ekki til baka eftir að gosinu lauk. En saga Heimaeyjargossins er líka saga af hugrekki, æðruleysi, samstöðu og seiglu.

Stóískró

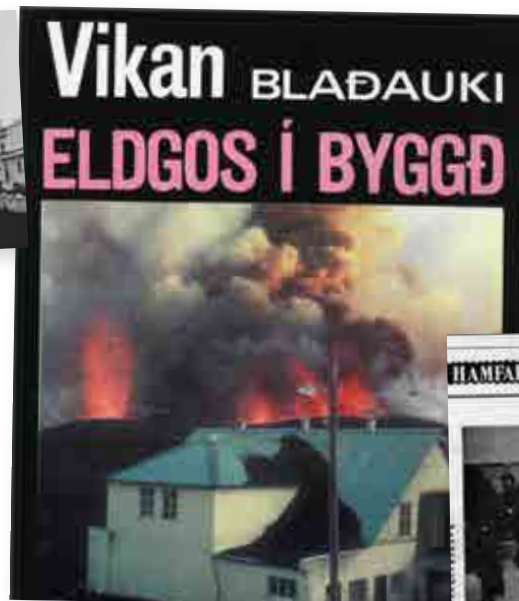
Það var rétt fyrir tvö um nóttina sem Eyjamenn urðu fyrst varir við eldgos. Flestir höfðu lagst til svefns þegar fyrstu tilkynningar bárust til yfirvalda. Fyrst töldu menn að um eldsvoða væri að ræða í einhverju húsinu, sinu-



bruna, eða jafnvel að eldgos væri hafið í Heklu. Engum datt strax í hug að það væri Helgafell sem stæði þarna ljósum logum.

Fljótlega gerðu menn sér þó grein fyrir hvers kyns var. Margar sögur hafa í seinni tíð verið sagðar af viðbrögðum Eyjamanna þessa örlagaríku nótt. Fólk dreif sig út úr húsum, gekk milli húsa til að vekja nágranna og safnaðist saman á bryggjunni þar sem fólk var ferjað með öllum tiltækum skipum yfir á meginlandið. Fólk var vissulega skelkað, en hélt ró sinni og aðeins örfáum klukkustundum síðar höfðu um 4.000 þúsund Vestmanneyingar flúið Heimaey án þess að hafa hugmynd um hvenær þeir gætu snúið aftur, eða hvort þeir hefðu eitthvað til að snúa aftur til.

„Fólk varð auðvitað skelkað þegar það frétti hvers kyns var, en engin skelfing greip um sig og því varð aldrei neitt öngþveiti,“ sagði Birgir Sigurjónsson, lög-reglumaður í Eyjum, í samtali við



fréttamenn morguninn eftir að gosið hófst.

Við vorum ekki ein

Hjónin Jessy Friðriksdóttir og Trausti Jakobsson lýstu atvikum fyrir blaðamönnum Morgunblaðsins, en blaðamaður náði tali af þeim þar sem þau höfðu fengið tímabundið athvarf í grunnskóla í Reykjavík. „Við vöknudum við jarðskjálftakipp og rétt á eftir hringdi tengdamamma og sagði að kviknað væri í öllum Austurbænum. Trausti fór þá út og sá fljótlega hvers kyns var. Við vorum

ekki aðeins hrædd um okkur, við vorum líka hrædd um að þegar hefði orðið einhver mannskaði. En yfirleitt reyndi fólk að halda rósemi og þegar niður á bryggju kom, var ekkert um óp og læti, þar gekk allt fyrir sig af stillingu,“ sagði Jessy. „Einhvern veginn datt okkur fljótlega í hug að opna útvarpið,“ bætti Trausti við. „Þaðan tóku fljótlega að berast tilkynningar frá Almannavörnum. Þær róðu mann mikið. Við vorum ekki ein, allir vildu hjálpa okkur og það var verið að gera allt, sem í

mannlegu valdi stóð til að koma okkur til hjálpar.“ Annar viðmælandi lýsti því að undarlegt hafi verið að sigla frá Heimaey og sjá landslagið breytast. „Nýjar hæðir og hólur höfðu hrannast upp; sýnin til eldanna var stórkostleg og ógleymanleg. En auðvitað höfðum við áhyggjur af því hvort við kæmumst heim. En þarna er allt okkar. Þarna er okkar líf. Ef við getum ekki farið heim höfum við verið slitin upp með rötum á mjög sársaukafullan og miskunnarlausan hátt.“



EIGUM MARGA
LITI Á LAGER

ÁLKLÆÐNINGAR & UNDIRKERFI

HANNAÐ FYRIR
ÍSLENSKT VEÐURFAR

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





Allir hjálpuðust að

Fréttir af eldgosinu voru fljótar að berast um allt land og þegar Eyjamenn fóru að skila sér til Þorlákshafnar þá biðu þeirra hjálpuðustar hendur sem tóku á móti þeim og þeim var ekið til Reykjavíkur. Jón Guðmundsson, yfirlöggregluþjónn á Selfossi á þeim tíma, sagði í samtali við fjölmiðla að „Vestmannaeyingarnir sýndu aðdáunarvert rólyndi og ekki sköpuðust nein vandræði þegar komið var að bryggjunni. Þar voru líka margir til að taka á móti þeim, allir hjálpuðust að og lögðust á eitt svo þetta gæti gengið sem hraðast fyrir sig.“ Þegar til Reykjavíkur kom þá fengu Eyjamenn sem ekki fengu inn hjá venslafólki, athvarf í skólum og hótélum.

Almannavarnir voru ræstar út um nóttina og sáu um að koma skipulagi á fólksflutninga. Þetta var stærsta verkefni sem stofnunin hafði tekist á við og fékk hún í kjölfarið mikið hól fyrir hvernig tókst til. Strax um nóttina voru ræstir út skipstjórar, skólastjórar, hópferðabílstjórar og margir fleiri til að undirbúa móttöku flóttafólksins frá Eyjum. Samstaða Íslendinga var mikil. Margir buðu fram aðstoð sína og einnig barst mikill stuðningur frá fyrirtækjum og verslunum.

Nágrannar til aðstoðar

Eldgosið var fljótt að spyrjast út fyrir landsteinana og vakti mikla athygli og samkennd meðal nágrannaþjóða sem lýstu yfir vilja

sínum til að veita aðstoð. Erlendir fréttamenn flyktust út í Heimaey til að flytja fréttir af hörmungunum og allra augu voru á Vestmannaeyjum.

Norðmenn buðu til dæmis um þúsund Eyjamönnum til sumarvalar í Noregi, boð sem hafði upphaflega aðeins verið til skólabarna úr Eyjum. Norðurlandþjóðir lögðu líka töluvert fé inn í Viðlagasjóð, 1.500 milljónir, sem var ætlað að hjálpa Eyjamönnum að koma undir sig fótunum aftur en einnig til að bjarga því sem bjarga mátti í Heimaey. Bandaríkjamenn veittu ómælda aðstoð meðal annars í formi dæluþúfa sem er talinn hafa bjargað miðbæ Vestmannaeyja og höfninni frá hrauninu, en gífurlegu magni af sjó var dælt á hraunið til að stöðva framgang þess. Talið er að um 1.200 lítrum af vatni hafi verið dælt á sekúndu þegar mest var og að alls hafi sex milljón rúmmetrum af sjó verið dælt yfir hraunið.

Mitt hús fer í eldinn í nótt

Þótt Eyjamenn hefðu flestir flúið í land var þó ærið starf eftir að vinna í Eyjum. Enginn vissi hvenær gosinu lyki eða hvaða afleiðingar það kynni að hafa að endingu. Eyjamönnum var því mikið í mun að komast aftur út í Heimaey til að bjarga eignum sínum.

„Nú finnur maður vel, hve maður er lítils megnugur, og það þýðir lítið að mótmæla.



Annáll útvarpsfréttir í nótt af eldgosinu
Allir hafa tekið þessu með stakri ró og hugþryði
Síntal við blaðmanninn Þjóðviljama stöðina í Eyjum kl. 6.30 í morgun

„Að líta yfir Vestmannaeyjar utan byggða núna er eins og að horfa yfir svartan lífvana Sprengisandinn. Vestmannaeyjar hafa alltaf haft á sér „klettayfirbragð“ en grænu skellurnar, sem þar voru inni í milli eru horfnar og

Lítið þýddi nú að ganga um í kröfugöngum með mótmælaþjóld,“ sagði Guðjón Pétursson, en blaðamaður Morgunblaðsins náði tali af honum þann 24. janúar þar sem hann var að bjarga eignum úr húsi sínu. Aðeins skammt undan stóðu tvö hús ljósum logum.

„Það fólk sem sést á ferli í Vestmannaeyjum nú, er allt í sömu erindum. Menn eru á ferð með búslóðir á bílum, að vinna við lestun á fiski eða taka veiðarfæri um borð í báta. Næstum enginn sést ganga um iðjulaus. Sennilega hafa síðustu íbúarnir horfið á braut með Herjólfu og Heklu og fáir bæst við í dag. Allir eru önnur kafnir og flestir dauðuppgefni, hafa vakað nótt og dag við að ganga frá íbúðum og losa þær. En ekkert lát er á gosinu. Yfir bæinn ber rauðan bjarma og alls staðar frá má sjá rauðar slettur bera við himin og mökkinn leita hátt í loft upp,“ skrifaði Elín Pálmadóttir, fréttaritari Morgunblaðsins í Heimaey, þann 26. janúar. „Mitt hús fer í eldinn í nótt, sagði ungur Eyjamaður, Sigurður Sigurðsson, er Elín náði tali af honum þar sem hann var að rýma hús móður sinnar. „Ég flutti í það nýtt 1971 og var rétt að losna úr mestum skuldunum.“

Skip sigldu fram og og til baka nánast viðstöðulaust og fluttu búslóðir og bifreiðar til Þorlákshafnar. Eyjamenn þurftu sérstakt leyfi Almannavarna til að fara til Eyja og myndaðist smá örtröð í Þorlákshöfn þar sem heimilisfedur biðu í röðum í von um að komast aftur til Heimaeyjar að bjarga aleigunni.

Svartur lífvana Sprengisandur

Blaðamaður Morgunblaðsins, Óli Tynes, ritaði fréttir frá Heimaey meðan á hörmungunum stóð og þann 27. janúar birti hann eftirfarandi lýsingu á ástandinu:

sortinn gefur eyjunum dapran blæ. Grænn kollur Heimakletts er nú svartur. Herjólfsdalur neðri hliðar Helgafells, tún, garðar, tré, allt er svart.“ Óli sagði að það væri þungt yfir mönnum þar sem þeir stóðu á bryggjunni að bera búslóðir í skip. „Það voru sagðir kaldranalegir brandarar, en menn hlógu ekki, heldur brostu kaldranalega. Það var ekkert fyndið við það sem var að gerast, en fjandinn hafi það að Eyjamenn létu það svipta sig málinu.“ Óli og fleiri blaðamenn voru fengnir til að aðstoða við björgunarstörf, við þá aðstoð birtist blaðamönnum skýrt sú staða sem nú blasti við Eyjamönnum. „Nú stóðum við þögul og hikuðum við að slökkva. Við stóðum í miðri stofunni og horfðum á það sem fáum klukkustundum áður hafði verið snyrtilegt og smekklegt heimili ungra hjóna. Sem nokkrum dögum áður hafði verið örugg framtíðarhöfn. En sem átti kannski innan nokkurra klukkustunda að vera rjúkandi rúst sem ekki einu sinni sást undir hrauninu. Svo hertum við okkur upp og slökkvum. Kannski var það á því augnabliki, þegar við ókum frá myrkvudu húsinu, sem við skildum raunverulega hvað í húfi er fyrir fólkid sem býr þarna.“

Hlýlegar móttökur nærsamfélagsins

Heilt samfélag hafði verið rífið upp með rötum. Þó svo hundruð manna ynnu baki brotnu við björgunarstarf í Eyjum þá þurfti einnig að sjá um þá Vestmannaeyinga sem voru nú heimilisláusir í landi. Íslenskt samfélag stóðst þá þolraun að endingu. En tíminn þar til varanlegt húsnæði fékkst reyndist sumum Eyjamönnum erfiður og voru sumir kallaðir þurfallingar vegna bágrar stöðu þeirra.

Í ávarpi þáverandi forsætisráðherra, Ólafs Jóhannessonar, sagði: „Hér eiga Vestmannaeyingar auðvitað um sárast að binda. En öll þjóðin finnur til með þeim. Er víst að hér hefur verið snertur hjarta-strengur hvers einasta Íslending. Hér er óneitanlega um að ræða stórkostlegt áfall þjóðarinnar allrar.“ Margar fjölskyldur höfðu sundrast við flóttann og við tók vandasant verk að koma Eyjamönnum fyrir þar til þeir gætu snúið aftur til síns heima. Gekk það vonum frammar. Auðvelt var fyrir Eyjamenn að komast í vinnu, og útgerðir, sem voru stór hluti starfsemi þeirrar sem var í Vestmannaeyjum, var fundinn staður í landi til að koma í veg fyrir stórfellt efnahagstjón. En einnig þurfti þó að koma börnum í skóla, og finna varanleg húsnæðisúrræði þar sem ekki gekk að Eyjamenn byggju allir inni á öðrum. Viðlagasjóði var komið á fót til að takast á við húsnæðismálin. Hús voru keypt að utan og strax í lok febrúar, rétt rúmum mánuði eftir að gosið hófst, höfðu á níunda hundrað fjölskyldna sótt um búsetu í Viðlagasjóðshúsum.

Ríkisútvarpið hóf útsendingu á sérstökum útvarpsþætti fyrir Vestmannaeyinga, Eyjapísl, í febrúar. Eyjamenn voru hvattir til að senda inn pistla og auglýsa eftir týndum eignum, vinum og ættingjum. Eyjamenn, dreifðir um landið allt, hlustuðu á þáttinn sem tímabundið stytti fjarlægðina á milli þeirra.

Ekki allir sneru til baka

Goslukum var formlega lýst yfir þann 3. júlí 1973, um fimm mánuðum eftir að það hófst. 417 eignir fóru undir hraun og aðrar 400 skemmdust að hluta eða fullu. Fyrir gosið bjuggu um 5.300 manns í Eyjum, en í dag búa þar aðeins um 4.200. Ástæður þessa eru líklega margar. Mörgum var mikið brugðið við hamfarirnar og höfðu ekki lyst á að snúa aftur á þennan ógnvekjandi stað. Aðrir höfðu á þessum fimm mánuðum komið sér vel fyrir á meginlandinu, komnir í vinnu og varanlegt húsnæði. Það má því segja að Eyjar hafi ekki enn náð sér að fullu eftir ósköpin. Saga eldgossins í Heimaey er bæði harmþrungin og ljúfsár. Henni verða ekki gerð skil í jafn fáum orðum og í grein þessari. Söguna er þó gott að rifja reglulega upp og minnst þess að lífið getur breyst á svipstundu og þegar slíkt á sér stað, er mikilvægt að eiga góða að. ■

10 opinberanir í bók Eltons

Tónlistarmaðurinn Elton John fer yfir ævi sína í bókinni *Me og hikar ekki við að opna sig upp á gátt um skrautlegt lífshlaup sitt*. DV kíkti á tíu áhugaverðar opinberanir úr bókinni.

Hann var ekki náinn foreldrum sínum

Í bókinni segir Elton að móðir hans, Sheila, hafi tileinkað sér afar óhefðbundnar uppeldisáferðir. Hann rifjar upp eina stund í bókinni þegar að móðir hans lagði hann á grúfu á borðflöt í eldhúsinu og „stak sápu upp í rassgatið“ á tónlistarmanninum til að laga hægðatregðu. „Ég var logandi hræddur við hana svo árum skipti,“ bætir tónlistarmaðurinn við. Síðar í bókinni kallar hann móður sína, sem lést árið 2017, siðblindu. Þá var samband hans við föður sinn, Stanley, ekkert til að hrópa húrra fyrir. Hann segir að Stanley hafi aldrei verið samþykktur frama sonar síns í tónlistinni og segist Elton „enn vera að sanna mig fyrir honum þó hann hafi verið dáinn síðan árið 1991.“

Hafnaði Disney

Eftir meðferðina vann Elton í því að ná fyrri frama í tónlistinni. Hann fékk þá tækifæri til að sjá um tónlistina í teiknimyndinni *Lion King*, sem frumsýnd var árið 1994. „Ég væri að ljúga ef ég segði að ég hefði aldrei haft efasemdir um verkefnið eða hlutverk mitt í því,“ skrifar hann. Lokaútkoman var stórgóð og vann Elton Óskarinn fyrir lagið *Can You Feel the Love Tonight?* Disney bauð honum annan samning strax í kjölfarið. „Það var sturlaður peningur,“ skrifar hann. „Þeir vildu að ég þróaði fleiri kvikmyndir, sjónvarpsþætti og bækur. Það var meira að segja minnst á skemmtigarð. Ég hafnaði samningum hins vegar eftir mikla umhugsun.“

Datt í það fyrir meðferð

Barátta Eltons við fíkn og lotugræðgi náði hámarki árið 1990. Allir í kringum hann sáu hvert stefndi, þar á meðal Bob Dylan og George Harrison, en sá síðarnefndi hellti sér yfir hann í partíi í Los Angeles. Stuttu síðar sneri Elton aftur til London og læsti sig inni í húsi sínu í tvær vikur, tók kókaín og drakk víski og horfði viðstöðulaust á klám. „Ég fór ekki í það, ég klæddi mig ekki. Ég sat og runkaði mér í náttslöpp sem var útataður í minni eigin ælu,“ rifjar hann upp. Hann ákvað loks að fara í meðferð og kvaddi kókaín eftir sextán ár í neyslu. Hann hefur verið edrú í 29 ár.

Ældi á kókaíni

Þegar Elton var að taka upp plötuna *Caribou* árið 1974 gekk hann inn á kærasta sinn og umboðsmann, John Reid, þar sem þeir athöfnuðu sig með röri og hvítu dufti. „Ég spurði hvaða áhrif þetta hefði og hann sagði: Þetta lætur þér líða vel. Þannig að ég spurði hvort ég mætti fá og hann sagði já,“ rifjar Elton upp. Eftir að hafa fengið sér eina línu af kókaíni hljóp tónlistarmaðurinn á salernið og kastaði upp. „Þá fór ég strax aftur inn í herbergið og bað um aðra línu.“

Mamman ekki sátt

David og Elton létu gefa sig borgaralega saman árið 2005 á fyrsta deginum sem það var löglegt í Englandi. Stórstjórnur mættu í veisluna en móðir Eltons skyggði á gleðina. „Móðir mín hafði sagt foreldrum Davids að þau yrðu öll að vinna saman til að stöðva vígsluna. Hún var ekki samþykkt því að tveir menn gengju í hjónaband,“ skrifar Elton og bætir við að þetta hafi komið honum á óvart því móðir hans hafi „aldrei verið hommahatari“ og veitti stuðning þegar hann kom út úr skápnnum.

Vinasamböndin

Elton ljóstrar upp ýmsu um vinasambönd sín í bókinni. Hann er til dæmis sponsor Eminem í AA og tjáir sig um áhyggjur sínar um Michael Jackson heitinn og áhrifin sem lyfseðilsskyld lyf höfðu á hann. Elton trúir því að hann hafi „gengið af göflunum“ síðustu ár ævinnar. Elton skrifar einnig um náið samband sitt við Díönu prinsessu og segir hana aldrei hafa minnst á Karl Bretaprins með nafni. Hún kallaði hann alltaf eiginmann sinn. Þá fer Elton ofan í saumana á óvild sinni í garð Tinu Turner og segir hana „andskotans martröð“ að vinna með. Eitt sinn á hann að hafa sagt henni að „stinga þessu helvítis lagi upp í rassinn.“

Reyndi sjálfsvíg tvisvar

Elton reyndi að fremja sjálfsvíg árið 1975. Þá tók hann of stóran skammt af valíum og henti sér í sundlaug fyrir framan fjölskyldu sína. Þetta atriði er leikið eftir í kvikmyndinni *Rocketman*. Hann reyndi hins vegar fyrst sjálfsvíg sjö árum áður. Þá setti hann kodda inn í ofn svo hann gæti hvílt sig, skrúfaði frá gasinu og opnaði eldhúsgluggana. Sem betur kom tónlistarmaðurinn Bernie Taupin að honum og bjargaði honum. Atvikid varð innblástur að laginu *Someone Saved My Life Tonight* frá árinu 1975.

Feiminn og myndarlegur

Einn af vinum Eltons bauð honum út að borða árið 1993 svo tónlistarmaðurinn gæti hitt aðra samkynhneigða karlmenn. „Sá eini sem virkaði ekkert svakalega glaður að vera þarna var kanadískur náungi í Armani-jakka. Hann hét David,“ skrifar Elton er hann rifjar upp fyrstu kynni hans og eiginmanns hans, Davids Furnish. „Hann var greinilega feiminn og sagði ekki mikið, sem mér fannst synd því hann var mjög myndarlegur.“ David og Elton byrjuðu saman stuttu síðar og eru í dag hjón og eiga tvö börn.

Baráttan við krabbamein

Elton segir í fyrsta sinn frá því í *Me* að hann hafi verið greindur með krabbamein í blöðruhálskirtli árið 2017 þegar hann var að skípuleggja tónleikaferðalag. Læknarnir greindu meinið snemma og gáfu honum tvo valkosti: skurðaðgerð þar sem blöðruhálskirtillinn yrði fjarlægður eða löng og ströng lyfjameðferð. Elton valdi aðgerðina, sem gekk vel og steig Elton á svið í Las Vegas aðeins tíu dögum síðar. Stuttu seinna varð hann veikur og var þá kominn með sýkingu. Læknarnir sögðu David að Elton hefði verið sólarhring frá því að deyja. Elton var útskrifaður af sjúkrahúsi ellefu dögum seinna og þurfti að jafna sig í sjö vikur. „Ég var ekki tilbúinn að deyja strax.“

Ekki ástfanginn af eiginkonunni

Þegar ástarsambandi Eltons og Johns Reid var lokið varð Elton sífellt nánari Renate Blauel. „Oftar en einu sinni hugsaði ég um að hún væri allt sem ég hefði viljað í konu hefði ég verið gagnkynhneigður,“ segir Elton í bókinni. Eitt kvöld árið 1984 fór Elton á skeljarnar og bað Renate um að giftast honum, þó að það hefði ekkert gerst á milli þeirra. Þau höfðu aldrei kysst. Þau giftu sig tveimur vikum seinna en á brúðkaupsnóttinni ræddu þau um skilnað og lofuðu að „tala aldrei opinberlega um hjónabandið.“ Þau skildu í mesta bróðerni árið 1988.



HEFUR ÞÚ ÞÖRF FYRIR ÞRIF

Fyrirtæki og húsfélög, gerum
tilboð ykkur að kostnaðarlausu

Þjóðum sérhæfða þjónustu fyrir
íbúðir í skammtímaleigu





„Um
leið og
ég slaka
á, þá
dey ég“

Steindi lýsir hinum fullkomna símahrekk - „Ég held að fólk verði þakklátt fyrir að fá alvöru djöflasýru“

Tómas Valgeirsson
tomas@dv.is



Það eru örugglega alls konar greiningar í gangi hjá mér sem kæmu í ljós ef ég myndi láta tékka á þeim. Ég er alltaf mjög orkumikill og hef verið þannig síðan í æsku. Ég sé sjálfan mig rosalega mikið í fimm ára dóttur minni. Hún vill alltaf fara í búninga og við erum bæði með leikrit á fullu. Það þarf alltaf að vera eitthvað í gangi," segir grínistinn Steindórsson, þekktur af góðum landsmönnum sem Steindi Jr.

Grínistinn og framleiðandinn hefur verið sérlega áberandi upp á síðkastið vegna sjónvarpsþátta Góðir landsmenn. Í næstu viku frumsýnir hann svo „gay vampírumyndina“ Þorsta, sem unnin er í samstarfi við áhugamannaleikhópinn X og Hjört Sævar Steinason, en fyrr nefndir þættir hafa sýnt í grófum dráttum frá óvenjulegri tilurð, fjármögnun og sköpun bíómyndarinnar. Steindi er nýr gestur Föstudagsþáttarins Fókuss og segir þar frá svefnlausum dögum framleiðsluferlisins, því sem knýr hann áfram og listinni að slaka á með góðum símahrekk.

Þakklátt djöflasýrunni

Þorsti er fyrsta kvikmyndin sem Steindi framleiðir og jafnframt „fyrsta alvöru íslenska B-myndin“ að hans sögn. Myndin fjallar um Huldu, konu sem er grunuð um að hafa valdið dauða bróður síns og er því til rannsóknar hjá lögreglu. Eftir að hafa verið sleppt úr varðhaldi rekst Hulda rekst á mörg þúsund ára gamla, einmana og samkynhneigða vampíru, sem leikin er af Hirti, sem hjálpar henni að vekja bróður hennar til lífs aftur. Þá magnast farsinn þegar óvinir nálgast úr öllum áttum og þar á meðal óhugnanlegur sértrúarsöfnuður.

Steindi telur þetta vera hreinræktaða stemningsmynd, gerða til að bæta lit í einsleitt úrval í kvikmyndahúsum. „Þegar ég fer í bíó í dag liggur við að það sé stór ákvörðun. Önnur hver mynd í dag er tveir og hálfur tími eða þrjú klukkutímar og fylgir því heilmikið skipulag í kringum það. Þorsti er ekki nema 85 mínútur og er ekta svona mynd sem þú getur átt stemningu yfir með félögunum," segir Steindi og tekur fram að einfaldar afþreyingarmyndir vanti í íslenska kvikmyndagerð.

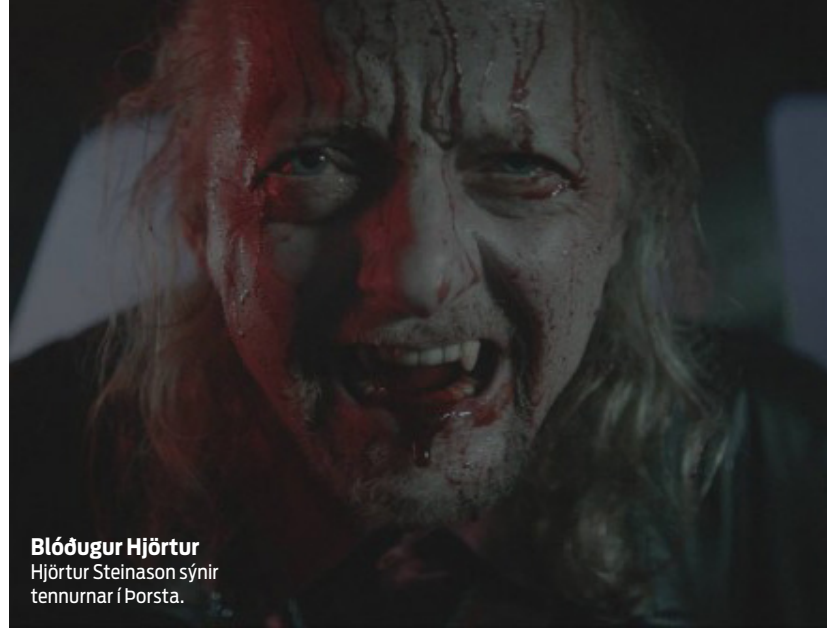
„Venjuleg íslensk bíómynd kostar heilmikið. Maður skilur að það sé ekki hægt að fá þennan aur til baka með einungis bíoadsókn. Það þarf að leita í styrki erlendis og þá kemur danskt eða pólst „krú“ í huga. Auðvitað skilur maður þetta, þetta er rosalega dýrt og peningarnir þurfa að skila sér. Mér finnst samt líka vanta kvikmynd sem er hrein skemmtun. Það er ekki verið að eltast við endurgerðir eða sýningarétt eða verðlaun," segir hann. „Ég held að fólk verði þakklátt fyrir að fá alvöru djöflasýru.“

Í fimmta gír

Steindi segir Góða landsmenn og Þorsta vera eitt verk í hans huga, þótt hvort tveggja séu sjálfstæð verk. Framleiðsluferli kvikmyndarinnar hefur annars vegar verið óvenjulega hratt og hafa



Góðir landsmenn
„Þetta varð miklu stærra allt en það átti að verða.“



Blóðugur Hjörtur
Hjörtur Steinason sýnir tennurnar í Þorsta.

Steindi og hans teymi verið í kappi við klukkuna til að skila fullkláruðu verki í kvikmyndahús á tilsettum tíma.

„Þetta varð miklu stærra allt en það átti að verða. Ég er þó ógeðslega ánægður að sú hafi orðið raunin. Ég er búinn að vera í fimmta gír, stanslaust, og ég held að þetta sé þannig að um leið og ég slaka á þá dey ég. Þetta er auðvitað bara törn og fer sem betur fer að ljúka, en svo fer ég á heilsuhæli í tvær vikur og tek því rólega þar," segir Steindi. „Við urðum að standa við þessa dagsetningu, annars hefði myndin ekki verið sýnd.“

Lokaþátt Góðra landsmanna eiga Steindi og teymið enn eftir að klára og fer hann í loftið daginn á undan frumsýningu myndarinnar, en hópnum tókst að skila af sér Þorsta aðfaranótt föstudags. „Réttar sagt var myndin í raun tekin af okkur, en ég held að það sé fínt. Þegar fólk er farið að vinna of lengi í einhverju fer það í alls konar hringi með verkefnið, það fer að hata verkefnið eða vill ekki leyfa neinum að sjá," segir Steindi.

Hinn fullkomni símahrekkur

Steindi segir nauðsynlegt að kúpla sig frá eftir strembnar tærir. Þá þykir honum gaman að hitta féлага sína með það að markmiði að rúnta og gera símaat. „Ég á mjög skemmtilegan vínahóp í Mosfellsbæ, sem eru fyndnustu menn á jörðinni. Þótt ég sé sjálfur 34 ára gamall, og við félagarnir það allir, þá erum við búnir að fullkomna símaat alveg gjörsamlega," segir Steindi.

„Við fundum hinn fullkomna símahrekk, sem gengur þannig fyrir sig að við eltum pítsusendil og sjáum nákvæmlega hvert hann fer. Svo flettum við upp nágrönnum manneskjunnar sem pantaði sér pítsuna og hringjum í þá. Þá segjumst við vera fólkíð í næsta húsi, þykjumst vera sá sem pantaði og segjum: „Heyrðu, við erum með heila sextán tommu pítsu, vilt þú ekki bara sleppa því að elda í kvöld og ná í nokkrar sneiðar hérna hinum megin?“

Fólki finnst þetta náttúrulega bara geggjað boð. Það heldur kannski í fyrstu að það sé verið að fokka í því, en það gengur yfirleitt síðan í næsta hús. Það bankar svo á dyrnar og þá mætir því auðvitað þessi gífurlega pítsulykt og allar efasemdir hverfa," segir Steindi.

„Þetta verður svo óþægilegt og við félagarnir liggjum við bíl-



Steindi þústar „Þetta verður svo óþægilegt og við félagarnir liggjum við bílrúðuna.“

rúðuna. Þá heyrir maður nágrannann droppa línuna: „Hvað segirðu? Er ekki til eitthvað auka?“

Þá segir Steindi að þeir félagarnir séu með „plan B“ ef þessi

hrekkur klikkar. „Þá hringjum við í gaurinn sem pantaði pítsuna og segjum: „Þetta er gaurinn í næsta húsi. Heyrðu, við erum með börnin og sáum pítsubílinn, ekki væri séns að fá eina sneið yfir

til að róa þau?“ Ég hef séð mann ganga yfir í næsta hús, í grenjandi rigningu, haldandi á pítsusneið og banka," segir Steindi. ■

Þáttinn má finna í heild sinni á DV.is

Erfidrykkja

KAFFIHLAÐBORÐ ÝMSAR ÚTFÆRSLUR, PINNAMATUR, SMURT BRAUÐ, TERTUR, O.FL. FYRIR ERFIDRYKKJUNA HRINGDU OG PANTAÐU Í SÍMA 555 1810

Afgreitt á einnota fötum
tilbúið á borðið

HÓLSHRAUN 3, 220 HAFNARFJÖRÐUR / S 555 18 10 OG 565 1810 / VEISLULIST@VEISLULIST.IS / VEISLULIST.IS

5 mínútna redding Maríu

■ Ímyndaði sér aldrei að hún yrði fjögurra barna móðir ■ Býður upp á góð ráð fyrir þá sem hafa lítinn tíma að elda

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is

María Gomez er ein af sex konum og vinsælum matarbloggurum sem koma að uppskriftabókinni Vinsælustu réttirnir frá vinsælum matarbloggurum. María hefur í nægu að snúast og rekur stórt heimili. Hún á fjögur börn; þau Gabríelu, tuttugu ára, Reyni Leó, sex ára, Mikael, fimm ára og Ölbu, fjögurra ára, og er gift Ragnari Má Reynissyni. Heimilislífið getur verið fjórugt hjá hjónunum, en María segist ekki hafa dreymt neitt sérstaklega um að eignast heilan her af börnum.

„Sem barni dreymdi mig alltaf um að eiga mörg systkini og mömmu og pabba sem væru gift en ég var einkabarn til ellefu ára aldurs en þá eignaðist ég systur. Mamma og pabbi skildu þegar ég var fimm ára. Ég var samt ekkert með nein sérstök plön um hvernig mín eigin kjarnafjölskylda ætti að vera, en ég var lengi einstætt foreldri með Gabríelu, eða þar til hún var tólf ára. Svo kynntist ég Ragnari, manninum mínum, og örlögin tóku völdin og ég endaði á að eiga þessa stóru, flottu fjölskyldu sem ég gæti ekki verið stoltari af og ánægðari með að hafa eignast. Ég hefði samt aldrei trúað því að ég myndi enda sem fjögurra barna móðir,“ segir hún og hlær.

Eins og lítil herflokkur

María segir að dagurinn hjá fjölskyldunni sé afar hefðbundinn, það er vaknað og farið í vinnu og skóla, síðan er skutlað í alls kyns tómstundir, kvöldmatur borinn á borð og háttáð. Oftar en ekki endar María sjálf steinsofandi í sófanum fyrir framan imbakassann. Svo getur auðvitað allt gerst þegar þrjú börn undir sjö ára aldri koma saman.

„Ég vildi að ég gæti sagt að börnunum semji öllum fráþærlega vel, en því miður er það ekki þannig. Þau eru eins og lítil herflokkur þar sem ríkir oft stríð, en þá er verið að rífast um dót, hvað eigi að horfa á, hver eigi að fá að hafa fjarstýringuna eða að eitthvað sé ósanngjarnt því hinn hafi fengið meira af einhverju en annar. Þau passa, hvert og eitt, 100 prósent upp á sitt, sko. En auðvitað eru líka góðir tímar inni á milli og þau ná góðri tengingu og leika fallega – þar til það svo endar aftur í stríði,“ segir María og skellir upp úr.

Frábærar reddingar fyrir þreytta

Það kemur líklega ekki á óvart

að María sér að mestu leyti um matseldina á heimilinu, enda listakokkur. Þá hefur matarástín smitast út í börnin.

„Ég held að flest börn hafi einlægan áhuga á að fá að hjálpa til við eldamennsku. Oft þarf það ekkert að vera flóknara en að rétta þeim bretti og óbeittan hníf og láta þau skera gúrku, þá finnst þeim þau vera að fá að taka þátt,“ segir María. En hvernig fær maður stanslausan innblástur til að fæða sex manna fjölskyldu? „Ef ég er þannig stemmd að ég nenni engan veginn að elda þá er oft sótt eitthvað tilbúið eða bara hrært í skyr og flatkökur. Stundum hefur meira að segja bara Cheerios með mjólk verið í boði þegar ég er extra löt. Oft er ég með hugmyndir að einhverju afar fljótlegu sem ég er enga stund að henda í, eins og pítupítsa sem er ristad pítubrauð sem ég set svo pítusósu ofan á, pepperóni, skinku og ost og svo bara undir grillið í ofninum. Það tekur um fimm mínútur að gera þetta, svo það er fín redding, en kannski ekkert voða næringarríkt. Svo er ég líka með margar uppskriftir á blogginu sem eru mjög einfaldar og auðvelt að henda í, eins og brauðsneið með hráskinku á spænskan máta. Oft geri ég líka „avokadó-toast“ eða ristaða súrbrauðsneið með tómötum, ferskum mozarella-kúlum, ferskri basilíku, olíu og salti en það er alveg svona „gourmet“ redding sem tekur fimm mínútur að gera.“

Úlfatíminn strembinn

EKKI er hægt að sleppa Maríu áður en hún mælir með rétti úr nýútgefinni bók sem hentar þeim sem koma þreyttir heim úr vinnu og hafa lítinn tíma fyrir eldamennsku.

„Ég þykist vita að tíminn milli 5 og 8, úlfatíminn, á flestum heimilum landsins getur verið ansi strembinn. Það geta alveg verið viss rólegheit í því að elda, því það þarf ekki alltaf að vera eitthvað mikið umstang í kringum það. Ef börnin geta notið þess með og hjálpað þá er það enn betra því þá getur maður sameinað gæðastund með börnunum og eldamennskunni. Mexíkósku lime-kjötbollurnar, sem eru á blaðsíðu 229 í bókinni, eru alveg tilvalin uppskrift til að gera þegar maður kemur þreyttur heim og nennir varla að elda, hún er svo ótrúlega einföld og ekkert vesen að gera hana og enn betra að krakkarnir geta hjálpað til og mótað bollurnar.“ ■



Dásamleg stund Öll fjölskyldan samankomin í eldhúsinu.

Mexíkóskar lime-kjötbollur með ananassalsa og guacamole



Í bollurnar þarf: Fyrir 4–6

- 500 g grísa-hakk/svína og 500 g nautahakk (trúið mér þær eru bestar þannig, en einnig má nota bara grísa- eða bara nautahakk)
- 1 dl haframjöl
- 1 msk. laukduft
- 1 msk. hvítlauksduft (ath. ekki með salti)
- 2–3 msk. tómatsósa
- 2–3 msk. sojasósa
- 1 egg
- Börkur af tveimur lime-ávöxtum

Aðferð:

Hitið ofninn í 190°C. Byrjið á að setja báðar tegundirnar af hakkinu saman í skál og blandið varlega saman með höndunum. Passa að hnoða ekki mikið. Setjið næst haframjöl, hvítlauks- og laukduft út á. Setjið næst sósurnar og eggjöld og raspið lime-börkinn út á. (Passið að nota bara þetta græna, alls ekki raspa niður í hvíta lagið á lime). Hnoðið því næst öllu varlega saman þar til allt er jafnt blandað en reynið að komast af með að hnoða sem minnst svo bollurnar verði ekki seigar. Mótið næst meðalstórar bollur eða svona svipaða stærð og sænskar kjötbollur og raðið á bökunarplötu klædda smjörpappír. Bakist í ofninum í 25 mínútur. Byrjið svo næst á að gera salsað og guacamole á meðan bollurnar malla í ofninum.

Ananassalsa með tómötum og vorlauk

- U.p.b. 25 stk. góða, rauða, litla tómata (má vera kirsuberja, heilsu, picadillo eða hvað þeir allir kallast) um 1–2 box af tómötum
- 1 dós Del Monte ananas í bitum og safinn með
- Safi úr 1/2 lime
- 4 vorlaukar
- 2 msk. ólífuolía
- 5–10 dropar tabasco-sósa
- salt og pipar
- 1 msk. agave-síróp, hlynsíróp eða önnur sæta

Aðferð:

Skerið allt frekar smátt í salsað. Tómatana sker ég í tvennt en restina reyni ég að hafa frekar smátt. Hellið svo safa, tabasco og olíu út á og saltið og piprið eftir smekk. Setjið svo sætuna að lokum og smakkið til.

Einfalt og ferskt guacamole

- 1 stórt eða 2 lítil avokadó
- 1 rauður, ferskur belgipipar
- salt og pipar
- lime-safa ef vill

Aðferð:

Skerið belgipiparinn í tvennt og fræhreinsið ef þið viljið ekki loga í munninum. Skerið hann svo næst í örsmáa bita. Stappið avokadóið með gaffli, en mér finnst það ekki þurfa að vera alveg maukað, finnst gott að hafa það gróft. Hrærið næst þessu tvennu saman og saltið og piprið eftir smekk. Setjið nokkra dropa af lime-safa ef vill.



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. Rafrænar innri ferlar eru tengdir við þjónustugátt fyrir íbúa eða viðskiptavinum, þar sem þeir geta afgreitt sig sjálfa á sjálfvirkum 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 viðskiptavinum og íbúum þeirra

Kanntu brauð að baka?

Það er lítið mál að töfra fram dásamlegt brauðmeti heima fyrir – Hér eru þrjár mjög ólíkar uppskriftir

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is




Æðisleg rúnnstykki

Hráefni:

- 2 msk. þurrger
- 2 bollar volgt vatn
- 3 msk. sykur
- 2 tsk. salt
- 6 ½ bolli brauðhveiti
- 3 egg
- 50 g brætt smjör

Aðferð:

Byrjið á því að blanda þurrgeri, volgu vatni, sykri, salti og helmingnum af hveitinu vel saman. Leyfið þessu að standa í 5 mínútur. Blandið síðan eggjunum við, einu í einu. Því næst er smjörinu blandað við og því næst restinni af hveitinu. Skellið deiginu á hreinan borðflöt sem búið er

að dusta með hveiti og hnoðið það létt. Skellið deiginu í skál, stráið smá hveiti yfir, setjið hreint viskastykki yfir skálina og leyfið deiginu að hefast í 1 klukkustund á þurrum og volgum stað. Skellið deiginu aftur á borðflötinn og hnoðið það upp með smá hveiti. Skiptið deiginu í sirka 15 parta og búið til kúlur úr því. Raðið þeim á smjörpappírsklædda ofnplötu. Setjið viskastykkið yfir og leyfið stykkjunum að hefast í 20–30 mínútur. Hitið ofninn í 200°C og bakið rúnnstykkinn í 15–20 mínútur. Penslið þau með smjöri um leið og þau koma úr ofninum. Þið getið líka nuddað smjörstykkinu á þau, þar sem smjörið bráðnar á stundinni. Njótið!



Ómótstæðilegt ítalskt brauð

Deig – Hárefni:

- 1/3 bolli volgt vatn
- ½ bolli léttmjólk
- 1 msk. smjör
- 1 pakki þurrger
- 1 ½ tsk. sjávarsalt
- 3 bollar hveiti
- 1 egg
- 3 msk. ólífuolía

Fylling – Hárefni:

- ¼ bolli rifinn ostur
- 3 msk. rifinn parmesanostur
- ½ bolli ólífur (saxaðar)
- 2 hvítlauksgeirar (saxaðir)
- 1 bolli skinka (grófsöxuð)
- ¼ bolli ferskt basil (saxað)

Toppur – Hárefni:

- 1 msk. ólífuolía
- 1 tsk. ítalskt krydd
- ½ tsk. sjávarsalt
- ½ tsk. hvítlauskrydd

Aðferð:

Byrjum á deiginu. Hitið mjólkina og smjör-ið saman í örbylgjuofni þar til blandan er orðin volg og smjörið nánast bráðnað. Blandið þessu saman við vatnið, gerið og

sjávarsaltið og leyfið þessu að bíða í um fimm mínútur, eða þar til blandan byrjar að freyða. Blandið síðan restinni af hráefnunum saman við og hnoðið vel saman. Smyrjið skál með órlíttillu olíu og setjið deigið í hana. Setjið hreint viskastykki eða klút yfir skálina og leyfið deiginu að hefast í um klukkustund.

Fletjið deigið út og dreifið fyllingunni yfir. Rúllið deiginu síðan upp eins og þegar þið bakið kanilsnúða og færið rúlluna yfir á smjörpappírsklædda ofnplötu. Passið að snúa sárinu niður. Takið ykkur skæri í hönd og klippið í deigið hér og þar – þetta skref er ekki nauðsynlegt en gerir brauðið voða fallegt og leyfir fyllingunni að gægjast út hér og þar. Klæðið herlegheitin í plastfilmu og leyfið deiginu að hefast aftur í um 40 mínútur.

Hitið ofninn í 175°C. Takið plastfilmuna af deiginu og blandið öllu vel saman sem á að fara í toppinn. Í toppinn má að sjálf-sögðu nota hvaða krydd sem er – fer allt eftir smekk. Penslið deigið vel með toppinum og setjið plötuna síðan inn í ofn í 35–40 mínútur, eða þar til brauðið er orðið fallega gullinbrúnt. Leyfið brauðinu aðeins að bíða, bara í nokkrar mínútur, og byrjið svo gúfferið!



Pretzel-rúnnstykki

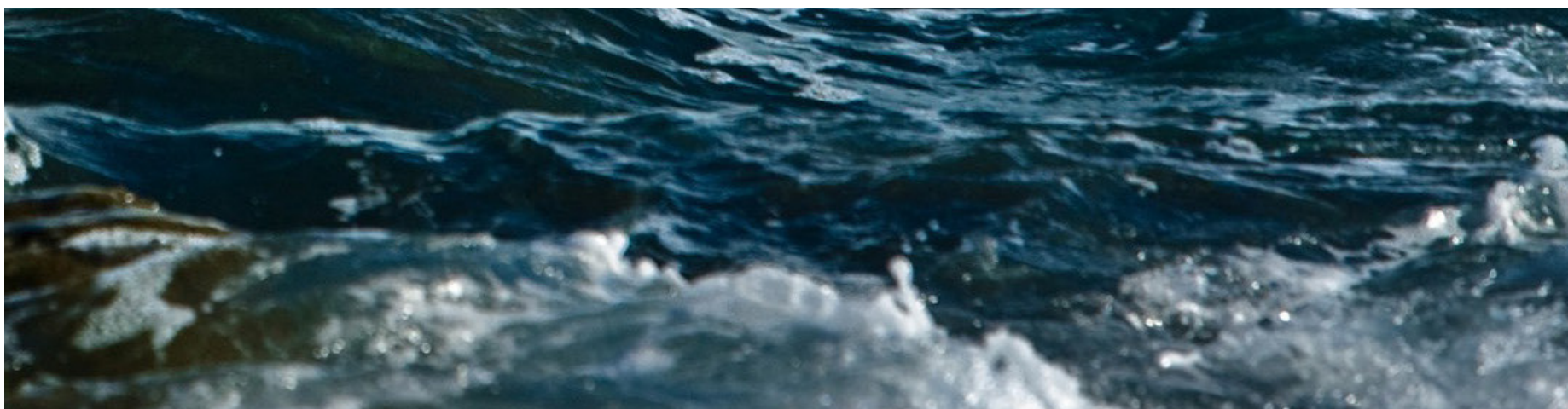
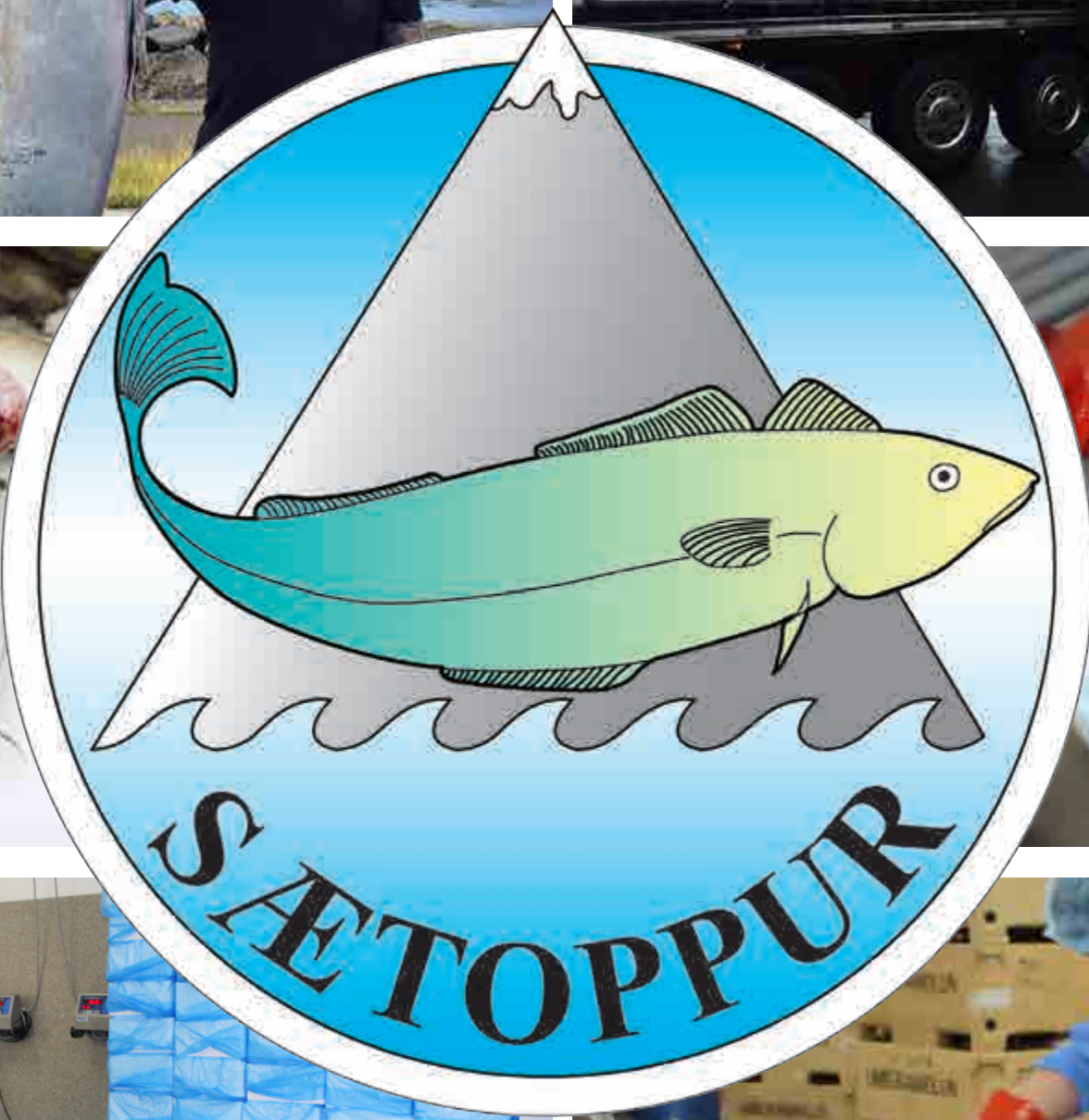
Hráefni:

- 2¼ tsk. þurrger
- 1 bolli volgt vatn
- 2 msk. volg nýmjólk
- 3 msk. púðursykur
- 4 msk. brætt smjör
- 1 tsk. sjávarsalt
- 3 bollar hveiti
- 2 lítrar vatn
- ½ bolli matarsódi

Aðferð:

Blandið vatni, mjólk, púðursykri og sjávarsalti saman í stórra skál og strá-ið þurrgeri yfir blönduna. Leyfið þessu að standa í um fimm mínútur eða þar til blandan byrjar að freyða. Blandið smjöri og hveiti saman við gerblönduna og hrærið þokkalega vel saman. Hnoðið deigið í 1–2 mínútur í skálinni, skellið deiginu sem er búið að dusta hveiti á og hnoðið í 2–3 mínútur í viðbót. Smyrjið smá

olíu í skálina og dembið deigkúlunni ofan í hana. Setjið hreint viskastykki yfir skálina og leyfið þessu að hefast í 55–60 mínútur á volgum stað. Stillið ofninn á 230°C og setjið smjörpappír á ofnplötu. Hellið vatni og matarsóða í stóran pott og látið koma upp suðu á hæsta hita. Á meðan vatnið er að hita sig búið þið til bollur úr deiginu, eins stórar og þið viljið. Þegar vatnið er byrjað að bull-sjóða skellið þið bollunum ofan í það, bara 1–2 í einu, og látið þær liggja í vatns- og matarsóðablöndunni í 30 sekúndur. Takið bollurnar upp úr vatninu og raðið á ofnplötuna. Skerið x í bollurnar, ekki mjög djúpt, strá-ið vel af sjávarsalti yfir þær og bakið í 14–16 mínútur, eða þar til bollurnar eru orðnar dásamlega dökkar og djú-sí. Ekki er verra að pensla þær með smjöri um leið og þær koma úr ofninum.



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

Leikararar hylttir -

■ Karlkyns leikarar fá mikið lof í Hollywood ef þeir umbreyta líkamanum með ý

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is



Stórmyndin Jókerinn hefur hlotið misjafna dóma en margir eru sammála um að Joaquin Phoenix eigi stórleik sem hinn seinheppni Arthur Fleck. Joaquin léttist um tæp 25 kíló fyrir hlutverk sitt í myndinni og hefur hlotið mikið lof fyrir, jafnvel komið af stað flökkusögum um Óskarstilnefningu.

„Nánast ómennskur, hann er svo grannur, húðin svo þröng yfir bakinu að sést í hryggjarsúluna og rifbeinin. Phoenix túlkar karakter sem er meira framandi og tilviljunarkenndari en áður hefur sést,“ stendur til að mynda í gagnrýni A.V. Club um myndina.

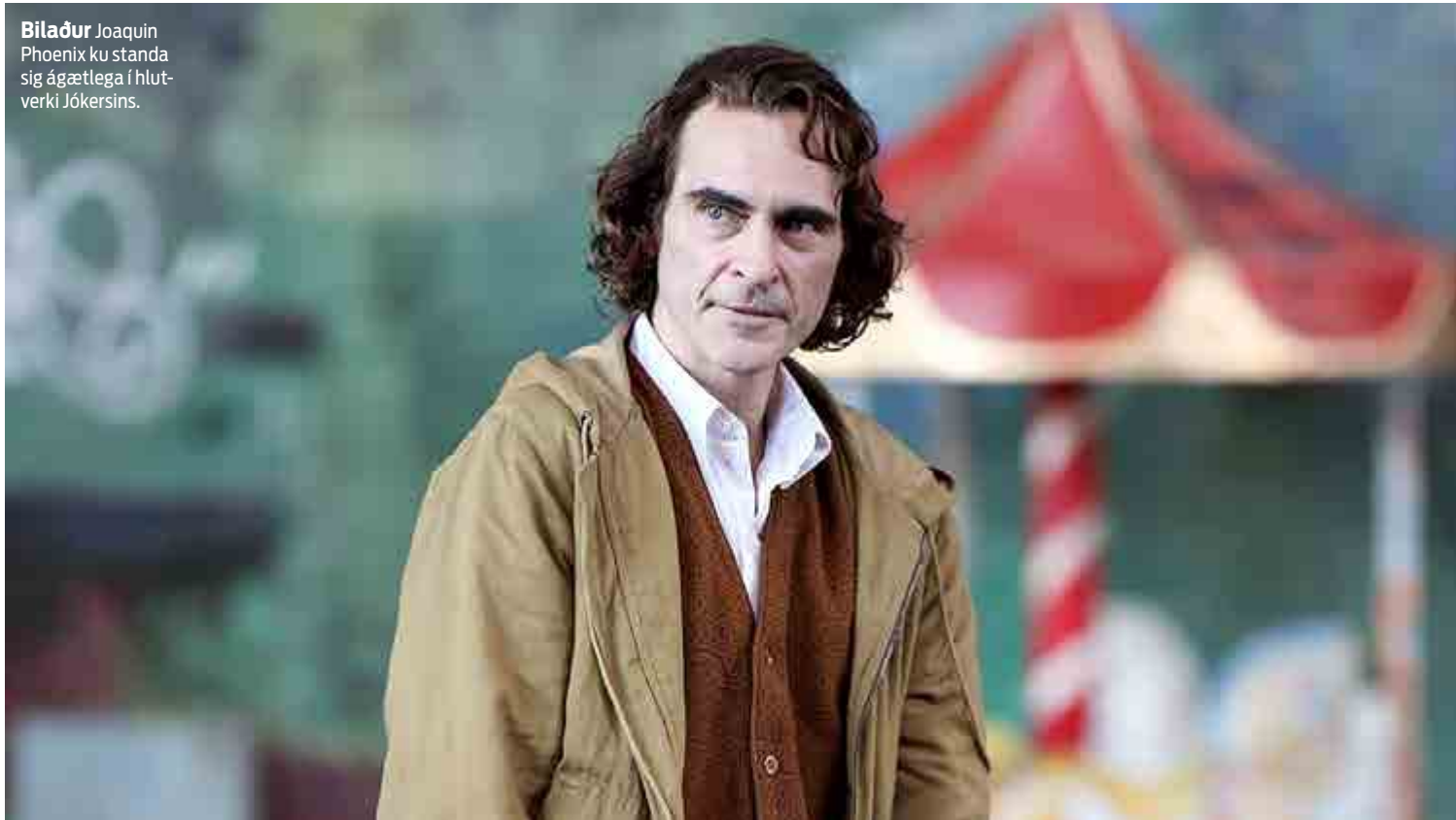
Joaquin Phoenix er mærdur fyrir þyngdartapið og telja gagnrýnendur útlitsbreytingar hans spila stóra rullu í stórleik hans. Að sama skapi er leikarinn heillaður af þeim áhrifum sem þyngdartapið hafði á líf hans meðan á tókum stóð.

„Það breytist allt þegar maður kemst í þá þyngd sem maður stefndi að,“ sagði Joaquin í viðtali við The Associated Press. „Það verður erfitt að vakna og maður fær nokkur grömm til og frá á heilann. Maður þróar með sér röskun. En ég held að það áhuga-verða fyrir mig hafi verið tilfinning óánægju, hungurs, varnarleysis og veiklu sem ég hafði búist við með þyngdartapinu. En ég bjóst ekki við þeirri tilfinningu sem ég fann líkamlega sem er best lýst sem flæði. Mér fannst ég geta hreyft líkama minn á vegu sem ég gat ekki áður.“

Grínast með átröskun

Þá dásamaði hann þyngdartapið á léttu nótnum hjá spjallþáttastjórnandanum Jimmy Kimmel og bætti við að hann hefði forðast að horfa á sjónvarpið til að komast hjá því að sjá auglýsingar fyrir mat. Allt á léttu nótnum, líkt og um grín væri að ræða. Jimmy Kimmel hlóð einnig í ýmsar skryturlur um þyngdartapið og þessa átröskun sem Joaquin var greinilega haldinn er hann bjó sig undir hlutverk Jókera. Það virðist vera ákveðin lína dregin í sandinn um upplifun leikara annars vegar og leikkvanna hins vegar þegar kemur að dramatísku þyngdartapi fyrir kvikmyndahlutverk. Í grein á E! Online er því velt upp hvort þessi röskun sem Joaquin talar um hefði ekki verið rædd á talsvert alvarlegri nótnum ef um leikkonu hefði verið að ræða, sérstaklega í ljósi þess að samkvæmt rannsókn frá árinu 2011 voru átta milljónir manna í Bandaríkjunum með átröskun – sjö milljónir af þeim konur.

Bilaður Joaquin Phoenix ku standa sig ágætlega í hlutverki Jókera.



Óhugnanlegt Christian Bale í The Machinist.

„Staðfesta“ og „metnaður“

Joaquin er langt frá því að vera fyrsti leikarinn sem talar um þyngdartap fyrir hlutverk á svo léttvægan máta. Það er ákveðin tilhneiging í Hollywood að hylla þá leikara sem ná að létta sig svo óhugnanlega mikið fyrir hlutverk og oftar en ekki fá þeir tilnefningu til fjölda verðlauna vegna „staðfestu“ og „metnaðs“ til að breyta útliti sínu á svo dramatískan hátt.

Bæði Matthew McConaughey og Jared Leto hlutu Óskarinn árið 2013 fyrir hlutverk sín í Dallas Buyers Club, þar léku bæði Matthew og Jared eyðnismitaða menn, sem áttu stoðir í raunveruleikanum. Því grenntust þeir mikið í tökuferlinu. Jared, sem alla jafna er grannur, léttist um fimmtán kíló og var rétt rúm fimmtíu kíló þegar hann var léttastur.

„Ég bara borðaði ekki neitt,“ sagði hann í viðtali við E! News og bætti við að þyngdartapið hefði verið nauðsynlegt. „Ég hafði

gert svipaða hluti með þyngdina en þetta var öðruvísi. Það þurfti staðfestu í þetta hlutverk. Þetta snerist um hvaða áhrif þyngdin hefði á hvernig ég gekk, hvernig ég talaði, hver ég var, hvernig mér leið. Mér leið eins og ég væri brotþættur, viðkvæmur og óöruggur.“

Matthew gekk skrefinu lengra og léttist um tæp 23 kíló. Hann sagði sjálfur að mataræðið sem hann fór eftir til að verða ríflega 65 kíló hafi verið afar strangt.

„Ég léttist um þrjú kíló á viku,“ sagði hann við Daily Mail. „Ég fékk mér Diet Coke, tvær eggjahvítur á morgnana, smá kjúkling og síðan aðra Diet Coke. Það var erfitt,“ bætti hann við. Þá æfði hann líka mikið meðan á tókum stóð til að brenna fleiri hitaeiningum.

Þrýstingur frá leikstjóra

Það er vinsælt stef hjá leikurum að halda því fram að þyngdartapið sé nauðsynlegt fyrir söguna



Grannir Úr kvikmyndinni The Silence.



Óþekktanlegur Matthew McConaughey í Dallas Buyers Club.

og leikstjórar hvetja oft til þess að leikarar leggi mikið á sig til að umbreyta sér. Leikstjórinn Martin Scorsese vildi til dæmis að aðalleikararnir Andrew Garfield og Adam Driver í myndinni Silence frá árinu 2016 litu út eins og þeir hefðu gengið þrautagöngu. Það endaði þannig að Adam léttist um rúmlega tuttugu kíló og Andrew um rúmlega átján. Martin Scorsese lét hafa eftir sér að hungrin hefði gert frammistöðu þeirra í myndinni stórkostlega. Því var síðan ljóstráð upp í viðtali við E! News að sérstakur þjálfari hefði verið á tókustað til að kenna leikurinum að stjórna hungri.

„Það er ekki gaman,“ sagði Andrew. „En þegar til lengdar lætur er það mjög, mjög ánægju-

legt og fullnægjandi. Maður lærir mikið á því að tæma sig.“

Eitt epli og túnfiskdós

Leikarinn Jake Gyllenhaal léttist um tæp fjórtán kíló fyrir myndina Nightcrawler og uppskar lof fyrir. Hann leitaði sér ekki sérfræðihjálpar heldur hætti bara að borða. Hann tuggði tyggjó í gríð og erg til að blekkja líkamann.

„Ég reyndi að borða eins fáar hitaeiningar og hægt var. Ég vissi að ég var á réttri leið ef ég var svangur,“ sagði hann í viðtali við Variety. „Árangurinn var sýnilegur líkamlega en þessi vegferð var enn meira heillandi andlega. Þetta varð að innri baráttu.“

Ókrýndur konungur þyngdartapsins í Hollywood er hins vegar Christian Bale. Óhugnanlegasta

Leikkonur í rúst

Þykjum aðferðum ■ Sama gildir ekki um leikkonur



Andlega erfitt Mila Kunis í hlutverki ballettdansara í *Black Swan*.

„Ég sá af hverju þessi iðnaður er svona brenglaður því ég horfði á mig í spegli og hugsaði: Guð minn góður. Ég er ekki með neinar línur, engin brjóst, engan rass.“



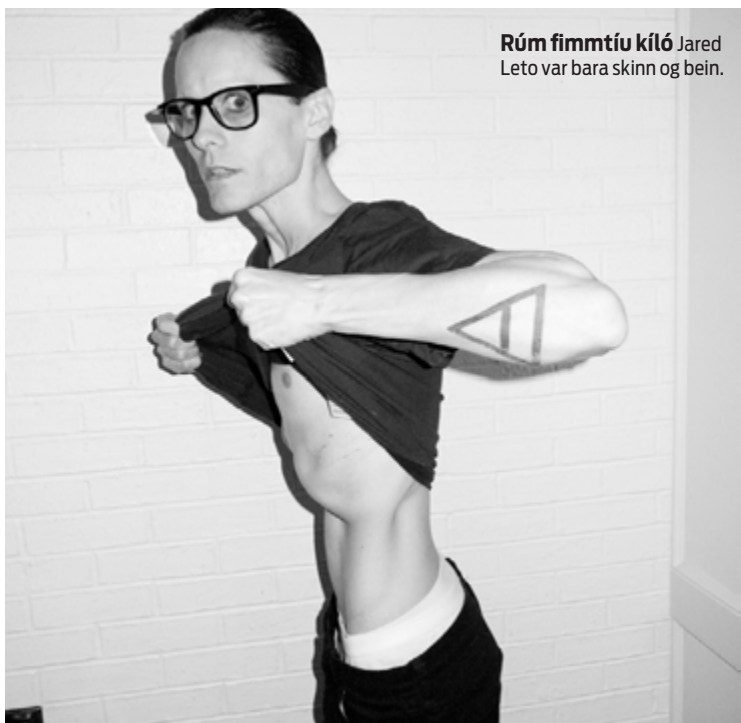
Eyðilögð Það tók á Natalie Portman að leika í *Black Swan*.



Gamlir djöflar Zoë Kravitz glímdi við átröskun frá unga aldri.



Treysti á tyggjó Jake Gyllenhaal í *Nightcrawler*.



Rúm fimmtíu kíló Jared Leto var bara skinn og bein.

breyting á honum var án efa fyrir kvikmyndina *The Machinist* árið 2004, en fyrir hana léttist hann um tæplega þrjátíu kíló. Hann var aðeins 55 kíló þegar hann var sem grennstur.

„Það er stórkostleg reynsla að upplifa þetta,“ sagði hann í viðtali við *The Guardian*. „Maður öðlast skýra hugsun þegar maður er svo horaður að maður getur varla gengið upp nokkrar tröppur. Það er eins og maður yfirgefi líkamann.“

Mataræði hans á degi hverjum samanstóð af vítamínum, einu epli og túnfiskdós.

„Ég varð forvitinn að sjá, í mínu öfugsnúna eðli, hvort ég gæti farið lengra en það sem var öruggt og í lagi og sjá hvort ég gæti farið út fyrir mörkin,“ sagði

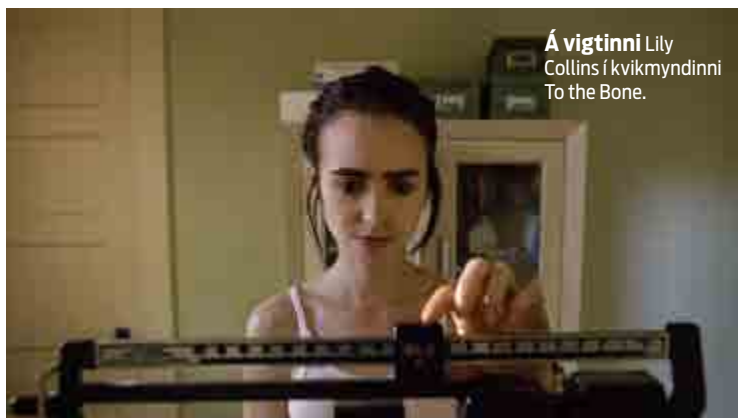
Christian Bale enn fremur.

„Ég sá bara bein“

Eins og sést var þyngdartapið í augum þessara leikara „áhuga-verð“ og „spennandi“ tilraun. Það er hins vegar ekki raunin þegar leikkonur ganga í gegnum svipað ferli.

Black Swan-leikkonurnar Natalie Portman og Mila Kunis æfðu stíft og fóru eftir ströngu mataræði þegar þær undirbjuggu sig fyrir að túlka ballettdansara. Þær hafa báðar sagt að þetta ferli hafi tekið sinn toll, sér í lagi andlega.

„Ég sá af hverju þessi iðnaður er svona brenglaður því ég horfði á mig í spegli og hugsaði: Guð minn góður. Ég er ekki með neinar línur, engin brjóst, engan rass,“



Á vigtinni Lily Collins í kvikmyndinni *To the Bone*.

sagði Mila við *Daily Mail*. „Ég sá bara bein. Og ég hugsaði: Þetta er ógeðslegt.“

Hún sagði síðar í viðtali við *Howard Stern* að hún hefði léttust verið 43 kíló. Hún náði því með því að borða tólf hundruð hitaeningar á dag og reykja sígarrettur. „Ég mæli ekki með því. Þetta var hræðilegt.“

Natalie Portman hlaut Óskarin fyrir hlutverk sitt í myndinni. Hún léttist um tæplega tíu kíló og sagði við *EW* að sumar nætur hafi hún haldið að hún væri að fara að deyja. Í viðtali við *Daily Mail* sagðist hún hafa borðað lítið sem ekkert og æft sextán klukkustundir á dag.

„Þetta var í fyrsta sinn sem ég skildi hvernig maður gat týnst í hlutverki og það eyðilaggt þig.“

Logandi hrædd

Sumar leikkonur upplifa að slík umbreyting fyrir hlutverk geti ýtt undir átröskun eða komið á óheilbrigðu sambandi við mat. Lily Collins glímdi við átröskun á yngri árum og tók að sér hlutverk stúlku með lystarstol árið 2017 í kvikmyndinni *To the Bone*. Hún sagði í viðtali við *Shape* að

hún hefði verið dauðhrædd við áhrifin sem myndin hefði á hennar eigin bata.

„Ég var logandi hrædd um að hlutverk mitt í myndinni myndi þýða afturför fyrir mig persónulega en ég varð að minna mig á að ég var ráðin til að segja sögu, ekki að vera í ákveðinni þyngd. Að lokum var það gjöf að geta stigið til hliðar í sporin sem ég var í, en nú sem þroskaðri einstaklingur.“

Ógnvekjandi

Zoë Kravitz, sem er hvað þekktust

í dag fyrir leik sinn í *Big Little Lies*, hefur einnig opnað sig um átröskun og það sem heillaði hana við að taka að sér hlutverk konu með lystarstol í kvikmyndinni *The Road Within* árið 2014.


„Ég glímdi við átröskun í miðskóla og fram á þrítugsaldurinn. Sá partur laðaðist að hlutverkinu. Ég held að það sé mikilvægt að tala um líkamsmynd og baráttuna við mat, sem margar konur heyja – sérstaklega í skemmtanaíðnaði. Ég tengdi við persónuna á margan hátt,“ sagði hún í viðtali við *Nylon*. Í viðtali við *Complex* sagði Zoë að hún hefði glímt við bæði lystarstol og lotugræðgi á yngri árum og kallaði þetta „hræðilega sjúkdóma“. Hún segir að farið hafi um foreldra hennar þegar hún grenntist fyrir hlutverkið í *The Road Within* en hún varð léttust aðeins fjórtíu kíló.

„Maður sá beinin í brjóstkasnum mínum. Ég var að reyna að grennast meira fyrir kvikmyndina en sá ekki að ég var búin að því og þurfti að hætta. Þetta var ógnvekjandi.“ ■

Ekki afrek

Þessi umbreyting fyrir kvikmyndir virðist því hafa talsvert meiri og alvarlegri áhrif á konur en karla. Konur nota fremur orð eins og „ógnvekjandi“ og „hræðilegt“ þegar ferlinu er lýst. Einnig er umbreytingu þeirra ekki jafn stíft fagnað og karlleikaranna og því virðist það ekkert sérstakt afrek fyrir konur að breyta líkama sínum á svo dramatískan hátt. Burt séð frá því þá má ekki gleyma að átröskun er alvarlegur sjúkdómur sem hægt er að halda í skefjum og lækna. Ef grunur er um átröskun getur verið gagnlegt að byrja á að leita á heilsugæsluna. Þar getur heimilislæknir metið vandann og sent tilvísun í átröskunarteymið með samþykki sjúklings. Einnig er tekið við tilvísunum frá fagfólki innan og utan LSH, skólum og öðrum fagadílum. Fólk getur einnig haft sjálft samband við átröskunarteymið með því að senda tölvupóst á atroskun@landspitali.is. Í kjölfarið hefur starfsmaður átröskunarteymis samband símleiðis og metur þörf fyrir beiðni um meðferð.

Helgarkrossgátan

	→	hræringi		sansa	útkjálki
	litað		10		
	drykkur		hrylla		
	dugurinn				
	líkamshluti		barborð	útnes	1
	djásn				
	áreita kona				kvakar
	Teikning: Halldór Andri eftirprentun bommuð	↓	feitina	krossgátugerð: Bjarni sími: 8452510	hrinan
þjóð		3			
næri		verma 2000			ofkæling mann
klístrað				útlím vagga	7
læðir				9	þuklar þreyta
greinir		krækja gapti			líffæri
svarf			2 eins	afundna hávaði	5
		gæðablóð snugga			starfsgrein
ósléttur				málmur	næði 4 eins
fram				ágenga sæmdin	fóstur
		bilfær	galgopar bröltir		
espar				2 eins skemmir	vitstola steðja
vað				fríður hægur	keyrið
	8	álpast iðin			ísað
piþa				skóbotnar gjóta	deig
	2 eins		sáðlönd álasa		maður kvendýr
þvæla				passasöm	
litaðar				fugl	6

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
---	---	---	---	---	---	---	---	---	----

Sudoku

Auðveld

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

Erfið

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

Verðlaunagáta

Helgarkrossgátan inniheldur lausnarorð.

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



FORLAGIÐ

Vinningshafi krossgátu síðustu helgar er ...

Ingibjörg Jónsdóttir

Eystra Þorlaugargerði

900 Vestmannaeyjum

Lausnarorðið var **FÆRILÚS**

Ingibjörg hlýtur að launum bókina Fjallíð



Í verðlaun fyrir gátu helgarbláðsins er bókin **Sláturtíð**

„Eitt dýr í skógi er betra en tvö í búi.“ – Sólveig Boer 2003
Kvikmyndagerðarmaðurinn Ásbjörn Axel tekur að sér að hafa uppi á íslenskri baráttukonu fyrir réttindum dýra sem ekkert hefur spurst til síðan hún sat í fangelsi í Hollandi fyrir skemmdarverk. Leitir leiðir hann á vafasamar slóðir í litríkum félagsskap dýraréttindasinna í Evrópu og smám saman missir hann tókin bæði á verkefninu og sjálfum sér.

Sláturtíð er meinfyndin og spennandi ferðasaga sem kemur lesandanum stöðugt á óvart og veltir jafnframt upp ýmsum hliðum á brýnu samfélagsmálefni.

Gunnar Theodór Eggertsson hefur hlotið verðlaun og viðurkenningar fyrir barna- og unglingabækur sínar Steindýrin og Drauga-Disu en nú er komið að því að hann bjóði fullorðnum lesendum í óvenjulega ævintýraferð. Gunnar skrifaði doktorsritgerð sína um bókmenntir og dýrasíðfræði.

Höfundur: Gunnar Theodór Eggertsson



ÖRYGGISHNAPPUR SECURITAS

ÖRYGGI ÖLLUM STUNDUM

Með öryggishnapp Securitas um úlnið eða háls eykur þú öryggi þitt ef eitthvað kemur upp á. Þú býrð við meira öryggi á heimilinu og aðstandendum líður betur að vita af þér í öruggum höndum.

Þú ýtir á hnappinn, boðin berast samstundis til stjórnstöðvar Securitas þar sem þú færð samband við sérþjálfað starfsfólk. Öryggisverðir Securitas með EMR þjálfun eru alltaf á vakt og bregðast hratt og örugglega við.

Hafðu samband við öryggisráðgjafa Securitas í síma 580 7000 og kynntu þér kosti öryggishnappsins og hvaða annan öryggisbúnað hægt er að hafa með honum.



 **SECURITAS**

Sími 580 7000 | www.securitas.is

Spáð í stjörnumunna

Lesið í tarot Jóns Gnarr

Gæti sest á valdastól fyrr en hann grunar

Jón Gnarr, spéfufl og fyrri-verandi borgarstjóri, hefur marga fjöruna sopið og margir bíða spenntir eftir því sem hann tekur sér næst fyrir hendur. DV ákvað því að leggja fyrir hann tarotspil til að sjá hvað framtíðin ber í skauti sér, en áhugasamir lesendur DV geta dregið sín eigin tarotspil á vef DV.

Góður við sjálf

Fyrsta spilið sem kemur upp hjá Jóni er Sólín. Í hans lífi ríkir mikil gleði, mykt og jafnvægi og einkennist af sköpun,

gleði, allsnægtum og fullnægju. Jón gerðist nýlega vegan og hefur það breytt lífsstíl hans og líðan til muna. Hann nýtur einmitt þeirrar blessunar að hann hugsar ávallt vel um innra jafnvægi og er meðvitaður um að fylla líf sitt af kærlíki. Hann er góður við sjálfid og það sést. Jón á sér stóra drauma og vinnur jákvætt og markvisst að þessum draumum einmitt á þessum tíma. Hann hefur mikinn metnað og er hvergi banginn. Óskir hans eru sannarlega raunhæfar og verða þær að veruleika fyrr en hann grunar. Hann mun öðlast það vald sem hann sækist eftir og mun þetta nýja verkefni gefa honum mikla hamingju.

Sár fortíð

Þetta verkefni gæti vel tengst pólitík þar sem næsta spil hjá Jóni er 9 stafir. Það spil er um margt mjög táknrænt. Bæði táknar það léttleikann sem einkennir Jón á efri

árum, enda veit hann að of mikil alvara þjónar engum tilgangi, og einnig fortíðina, sem hefur oftár en ekki verið stormasöm. Þessi sára reynsla fortíðarinnar drífur Jón áfram í að öðlast velgengi í starfi. Hann hefur upplifað þjáningu og vandamál í æsku en þau efla kjark hans. Jón býr yfir styrk á við heilan her. Hann kann líka að læra af reynslunni og ætlar að nýta öll mistök fortíðarinnar til góðs í þessu nýja verkefni.

Heppinn

Loks er það Hamingjuhjólið. Það er líkt og heillastjarna skíni yfir Jóni. Hann er mjög heill maður og því gefur hann af sér gleði og kærleik og fær það tífalt til baka. Hann þarf að einhverju leyti að gefa sig á vald orlaganna því framtíðin mun koma honum skemmtilega á óvart og færa honum betri tíma. Hann er heppinn og hamingjuhjólið snýst honum í hag. Almenn vellíðan er framtíðin og enginn tími fyrir erfíðleika og ónot. Jón veit að göfgi verður að fylgja göfugum tilgangi og skrefin sem hann stígur um þessar mundir vísa honum á næstu skref inn í hamingjuna. ■



Áhrifavaldur og ráðherraonur – Svona eiga þau saman

Ein heitasta piparjónka landsins, áhrifavaldurinn Sunneva Eir Einarsdóttir, er gengin út ef marka má nýjustu fregnir. Sá heppni heitir Benedikt Bjarnason og er sonur fjármálaráðherra. Ástárlössinn er tiltölulega nýkviknaður og því lék DV forvitni á að vita hvernig þau Sunneva og Benedikt eiga saman ef lesið er í stjörnumerkin.

Sunneva er Ljón en Benedikt er vatnsberi. Þau eru bæði mjög kappsmikil og því einkennir mikil orka og metnaður þetta samband. Þau eiga það til að fara í aðeins of mikla samkeppni við hvort annað sem gæti orðið til þess að sambandið bíður hnekkis en hins vegar er aldrei leiðinlegt í kringum þau Ljóns og vatnsbera.

Þau eru bæði nýjungagjörn og adrenalínafíklar sem skora á hvort annað í alls kyns ævintýri. Það gefur sambandinu mikil skemmtanagildi, þótt stundum gleymist að horfa aðeins á dýpt



fyrir vatnsberann en vatnsberinn getur líka virkað of óstöðugur fyrir Ljónið. Ef þau tala saman um hvað þau virkilega vilja, gera skýra verkaskiptingu á heimilinu og virða hvort annað þá getur þetta samband orðið einstaklega ástríðufullt, öruggt og gott. ■

Sunneva Einars

Fædd 7. ágúst 1996

Ljón

- hugmyndaþrá
- ástríðufull
- örblát
- fyndin
- hrokafull
- þrjósk

Benedikt

Fæddur: 11. febrúar 1998

Vatnsberi

- sjálfstæður
- mannvinnur
- samkvæmur sjálfum sér
- framsækinn
- tilfinningalega lokaður
- fjarlægur

Afmælisdögnir vikunnar

- **20. október** Sigríður Vala Vignisdóttir lífskúnnar, 48 ára
- **21. október** Ingibjörg Haraldsdóttir þýðandi, 77 ára
- **22. október** Jón Óskar listamaður, 65 ára
- **23. október** Þóra Karítas Árnadóttir leikkona, 40 ára
- **24. október** Magnús Jónsson leikari, 54 ára
- **25. október** Björn Þorfinnsson blaðamaður, 40 ára
- **26. október** Gísl H. Guðjónsson réttarsálfræðingur, 72 ára

Stjörnuþá vikunnar

Gildir 20. – 26. október

♈ Hrutur - 21. mars – 19. apríl

Hrutar eru bara með tvo gíra – fimmta og sjötta. Þeir fara annaðhvort hratt eða ofurhratt í gegnum lífið og allt sem því fylgir. Í þessari viku þarftu hins vegar að setja þig í lægri gíra til að leysa ákveðið verkefni sem krefst þolinmæði. Það er ekki þín sterkasta hlið en stundum er gott að koma sjálfum sér skemmtilega á óvart.

♎ Vog - 23. sept. – 22. október

Þú langar að breyta til á heimilinu en þú skalt varast að fara í stórtækar breytingar sem kollvarpa öllu og gera heimilið að vígvelli. Þú skalt fremur einbeita þér að einu herbergi eða afmörkuðu svæði til að dytta að í rólegheitum. Þú þarft nefnilega að gera þér grein fyrir þínum takmörkunum, bæði hvað varðar tíma og fjármagn.

♋ Naut - 20. apríl – 20. maí

Þú er ansi hreinskilin/n og það getur oft verið mikill kostur. Nú lendur þú í félagsskap fólks sem þú þekkir ekki nógu vel til að koma hundráð prósent hreint fram. Einhverjir í þessum félagskap eru höfundarári en gerist og gengur og því þarft þú að gæta orða þinna. Vissulega finnst þér það erfitt en stundum þarf að kyngja stoltinu til að komast lengra.

♌ Sporðdrekki - 23. október – 21. nóvember

Það nægir ekki að plástra vandamálin svo þau hverfi. Þetta veist þú mætavel. Hins vegar freistast þú oft til að loka vandamálin inni í staðinn fyrir að tala um þau. Í vikunni skaltu temja þér að tala um það sem þér liggur á hjarta. Það er aldrei gott að byrgja hluti inni því þá stækka þeir á methraða, svo mikil að plássið dvínar afar skjótt.

♉ Tvíburi - 21. maí – 21. júní

Þú ert búin/n að vera í góðu jafnvægi undanfarir en allt í einu er líkt og stormur skelli á sálina og þú sveiflast á milli gleði og þurðar. Þú skalt hafa hugfast að oft geta veggir verið með eyru. Ef þú deilir heimili með öðrum, tala nú ekki um lítil börn sem heyra allt, skaltu gæta orða þinna og hvernig þú talar um náungann.

♏ Bogmaður - 22. nóvember – 21. desember

Þú skalt velja þinn félagskap afar vandlega, kærni bogmaður. Þú skalt einnig varast baktal og ekki tala um persónuleg mál í opnu rými. Haltu þínu fyrir þig og þína nánustu og varastu að verða of nán/n manneskju sem þú þekkir lítið. Ef þig vantar stuðning þá skaltu ávallt leita til þeirra sem hafa þekkt þig lengi og þú treystir fyrir lífi þínu.

♋ Krabbi - 22. júní – 22. júlí

Þú ert svo dásamlegur að eðlisfari, elsku krabbi, og ert boðinn og búinn að veita hjálparhönd. Það eru sérstaklega margir í þessari viku sem þurfa öxl að gráta á og auðvitað ert þú fyrsta manneskjan á staðinn. Þú þarft samt að passa þig. Góðmennska þín og samkennd er ekki botnlaus. Stundum þarft þú líka að vera góð/ur við þig sjálfa/n.

♏ Steingeyt - 22. desember – 19. janúar

Þú ert full/ur metnaður og hefur augastað á vissri stöðu sem gæti komið sér vel fyrir þig í framtíðinni. En þú þarft að berjast um þessa stöðu og ef það er eitthvað sem þú kannst þá er það að berjast og það á heildarlegan hátt. Heildarleikinn á eftir að koma þér á þann stað sem þú vilt vera á og er sá eiginleiki sem þú mátt aldrei, aldrei gleyma.

♌ Ljón - 23. júlí – 22. ágúst

Þú hefur verið að vinna að verkefni með ákveðnum aðila, hvort sem það er í vinnu eða einkalífi, og kemst á snodir um að þessi aðili sé ekki allur þar sem hann er séður. Það er sárt, enda skiptir þessi manneskja þig miklu máli. Þú skalt halda spilunum aðeins að þér og sjá hvernig rúbertan spillast áður en þú grípur til aðgerða.

♊ Vatnsberi - 20. janúar – 18. febrúar

Ef það að þóknast öðru fólk takmarkar þinn proska þá skalt þú hætta að reyna að þóknast því sí og æ. Þetta er ekkert flókið. Vatnsberinn vill hafa alla góða en stundum þarf maður að slíta sig úr því mynstri til að ná einhverjum framförum. Þú skalt líka fara vel yfir nán sambönd þín við fólk því sum þeirra gætu verið afar óheilbrigð.

♊ Meyja - 23. ágúst – 22. sept.

Það kemur ekki á óvart að meyjur eru fullkomnarsinnar en þú ert einstaklega óhaggandi í þessari viku. Þú vilt bara að hlutirnir séu gerdir rétt (lesist: á þinn hátt). Þú skalt varast að skjóta ekki hugmyndir niður og hafðu frekar samskipti við vinnufélag og fjölskyldu með opnum huga. Stundum hefur þú nefnilega ekki rétt fyrir þér.

♓ Fiskur - 19. febrúar – 20. mars

Einhleypir fiskar eiga von á því að hitta töfrandi manneskju sem gjörsamlega heillar þá upp úr skónum. Þú skalt njóta daðursins og spennunnar en einnig hafa hugfast að þetta er ekki samband til framtíðar og þú veist það. Það þýðir ekki að það sé ekki hægt að skemmta sér – sérstaklega á köldum og löngum vetrarkvöldum.

Til að eiga möguleika þarftu að gerast vinur **DV** á facebook finna gjafaleikinn og tagga einhvern sem á skilið óvæntan glaðning.

Tenerife fyrir 2 fullorðna 13. nóvember í 7 nætur, gist verður á Apartments Paradero I sem er á Amerísku ströndinni, í um 15 mínútna göngufjarlægð frá „Laugaveginum“ sem margir þekkja. Á ströndina eru einungis um 400 metrar.

ÚR FRÁ 24 ICELAND

FERÐ FYRIR 2

Heimsferðir

65" UHD SNJALLSJÓNVARP FRÁ LG

Heimilistæki

MÍÐAR Í ÞJÓÐLEIKHÚSÍÐ

GJAFABRÉF Í LEYNDARMÁL MATARKJALLARANS

SVARTI SAUÐURINN BORDSPIL (16+)

20.000 KRÓNA GJAFAKORT

2 MÍÐAR Á ÍSLAND - ANDORRA

BLACKBOX PIZZA GJAFABRÉF FYRIR FJÖLSKYLDUNA

GJAFALA LEIKUR!

DV GLEÐUR LESENDUR

**HEILDARVERÐMÆTI VINNINGA
RÚMLEGA MILLJÓN**

Á SUÐUPUNKTI Á SKAGANUM

■ Agnes Joy stendur fyrir sínu ■ Reynið að koma auga á Gardar Gunnlaugsson

Tómas Valgeirsson
tomas@dv.is



Agnes Joy Einarsdóttir er óskaplega venjuleg nítján ára stúlka á Akranesi. Lífið á Skaganum er viðburðalítið, draumarnir eru ýmsir og fjarlægir og eitthvað gengur illa að ná sambandi við foreldrana. Dæmigerðari verða vanda málin ekki.

Skemmst er þó frá því að segja að myndin snýst í raun og veru ekki um hina týndu en umburðarlyndu Agnesi, heldur móður hennar, Rannveigu, sem er einnig stödd í sinni eigin tilvistarkreppu. Hjónabandið er á síðasta snúningi, vinnan hjá fjölskyldufyrirtækinu er íþyngjandi og einsleit og einkennist samband þremminganna á heimilinu af stjórnsemi, spennu og uppreisn Agnesar. Lífið fer þó á hliðina þegar Hreinn nokkur, myndarlegur sjónvarpsleikari, flytur í næsta hús og blandar geði við fjölskylduna. Annaðhvort er hrein martröð í uppsiglingu eða nákvæmlega þau tímamót sem fjölskyldan þarfnast til að hægt sé að brjóta skelina.

Það sést þarna strax á uppstillingu vesældarformúlunnar að Agnes Joy fer ekki beinlínis ótroðnar slóðir í tengslum við umfjöllunarefnið. Einmana-leika, stöðnun, langanir á gráum svæðum og ekki síður undarlega ástarþríhyrninga (ekki síst innan fjölskyldunnar) hefur verið unnið með áður, með kómískum og dramatískum hætti. En þótt Agnes Joy búi ekki yfir sama biti og ferskleika og til dæmis 101 Reykjavík tekst myndinni að finna sinn eigin stíl í frásögninni og komast hjá því að verða þessi klassíska íslenska „kvótamynd.“ Kostirnir skrifast á máttulega hnyttið handrit, sannfærandi sögu og lágstemmdan stórleik hjá flestu fólki sem þrýðir tjaldið.

Eins og ásætlanlegu drama sæmir býr ýmislegt meira undir yfirborði persónanna en upphaflega kemst til skila. Myndin fjallar um stjórn, þrá og tengingarleysi í tærri, grátbroslegri mynd. Sagan heldur góðum dampi og rennslið er algjörlega fitusnautt. Persónur eru í heildina vel teiknaðar upp en þó mætti segja að titilpersónan sjálf komi síst vel frá sínu og líður hún fyrir það að handritið setji dýpri fókus á móður hennar.

Frá tæknilegum hliðum er fátt út á myndina að setja. Myndin er faglega unnin en öðlast aukinn sjarma í gegnum leikstjórn Silju Hauksdóttur og einlæg tók hennar á persónudeilum jafnt sem framvindu myndarinnar. Áhorfandinn finnur fyrir suðupunktinum í samskiptum fjölskyldunnar í hverri senu og magnast upp grátbrosleg spennu í kringum þær. Afraksturinn rís svólítið og fellur á leikurunum sem gæða lífi hversdagslegar og trúverðugar persónur og í því samhengi fer ekki á milli mála að Katla Margrét



Þorgeirsdóttir eigi þessa mynd skuldlaust í hlutverki Rannveigar.

Það er auðvelt að afskrifa Rannveigu sem stjórnsama, stífa og erfiða en áhorfandinn finnur hægt og rólega fyrir þeim ósæða þrýstingi sem hún verður fyrir – og ekki skánar andlega líðanin mikið með sífelldri umsjón á hennar eigin móður. Donna Cruz gerir allt og meira við Agnesi en handritið býður í rauninni upp á og fer hvergi sena með henni til spillis. Anna Kristín Arngrímsdóttir er einnig óborganleg sem amma hennar og móðir Rannveigar.

Björn Hlynur Haraldsson fer létt með að gera leikarann Hrein að fjöllaga persónu og Þorsteinn Bachmann sýnir enn og aftur að hann hefur náð fullkomnum tókum á öllum stillingum sem fylgja dæmigerðum, íslenskum milli-stéttarhöfðum. Kristinn Óli Haraldsson (Króli) dúkkar þarna líka upp en handritshöfundar eru eitt-



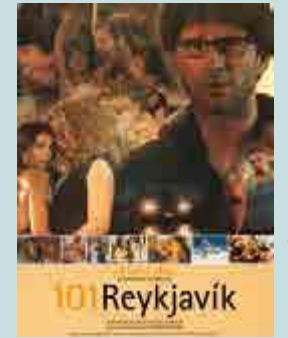
hvað úti á túni með hvað eigi að gera við þá persónu. Á tímabili er eins og hann hafi mikið vægi í frásögninni, en það leysist fljótt upp. En verr má nú gera með rauðu síldina, jafnvel þótt hún sé eilítil klisja.

Undir lokin eru nokkrar ódýrar lausnir í handritinu notaðar til að binda endi á ákveðna þræði og má segja að hið ósagða sé ekki alltaf betra. Myndin hefur í raun

engan fullnægjandi endi og fellur handritið svólítið um sjálft sig þegar þemunum er skellt undir smásjána. En burtséð frá því öllu er Agnes Joy hugguleg, fyndin, listilega vel leikin og ánægjulega mannleg án þess að vera eitthvað stórlega grípandi í frásögninni eða frumleg. Stundum er ágætt bara best og ágæti Agnesar verður svo sannarlega ekki rífið frá henni. ■

Í stuttu máli: Einföld og vel gerð mynd sem leikur sér að mannlega þættinum og hlær að honum um leið. Katla Margrét hefur aldrei verið betri.

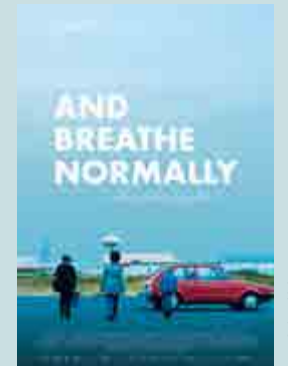
Sjáðu þessa ef þú kannt að meta:



101 Reykjavík



Paris norðursins



Andið edlilega



Undir trenu



The Diary of a Teenage Girl

Haustvörurnar eru komnar



gæludýr.is

YFIRHEYRSLAN

Einn maður í rosalega skammsýnum heimi

Kristján Eldjárn er tónlistarmaður, myndlistarmaður og doktorsnemi í stærðfræði og tölvunarfræði við California Institute of Technology. Fyrir utan tónlist, vísindi og listir hefur hann mikinn áhuga á fjallgöngum, líkamsrækt, matseld og pottaplöntum. Kristján er í yfirheyrslu helgarinnar.

Hvar líður þér best?

Í Svarfaðardal. Ég fór þangað í sumar í fyrsta skipti í þrjú ár eftir að hafa búið úti og ég upplifði alveg líkamlegan létti við það að koma þangað eftir svona langa fjarveru. Þar á eftir líður mér best uppi á einhverjum fjallstíndi. Svo líður mér reyndar alveg rosalega vel heima í stofu líka.

Hvað óttastu mest?

Hamfarahlýnun og allar þær hörmungar sem henni fylgja. Ég reyni að gera eins og ég get til að leggja mitt af mörkum, en þegar upp er staðið er maður bara einn maður í rosalega skammsýnum heimi.

Hvert er þitt mesta afrek?

Í sumar bjargaði ég mjög þreyttri býfluglu sem flaug inn í íbúðina

mína með því að gefa henni sykurvatn og leyfa henni að hvíla sig þangað til hún var orðin hress.

Furðulegasta starf sem þú hefur tekið að þér?

Úff, þau eru svo mörg skrytín. Ég vann til dæmis við fornleifauppgröft þegar ég var 15 ára og gróf meðal annars á Lögbergi, okkar helgustu véum. Þegar ég var unglingur vann ég svo í nokkur sumar sem safnvörður á Árbæjarsafni, í einhverjum íslenskum kotbónda-klæðnaði frá níttjándu öld.

Hver væri titillinn á ævisögu þinni?

Ævintýri mannsins sem gat ekki valið hvað hann ætlaði að verða þegar hann yrði stór.

Hvernig væri bjórinn Kristján?

Það væri örugglega einhver uppskrift sem væri vísindalega þróuð til að vera besti bjór í heimi, en svo á seinustu stundu hefði einhver ákveðið að bæta einhverjum geðveikt skrytnum innihaldsefnum og mosagrænum matarlit út í. En á einhvern hátt myndi þetta virka og vera ótrúlega góður bjór.

Besta ráð sem þú hefur fengið?

Berðu á þig sólarvörn þrátt fyrir að það sé skýjað.

Hvert er leiðinlegasta húsverkið?

Mér finnst húsverk eiginlega bara frekar næs. Ég set bara á einhverja góða tónlist og tæmi hugann af öllum þeim hugmyndum og skyldum sem eru venjulega að velkjast þar. Mér finnst líka svo gott að hafa hreint í kringum mig, þannig að ég upplifi ákveðna eftirvæntingu meðan ég er að sinna húsverkunum.

Besta bíómynd allra tíma?

Sódóma Reykjavík.

Hvaða hæfileika myndir þú vilja búa yfir?

Ég væri til í að vera betri í að búa til „poached“ egg – sem heita hleypt egg á íslensku.

Hver er mesta áhætta sem þú hefur tekið?

Líkamlega held ég að það sé að stökkva fram af kletti ofan í hyl við Hermit Falls í fjöllum norðan við Los Angeles. Eftir á frétti ég að árlega deyja nokkrar manneskjur á þessum stað. Fjárhagslega og andlega er það líklega að flytja 6.000 kílómetra frá fjölskyldu og vinum til þess að hefja doktorsnám við mjög krefjandi háskóla.

Hvaða frasi eða orð fer mest í taugarnar á þér?

Ég á mjög erfitt með það þegar fólk segir „víst að“ í staðinn fyrir „fyrst að“ og þegar fólk segir „ristavél“ í staðinn fyrir „brauðrist“.

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

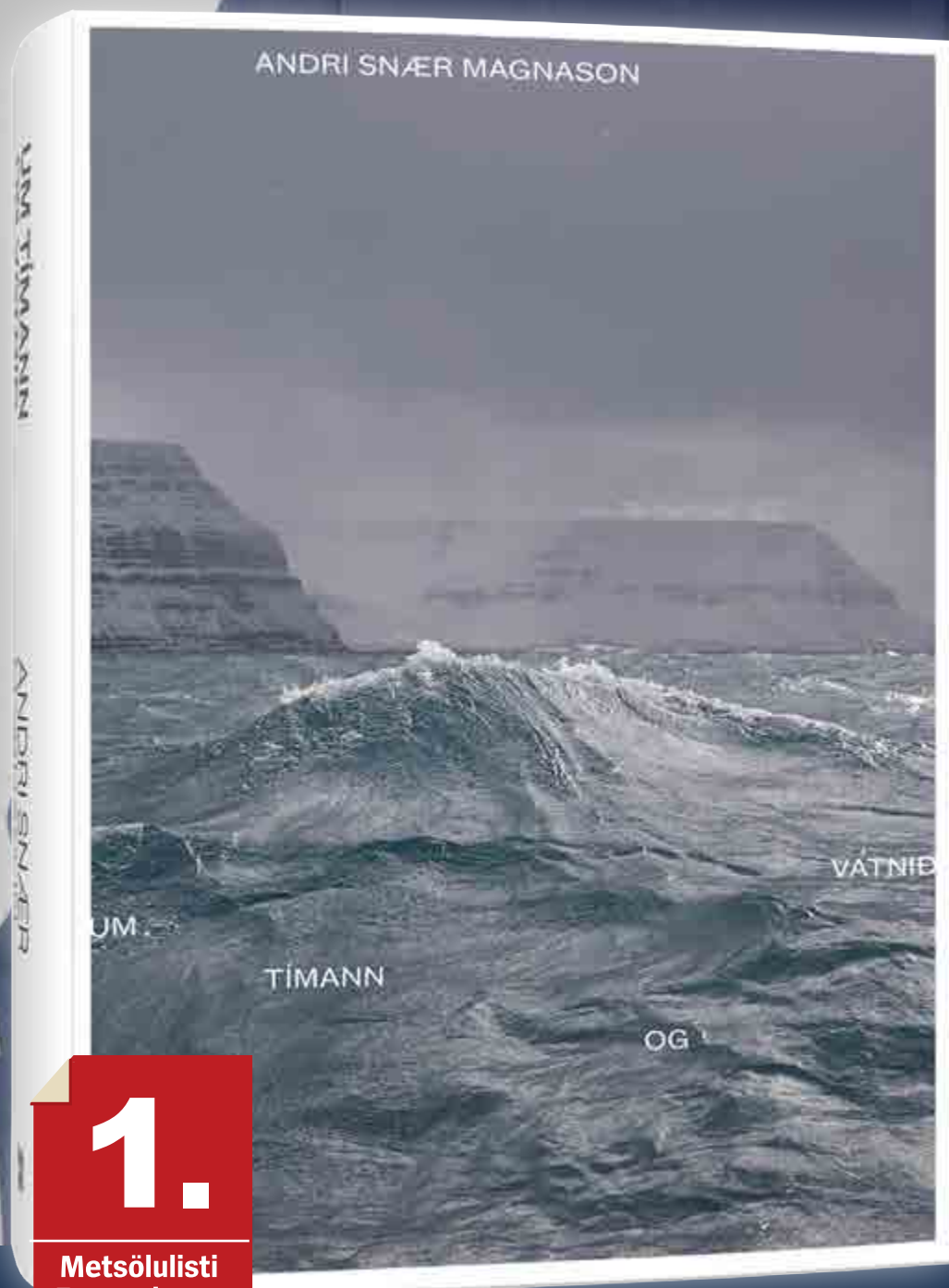
Skissubækur og ritföng. Þetta er farið að nálgast öfgar. Það er eitt-hvað við góða blýanta og penna sem ég á mjög erfitt með að standast og mér tekst einhvern veginn alltaf að réttlæta fyrir mér að eitthvert tiltekið verkefni sem ég er að vinna að krefjist sinnar eigin skissubókar. Kosturinn við þetta er hins vegar sá að það er ótrúlega góð tilfinning að sjá röð af útfulltum og snjáðum skissubókum uppi á hillu hjá sér, sem minjagripi um það sem maður hefur áorkað.

Hvað er á döfinni hjá þér?

Ég er að fara að gefa út hljómplötu núna 25. október með hljóm-sveitinni minni, Sykri. Við erum búin að vinna að henni heillengi og höfum lagt mikið í hana, þannig að ég er mjög spenntur fyrir því. Í framhaldi af því taka við ný tónlistar- og myndlistar- og forritunarverkefni sem ekki er alveg tímabært að svipta hulunni af. Samhliða því er ég svo að vinna að rannsóknum og að því að klára doktorsnámið mitt.



TÍMA- MÓTA- VERK



BJÖRN BJARNASON / MORGUNBLAÐIÐ



BRYNHILDUR BJÖRNSDÓTTIR / FRÉTTABLAÐIÐ

Andri Snær fjallar um stærsta viðfangsefni mannkynsins: loftslagsmálin

Um tímann og vatnið er í senn persónuleg ferðasaga og vísindaleg greining þar sem ævafornar goðsagnir og sjálfur Dalai Lama koma við sögu

1.

Metsölulisti
Eymundsson
ALLAR BÆKUR
Vika 9.-15. okt.



LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið alla virka daga 10-18 | Laugardaga 11-16 | www.forlagid.is

Nauðalíkur sækir líkan heim

Magnús Harðarson er nýr forstjóri Kauphallarinnar, Nasdaq Iceland, en það var tilkynnt í vikunni. Hann hóf störf strax og tók við forstjórastólnum af bróður sínum, Páli Harðarsyni. Páll, sem hefur gegnt starfi forstjóra Nasdaq á Íslandi síðan árið 2011, hefur verið skipaður fjármálastjóri evrópskra markaða hjá Nasdaq, European Markets. Hann situr í framkvæmdastjórn European Markets, en undir það heyrja allir markaðir Nasdaq í Evrópu og á Norðurlöndunum.

Það kemur ekki á óvart að Magnús og Páll séu líkir í útliti, enda tvíburar, fæddir á því herrans ári 1966, nánar til tekið þann 14. febrúar. Þeir eiga þó margvíslegt annað sameiginlegt en útlitið þar sem þeir hafa fylgst að

í gegnum tíðina. Magnús og Páll eru báðir menntaðir hagfræðingar og nældu sér báðir í doktorsgráðu í fræðunum við Yale-háskóla í New Haven í Connecticut í Bandaríkjunum, virtum skóla, svo ekki sé meira sagt.

Þeir tvíburabræður hafa því fetað ansi svipaða náms- og atvinnubraut. Það sem vekur enn meiri athygli er hve samrýmdir þeir eru í einkalífinu. Þeir eyða miklum tíma saman og búa meira að segja saman í Foldahverfinu í Grafarvogi, ef marka má skráningu í símaskrá. Þar búa þeir ásamt eiginkonu Páls, Deborah Hughes, og börnum þeirra. Húsið, sem er tæpir fjögur hundruð fermetrar að stærð, keyptu þau í maí árið 2005. Þá áttu Páll og Deborah tæplega þrjátíu prósent hlut í húsinu hvort um sig og Magnús rúm-

lega fjórutíu prósent hlut. Í september árið 2017 seldi Magnús hins vegar hjónunum sinn hlut samkvæmt fasteignaskrá en býr þar enn. Í dag eiga Páll og Deborah hvort um sig helmingshlut í húsinu.

Húsið í Grafarvuginum er glæsilegt og verður fasteignamat næsta árs 93,4 milljónir. Brunamótamat hússins er rúmlega 102 milljónir, en þess má geta að önnur íbúð er í húsinu í eigu annars pars og er sú íbúð tæplega 86 fermetrar að stærð.



Magnús Harðarson.

Páll Harðarson.

Tæpum 10 kílóum léttari

Vala Grand hefur heldur betur breytt um lífsstíl síðustu mánuði, eins og fylgjendur hennar á samfélagsmiðlum hafa tekið eftir. Vala hefur verið dugleg að hreyfa sig og taka mataræðið í gegn og árangurinn hefur ekki látið á sér standa. Hún hefur lést um níu kíló síðan í maí og er hvergi nærri hætt. Vala er hvað þekktust fyrir að hafa talað opinskátt um líf sitt sem transkona og sýnir fylgjendum sínum á Instagram reglulega hvaða æfingar hún stundar.



Túrhláup

Alexía Björg Jóhannesdóttir, kynningarstjóri Hörpu, vill opna umræðuna um blæðingar kvenna sem æfa hlaup. Alexía skrifar pistil á vefnum Vertu úti og segir til að mynda að í þjálfun fyrir hlaup fari þjálfarar yfir alls kyns fróðleik en minnst ekki einu orði á blæðingar. Þessu vill Alexía breyta. „Flestir kjósa auðvitað frekar að nota álfabíkar, túrtappa eða einfaldlega bara dömbubindi á hlaupunum. Allt þetta getur þó verið truflandi og pirrað auðveldlega. Hér er besta lausnin alltaf einstaklingsbundin, og engin snilldaralhlíðalausn verið hönnuð ennþá,“ skrifar Alexía og bætir við að það þurfi að ræða um blæðingar í hlaupum svo konum fallist ekki hendur þegar þessi tími mánaðarins bankar á dyr.

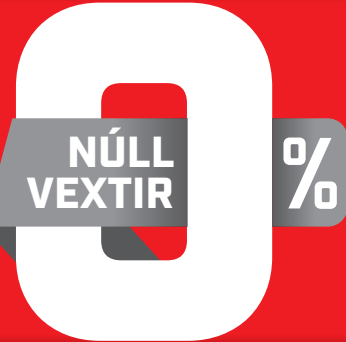


Dö... þeir eru vatnsberar, ekki tvíburar!

Loki



ENN MEIRA ÚRVAL Á NÝJU BÍLAPLANI KRÓKHÁLSI 9 OG Á BENNI.IS



NOTAÐIR BÍLAR

Við förum alla leið og bjóðum núll prósent vexti við fjármögnun á völdum notuðum bílum, í takmarkaðan tíma.

TRYGGÐU ÞÉR:

- Enga vexti
- Engin lántökugjöld
- Hraðari eignamyndun
- Lægri mánaðargreiðslur



445857

OPEL CORSA INNOVATION
Skráður: 2018 / Bensín
Sjálfskiptur / 57.000 km.
VERÐ: 2.190.000 KR.



720017

SSANGYONG REXTON HLX
Skráður: 2014 / Dísel
Sjálfskiptur / 112.000 km.
VERÐ: 2.590.000 KR.



590362

NISSAN JUKE CENTA PLUS
Skráður: 2016 / Bensín
Sjálfskiptur / 29.000 km.
VERÐ: 2.990.000 KR.



750038

NISSAN QASHQAI TEKNA
Skráður: 2018 / Dísel
Beinskiptur / 60.000 km.
VERÐ: 3.290.000 KR.



445892

OPEL MOKKA 4X4
Skráður: 2018 / Bensín
Sjálfskiptur / 60.000 km.
VERÐ: 3.490.000 KR.



445622

TOYOTA C-HR
Skráður: 2018 / Bensín
Sjálfskiptur / 50.000 km.
VERÐ: 3.490.000 KR.



445880

SSANGYONG TIVOLI XLV DLX
Skráður: 2017 / Dísel
Sjálfskiptur / 60.000 km.
VERÐ: 2.650.000 KR.



445800

RENAULT CAPTUR
Skráður: 2015 / Dísel
Beinskiptur / 55.000 km.
VERÐ: 1.890.000 KR.



445824

SSANGYONG KORANDO DLX
Skráður: 2017 / Dísel
Beinskiptur / 57.000 km.
VERÐ: 2.490.000 KR.



445842

HYUNDAI I30
Skráður: 2019 / Bensín
Sjálfskiptur / 27.000 km.
VERÐ: 3.190.000 KR.



150243

OPEL ASTRA INNOVATION ST
Skráður: 2018 / Bensín
Sjálfskiptur / 1.000 km.
VERÐ: 3.890.000 KR.



720005

CHEVROLET CRUZE
Skráður: 2014 / Bensín
Beinskiptur / 121.000 km.
VERÐ: 1.050.000 KR.



benni.is

Reykjavík
Krókháls 9
Sími: 590 2035

Reykjanesbær
Njarðarbraut 9
Sími: 420 3330

Opnunartímar:
Virka daga 9-18
Laugardaga 12-16