



Aðalsteinn Helgason
83 milljónir



Jón Óttar Ólafsson
91 milljón



Arna Bryndís Baldvins McClure
43 milljónir

15. NÓVEMBER 2019 / 46. TBL. 109. ÁRG. / VERÐ 995 KR.

DRV

SVONA BÚA SAMHERJAR



Ég held að ég geti elskað

■ Friðrik Ómar skildi eftir ellefu ára samband ■ Skilnaður foreldra í æsku var vendipunktur ■ Brugðið yfir Samherja-skjölunum - „Við erum í miðjum storminum núna“



Hjá Smára Hólm
færðu alhliða ryðvörn fyrir

- bíllinn
- bátinn
- grillið
- felgur
- hjólið
- vélina

Sími 861 7237

NATTURULEG BILARYÐVÖRN

Fyrirverandi Heiðdísar stígur fram

„Hún ætlaði að skera af mér typpið“




Aldrei að skafa! Með Webasto bílahitara



Þú hitar bílinn með fjarstýringu og nýtur þannig þæginda og öryggis

Webasto
Feel the Drive

Bilasmíðurinn hf. Bíldshöfða 16 - 110 Reykjavík - sími 5672330 - www.bilasmíðurinn.is - bilasmíðurinn@bilasmíðurinn.is



Fleyg orð

„Ef þú reynir stöðugt að vera eðlilegur, munt þú aldrei vita hversu frábær þú getur orðið.“

– Maya Angelou

Á þessum degi, 15. nóvember



1859 – Ólympíuleikar Zappas voru settir í Apenu í fyrsta sinn.



1920 – Fyrsti fundur Þjóðabandalagsins var haldinn í Genf í Sviss.



1978 – Farþegabotan Leifur Eiríksson í eigu Loftleiða fórst í aðflugi á Colombo á Srí Lanka og fórust með henni 197 manns.



1990 – Samþykkt var í borgarstjórn Reykjavíkur að gefa afgreiðslutíma verslana frjálstan.



2008 – Hátt í tíu þúsund manns mótmæltu á Austurvelli vegna efnahagskreppunnar.



” Murcia er sjötta stærsta borg Spánar en þar búa um 450 þúsund manns

Icelandair kannar áætlunarflug til Murcia

■ Enn mikil óvissa um flugáætlun ■ Icelandair flýgur mest til Spánar í leiguflogi

Audur Ösp Guðmundsdóttir
audur@dv.is



Viðræður standa yfir á milli Icelandair og ferðamálayfirvalda í Murcia um að hefja beint flug til borgarinnar árið 2021. Spænski fréttamiðilinn Murcia Today greinir frá þessu.

Viðræður fóru fram á ferðasýningunni World Travel Market sem haldin var í London dagana 4.–6. nóvember síðastliðinn. Sýningin er haldin árlega og er ein af stærstu sýningunum fyrir fagaðila í ferðapjónustu en þar býðst fyrirtækjum í ferðapjónustu tækifæri til að kynna sig og koma á

viðskiptasamböndum.

Fram kemur að Icelandair hafi verið á meðal þeirra sem sýnt hafi áhuga á því að bjóða upp á áætlunarflug á milli Keflavíkur og alþjóðaflugvallarins í Murcia. Flugvöllurinn er staðsettur í bænum Corvera sem er í rúmlega hálf tíma akstursfjarlægð frá Murcia.

Murcia er sjötta stærsta borg Spánar en þar búa um 450 þúsund manns. Borgin er í rúmlega klukkustundar akstursfjarlægð frá „Íslendinganýlendunni“ Torre Vieja.

Fram kemur að íbúaföldi Íslands geti seint talist mikill og því er talið ólíklegt að Íslandsflug muni hafa mikill áhrif á ferðamannageirann í borginni. Það sé engu að síður

kærkomin tilbreyting að fá Íslendinga til borgarinnar, enda hafi Bretlandsflug verið í algörum meirihluta hingað til. Þá fái heimamenn einnig tækifæri til að flýja hitamolluna á Costa Cálida yfir sumartímamann og komast í ögn kaldara loftslag.

Óvissa með flugáætlun

Áætlunarflug Icelandair til Spánar hefur takmarkast við sumarflug þótt Icelandair fljúgi miklið til Spánar en þá fyrir íslenskar ferðaskrifstofur. Ef flug til Murcia gengur eftir verður því breyting á. Ljóst er að norska lággjaldflugfélagið Norwegian hefur stigið fast til jarðar í flugbransanum

á Íslandi með auknu áætlunarflugi frá Íslandi til Spánar. Hvort það hafi áhrif á áætlanir Icelandair um flug til Murcia er ekki gott að segja. Hins vegar hefur lítið verið gefið upp um viðbætur við flugáætlun Icelandair síðustu mánuði. Einu nýjungarnar sem hafa verið kynntar að undanfögnu er að hætt verður flugi til San Francisco og Kansas City næsta sumar. Það er í raun margt óljóst um hvernig flugáætlun Icelandair verður háttáð á næsta ári og yfir sumartímamann. Óvissa er um hvort sætaframboð dragist saman eða aukist og helgast það kannski af þeirri óvissu sem kyrrsetning MAX-potanna hefur í för með sér. ■

5 skemmtistaðir sem brunnu

Glaumbær – 1971

Glaumbær var stórvinsæll skemmtistaður og heimastaður margra íslenskra Bítlabanda. Eldsupptök eru ókunn en staðurinn var mannlaus þegar eldurinn kom upp, en einhver hljóðfæri fastra hljómsveita brunnu til kaldra kola.



Klúbburinn – 1992

Klúbburinn í Borgartúni 32 var stofnaður sem veitingastaður árið 1960 í þriggja hæða skrifstofuhúsi með kjallara Eftir miðnætti aðfaranótt mánudagsins 3. febrúar árið 1992 fékk slökkviliðið tilkynningu um að eldur væri laus í húsinu. Lögregla taldi að um íkveikju hefði verið að ræða þar sem eldur hafði blossað upp á þremur stöðum.



Tunglió – 1998

Einn af stærstu eldsvoðum í sögu miðborgarinnar kom upp á skemmtistaðnum Tunglinu við Lækjargötu 2. Húsið gjöreyðilagðist og var rífið í kjölfarið. Nýtt hús var reist á reitnum sem hýsir nú meðal annars Hard Rock Café og Grillmarkaðinn.



Batteríó – 2010

Einn skammlífasti skemmtistaður Reykjavíkur var Batteríó sem var í Hafnarstræti 1 til 3. Staðurinn var ekki ætlaður fyrir ungmenni heldur var áherslan lögð á fólk á fertugsaldri og upp úr, en hann hafði aðeins starfað í ár þegar hann brann.



Pravda – 2007

Um tvö leytið miðvikudaginn 18. apríl árið 2007 kom upp eldur í húsum við Lækjargötu og Austurstræti og breiddist hratt út. Eldurinn er talinn hafa blossað upp út frá loftljósi í upplýsingamiðstöð fyrir ferðamenn en síðan læst klónum í nærliggjandi hús.



Litli klettur

ENGIN VANDAMÁL,
BARA VERKEFNI SEM ÞARF AÐ LEYSA



KRANINN Á BÍLNUM ER 12 TONNA ☀

LENGD ER 28M ☀

LYFTIGETA 12TONN ☀

EF HÝFT ER Í 28M ÞÁ ER ☀

LYFTIGETA 300 KG

Hver er hún



- Hún er fædd þann 7. desember árið 1962
- Hún útskrifaðist frá Leiklistarskóla Íslands árið 1987.
- Hún hlaut Grímuverðlaunin fyrir leik sinn í Heimsljósi og Pétri Gauti.
- Landsmenn þekja hana margir sem „guggan“ úr vaktarseríunum.

SVAR: ÓLAFJA HRÖNN JÓNSDÓTTIR

Það er staðreynd að...



Á meðalævi mun hjartað deila næstum 1,5 milljónum tunna af blóði, sem er nóg til að fylla 200 tankbíla.



Matt LeBlanc var kominn með grátt í hár þegar Friends hófu göngu sína og þurfti að lita það reglulega næstu tíu árin.



Hákarlar eru ónæmir fyrir krabba-meini.



Hitler, Mússólíni og Stalín voru allir tilnefndir til friðarverðlauna Nóbels.



Sjú viðgratöflur eru seldar á hverri sekúndu.

„ÉG ER BÚIN AÐ TAPA LÍFINU SEM ÉG ÁTTI“

■ Segir ranga lyfjagjöf hafa eyðilagt heilsu hennar ■ Endaði með fjólubláan fót og öndunarerfiðleika ■ Segir lækni hafa gert lítið úr einkennum

Auður Ösp Guðmundsdóttir
audur@dv.is



Ivana Díaz Mustafa segir vanrækslu lækna á bráðamóttöku Landspítalans og sjúkrahúsins á Akranesi hafa leitt til þess að hún er óvinnufær í dag. Hún hyggst leita réttar síns í málinu og segir mistök lækna hafa haft hörmulegar afleiðingar. Ivana er 21 árs en hún er fædd í Mexíkóborg. Hún flutti til Íslands í september 2016 en áður en veikindi hennar hófust starfaði hún sem snyrti- og naglafræðingur.

Féll tvisvar í yfirlíð

Í janúar 2018 var Ivana í Mexíkóborg og fór til lækni sem skrifaði upp á hormónagetnaðarvörn. Í febrúar fór hún aftur heim til Íslands en í byrjun apríl fékk hún skyndilega blæðingar sem hættu ekki. Segist hún hafa haft samband við lækinn í Mexíkóborg sem hafi ráðlagt henni að hætta inntöku lyfsins. Þann 27. apríl leitaði Ivana á bráðamóttöku Landspítalans í Fossvogi, eftir að hafa blætt stanslaust í 25 daga. „Það var búið að líða yfir mig tvisvar sinnum stuttu áður en ég kom á spítalann og ég var orðin mjög veikburða.“

Hún segir starfsfólk bráðamóttökunnar ekki hafa sýnt ástandi hennar nokkurn skilning, heldur hafi henni verið tjáð þurrlega að ekki væri um bráðatilfelli að ræða. „Mér var sagt að ég myndi þurfa að greiða 600 þúsund krónur bara fyrir innlögn, og aukalega fyrir allar skoðanir og rannsóknir. Þegar ég sagðist vera með sjúkdómstryggingu hjá Sjóvá var mér sagt að fara og tala við tryggingafélagið „og koma svo kannski aftur eftir það.“

Ivana segist hafa leitað á Læknavaktina í kjölfarið og hitt þar heimilislækni. Hann hafi skrifað upp á blæðingalyf, Cyklokapron, auk lyfs sem gefið er vegna járnskorts og blóðleysis. „Ég vaknaði daginn eftir með verki í kviðnum og átti erfitt með að anda.“

Hún segir líðan síðan hafa hríðversnað næstu daga og að lokum hafi hún hringt í kvensjúkdómalækni móður sinnar í Mexíkóborg, sem hafi sagt henni að hætta samstundis að taka inn blæðingalyfið, og hringja aftur daginn eftir. Ivana segist hafa vaknað daginn eftir, enn sárkvalin, og ákveðið að leita á sjúkrahúsið á Akranesi, í von um að fá þar læknishjálp. Eftir að hafa reitt fram 14.200 krónur, var

henni vísað inn til lækni.

„Hann sagði við mig: „Ég er ekki að segja að þú sért að þykjast, en ég hef séð fólk sem er kvalið, og þú ert ekki kvalin.“

Hún segir lækinn hafa skrifað upp á hormónalyf og verkjalyf, en ekkert spurt út í sjúkdómasöguna. „Þegar vinkona mín, sem kom með mér, spurði hvort hann ætlaði ekki að skoða mig neitt meira eða skrifa upp á fleiri lyf, þá sagði henni að fara út út herberginu.“

Ivana segir að eftir henni var tjáð af starfsmanni apóteksins að lyfin sem henni hafði verið ávísað væru hormónar og verkjalyf, hafi hún farið aftur á spítalann og krafist þess að fá að hitta annan lækni. „Mér var þá vísað á annan lækni sem tók blóðprufur og mældi blóðþrýsting og hita og lét síðan kvensjúkdómalækni skoða mig.“

Ivana segist því næst hafa verið send heim með tvær gerðir af sýklalyfjum. Hún hafi farið aftur til Reykjavíkur eftir þetta og eytt deginum í rúminu, en verkirnir hurfu ekki heldur fóru versnandi með hverri mínútu. Hún hafi fengið verk í fótlegg og átt stöðugt erfiðara með andardrátt. „Daginn eftir vaknaði ég með hjartsláttartruflanir og ólýsanlegan sársauka. Vinstri fóturinn var orðinn stokkbólgin og fjólublár á litinn.“ Systir Ivönu og mágur hringdu á sjúkrahús og var Ivana flutt á bráðamóttöku, þar sem hún gekkst undir blóðprufur og myndatöku. Hún reyndist vera með segamyndun í bláæðum og lungnasegarek, sem rakið er til þess að henni voru áður ávísuð hormónalyf.

Engin eftirfylgni

Ivana var lögð inn á hjartadeild í kjölfarið, þar sem hún gekkst undir frekari rannsóknir. Hún segir engan af þeim læknum sem hún hitti hafa sinnt henni lengur en í nokkrar mínútur, og hún hafi heldur aldrei hitt sama lækinn, fyrir utan einn. Henni voru gefin viðeigandi lyf og verkjalyf.

Ivana segist hafa verið útskrifuð af sjúkrahúsinu 6. maí. „Ég fékk engar leiðbeiningar um framhaldið eða hvernig ég ætti að fara að því að jafna mig heima. Það sagði mér enginn hvað ég ætti að gefa mér mikinn tíma í að hvíla mig eða hversu mikið ég mætti hreyfa mig. Ég fékk engar sérstakar ráðleggingar eða leiðbeiningar og ég hafði enga hugmynd um hvort ég ætti að vera vakandi fyrir einhverjum einkennum.“



Við heimkomuna var hún áfram með stöðuga verki, og í ofanálag hafi hinn fóturinn byrjað að bóligna líka. Leitaði hún enn og aftur á bráðamóttökuna, þar sem fóturinn var mældur og hún gekkst undir sneiðmyndatöku en síðan sagt að þræðing væri of áhættusöm. Ivana segist hafa hitt lungnasérfræðing nokkrum vikum síðar, þann 16. maí, en hann hafi samstundis fyrirskipað þræðingu og sagt henni að hún hefði fyrir löngu átt að gangast undir slíka aðgerð. Ivana segir heilsu sína í rúst eftir þetta. „Ég hef ekki tölu á því hversu oft ég hef þurft að leita á bráðamóttöku undanfarna mánuði, og það virðist ekkert hægt að gera til að hjálpa mér. Ég var stöðugt fjarverandi úr vinnu og endaði á því að hætta í vinnunni, sem ég hafði haft mjög gaman af og gaf mér góðar tekjur.“

Dagarnir líða hægt

Ivana segir augljóst að veikindi hennar megi rekja til vanrækslu lækna. „Ég væri ekki í þessari stöðu ef einhver aflæknunum sem ég hitti hefði sýnt raunverulegan áhuga á því að finna út hvert vandamálið var. Ef einhver þeirra hefði kannað sjúkdómasöguna mína,“ segir hún. „Það erfiðasta við þetta allt saman er að ég er búin að tapa lífinu sem ég átti, rútnunni minni. Bara það að ganga upp stiga, eða ganga

„Ég get ekki gert neitt nema vera heima, ég get ekki farið út og hitt fólk

nokkra metra er þrekaun. Ég get ekki gert neitt nema vera heima, ég get ekki farið út og hitt fólk. Dagarnir líða mjög hægt að og það er mjög erfitt að halda dampi. Ég get ekki sinnt heimilinu, en sem betur fer er maðurinn minn til staðar og getur hjálpað mér, auk þess sem foreldrar mínir hafa komið og verið til staðar.“

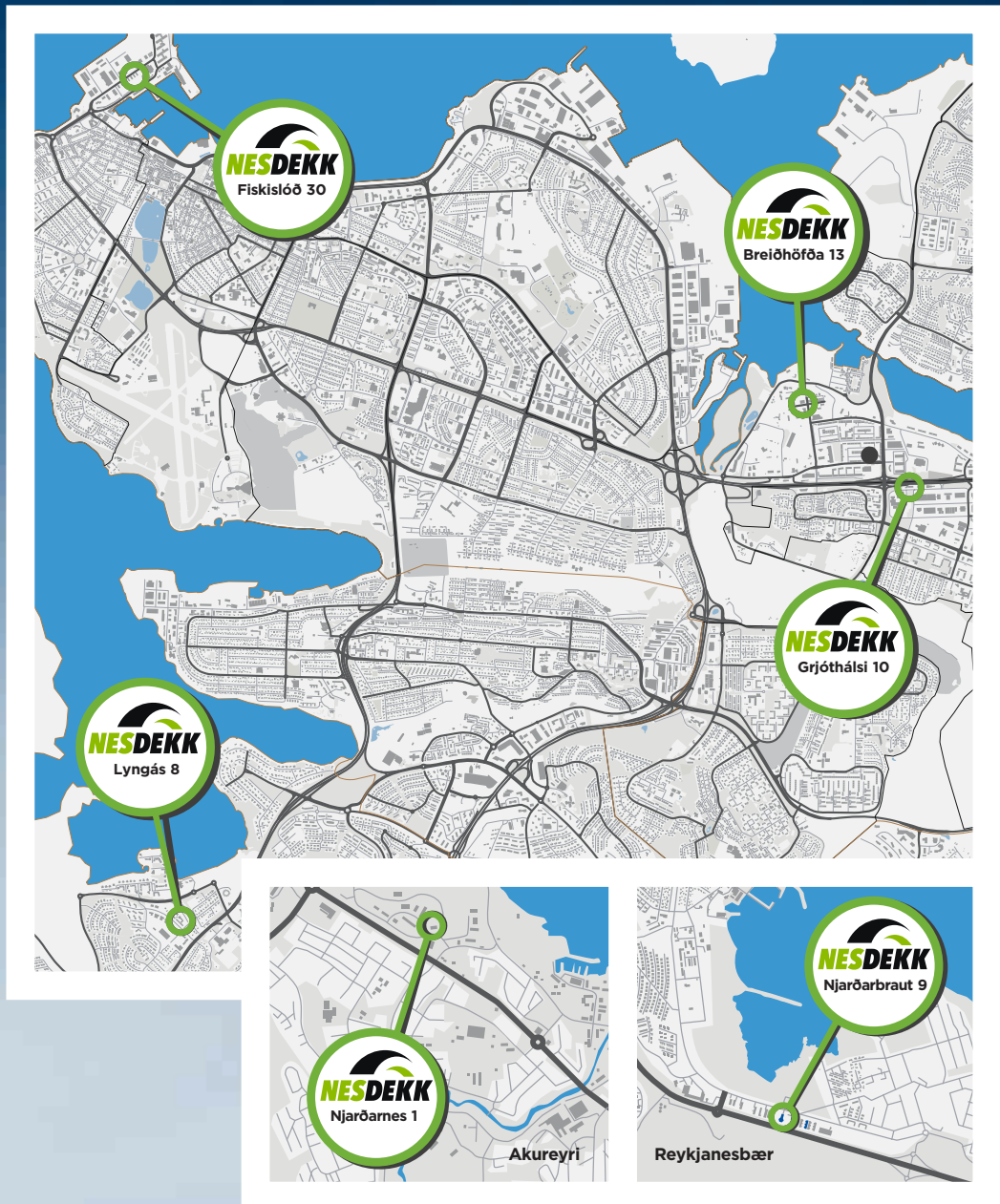
Ivana segir að augljóslega hafi allt þetta ferli haft slæm áhrif á fjárhagslegu hliðina. „Við vitum öll að Ísland er dýrt land, en ef þú ert í fullri vinnu og skipuleggur fjármálin þá áttu að geta lifað ágætlega. Ég fæ takmarkaðar bætur frá stéttarfélaginu mínu, VR en það er engan veginn nóg til að lifa og greiða fyrir leigu, mat, lyf, læknskostnað og lögfræðikostnað.“

Lögfræðingur hennar hefur ráðlagt henni að sækja um örorkubætur og þá vonast hún til að komast í endurhæfingu á Reykjalundi sem fyrst. „Það gefur mér allavega smá hvatningu og von. Allt þetta ferli er búið hafa hrikalegar afleiðingar, líkamlegar, tilfinningalegar og fjárhagslegar. Ekki bara fyrir mig, heldur alla í kringum mig.“ ■

Nesdekk verkstæði í næsta nágrenni við þig!

Réttu dekkin draga fram bestu
eiginleika bílsins og veita
hámarks öryggi við misjöfn
akstursskilyrði.

Fáðu ráðleggingar fagmanna
okkar við val á réttum dekkjum
fyrir þig.



TOYO TIRES
hárðskeljadekk

GSI-5

TOYO TIRES
hárðskeljadekk

G3S - ICE

TOYO TIRES
dríven to perform

Snowprox S 953

TOYO TIRES
dríven to perform

H09

TOYO TIRES
dríven to perform

Toyo AT

TOYO TIRES
dríven to perform

Toyo MT

Breiðhófa 13
110 Reykjavík
590 2080

Fiskislóð 30
101 Reykjavík
561 4110

Grjóthálsi 10
110 Reykjavík
561 4210

Lyngási 8
210 Garðabæ
565 8600

Njarðarbraut 9
260 Reykjanesbær
420 3333

Njarðarnesi 1
603 Akureyri
460 4350

Innflytjendur fá lægri laun en Íslendingar fyrir sömu vinnu

■ Staða innflytjenda á Íslandi ekki góð ■ Langflestir verða fyrir fordómum að einhverju leyti, annaðhvort á vinnumarkaði eða í sínu daglega lífi.

Auður Ösp Guðmundsdóttir
audur@dv.is



Petra Ingvarsdóttir kannaði stöðu innflytjenda á íslenskum vinnumarkaði í tengslum við BA-ritgerð sína úr félagsráðgjöf við Háskóla Íslands síðasta vor. Skoðaði hún meðal annars fjöldatölur um innflytjendur á íslenskum vinnumarkaði ásamt því hversu stór hluti innflytjenda á Íslandi er atvinnulaus.

Hámenntuð en fær enga vinnu

Í október síðastliðnum birti DV viðtal við Nigar Khaligova sem er þrítug og hefur verið búsett á Íslandi í sjö ár, en hún er fædd og uppalin í Aserbaídsjan. Hún er með háskólagráðu í raungreinum frá heimalandi sínu og stundar í dag nám í viðskiptafræði en hún segist mæta miklum fordómum hjá vinnuveitendum. Segir hún að afar erfitt sé fyrir háskólamenntaða útlendinga að fá vinnu á Íslandi, jafnvel þó að viðkomandi tali góða íslensku og sé með dýrmæta þekkingu. Oftar en ekki reiða vinnuveitendur sig á tengslanet og sambönd, sem kemur sér illa fyrir manneskju sem hefur búið á landinu í takmarkaðan tíma.

„Ég veit ekki hvað veldur en mig grunar að þetta sé vegna þess að ég er ekki íslensk og ég á ekki „góða vini“ til þess að hjálpa mér. Mér finnst eins og fólk í stjórnunarstöðum vilji einhverra hluta vegna ekki ráða útlendinga í vinnu, nema þörf sé á. Kannski vilja þeir ekki að útlendingum vegni vel?“ segir Nigar meðal annars í viðtalinu.

Flestir innflytjendur eru pólskir

Árið 2017 var metár þegar

kemur að fólksflutningum til Íslands en þá fluttust samtals 14.929 einstaklingar til landsins. Í byrjun árs 2018 voru samtals 43.763 innflytjendur hérlendis og gerir það 12,6 prósent íbúafjöldans en til samanburðar voru innflytjendur heldur minna hlutfall íbúafjöldans árið 2012 eða 8 prósent. Þegar kemur að fjölda útlendinga sem búsettir voru á Íslandi árið 2018 voru Pólverjar langflestir eða samtals 19.190, næst á eftir þeim voru Litháar sem voru 4.094 og því næst Lettar sem voru 1.851.

Pólverjar eru langstærsti hluti þeirra erlendu einstaklinga sem hingað koma til búsetu og vinnu og hafa verið það allt frá því að innflytjendum hérlendis fór að fjölga í kringum aldamótin síðustu.

Fá lægri laun fyrir sömu vinnu

Í niðurstöðum Petru kemur meðal annars fram að innflytjendur á Íslandi eru að meðaltali með 8 prósentum lægri laun en íslenskir samstarfsfélagar þeirra fyrir sama starf en munurinn verður enn meiri í þeim störfum sem innflytjendur sinna aðallega, líkt og ræstingum. Auk þess er bæði menntun þeirra og starfsreynsla minna metin en þeirra íslensku, ekki síst ef þeirrar reynslu og menntunar er aflað erlendis.

Innflytjendur sinna nær eingöngu láglau nastörfum og öðrum störfum sem Íslendingar vilja ekki lengur og hafa rannsóknir sýnt að einstaklingar í slíkri stöðu séu í hvað mestri áhættu varðandi veikindi og sjúkdóma.

Ásamt ungu fólki sem er að stíga sín fyrstu skref á vinnumarkaði eiga innflytjendur mest á hættu á að vera svindlað á af atvinnurekendum.

Þá er erfitt fyrir þá að nálgast



upplýsingar um réttindi sín og skyldur hérlendis, sérstaklega á tungumáli sem þeir skilja en mest efni virðist yfirleitt bara vera til á íslensku. Auk þess hefur það sýnt sig að innflytjendum finnst flókið að eiga við yfirvöld hérlendis og mikil skrifinnaska sem því fylgir og hafa þeir líkt því við að vera staddir í vöfundarhúsi sem maður ratar ekki út úr.

Þá bendir Petra á að það sé ekki nóg með að innflytjendur sinni láglau nastörfum og séu að meðaltali með lægri laun en íslenskir vinnufélagar sínir, heldur er staða þeirra á leigumarkaðnum líka slæm og er það meðal annars vegna fordóma í þeirra garð og bágrar félagslegrar stöðu þeirra.

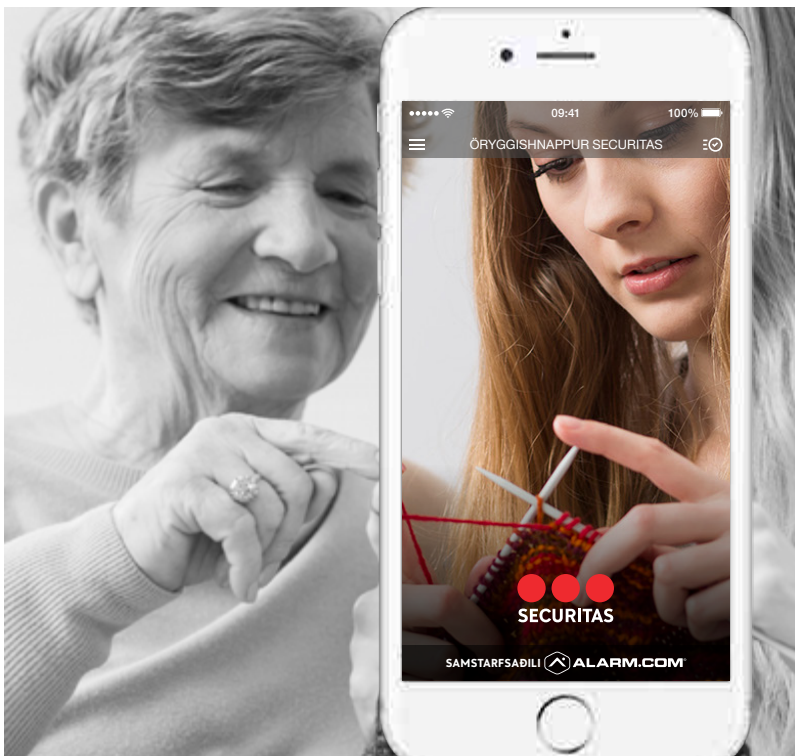
Uppruni skiptir máli

Uppruni innflytjendanna er einn áhrifabáttur þegar kemur að launamismun en þeir sem eru fæddir á Norðurlöndunum eru oftast nær með hærri laun en innflytjendur frá öðrum löndum en að jafnaði eru þeir innflytjendur sem koma frá Asíu með lægstu launin. Jafnframt virðist það einnig skipta máli hversu lengi innflytjendurnir hafa dvalið á landinu en samkvæmt greiningu Hagstofunnar hafa þeir sem hér hafa dvalið í sex til níu ár að jafnaði tveimur prósentum hærri laun en þeir sem hafa verið hér í fimm ár eða minna.

Það er einnig margt sem bendir til þess að erlent vinnuafli vinni almennt lengri vinnudag en

það íslenska en fá samt sem áður, eins og áður sagði, að meðaltali lægri laun fyrir sömu vinnu. Þar að auki borga þeir oft hærri leigu og verða oft fyrir réttindabroti á vinnumarkaðnum. Einnig er hættara við að erlent vinnuafli sé jaðarsett á vinnumarkaðnum sem og í samfélaginu öllu.

Petra nefnir í lokin að svo virðist sem stjórnendum þessa lands sé vel kunnugt um stöðu innflytjenda hérlendis samanber þær skýrslur og aðgerðaráætlanir sem gefnar hafa verið út í málaflokknum. „Það er þó ekki nóg að gefa einungis út skýrslur og aðgerðaráætlanir heldur verður að fylgja þeim eftir til að þær beri árangur. Velliðan allra samfélagsþegna er mikilvæg og eru innflytjendur þeirra á meðal.“ ■



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 sérþjáfað 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



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



Gæðastjórnun 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 viðskiptavini, 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 viðskiptavini og íbúa þeirra



Suðurlandsbraut 14
2. hæð

FRÉTTASKOT
512 7070
ABENDING@DV.IS

Útgáfufélag: Frijáls fjölmiðun ehf. Stjórnarformaður: Sigurður G. Guðjónsson
Frákvæmdastjóri: 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



Bróðir Boga Nils staðfestir skattaskjól

Í Samherjamálinu stóra sem hefur verið umtalað á Íslandi og víðar í vikunni sem leið, kom fram að í desember 2014 hafi lögmaðurinn Bernhard Bogason staðfest stofnun félagsins Mermaria Investments fyrir Samherja. Mermaria Investments er skattaskjól á skattaparadísinni Máritíus. Stundin greindi frá því að á næstu árum eftir stofnun hafi 640 milljónir runnið úr rekstri Samherja í Namibíu til Mermaria. **Bernhard Bogason** er bróðir **Boga Nils Bogasonar**, forstjóra Icelandair Group. Hann tók við forstjórastólnum í desember í fyrra eftir að **Björgólfur Jóhannsson** hætti störfum sem forstjóri í lok ágúst í fyrra. Björgólfur hefur núna tekið tímabundið við sem forstjóri Samherja eftir að **Þorsteinn Már Baldursson** steig tímabundið til hliðar.



MYND: EYÞÓR ÁRNASON
Of Monsters and Men Tryllir lýðinn.

Aumasta yfirlýsing í heimi

Leiðari

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is



Sko, við vissum ekkert af öllu þessu rugli, maður. Við bara reukum okkar business og þessi dúddi gjörsamlega eyðilagði allt og kom okkur í massa klandur. Þannig að við rákum hann bara. En við vorum samt fyrst að fréttu af þessu rugli núna.

Sirka svona hefði yfirlýsing frá Samherja um ásakanir um mútuþægni, óteljandi leiðir til spillingar og nýlenduherraþjoverskap getað hljómað. Mér finnst þessi í raun betri. Setur stjarnfræðilega heimskulega yfirlýsingu í jafnt vitlaust form og hún í raun er.

Nánast frá örófi alda hafa íslenskir ráðamenn og peningamógúlar komist upp með að ljúga,

svíkja, fremja glæpi og pretta. Þeir hafa beitt lymnskulegri aðferð til að komast undan ábyrgð. Forðast að tala um málið, líkt og Þorsteinn Már Baldvinsson gerði þegar Kveikur innti hann eftir viðbrögðum fyrir utan höfuðstöðvar Sýnar, reyna að afvegaleiða umræðuna með dyggri aðstoð spunameistara, líkt og Samherji gerði með því að saka RÚV um árásir og loks skjóta sendiboðann, sem í þessu tilvik er uppljóstrarinn Jóhannes Stefánsson, fyrirverandi starfsmaður Samherja. Þetta þriggja punkta plan hefur virkað eins og í sögu. Ég meina, sjáid bara þá sem sitja á hinu háæruverðuga Alþingi Íslendinga í dag. Því er skiljanlegt að Samherji beiti þessari taktík. Hún hefur virkað svo ljómandi vel í sögulegu samhengi.

Það sem hins vegar er svo heimskulegt, er að telja þjóðina svo illa gefna að hún kaupir það

að í milljarðafyrirtæki eins og Samherja hafi einn millistjórnandi geta stofnað bankareikninga úti um allan heim, vílað og dílað við háttsetta menn, mútað þeim, forðað peningunum í skattaskjól og rústað einni helstu atvinnugrein eins lands í Suður-Afríku. Og enginn vissi neitt. Eða jú, þeir vissu eitthvað og þess vegna var Jóhannes látinn fara. Samherjamenn segjast samt ekkert hafa vitað um umfangið fyrir en nýlega. Og þeim er brugðið. Skiljanlega. Og þetta eigum við að kaupa? Segðu mér annan.

Líklegast kemur að því, fyrr en síðar, að við eigum einnig að kaupa það að íslenskir ráðamenn hafi heldur ekkert vitað „fyrir en nýlega“. Við eigum að kaupa það að Samherjamenn, nú eða bara þessi eini starfsmaður (einmitt), hafi bara ákveðið að fara strax í Afríkuríkið Namibíu og

spreyta sig á mútum og spillingu án nokkurrar fyrri reynslu í þeim bransa. Það getur þó varla verið að kvótakóngarnir hafi fengið að æfa sig aðeins á litla, gamla Íslandi áður en þeir héldu út í hinn stóra heim? Kokteilboð hér, fundur í einhverjum turni þar, nokkrar millur inn á bankareikning og kvótinn vís. Nei, það getur ekki verið.

Þorsteinn Már Baldvinsson hefur fengið að mála sig sem mikil fórnarlamb síðustu misseri og nú enn og aftur heyrum við kunnuglegan tón. Greyið karlinn. Mér sýnist sem Þorsteinn Már þurfi bara að fá sér einn bolla af mannsiðum, auðmýkt og samvisku. Hætta að hafa okkur að fíflum og eyða gæðatíma með sjálfum sér, hugsanlega á bak við lás og slá. Er það svo fátíðlegt? ■



Fæðingarorlofssjóður gegn einstæðum

Fæðingarorlof verður lengt á næsta ári úr 9 mánuðum í 10 mánuði. Ríkisstjórnin hefur kynnt þetta sem mikið fagnadarefni fyrir almenning. Hins vegar verður tilhögunin sú að hvort foreldri fyrir sig á rétt til fjögurra mánaða og síðan koma tveir sameiginlegir mánuðir sem foreldrar geta ráðstafað í sameiningu. Börn einstæðra, sem sjá alfarid ein um börn sín sökum þess að hitt foreldrið hefur ekki áhuga á að taka þátt, standa eftir með aðeins 6 mánuði. Ósveigjanleiki regluverksins bitnar þarna á börnunum. Ósveigjanleikinn má rekja til þess að löggjafinn vill skikka feður í fæðingarorlof, sem er gott og gilt. En ætti ekki að vera svigrúm fyrir einstæða til að nýta allt orlofið? Ætti ekki að vera á forræði foreldrana sjálfra að semja sín á milli um töku orlofsins, eða allavega undanþágur fyrir þá sem standa í uppeldi með öllu einir?

Spurning vikunnar

Hvert er fallegasta orðið í íslensku tungu?



„Ég hef alltaf elskað orðið „tungumál,“ því það er nákvæmlega það sem orðið segir: Vandamál tungunnar. Einnig elska ég orðið „vinnukonur“ þegar kemur að rúðupurrkum.“

Jón Sawyer



„Mér finnst skúmaskot og gluggaveður æðisleg orð, en kannski er það meira út af því sem kemur upp í hausinn á mér við tilhugsunina um þau orð.“

Fanney Ómarsdóttir



„Orðið „fyrirgefðu“. Vegna þess að það getur lagad til dæmis vináttu hjá fólki og svo margt annað. Að biðjast fyrirgefningar af einlægni. Það finnst mér fallegt.“

Marta Jóhannsdóttir



„Eitt orð hefur mér ávallt þótt fallegt – „dregenskapur“. Ég heyrdi þetta orð fyrst í íslensku tíma þegar ég var krakki og fékk þá útskýringu að þetta merkti að vera heidarlegur – en samt eiginlega svolítið meira. Bæði orðið og merkingin eru falleg.“

Ingvar Valgeirsson

Húsfélagapjónusta

Leiðandi í hagkvæmni og rekstri húsfélaga

✓ Bókhald og fjármál

✓ Húsfélagafundir

✓ MÍNAR SÍÐUR

✓ Þjónustusaga húss

✓ Önnur þjónusta



„Hún ætlaði að skera af mér typpið“

Fyrrverandi draumaprins Heiðísar Rósar tjáir sig um sambandslitin - Ofbeldi, fjársvik og vændi

Tómas Valgeirsson
Hjálmar Friðriksson
tomas@dv.is / hjalmar@dv.is



Heiðís Rós Reynisdóttir, eða Heiðís Rós Celebrity MUA, og Farzad Sepahifar, sem Heiðís kallaði lengi draumaprinsinn sinn, slitu samvistir og trúlofun sinni á dögnum eftir rúm t. ár.

Heiðís er förðunarfræðingur, ættuð úr Garðabænum og hefur verið búsett í Bandaríkjunum í tæpan áratug. Þúsundir Íslendinga hafa fylgist með lífi hennar á samfélagsmiðlum undanfarin ár en þar gefur hún fylgjendum sínum innsýn í líf sitt. Í september í fyrra skrifaði hún niður lýsingu á draumaprins sínum og svo örfáum dögum síðar birtist Sepahifar. Hann er rúmlega þrítugur athafnamaður og er honum mikið í mun að sýna ríkisdæmi sitt á Instagram.

Mikil ólga hefur einkennt sambandslitin en Sepahifar kærði Heiðísi fyrir líkamsárás nú á dögnum. Þá var hann kominn með tímabundið nálgunarbann gegn henni og koma þau fyrir dómara þann 20. nóvember næstkomandi.

DV hafði samband við Sepahifar og hann leysir frá skjóðunni um sína hlið málsins.

Eyddi 1.500 Bandaríkjadöllum á dag

„Ég er í ruglinu. Ég er sár, ég er reiður, ég skil ekki neitt og suma daga get ég ekki hætt að gráta. Mér líður eins og eitthvað hafi dáðið inni í mér,“ segir Sepahifar.

„Ég var yfir mig ástfanginn af Heiðísi áður en ég sá hvernig hún var í raun og hvernig hún sá mig sem fylgihlut og peningavél, enda eyddi hún að meðaltali 1.500 dollurum á dag og oftast en ekki voru þetta mínir pen-



ingar. Þessi kona er svikarhappur, glæpamaður og ofbeldismanneskja og ég trúi ekki að ég hafi ekki komið auga á það fyrr. Eins og svo margir var ég ákveðinn fangi ástarinnar og ákvað að leyfa henni að njóta vafans, fullloft sennilega.“

Á sögn viðskiptajöfursins er heimurinn og samfélagið enn þannig að

karlmenn þora ekki að stíga fram og játa að þeir hafa orðið fyrir andlegu eða líkamlegu ofbeldi, enn síður þegar gerandinn er kvenmaður. „Í Kaliforníu er hvergi til neitt athvarf eða stuðningsmiðstöð fyrir karlmenn sem hafa orðið fyrir ofbeldi,“ segir Sepahifar og hyggst stofna eitt slíkt í Beverly Hills á næstunni.

„Í Bandaríkjunum er þetta sérstaklega þannig að fáir trúka karlmönnum og ég efast ekki um að fáir muni trúka mér. Fólk spyr sjaldan eða aldrei hvers vegna ég missti alla þessa þyngd vegna stress, ótta, niðurlægingar. Ef ég væri hundur væri eigandinn löngu kominn í fangelsi. Mitt markmið núna á næstunni er að stofna miðstöð fyrir karlkyns þolendur ofbeldis. Aðrir í mínum sporum væru örugglega búnir að enda líf sitt eftir svona ofbeldishegðun, niðurrif og vantraust.“

„Svona er máttur þikunnar, því miður“

Sepahifar kveðst hafa misst tæp



„Ef ég væri hundur væri eigandinn löngu kominn í fangelsi“

sextán kíló á skömmum tíma vegna vanlíðunar, lystrar- og svefnleysis. Áð hans sögn var Heiðís honum ótrú og það ítrekað. Hann líkir lifnaðarháttum Heiðísar við vændisstarfsemi og segir áhrifavaldsímmynd hennar vera grímu, að lifibrauð hennar feli það í sér að stunda kynlíf með vel efnuðum karlmönnum gegn háum fjárhæðum, skartgripum eða annars konar gjöfum. Þetta eru afar alvarlegar ásakanir, en DV hefur fengið ábendingar um svipaðan lífsstíl Heiðísar. Ekkert hefur fengið staðfest í þeim efnunum. Heiðís er að sögn Sepahifar mikið úti á lífinu í Los Angeles og vill hann meina að fyrstu viðvörðunarbjóllurnar hafi hringt þegar hann sá hversu stíft og títt hún neytti áfengis. Þá fór hún að missa sig út í hina hlið sína, eins og viðskiptajöfurinn orðar það.

Sepahifar segir þessa hlið hennar hafa farið alveg framhjá honum við fyrstu kynni en hún sýndi sig með tímanum með stigmagnandi hegðunarbreytingum og uppgötvunum um framhjáald. „Ég elskaði hana af öllu mínu hjarta. Ég gerði allt fyrir hana. Svo fór ég að átta mig á öllum lygunum og mér varð hreinlega óglatt þegar ég fann þá tengingu að hún seldi sig fyrir

peninga,“ segir hann. Það skal ítrekað að þessar ásakanir hafa ekki fengið staðfestar.

„Það vilja allir glansinn, þennan týpíska peningadraum. Þetta er auðvitað sterkt í Bandaríkjunum og gamlir karlmenn fá einhverja valdavímu við að kasta peningum í hvítar, ljóshærðar skvísur. Svona er máttur þikunnar, því miður, og þykir mér þetta ógeðslegt. Hefði ég vitað fyrir hvernig Heiðís var hefði ég hlupið í burtu þegar ég kynntist henni. Ég lærði mína lexíu, heldur betur.“

Limur í lífshættu

Sepahifar rifjar upp eina af verri minningum sambandsins á lokametrunum, sem hann segir vera tengda kynlífsfíkn hennar. Sepahifar segir að hún hafi sýnt af sér hegðun sem hann telur vera nauðgun. Þegar hann neitaði henni um kynlíf varð fjandinn laus. Sepahifar segir frá:

„Kvöld eitt reyndi hún að stunda kynlíf með mér í stofunni. Þarna vissi ég að hún var kynlífsfíkill og mig langaði ekkert til þess að sofa hjá henni. Hún var öll ógeðsleg og subbuleg. Hún spáði ekkert í það og reyndi þá að sjúga mig. Ég lá þarna flatur og fékk ekki stinnging. Hún þrýsti





Allt annar maður
Sepahifar hefur lést
töluvert frá upphafi
sambandsins.



nöglunum að kóngnum á mér.

Ég sagði við hana: „Ef þig langar einn daginn í börn með mér, ertu að klúðra því með þínum eigin höndum.“

Þá bókstaflega stökk hún upp á mig og réðst á mig. Ég vissi að ef ég myndi verja mig myndi hún kæra mig fyrir líkamsárás, þess vegna reyndi ég að flýja. Ég ýtti henni frá mér, hljóp frá og þá rauk hún inn í eldhús og sótti hníf. Hún ætlaði að skera af mér typpið. Hún kallaði það hátt, aftur og aftur: „Ég ætla að skera af þér typpið“.

Ég áttaði mig þá á því að ég var ekki bara einn í húsinu með henni, heldur komst ég að því að búið var að slökkva á myndavélunum, sem vaktu húsið venjulega allan daginn. Ég gat ekki annað en flúið og hef ekki getað sofð heila nótt síðan.“

Nálgunarbannið Farzad sótti um nálgunarbann gegn Heiddísi og koma þau fyrir dómara þann 20. nóvember næstkomandi.

Þegar Sepahifar er spurður út í kornið sem fyllti mælinn og leiddi til bæði kæru og tímabund-

Case Summary

On 10/29/2019 a Family - Other Family case was filed by SEPAHIFAR, FARZAD against REYNISDOTTIR, HEIDDIS ROS in the jurisdiction of Los Angeles County Superior Courts, Santa Monica Courthouse located in Los Angeles, California.

Case Details

Case Number 19SMR000366	Filing Date 10/29/2019	Case Status Pending - Other Pending
Case Type Family - Other Family	Jurisdiction Los Angeles County Superior Courts	
Courthouse Santa Monica Courthouse	County Los Angeles	State California

„Svona er máttur þíkunnar, því miður“

ins nálgunarbanns segir hann kvöldið hafa verið örlagaríkt og óhugnanlegt. „Hún réðst á mig, kylði mig og reyndi að kyrkja mig.

Einn af vinum mínum þurfti að hrifsa hana af mér. Ég hafði þrjú vitni að frátöldum öryggismyndavélunum,“ segir hann og heldur

Docket Entries

11/20/2019	11/20/2019 at 8:30 AM in Department F at 1725 Main Street, Santa Monica, CA 90401; Restraining Order Hearing.
10/29/2019	Temporary Restraining Order (Form 110); Filed by Petitioner.
10/29/2019	Request - DV Prevention w/o Minor Child (Case Initiation); Filed by Petitioner.
10/29/2019	Declaration - Ex Parte Notice (No Notice Given); Filed by Petitioner.
10/29/2019	Notice - Court Hearing (Form 109); Filed by Petitioner.
10/29/2019	Family Law Case Cover Sheet - FAM-020; Filed by Petitioner.

áfram.

„Það þarf að tryggja það að þessi stúlka fari í fangelsi eða verði í það minnsta vísað úr landi. Hún býr hér ólöglega, en það spáir enginn í það vegna þess að hún er skvísá sem treður sér upp að valdamiklum mönnum og veitir þeim kynlíf. Hún kemst upp með allt.“

DV hafði samband við Heiddísi en hún hefur ekki viljað tjá sig um málið. Í samtali við mbl.is

á dögunum sagði hún að auðvelt væri að fá á sig nálgunarbann í Los Angeles. Heiddís bætti við að tilgangur nálgunarbannsins væri að koma í veg fyrir að hún gæti náð í dótið sitt til hans.

Þegar Sepahifar er spurður út í þetta svarar hann: „Ég hringdi í marga vini hennar til að fá þá til að sækja allt dótið hennar en það kom aldrei neinn.“ ■



BELTI FRÁ
5.990 KR.

LEÐURVERKSTÆÐIÐ REYKJAVÍK Á SÉR LANGA SÖGU EN UPPHAF ÞESS MÁ REKJA ALLT AFTUR TIL ÁRANNA FYRIR SEINNA STRÍÐ. ÁRIÐ 1937 HÓF ÞAÐ STARFSEMI SÍNA AÐ VÍÐIMEL Í REYKJAVÍK EN Í DAG ER ÞAÐ TIL HÚSA MEÐ VERSLUN OG VERKSTÆÐI AÐ SÍÐUMÚLA 33.



AXLARBÖND FRÁ
4.990 KR.



LEÐURVERKSTÆÐIÐ
REYKJAVÍK
— SÍÐAN 1937 —

SVONA BÚA SAMHERJAR

Afhjúpun Kveiks og Stundarinnar upp úr Samherjaskjölunum hafa skotið þjóðinni allri skelk í bringu. Fjöldmargir lykilstjórnendur Samherja koma fyrir í gagnaleka Wikileaks og eru ásakanirnar grafalvarlegar, glæpsamlegar. DV ákvað að kíkja á helstu lykilstjórnendur Samherja sem koma fram í gögnunum og sjá hvernig þeir búa.



Arna á Akureyri

Yfirlögfræðingur Samherja, Arna Bryndís Baldvins McClure, kemur oft fyrir í Samherjaskjölunum og sat meðal annars fundi með namibísku þremmingunum James, Tamson Hatukulipi og Sacky Shangala sem sagðir eru hafa þegið mútur frá Samherja til að greiða aðgang að fiskveiðikvóta. Bryndís er búsett við Hafnarstræti 47 í heimabæ Samherja, Akureyri. Þar býr hún í tæplega tvö hundruð fermetra hæð sem metin er á tæpar 43 milljónir á næsta ári.

Margt með í kaupnum

Kristján Vilhelmsson, annar aðaleigandi Samherja og útgerðarstjóri fyrirtækisins á Íslandi, býr að Vörðuhóli í dreifbýli Akureyrar, rúmlega 250 fermetra timburhúsi sem metið er á tæpar fimmtíu milljónir á næsta ári. Kristján keypti húsið árið 2007 en með í kaupnum fylgdu tveir traktorar, sláttuvél, heyþyrla, snjóblásari og þriðjungur í haugsgugu og rakstrarvél.



Á húsið skuldaust

Þorsteinn Már Baldvinsson, sem hefur stigið til hliðar sem forstjóri Samherja meðan á rannsókn málsins stendur, hreiðraði um sig í Barðtúni á Akureyri árið 1997 og býr þar enn. Um er að ræða

rúmlega 370 fermetra einbýlishús sem Máí keypti af Höldi ehf., sem rekur Bílaleigu Akureyrar. Þá var fasteignamat eignarinnar tæplega 13,8 milljónir króna og var kaupverðið að fullu greitt. Máí á því húsið skuldaust en fasteignamat næsta árs eru tæpar níu tíu milljónir króna.



Glæpasögur og Grafarvogur

Jón Óttar Ólafsson starfaði sem ráðgjafi hjá Samherja á því tímabili sem Samherjaskjölin ná til og var í innsta hring Namibíuveiðanna. Jón Óttar starfaði sem rannsóknarlögreglumaður en var rekinn árið 2012 fyrir meint brot á þagnarskyldu. Málið var látið niður falla árið 2013. Hann

er einnig glæpasagnahöfundur og hefur skrifað bækurnar Hlustað og Ókyrrð. Hann er skráður til heimilis í Smáraríma í Grafarvogi samkvæmt Þjóðskrá en ekki skráður eigandi. Um leiguhúsnæði gæti verið að ræða en sá leigusamningur finnst ekki í þinglýstum gögnum. Húsið er tæpar 240 fermetrar og er fasteignamat næsta árs tæpar 91 milljón.

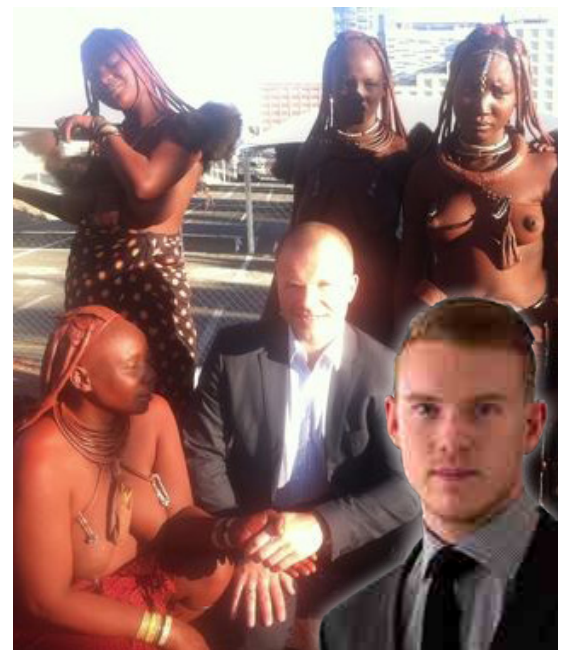


Í eigu eiginkonunnar

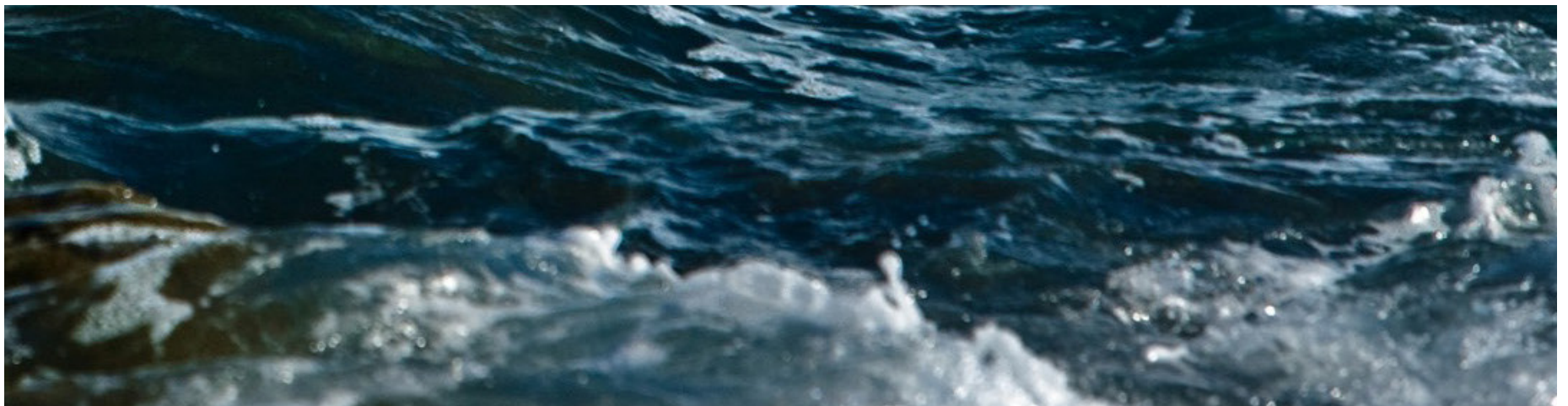
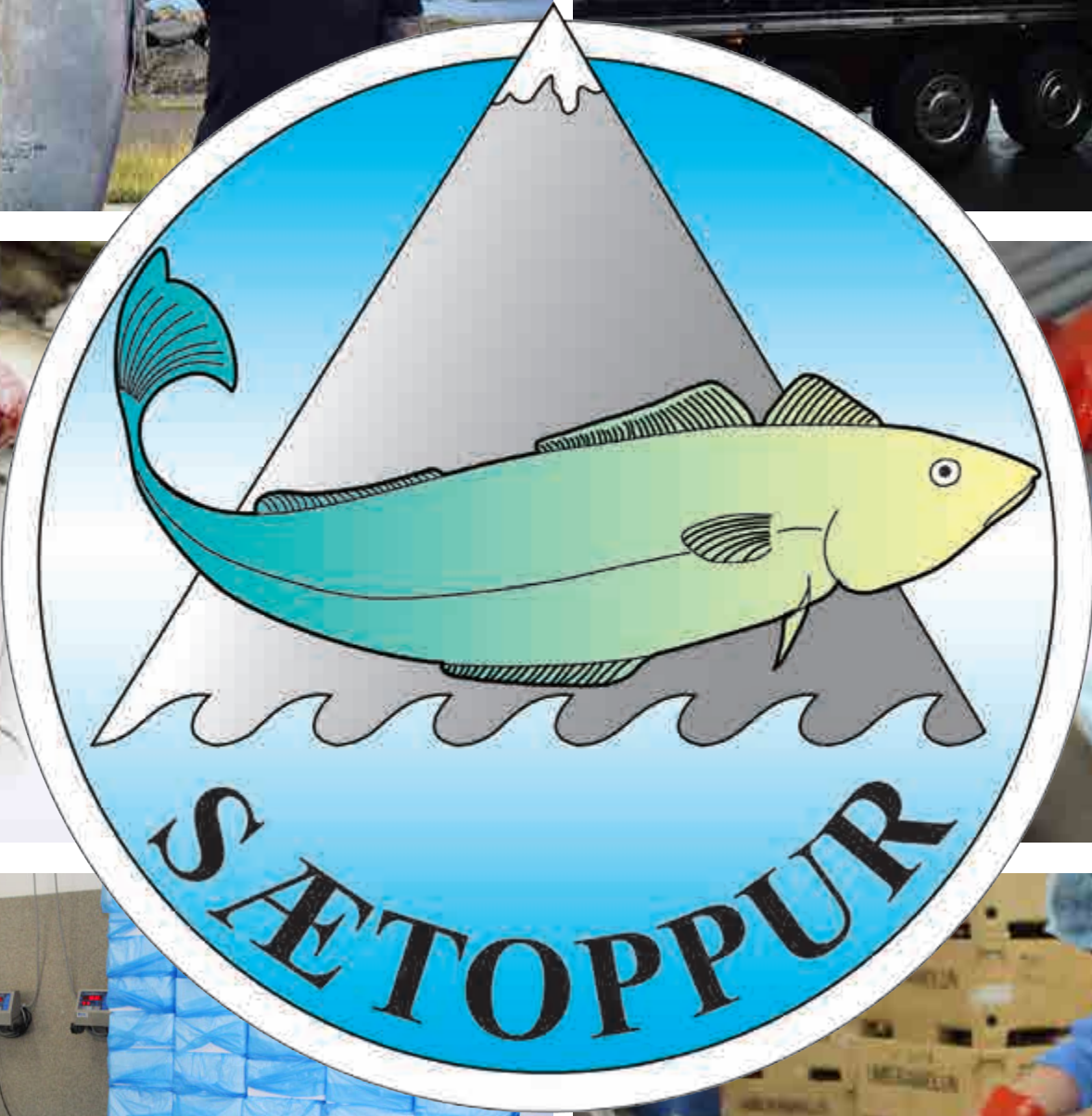
Aðalsteinn Helgason, fyrrverandi framkvæmdastjóri landvinnslu Samherja og framkvæmdastjóri Afríkustarfsemi Samherja, hefur ekki viljað tjá sig um þær ásakanir uppljóstrarans Jóhannesar Stefánssonar að Aðalsteinn hafi gefið Jóhannesi fyrirmæli um að greiða sjávarútvegsráðherra Namibíu mútur. Aðalsteinn hætti að vinna fyrir þremur árum og býr nú í Iðalind í Kópavogi. Aðalsteinn og eiginkona hans, Ágústa Áróra Þorsteinsdóttir, gerðu með sér kaupmála árið 2013 um að húsið væri hjúskapareign Ágústu og því er hún ein skráð fyrir húsinu í dag. Í kaupmálanum er skráð heimilisfang Aðalsteins á Kanaríeyjum. Aðalsteinn er skráður með búsetu í Iðalind samkvæmt Þjóðskrá, en um að ræða rúmlega 180 fermetra einbýlishús og er fasteignamat næsta árs tæplega 83 milljónir króna.

Býr á Spáni

Aðalsteini til halds og traust í Afríkustarfsemi Samherja var Ingvar Júlíusson, fjármálastjóri Samherja á Kýpur og í Afríku. Hann er búsettur á Spáni samkvæmt Þjóðskrá.



Baldvin Þorsteinsson, sonur Þorsteins Más og framkvæmdastjóri viðskiptaþróunar hjá Samherja, kemur fyrir í Samherjaskjölunum. Ein mynd úr skjölunum hefur vakið sérstaka athygli en þar sést hann sitja fyrir á mynd með namibískum konum. Baldvin er skráður til heimilis í Hollandi samkvæmt Þjóðskrá, en á ja.is er hann skráður með búsetu á Grandavegi 7 í Reykjavík. Hann er hins vegar ekki skráður eigandi íbúðar í því fjölbýlishúsi.



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

SAMHERJASTORMURINN

■ Örskýring á Samherjaskjölnum ■ Stiklað á stóru um innihald skjalanna
■ Hvað er hrossamakrill?

Erla Dóra
erladora@dv.is



Frétt vikunnar, og hugsanlega ársins, er afhjúpun á mútugreiðslum og skattundanskotum Samherja. Hefur málið yfirtekið alla helstu fréttamiðla landsins undanfarna daga, en mörgum finnst það flókið og erfitt að setja sig inn í staðreyndir. Samherjamálið er hér útskýrt í 200 orðum.

UM HVAD SNÝST MÁLIÐ?

Það snýst um að Samherji, eitt stærsta sjávarútvegsfyrirtæki landsins, hafi greitt embættismönnum og stjórnáráðgjafum í Namibíu mörg hundruð milljónir króna í mútur til að komast yfir fiskveiðikvóta við strendur landsins. Samherji hefur starfað í Namibíu í tæpan áratug. Jóhannes Stefánsson, sem var verkefnastjóri Samherja í Namibíu fram á árið 2016, steig fram í umfjöllun Kveiks og Stundarinnar og upplýsti um viðskiptahætti fyrirtækisins. Samkvæmt gögnum Wikileaks á Samherji að hafa veitt hestamakrill að verðmæti um 55 milljarða króna við strendur Namibíu og komið tekjunum af þessum veiðum í skattaskjól.

HVAD GERIST NÆST?

Samherji hefur ráðið alþjóðlegu lögmansstofuna Wikborg Rein í Noregi til að framkvæma ítarlega rannsókn á starfsemi

fyrirtækisins í Afríku. Málið er til rannsóknar hjá yfirvöldum í Namibíu og er komið inn á borð héraðssaksóknara Reykjavíkur. Jóhannes Stefánsson hefur fengið lagalega stöðu uppljóstrara og aðstoðar nú við rannsókn á starfsháttum Samherja. Þorsteinn Már Baldvinsson hefur stigið tímabundið til hliðar á meðan rannsókn stendur yfir. Fjölmarginir hafa kallað eftir að eignir Samherja verði frystar, þar á meðal Helga Vala Helgadóttir þingmaður. Óvíst er hvort það verði gert. Kristinn Hrafnsson hefur boðað frekari afhjúpun og segir að fleiri gögn verði birt eftir tvær til þrjár vikur.

Samherjaskjölin frá Wikileaks, og uppljóstrun Kveiks og Stundarinnar á misferli Samherja í Namibíu, var án efa helsta fréttamál vikunnar, ef ekki ársins. Wikileaks hefur birt yfir 30.000 skjöl tengd málinu, sem er aðeins helmingur þess gagnapakka sem Wikileaks hefur í sínum fótum. Næsta sprengja verður á komandi vikum. Af þessu tilefni tók DV saman nokkra áhugaverða mola úr þessum skjölum, til að gefa lesanda innsýn í efni þeirra og innihald.

Ólöglegt athæfi skoðað sem möguleiki

Í einu minnisblaði Jóhannesar Stefánssonar, fyrirverandi framkvæmdastjóra Samherjafyrirtækja í Namibíu, veltir hann upp möguleikanum, kostum og göllum, við ólöglegt



athæfi, að veiða í flottroll á botntrollsleyfi. Um þennan möguleika skrifar hann: „Þetta er ólöglegt og getur verið mikil áhætta. Þetta getur skaðað ímynd Samherja á alþjóðavísu (lagi í dag en getur snúist hratt gegn okkur.“

Í skjölunum er ítrekað vísað til „strákanna“ sem eru þeir Sacky Shangala, þáverandi ríkissaksóknari Namibíu, James Hatuikulipi, stjórnarformaður ríkisfyrirtækisins Fisor sem útteilir kvóta í Namibíu, og Tamson „Fitty“ Hatuikulipi, frændi James og tengdasonur sjávarútvegsráðherra Namibíu. Þremmenningarnir eru þeir sem Samherji er grunað um að hafa mútað í skiptum fyrir kvóta. Consulting fee, eða ráðgjafargjald, er eitt af þeim nöfnum sem er talið að hafi verið notuð til að dulbúa mútugreiðslurnar. Jóhannes spyr Ingvar Júlíusson, fjármálastjóra

Samherja, í tölvupósti frá 30. október 2014 á hvaða fyrirtæki „strákarnir“ eigi að stíla reikninga sína fyrir „ráðgjafarþjónustu“. „Getur þú gefið upp á hvern strákarnir eiga að stíla reikninginn á Kýpur félagið (hvaða félag). Þeir eru ekki lengur með þessar upplýsingar og finna ekki síðasta reikning (150.000 usd). Er það ekki bara consulting fee.“ Í skjölunum má sjá Ingvar svara Jóhannesi með því að áframsenda fyrirspurnina á annan aðila sem er beðinn um að gefa Jóhannesi reikningsupplýsingar fyrir Esju Seafood.

Mikilvægi þess að hafa „svart andlit“

„Spilling er mikil í landinu en sýnileg. Þar þykir ekkert óeðlilegt að vera að borga aðilum fyrir að aðstoða við að klára ýmis mál og er það kallað „facilitation fee“.“ Þetta skrifar Jóhannes í minnisblaði frá árinu 2012. Þar rekur hann stöðuna í Namibíu og hversu mikla áherslu stjórnvöld þar í landi leggi á að heimamenn fái forgang inn á atvinnumarkað. „Algengt að sjá fyrirtæki með hvítt fólk í vinnu og svo einn

eða tvo svarta sem eru ráðnir eingöngu út af litarhætti þeirra.“ Síðar í minnisblaðinu segist hann vera búinn að finna Samherja „svart andlit“.

Minnisblað um mögulega launahækkun

Í minnisskjali frá 25. ágúst 2013 fer Jóhannes yfir vinnu sína í Afríku. Þar segir hann: „Á þessum fimm árum [síðan hann kom til Afríku] hafa verið mjög takmarkaðar aðstæður til að skapa sér líf. Lít á þetta sem fórn á tíma enda er eitt að vinna mikið og eiga möguleika á lífi eða vera vinna á þeim stöðum og við þær aðstæður að er mjög erfitt að skapa sér líf. Maður spyr sjálfan sig oft hvort að þetta hafi verið þess virði að fórna þessum árum í þetta. Annað er svo að vinna mikið og það álag sem fylgir því en að vinna mikið og eiga ekkert líf með.“ Ein af þeim lausnum sem hann stingur upp á í skjalinu er að flytja konuna sína út og dvelja í Afríku meirihluta árs. En einnig að hækka laun. „Hærri laun – Er núna með ca. 1.450 í vasann eða í heildina 1.750. [...] Launatillaga – Laun: 3 mill per mánuð.“ ■

Intersand.
ODOURLOCK
99,9% rykfrír
Sporast ekki
Gerður úr 100% náttúrulegum leir
Klumpast hratt svo lítið fer til spillis
Inniheldur einkaleyfisskylda tækni til að lyktarbinda

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

Hvað er hrossamakrill?

Þeir sem fylgst hafa með umræðu um Samherjaskjölin hafa oft heyrt minnst á hrossamakrill og hve dýrmætur afli fiskurinn sé. Björn Gunnarsson, sjávarlíffræðingur hjá Hafrannsóknastofnun, segir fiskinn alls ekki heita hrossamakrill. „Þetta er bein þýðing úr ensku, horse mackerel. Ein kenning er sú að enska nafnið eigi uppruna sinn í því að fiskurinn var notaður sem fæðubótarefni fyrir hross“, segir hann. Fiskurinn heitir á íslensku brynstirtla en latneska heitið er Trachurus Trachurus. Fiskurinn er algengur í Norður-Atlantshafi, allt frá Suður-Noregi til Kanaríeyja. Þá er hann einnig að finna í Miðjarðarhafinu. Undirtegundina Trachurus Trachurus Capensis er að finna úti fyrir ströndum Afríku, suður fyrir Góðrarvonarhöfða og inn í Indlandshaf. „Þetta er uppsjavarfiskur sem lifir í stórum torfum, aðallega á 100 til 200 metra dýpi. Frekar lítill fiskur með allstóran haus, stutta trjónu og lítinn kjaft. Áberandi samfelld röð af stórum beinplötum eftir endilangri rákinni, þaðan sem nafnið kemur væntanlega. Hér hefur hann aðeins fundist sem flækjngur. Í Evrópu hefur hann aðallega verið veiddur í bræðslu en í Afríku líka til manneldis, aðallega reyktur og þurrkaður og á síðari árum í alls kyns vinnslu“, segir Björn og bætir við að fiskurinn sé ekki sömu ættar og makrillinn. „Hafrannsóknastofnunin hefur síðastliðin tju ár tekið þátt í rannsóknnum á hrygningu makrills og brynstirtlu í Norðaustur-Atlantshafi. Við höfum orðið vör við að makrillinn hrygnir í íslenski lögsögu en aldrei fundið egg (hrogn) brynstirtlunnar. Íslenska lögsagan er þannig norðan við útbreiðslusvæði hrygningarinnar.“

Ég fer á fjöll



FERÐAFÉLAG ÍSLANDS
www.fi.is

ORKUDRYKKJA

■ Orkudrykkjaneysla ungmenna á Íslandi hefur aukist gríðarlega síðustu ár ■ Áhrifavaldar auglýsingar

Íris Hauksdóttir
iris@dv.is



Neysla orkudrykkja meðal unglunga hefur aukist til muna á undanförunum árum. Álfgæir Logi Kristinsson, dósent við West Virginia University, segir yfir 80 prósent fólks reglulega koffeinneytendur og það sé áhyggjuefni hversu hátt hlutfall neytenda þeirra sé á unglingsaldri hér á landi.

„Koffein er ávanabindandi efni sem virkar á miðtaugarkefnið. Þegar neysla er hætt má búast við fráhrarfseinkennum sem kalla í kjölfarið á frekari notkun. Að meðaltali tekur það koffein fimm klukkustundir að hreinsast úr líkamanum en tilfinningin sem fólk fær við fyrsta kaffibollann er í raun skilaboð til heilans um að hann sé laus frá fráhrarfseinkennum. Stóra áhyggjuefnið er hve mikill hluti neytenda á Íslandi er á unglingsaldri.“

Amfetamín í sama flokki lyfja

Og þá á Álfgæir ekki við klassíska kaffidrykki heldur drykki almennt sem kenndir eru við orku.

„Það er alls ekki rétt að kenna þessa drykki við orku því margir af þessum koffeindrykkjum eru gjörsneyddir allri orku. Að mínu mati þurfum við til að byrja með að endurskilgreina alveg hugtakið „orka“. Ef þú talar við næringarfræðinga þá myndu þeir væntanlega segja þér að orka sé brennsluefni fyrir líkamann. Eitthvað sem hann getur gengið á, rétt eins og hefðbundin fæða. Koffein er að þessu leyti ekki orka. Koffein er kemískt efni með virkni við dópamínkerfi heilans og lætur okkur því finnast við hressari tímabundið. Amfetamín er í sama flokki lyfja. Við myndum tæplega halda því fram að amfetamín væri orka jafnvel þó að neytendum finnst hann orkumeiri eftir notkun. Í einfölduðu máli þá virkar koffein eins – bara vægar. Með ofneyslu á koffeini erum við auðvitað að stórauka líkur á eitrun, sem og harkalegri fráhrarfseinkennum.“

Álfgæir segir sérstaklega varhugavert að markaðssetja koffeindrykki fyrir börn og ólögráða unglunga, einkum og sér í lagi sem heilsuvör, enda sé það með öllu kolröng staðreynd. „Það er fyrst og fremst slæmt að markaðssetja drykki sem þessa til ungmenna. Meginástæðan er sú að mikil neysla á stuttum tíma, sérstaklega hjá léttum einstaklingum, eins og börnum og unglungum, eykur mikið líkur á bæði harkalegri fráhrarfseinkennum og eitrun. Eins og staðan er í dag er stór hluti nemenda í efstu bekkjum grunnskóla og sérstaklega í framhaldsskólum, að fara í gegnum fráhrarfseinkenni á skólatíma. Það kallar

aðeins á eitt, meira koffein, og þannig er vítahringur koffeinfíknar hafinn.“

Blaðamaður og ljósmyndari lögðu leið sína í Fjölbautaskólann í Garðabæ og tóku tali nokkra nemendur við skólann. Athygli vakti að þeir reyndust mjög meðvitaðir um skaðsemi orkudrykkja.



MYND: EYÞÓR ÁRNASON

Hræðist skjálftann sem fylgir

„Ég persónulega drekk ekki gos og hef aldrei gert. Það er kolsýra í orkudrykkjum og ég drekk þá þegar ég þarf að vakna eða halda mér vakandi. Ég veit ekki hvort það sé koffínið sem vekur mig eða ískaldur drykkurinn með gosi sem ég er ekki vön að drekka. Mér finnst aðeins örfáir orkudrykkir góðir þar sem flestir eru alltof sykraðir og með ógeðslegu gervibragði. Ég veit að þeir eru ekki góðir fyrir mann og þess vegna drekk ég þá aðeins þegar þörf er á. Þegar ég drekk orkudrykk, hvort sem hann vekur mig eða gosið og kuldinn, þá finnst mér ég vakna og verða spenntari. Eitt sem hræðir mig hins vegar er að stundum skjálfa á mér hendurnar.“

Salný Kaja Sigurgeirsdóttir.



MYND: EYÞÓR ÁRNASON

Hætti að hugsa um þreytuna

„Mér finnst orkudrykkir ekki góðir, hvorki á bragðið né fyrir heilsuna. Ég sjálf drekk ekki orkudrykki nema það sé eitthvert sérstakt tilefni því ég veit að þeir hafa áhrif á svefninn nóttina eftir að ég drekk þá. Ég veit að orkudrykkir innihalda mikið koffín sem er ekki gott fyrir nýrun. Til þess að halda mér gangandi, eins og margir segja að orkudrykkirnir geri, legg ég áherslu á að ná góðum svefni og hugsa ekki um þreytuna því þá yfirleitt hættirðu að finna fyrir henni.“

Elísabet Þórdís Hauksdóttir.



MYND: EYÞÓR ÁRNASON

Drakk bara af því að allir hinir gerðu það

„Fyrir ári, þegar ég byrjaði í menntaskóla, drakk ég minnsta kosti einn á dag. Þetta var í tísku og áttaði mig ekki á hvernig áhrif þetta hafði á mig. Ég varð bara þreyttari og leið verr við að drekka orkudrykki. Það tók mig nokkra mánuði að átta mig á að orkudrykkirnir væru ástæðan, en fáttaði það ekki vegna þess að allir voru að drekka þetta í kring um mig.“

Anna Sóley Stefánsdóttir.



MYND: EYÞÓR ÁRNASON

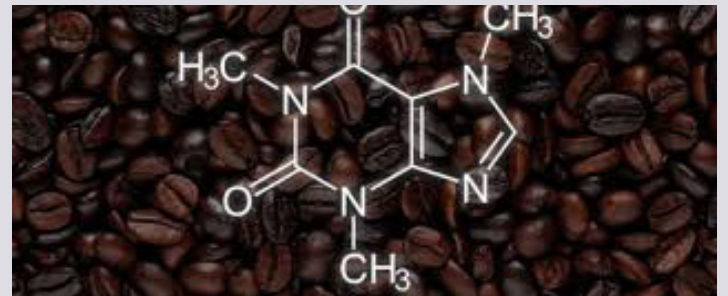
Nemendur almennt meðvitaðir um heilsu sína

Dagný Broddadóttir, náms- og starfsráðgjafi við Fjölbautaskólann í Garðabæ, tekur í sama streng en hún segir markmið skólans að vera heilsueflandi og innan hans séu ekki seldir orkudrykkir.

„Mér finnst orkudrykkjaneysla hafa aukist mjög mikið undanfarið og kannski ekki síst vegna þess að þessir drykkir eru markaðssettir sem heilsuvara. Margir trúa því að þeir hafi bætandi áhrif á íþróttaiðkun og heilsu en átta sig kannski ekki á skaðseminni sem og því mikla magni af koffíni sem er iðulega í þessum drykkjum. Þó að sjálfsögðu sé hægt að velja koffínminni orkudrykki. Ég held að nemendur okkar séu almennt meðvitaðir um heilsu sína og næringuna sem þeir láta ofan í sig en í hraða nútímasamfélagsins eru þeir sem og við fullorðna fólk íð oft að leita að skyndilausnum og orkudrykkirnir virka vel til að ná sér í orku ef úthaldið er lítið og svefni jafnvel ábótavant. Svo er bara spurning um orsökina og afleiðinguna.“

VAFARALDUÐURINN

Þýsa orkudrykki grimmt en enginn vill tjá sig ■ Ungmennni á Akureyri eiga met í orkudrykkjaneyslu



Hvað gerist í líkamanum þegar við drekkum koffín?

Örvandi áhrif koffíns á líkamann veldur útvíkkun æða, hjartsláttur verður örari og blóðflæði eykst til allra líffæra. Þar að auki hefur koffín áhrif á öndun, örvar meltingu og eykur þvagmyndun. Koffínríkir drykkir eins og kaffi og orkudrykkir eru vinsælir þar sem koffín getur dregið úr einkennum þreytu og virðist geta aukið einbeitingu. Hafa ber í huga að neysla á koffíni í stórum skömmtum getur haft ýmis óæskileg áhrif á líkamann og andlegt ástand, ekki síst hjá börnum og unglingum.

inningu.

Fólk er misviðkvæmt fyrir áhrifum koffíns. Tiltölulega lítill skammtur af koffíni getur valdið magaverkjum og svefntruflunum hjá einum einstaklingi þó að annar þoli það betur.

Rannsóknir hafa sýnt að neysla koffíns, undir 400mg á dag (u.þ.b. 4 kaffibollar) hjá heilbrigðum einstaklingi sé skaðlaus fyrir heilsuna. Neysla umfram það magn eykur hættuna á skaðsemi.

Dagleg neysla barna og unglinga á koffíni ætti ekki að vera meiri en 2,5 mg/kg líkamshyngdar. Þetta samsvarar 60mg af koffíni hjá 7 ára barni sem vegur 24 kg. Í hálfum lítra af kóladyrkk eru 65 mg af koffíni.

Tekið af vefnum doktor.is

Ef koffíns er neytt í of miklu magni getur það haft ýmis óæskileg áhrif á heilsu og líðan fólks og valdið höfuðverk, svima, skjálfta, svefnleysi, hjartsláttartruflunum og kvíðatilf-

Vatn og kaffi duga í dagsins amstri

Orkudrykkir eru víða áberandi meðan áhrifavalda sem birta þá í fjölbreyttu ljósi undir myllumerkinu samstarf. Enginn þeirra vildi þó tjá sig í tengslum við þessa umfjöllun. Elísabet Gunnarsdóttir, eigandi Trendnet, tilkynnti þó á sínum miðli að hún hefði aldrei bragðað á orkudrykk enda sé kaffi, sódatvatn og vín hennar val þegar kemur að drykkjartegundum.

„Já, það er rétt, ég hef aldrei smakkað orkudrykki,“ segir Elísabet þegar hún er spurð hvort hún finni til samfélagslegrar ábyrgðar gagnvart sínum fylgjendum. „Ástæðan er einfaldlega sú að mig hefur ekki langað til þess, þessir drykkir heilla mig ekki. Það er ekki meðvituð ákvörðun af því að ég finni til ábyrgðar, en ég held að það sé



örugglega ágætt að einhver sé, alveg óvart, með rödd sem talar fyrir því að vatn og kaffi dugi sem orka inn í amstrið. Ég tala alls ekkert á móti orkudrykkjum þótt þeir henti mér ekki. Er ekki bara allt gott í hófi?“



Vafasamt met á Akureyri

Orkudrykkjaneysla framhaldsskólanema jókst mikið á árunum 2016 til 2018 samkvæmt rannsókn á vegum Rannsóknar og greiningar við Háskólann í Reykjavík. Hlutfall þeirra sem neyta orkudrykkja daglega fór úr 22 prósentum árið 2016 í 55 prósent árið 2018. Árið 2016 seldust tæplega 5,2 milljónir af 330 millilítra dósnum af orkudrykkjum og má því áætla að salan hafi tvöfaldast, jafnvel þrefaldast nú. Samkvæmt fyrrnefndri rannsókn eru það ungmenni á Akureyri sem eiga metið í neyslu orkudrykkja. Þrjátíu prósent ungmenna á Akureyri drekka orkudrykk daglega, en landsmeðaltalið er um tíu prósent. Um 48 prósent þeirra unglunga sem fæddir eru 2001 og búa á Akureyri segjast drekka einn eða fleiri orkudrykki á dag. Landsmeðaltalið meðal jafnaldra þeirra er fjórtán prósent.

SÓLARFILMUR!

Lausnir fyrir heimili og fyrirtæki





HÖNNUN OG MERKINGAR

Sundaborg 1
104 Reykjavík
777 2700
xprent@xprent.is

„Ég var alinn upp í hörkutóla- menningu í bland við alkóhól“

■ Guðmundur Ingi var haldinn ástarfíkn ■ Var á hraðbraut til heljar

Íris Hauksdóttir
iris@dv.is



Leikarinn Guðmundur Ingi Þorvaldsson vakti mikla lukku með frammistöðu sinni í sjónvarpsþáttunum Pabbahelgar. „Þessir þættir eru alveg frábærir. Ég fíla hráleika. Ég fíla pönk, ég fíla ófullkomleika. Ég fíla hrein-skilni sem fer alveg inn að beini. Ég held að svona efni, þar sem konur fá að vera ófullkomnar og hráar, séu mun sterkara tillegg til jafnréttisbaráttunnar en margt annað sem er sérsniðið til þess.“

Viðkvæmir apakettir frekar en tígrisdýr

Guðmundur segir það hin mestu forréttindi að starfa sem leikari því þannig fái hann tækifæri til að rannsaka mannskepnuna. „Ég er búinn að vera að vinna í sjálfum mér meðvitað í tíu ár núna og finnst það alltaf skemmtilegra eftir því sem ég læri meira. Niðurstaða mín er sú að í grunninn er mannskepnan hópdýr. Við erum ekki tígrisdýr. Við erum frekar viðkvæmir apakettir. Okkar sterkustu drifkraftar eru að tilheyra, tilheyra hópi. Ef við tilheyrum ekki hópi deyjum við. Við þurfum að trú á eitthvað okkur æðra, æðri mátt, en það getur líka allt eins verið fjölskyldan okkar, föðurlandið, eða fyrir suma, bara fótboltafélag. Menn fara í stríð fyrir það sem þeir trú á, jafnvel þótt þeir viti að þeir muni láta lífið, vegna þess að það sem þeir trú á skiptir meira máli en líf þeirra. Stærsti ótti mannsins er að sama skapi hræðslan við að vera yfirgefinn og óttinn við höfnun. Fólk er, flest, tilbúið að láta frekar lífið heldur en að láta hafna sér, eða vera yfirgefið.“

Inn í þetta blandast svo hin stórmerkilega skömm sem Guðbrandur Árni Ísberg er nýbúinn að skrifa flotta bók um. Skömmin á að hjálpa okkur að við að skilja okkar stað í litlum hópum eða ættbálkum. Skömmin á að vera okkar vegvísir um hvað við megum vera sjálfhverf án þess að hópurinn snúi við okkur baki.

Í okkar samfélagi hafa tíðkast uppeldis- aðferðir sem hafa búið til óheilbrigða skömm hjá börnum, sem ýkir óttann og verður oft til þess að við bregðumst mjög undarlega við þegar við verðum hrædd við höfnun eða við að vera yfirgefin. Óheilbrigð skömm býr líka til óheilbrigð innri og ytri mörk hjá okkur sem einstaklingum, sem birtist oft í sjálfskaðandi hegðun og markaleysi. Þú þarft nota bene ekki að hafa verið laminn, hafa orðið fyrir einelti eða verið misnotaður til að vera fullur af óheilbrigðri skömm. Hún er mun flóknara fyrirbæri en svo.

Ástarfíknin er birtingarmynd þessa ótta og grunnþarfa sem búa í eðluheilanum. Við leitum að fólki sem lofar að yfirgefa okkur aldrei (sem er ekki hægt), fólki sem þarf svo mikið á okkur að halda að það er tilbúið að henda öllu frá sér. Flestar ástarsögur, rómantískar bíómyndir, góð ástarlög, eru um þessa tegund ástar, sem er í raun ekki byggð á grunni heilbrigðrar sjálfsvirðingar og heilbrigði, heldur í raun bara þúra geðveiki. Þannig að samfélagið rómantísarar óheilbrigða ást.“

Á hraðbraut til heljar

Guðmundur er að eigin sögn alinn upp af stórkostlegu fólki en í sveitinni þar sem hann sleit barnsskónum var karllæg menning allsráðandi. „Þetta var svona hörku-



LJÓSMYND: TRYGVI MÁR GUINARSSON.

„Fólk er, flest, tilbúið að láta frekar lífið heldur en að láta hafna sér, eða vera yfirgefið.“

tólamenningu í bland við alkóhól. Menning sem byggðist fyrst og fremst upp á vinnu og að hjálpast að við að gera það sem gera þurfti til að lifa af. Umræða um tilfinningar var því sem næst engin.

Ég fór út í lífið með fullt af góðu nesti að heiman en líka slatta af skrítnum hugmyndum eins og við flest. Síðan lendir maður bara í að reyna að finna út úr þessum tilfinningamálum í „jafningjafraðslu“ í heimavistaraskóla, með helstu upplýsingar um kynlíf úr klámi, helstu upplýsingar um rómantik úr bíómyndum, og með hugmyndir um ástarsamband úr sveitinni, þar sem karlmenn gerðu sitt, konur sitt og ef fólk hélt friðinn svona mestan part, þótti hjónabandið gott. Auðvitað rak maður sig á vegg, lenti í vondum samböndum, skaðlegum aðstæðum, kom ekki alltaf vel fram sjálfur og endaði svo á að krassa illilega og þurfa að horfast í augu við það að annaðhvort yrði að gera eitthvað í sínum málum

eða halda áfram á hraðbraut til heljar.“

Guðmundur er í dag í sambúð með Heiðu Adalsteinsdóttur og hafa þau verið saman í tólf ár. Hann segir ferðalagið með henni bæði fallett og spennandi. „Okkar markmið er að hámarka þann lærdóm sem draga má af þessu lífi og erum við mjög samstíga um að vinna okkur sama út úr þeim erfiðleikum sem mæta okkur og hámarka lífsánægjuna.“

Ég mæli heilshugar með því fyrir alla að skoða þessi mál. Hvers vegna ekki að láta sér líða betur ef maður hefur tækifæri til þess? Læknávisindin í dag eru á fleggiferð að koma með sannanir um tengsl andlegrar og líkamlegrar heilsu. Um tengsl áfalla við alls konar sjúkdóma eins og sjálfsofnæmi og jafnvel krabbamein. Það er til mikils að vinna að vera í andlegu jafnvægi og sáttur við guð og menn. Þessi óheilbrigða skömm og skakkar hugmyndir um höfnun er eitthvað sem ég held að við flest

öll séum að glíma við. Til að bæla niður skömmina erum við til í að gera hvað sem er og ein birtingarmynd flóttans er fíkn. Ég hef dílað við koffínfíkn, níkótínfíkn, ástar- og kynlífsfíkn og fíkn í áfengi og vinnufíkn svo nokkuð sé nefnt. En það er ekkert skárra að vera með heilsufíkn, kaupfíkn eða verða alltaf að vera með meiddandi athugasemdir á netinu, vera fíkninn í að standa í orrahríð og illindum við annað fólk eða að þurfa að skipta fólki í fylkingar sem eru annaðhvort fávitar eða snillingar.“

Snúa gömlum hugmyndum á haus

Guðmundur segir umræðuna á Íslandi hættulega. „Hún er svo hryllilega svarthvít og fordæmandi. Fólk hikar ekki við að henda fram sleggjúdómum án þess að hafa kynnt sér málavexti. Fólk sem á sér ekki heilbrigða sjálfsmýnd og er uppfullt af óheilbrigðri skömm fær lánuð prinsipp héðan og þaðan og raðar sér í virðingarröð í samfélaginu út frá þessum prinsippum, og leyfir sér svo að fordæma þá sem ekki eru með sömu prinsipp.“

Við þurfum að komast upp úr þessu mynstri. Fyrir mér er þjóðfélagssumræðan í svona sirka tólf ára bekk, þar sem fólk er annaðhvort gott eða vont, fallett eða ljótt, trúir annaðhvort á guð eða er trúleysingjar. Því miður. En ég hef trú á unga fólkinu og ég held að við séum að fara í gegnum mjög sársaukafulla tíma núna, sem eru algerlega nauðsynlegir, allar þessar byltingar eins og metoo, höfum hátt, útmeðða, sjúk ást og fleiri, hafa verið að opna á tabú og snúa á haus gömlum hugmyndum um sekt og sakleysi, rétt og rangt og svo framvegis. Ég er ekki endilega að blessa allt sem þessi átök hafa haft í för með sér og sumt af því hefur jafnvel alið á meiri flokkadráttum og fordæmingu, en ég er sannfærður um að ef að þjóðfélagssumræðan væri á hærra plani og til að mynda gerendur, eða meintir gerendur, væru ekki teknir af lífi í fjölmiðlum, heldur reynt að skilja þá og hvaðan þeir koma – þá væri bara mun auðveldara að taka stór skref fram á við.“

Viljum fjarlægja alla þröskulda

Guðmundur starfar með leikhópnum RaTaTam en umfjöllunarefni sýninga hans snúa mjög að þessum efnun. Eitt þeirra verka, SUSS, tók á heimilisofbeldi og segir Guðmundur frábært að finna umræðuna vera að breytast. „Heilbrigðiskerfið er að opnast fyrir heilðrænum nálgunum. Allir virðast sammála um að næsta stóra mál á dagskrá sé að snúa sér að gerendum í heimils- og kynferðisofbeldismálum og umbótum á dómkerfinu. Næsta verkefni RaTaTam er núna um helgina. Við erum hluti af stóru Evrópuverkefni sem heitir Shaking the Walls. Verkefnið snýst um að nota listina til að brjóta niður múra í samfélaginu. Við ætlum að bjóða fólki í leikhús, að sjá leiksýninguna SUSS á Nýja sviðinu í Borgarleikhúsinu, ókeypis, í samstarfi við fagaðila og grasrótarsamtök. Tvær sýningar eru á ensku og tvær á íslensku. Umræður eru eftir allar sýningar með fagfólki. Ástæðan fyrir þessu er að við viljum fjarlægja alla þröskulda og fá það fólk sem mest þarf á því að halda að sjá svona sýningu til að koma. Við þurfum að opna umræðuna um heimilisofbeldi í hvers konar mynd upp á gátt.“ ■

Sennibega *minnsti* úrva frambeiddandi í heimi
JS Watch co.
REYKJAVÍK



Úrsmíðameistari okkar missir aldrei einbeitinguna

Vegna annálaðrar einbeitingar, nákvæmni og 50 ára reynslu, tryggir úrsmíðameistarinn gæði íslensku úrana. Gilbert Ó. Guðjónsson úrsmíðameistari og alþekktur fagmaður grandskoðar hvert einstakt úr áður en það yfirgefur verkstæði okkar.

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.

GILBERT
ÚRSMÍÐUR

Laugavegi 62 - sími: 551-4100

www.gilbert.is / www.jswatch.com.

Einmannaleikinn er erfiðastur



Friðrik Ómar skildi eftir ellefu ára samband - Lærði að vera einn - Skilnaður foreldra í æsku markaði djúp spor - Varð fyrir einelti í barnaskóla

Íris Hauksdóttir
iris@dv.is



Tæp tvö ár eru síðan líf Friðriks Ómars tónlistarmanns tók óvænta stefnu. Hann skildi við sambýlismann sinn til ellefu ára og ákvað í kjölfarið að taka heilsu- og lífsstílinn fastari tökum. Í dag lítur hann nokkuð sáttur um öxl en viðurkennir að ferðalagið hafi verið fjandanum erfiðara. Þetta er þó ekki í fyrsta sinn sem Friðrik mætir erfiðleikum í lífinu. „Ég

reyni meðvitað að vera ekki mikið í viðtölum,“ segir Friðrik Ómar þegar blaðakona sækir hann heim. „Þessa dagana er ég bara á fullu að undirbúa jólin með fólkinu mínu hjá Rigg. Ég verð bæði með jólatónleika í Salnum í Kópavogi og Hofi ásamt því að syngja á Jólagestum Björgvins Halldórssonar svo ég verð syngjandi allar helgar fram að jólum eða á fimmtán tónleikum.“

Friðrik var fimmtán ára þegar hann gaf út sína fyrstu kasettu

en hana tileinkaði hann einmitt jólunum og nefndi Jólasalat. Hann segir því óhætt að fullyrða að söngurinn sé búinn að vera samofinn jólahátíðinni í tæpan aldarfjórðung.

„Ég tók einu sinni meðvitað frí í desember en það var alveg glatað, svona eins og þegar fólk ákveður að dvelja erlendis yfir jólin en dauðsér svo eftir því, en þá er maður allavega búinn að prófa það.“

Friðrik slær ekki slöku við í

jólaundirbúningnum því nýtt jólaglag úr smíðju hans mun hljóma á næstunni.

„Við Svala Björgvins erum að gefa saman út nýtt jólaglag en sjálfur samdi ég lag og texta,“ segir hann. Friðrik nær samt ekki að njóta útgáfunnar mjög lengi því við tekur stífur undirbúningur. „Stanslausar æfingar fyrir jólatónleikana og þá er aðalmálið að keyra sig ekki út. Ég legg mikla áherslu á að fara í ræktina og halda mér gangandi en alls ekki

að breyta neinu. Oft læðist nefnilega sú hugsun að hvort það sé ekki bráðupplagt að skafa af sér eins og tvö kíló en þá getur maður bara veikst.“

Sjálfur fer Friðrik alltaf norður um jólin en stórfjölskylda hans býr á Akureyri. Á Þorláksmessu er ferðinni heitið til Dalvíkur þaðan sem hann er ættaður þar sem hann sýpur á þúrtvíni með góðum vinum.

„Síðustu jól byrjuðum við fjölskyldan á því að syngja saman

jólasálma á aðfangadag og ég væri til að halda þeirri hefð áfram. Maður er auðvitað enn með þetta í mótun en aðalhefðin hverfist auðvitað í kringum matinn. Mér finnst rosalega gaman að elda og geri mikið af því, þótt ég sé bara að elda fyrir sjálfan mig þá finnst mér það æðislegt. Það er auðvitað breyting að elda fyrir einn og margir sem mikla það fyrir sér en fyrir mér er það ákveðinn „me time“, ég hugsa ekki um neitt annað á meðan.“

„Er þetta að gerast í alvöru?“

Friðrik og fyrrverandi sambýlismaður hans slitu samvistir fyrir tæpum tveimur árum eftir ellefu ára samband. Hann segir breytinguna mikla og það hafi tekið tíma að læra að líta í spegilinn.

„Þetta hefur verið skrítið tímabil og gengið á í bylgjum. Fyrstu vikurnar var þetta ekkert svo erfitt því þá var allt svo nýtt og óraunverulegt, svo kemur tíminn þar sem maður spyr sjálfan sig „er þetta að gerast í alvöru?“ Að lokum kemur að því þú þarft að líta í spegilinn og fókusa á sjálfan þig, og það er mest trikkí. Allt í einu er enginn þarna og í grunninn er það mesta breytingin – sem og söknuðurinn – að deila ekki lengur lífinu með einhverjum. Einmanaleikinn er erfiðastur, ekki síst í því starfi sem ég er í, vinnan mín verður oft einmanaleg þótt ég sé umkringdur fólki og eigi góða vini að. Ég setti mér þó snemma þá reglu að hitta fólki á hverjum degi og núna geri ég það alveg ómeðvitað, það hjálpar mér mikið enda er auðveldast í heimi að loka sig af – og það er það versta. Maður verður að taka á honum stóra sínum og halda áfram, þeir þekkja það sem hafa gengið í gegnum þetta ferli. Maður fer að meta litlu hlutina, hversdagsleikann og heilsuna. Þetta er gríðarleg breyting, ekki bara það að vakna og sofa einn eða hella upp á kaffið og kveikja á útvarpinu, heldur líka að læra að vera einn með sjálfum sér. En maðurinn er nú bara þannig gerður að hann venst öllu. Tíminn lagar og lækna og maður aðlagast en það er rosalegur skóli.“

Hættur að reyna að geðjast öllum

Friðrik tók eins og frægt er þátt í undankeppni Söngkeppni sjónvarpsins fyrr í vor en laut í lægra haldi fyrir framlagi Hatara sem hélt út fyrir Íslands hönd. Lagið hans, Hvað ef ég get ekki elskað? sló hins vegar í gegn og segir Friðrik fjöldi fólks hafa komið að máli við hann og sagst tengja við textann.

„Fólk var ekkert mikið að segja mér það úti á götu enda er enginn beint stoltur af því að líða svona. Á yfirborðinu á nefnilega allt að vera svo frábært, en ég fékk og fæ enn fjöldann allan af einkaskilaboðum frá fólki sem segist tengja við textann. Ég sé það í dag að þetta var svolítið djarft af mér að opna á þetta og fæ oft spurninguna hvort ég geti núna elskað. Ég held ég geti það en maður er oft í leit að einhverju fullkomnu sem er ekki til. Ég viðurkenni líka að ég var búinn að gleyma hvað margir horfa á þessa keppni og áttaði mig ekki á því fyrr en daginn eftir að ég mætti fjöl-

skyldu á förnum vegi þar sem börnin urðu hreinlega stjörnu-stjörf við að sjá mig. Í mínum huga var ég bara að gefa frá mér lag sem ég var stoltur og ánægður með en gerði mér ekki grein fyrir því sem óhjákvæmilega fylgdi með, viðtölunum og athyglinni sem ég var ekki að sækjast eftir. Ég finn samt mikinn mun á sjálfum mér núna og þegar ég tók síðast þátt fyrir ellefu árum. Í dag er ég orðinn sáttur við að vera ekki endilega allra og hættur að reyna að geðjast öllum. Ég er ekkert að reyna að vera hipp og kúl því ég er bara sveitastrákur að norðan og ekki að reyna vera neitt annað. Ég er mjög kaldhæðinn og húmorinn minn er oft misskilinn, svo það er pottþétt einhver þarna úti sem finnst ég vera merkilegur með mig. En stundum þarf maður bara að setja upp þann front og maður getur ekki hleypt öllum að. Fólki finnst líka að maður eigi alltaf að vera í stuði og það þekkja þeir sem starfa í þessum bransa, að það sé skrítið að maður sé ekki skælbrosandi öllum stundum, en staðreyndin er bara sú að við erum venjulegt fólk með sömu vandamál og allir hinir. Ég hika ekki við að viðurkenna ef ég er ekki hress, enda hef ég aldrei falið hvernig mér líður. Ég nenni ekki að vera með grímuna fasta á andlitinu á mér.“

Eftir að söngvakeppnin var yfirstaðin bókaði Friðrik sér ferð í fimm vikur til Suður-Ameríku og ferðaðist þaðan víða. Aðdáendur hans gátu fylgst vel með ferðum hans á Instagram-síðu hans „fromarinn“, þar sem hann er afar virkur og veitir innsýn í líf sitt.

„Buenos Aires heillaði mig hvað mest. Hún býr yfir skemmtilegri menningu þar sem fólk dansar tangó á hverju götuhorni og bæði matur og vín er framúrskarandi á allan hátt. Ég hefði aldrei séð þetta ferðalag fyrir mér fyrir nokkrum árum, en ég hafði helvíti gott af þessu og það besta var að mér leiddist ekki í eina sekúndu. Það er nefnilega áskorun að vera svona einn með sjálfum sér og nenna því, í alvöru.“

Heldur að hann langi í barn

Friðrik vill lítið tjá sig um skilnaðinn en hann segir starfstílinn jafnframt oft fela í sér ákveðinn fælingarmátt þegar kemur að stefnumótamarkaðinum.

„Það var ákveðið ferli sem ég þurfti að fara í gegnum, því þegar við kynntumst var ég að byrja í minni vinnu en í dag finn ég sterkt fyrir því hvað íslenskir strákar vita mikið um mig. Þeir hafa ákveðið forskot en á sama tíma skil ég að þeir séu hræddir við að stíga inn í þennan heim. Það þarf visst hugrekki til. En ég er ósköp venjulegur strákur held ég.“

Þegar talið berst að barneignum veft svarið ögn fyrir Friðriki.

„Ég hef verið spurður ótrúlega oft og spyr sjálfan mig sömuleiðis reglulega og veistu, já, ég held mig langi í barn – en ekki endilega börn í fleirtölu. Ég veit ekki. Ég finn það núna að það er stór partur af því að vera manneskja að eignast barn, í því felst svo mikill þroski. Ég sé það á vinum mínum að þetta er greinilega alveg málið! Eflaust vex þetta ferli manni í augum vegna kynhneigðar og aðstæðna og satt best að segja veit ég ekki hvort maður sé



„Hátíðin og Dalvíkingar munu standa þetta af sér“

einhvern tímann alveg tilbúinn. Er það nokkur? Í tilfellum eins og mínu er þetta svo meðvituð ákvörðun og í kjölfarið ferli sem er flóknara en venjulega, innan gæsalappa. Ég sé ekki fyrir mér að gera þetta einn, en hver veit? Ég hef kannski hugsað um þetta í tíu ár en aldrei tekið skrefið, við vitum jú að skilnaðartíðnin er há og þá er auðvelt að ofhugsa allt, en eflaust er þetta eitthvað sem gæti dottið inn. Vissulega viljum við öll upplifa að við séum mikilvæg fyrir aðra manneskju og það er í grunninn sú þörf sem foreldrar fá uppfyllta, það er að segja þeir sem sinna börnunum sínum. Þau finna að þau eru einstök í augum barnanna sinna og öfugt. Það „töffar“ mann eflaust líka upp og það þykir mér spennandi tilhugsun, sem og að hafa eitthvað sem „groundar“ mig. Ég finn það núna þegar ég eldist og er búinn að brólta þetta mikið um, búinn

að koma mér fyrir og er í geggjúðum aðstæðum – nema samkynhneigðin flækir þetta kannski aðeins.“

Æskan bæði geggjúð og hræðileg

Friðrik kom formlega út úr skápnum árið 2006 en segir það þó ekki hafa verið neitt gríðarlegt moment, erfiðast hafi þó verið að segja föður sínum af því.

„Ég er einkabarnið hans pabba og ég beið lengst með að segja honum. Það eru sjö ár milli mín og næsta systkinis svo ég ólst upp sem hálfgerð örverpi.“

Friðrik lýsir æskunni á Dalvík sem geggjáðri og hræðilegri í senn.

„Það var náttúrulega æðislegt að alast upp á svona litlum stað og fá að gera allt sem maður vildi. Ég var á kafi í leikfélaginu og stofnaði meðal annars leikhóp með vinum mínum. Ég var alltaf syngj-

andi, spilandi á trommur og þá var ekkert mál að útvega æfingahúsnæði í nærliggjandi frystihúsi. Það var allt svona, en á sama tíma lenti ég líka í miklu einelti – fyrir að vera í þessu. Ég vildi vera leiðtogi, en leiðtogar eru ekkert endilega alltaf þeir vinsælustu. Svo er það líka það, að fólk í kringum mann áttar sig eflaust betur á því að maður sé „gay“ en maður sjálfur, það er eflaust partur af þessu einelti líka án þess að ég hafi fattað það sjálfur.“

Skilnaður foreldra vendipunktur

Foreldrar Friðriks skildu þegar hann var tíu ára og varð Friðrik eftir hjá föður sínum en móður hans flutti burt í annað samband, tímanum lýsir hann sem algjörum vendipunkti í sínu lífi.

„Það var ekki fyrr en á þessu ári sem ég fattaði af hverju ég ákvað að vera eftir hjá pabba. Ég ►



milli Suðurnesja og höfuðborgarsvæðis
cargoflutningar.is

➔ Suðurnes

➔ Reykjavík

➔ Suðurnes

Tvisvar á dag!



Allt í einu er enginn þarna og í grunninn er það mesta breytingin – sem og söknuðurinn – að deila ekki lengur lífinu með einhverjum

fann til með honum og gekk hiklaust inn í eitthvert ábyrgðarhlutverk sem ég átti alls ekkert að gera þegar tekið er tillit til aldurs. Eftir á að hygga var ekki vel að þessu staðið. Í dag er umræðan mjög breytt og foreldrar meðvitaðri um að börnin eigi að vera í fyrsta, öðru og þriðja sæti. Á móti kom að ég fékk gríðarlegt frelsi, pabbi leyfði mér að hafa hljóðfærin mín um alla íbúð og ég fékk í raun að vera minn eigin herra. Hann var að því leyttinu til mikil hvatning fyrir mig þegar kom að tón-

listinni. Það var kannski ekki mikill agi eða uppeldi á þessum tíma og ég gerði bara mitt, sem mér fannst skiljanlega mjög gott fyrirkomulag. Það voru engar reglur en þarna lærði ég þó kannski að verða sjálfstæður. Pabbi kunnir varla að sjóða hafragraut og hafði nær aldrei eldað mat. Þegar ég hugsa um það núna var það eflaust þarna sem ég lærði að elda – því ég þurfti þess, en þetta voru sérstakar aðstæður.“

Tæpum tveimur árum síðar tóku foreldrar hans aftur saman

og segist Friðrik hafa tekið því frekar illa í upphafi.

„Mér var farið að líka vel við fyrirkomulagið eins og við pabbi vorum farnir að hafa það. En þetta lagaðist fljótt. Foreldrar mínir eru saman í dag og samband okkar afar gott.“

Einelti í ásku

Á sama tíma gekk Friðrik í gegnum átakamikið einelti í skóla sem fullorðið samferðafólk hans lét viðgangast án mikilla athugasemda.

„Ég myndi segja að ég hafi verið samfélagslega mjög virkur, þótt eflaust myndu einhverjir segja að ég hafi bara verið athyglissjúkur, frekur eða stjórnsamur. Ég átti þó alltaf mína bandamenn en svo lenti ég í leiðindamálum. Mér gekk vel í skóla, var með sjálfstraust og lét ekki kýla mig svo auðveldlega niður, en á tíma var þetta alveg komið út í líkamlegt ofbeldi og því miður var það svo að krakkar í Dalvíkurskóla voru lagðir í slæmt einelti á þessum árum. Það þreifst einhverra hluta vegna og ég á alveg minningar þar sem skólaúlpan mín var tekin og rifin sem og skólataskan. Það var oft setið fyrir mér, oftast af eldri strákum, og ekkert var gert í neinu, ekki fyrr en bróðir minn kom í heimsókn til Dalvíkur og átti fund með skólalæranum. Þetta fylgir manni alltaf, því þrátt fyrir að mér finnst gaman að umgangast fólk í dag er þessi reynsla alltaf partur af mér, allt það sem gerðist þarna. Ég man alltaf eftir hræðslunni sumu daga við að fara í skólann. Margt af þessu fólk hefur í dag beðist afsökunar og ég held að fólk sé svolítið ánæggt með mig, því ég hélt áfram á þeirri braut sem ég var byrjaður á þá. Ég held að í grunninn sé það af því að ég byrjaði svo ungur að syngja og spila á hljóðfæri. Auðvitað var ég athyglissjúkur en það bjó meira að baki – þetta var eitthvað sem mig langaði frá fyrstu tíð að gera og ég er ákaflega stoltur af því.“

Brugðið yfir Samherjamálinu

Friðrik bjó á Dalvík á árunum 1987 til 2001 og segir bæinn eiga stóran stað í hjarta hans. Honum þykir því óendanlega vænt um að halda utan um stærstu tónlistarhátíð landsins þar síðastliðin sex ár, en á næsta ári fagna hátíðarhöldin Fiskidagar á Dalvík tuttugu ára afmæli sínu.

„Ég er alltaf tengdur Fiskideginum og það er alltaf gríðarlega gaman að mæta og halda eina stærstu tónleika á Íslandi. Þarna búa tvö þúsund manns en meðan á hátíðinni stendur mæta allt upp í fjörutú þúsund manns. Þetta er brjálæði, næstum þrisvar sinnum sá fjöldi sem sækir Þjóðhátíð í Eyjum. Það er líka frábært að gera þetta með Eypóri Inga og Matta Matt en þeir eru báðir Dalvíkingar og mikill kærleikur okkar í millum. Það er gaman að segja frá því að eftir grunnskóla tók ég við tónmenntakennslunni í skólanum og kenndi þar Eypóri en hann var þá í sjötta bekk. Honum fannst svo mikið til mín koma að hann teiknaði mynd af mér að keppa í Eurovision enda var hann viss um að ég myndi síðar stíga þar á svið. Hann endaði svo á að gera það sjálfur helvíti á honum,“ segir Friðrik og hlær sínum dillandi hlátri. „Þetta er mjög skemmtileg tenging.“

Fiskidagurinn mikli hefur verið mikið í umræðunni síðustu daga vegna tengingar hátíðarinnar við Samherja. Friðrik hefur fylgst með umræðunni um Samherjaskjölin svokölluðu og var sleginn yfir afhjúpun Kveiks og Stundarinnar þar sem koma fram alvarlegar ásakanir á hendur forsvarsmönnum Samherja.

„Mér var brugðið líkt og allri þjóðinni en samstarf mitt við

starfsfólk Samherja, þá sérstaklega við Kristján Vilhelmsson, hefur verið afar gott í tengslum við Fiskidagstónleikana. Fiskidagurinn mikli er síðan annað dæmi sem er sér félag og ekki rekið af Samherja. Höfum það á hreinu,“ segir Friðrik og heldur áfram. „Við erum í miðjum storminum núna og erfitt að svara til um hvaða afleiðingar þetta hefur. Mér þykir vænt um tónleikana og allt það fólk sem að þeim kemur. Ég hugsa þó aðallega til alls þess góða starfsfólks sem vinnur hjá fyrirtækinu alla jafna. Þetta er mjög erfitt fyrir marga. Ég trúi því að stjórnendur félagsins geri þær breytingar sem þarf til að leysa þetta mál.“

Varðandi umfjöllun Kveiks um Samherjaskjölin finnst Friðriki leitt að Fiskidagurinn leiki svo stórt hlutverk.

„Ég er á því að Helgi Seljan og Aðalsteinn hafi farið fram úr sér með tengingu Fiskidagsins sem hátíðar við Samherja og þessar ásakanir. Það eru svo rosalega margir sem koma að hátíðinni, sjálfboðaliðar og nær 200 styrktaraðilar og Samherji er vissulega einn af þeim en þeir halda ekki þessa hátíð. Hátíðin og Dalvíkingar munu standa þetta af sér enda um eina flottustu og farsælustu bæjarhátíð fyrr og síðar að ræða á Íslandi. Hvað sem svo verður um tónleikana. Það verður að koma í ljós enda er það enginn heimsendir þótt þeir yrðu ekki haldnir, þótt vissulega myndu margir sakna þeirra og þar á meðal ég.“

Í besta formi lífs síns

Miklar breytingar hafa orðið á heilsufari Friðriks undanfarið ár en hann segir óhætt að segja að hann sé í besta formi lífs síns.

„Áður en ég flutti suður árið 2003, var ég tæplega þrjátíu kílóum þyngri en ég er í dag. Sem betur fer er ekki til mikið af myndum af mér frá þessum tíma enda forðaðist ég greinilega myndavélina. Ég hef örugglega prófað alla heimsins kúra, búinn að þyngjast og léttast til skiptis. Það var alltaf þetta helvítis vesen á mér, en frá árinu 2006 hef ég haldið mér í þessu plús mínus fimm kíló. Ég hef þó aldrei verið í eins góðu formi og ég er í dag enda tók ég þetta föstum tökum eftir að ég varð einn. Ég byrjaði í 16/8 kúrnum og fastaði eftir því prógrammi í eitt og hálf ár. Nú er ég farinn að láta líða lengra á milli, því samhliða stunda ég mikla líkamsrækt og fann að ég varð að borða meira. Þetta hentar mér mjög vel og þegar ég borða þá borða ég eitthvað rosalega gott. Um tíma fastaði ég í tvær vikur í senn og þá skiptir öllu að halda hausnum í lagi. Það getur reynst erfitt en samt mesta furða hvað maður er hress. Húðin og augun taka stakkaskiptum og maður verður allur annar. Þetta krefst mikils aga en er á sama tíma góð hreinsun.“

Eftir að jólatörninni lýkur hyggst Friðrik leggja leið sína á framandi slóðir.

„Ég tek mér alltaf frí í janúar enda finnst mér það góður tími. Ég fer alltaf langt í burtu til að ná góðu veðri. Ég ætla að þessu sinni að ferðast á nýjan stað og hitta „lókalin“ ég á bara eftir að ákveða hvert.“ ■

HAGBLIKK



Brotna ekki

Ryðga ekki

Álpakrennur & niðurföll

Litir á lager:

Svart, hvítt, ólitað, rautt, silvurgrátt og dökkgrátt

Smiðjuvegur 4C - 202 Kópavogur - S 587 2202



GEFÐU GÓÐAN HLJÓM!

JBL LIVE650BTNC

NÝ KYNSLÓÐ AF JBL HEYRNARTÓLUM. GLÆSILEG OG VÖNDUÐ HÖNNUN, ÖFLUGUR HLJÓMUR OG NÚ MEÐ RADDSTÝRINGU ÁSAMT NOISE CANCELLING STILLINGU. UPPLIFÐU TÓNLISTINA ÞÍNA EINS OG HENNI VAR ÆTLAÐ AÐ HLJÓMA MEÐ JBL LIVE 650BTNC.

BETRA BORGAR SIG

Opið virka daga 10 – 18 | Laugardaga 11 – 16



RAFLAND

Síðumúla 2-4 | 520 7900 | rafland.is

Svona unnu Portúgalar dópstríðið

■ Dauðsföllum fækkað úr einu á dag í þrjátíu á ári
■ Afglæpavæðing neysluskammta lykilatriði

Lilja Katrín Gunnarsdóttir
lilja@dv.is



Rætur fíkniefnafaraldursins í Portúgal má rekja aftur til áttunda áratugar síðustu aldar. Hin blóðuga nellikeyfing skall á árið 1974 og kjölfar hennar losnuðu Portúgalar undan valdi einræðisherrans Antónios Salazar og öðluðust sjálfstæði. Nærri fimm ára einangrun var því lokið í landinu og opnaðist það fyrir fíkniefnum frá Afganistan og Evrópu. Þetta nýfundna frelsi breyttist fljótt í martröð því á níunda áratug síðustu aldar var fíkniefnafaraldurinn búinn að breiða úr beittum klóm sínum og var talað um að dópið væri mun alvarlegra og verra en AIDS-faraldurinn. Stjórnáamenn litu framhjá vandanum sem óx sífellt ásmegin. Talið er að einn af hverjum hundrad Portúgölum hafi verið háður heróíni seint á tíunda áratug síðustu aldar. Árið 1999 dóu tæplega fjögur hundruð manns úr of stórum skammti eiturlyfja.

Sjúklingar, ekki glæpamenn

Loksins þurftu yfirvöld að opna augun fyrir vandanum og seint á tíunda áratugnum hófst vinna við að afglæpavæða fíkniefnaneyslu. Árið 2001 var það síðan bundið í lög og varð Portúgal fyrsta landið í heiminum til að afglæpavæða fíkniefnaneyslu. Fíkniefni voru, og eru, enn ólögleg og fólk er sótt

til saka fyrir að selja eða smygla inn fíkniefnum en fólk sem tekið er með neysluskammta er ekki handtekið. Markmiðið var að meðhöndla fólk með fíknisjúkdóma af mannúð, að meðhöndla fíkn eins og sjúkdóm, ekki bresti. Litið var á fíkla sem sjúklinga, ekki glæpamenn og þeir fóru í meðferð, ekki í fangelsi.

Þessar breytingar virkuðu og það fljótt. Fjöldi heróínnotenda í Portúgal hefur minnkað um tvo þriðju og einnig dauðsföllum, en aðeins þrjátíu manns létust úr fíkniefnaneyslu allt árið 2016, miðað við tæplega fjögur hundruð árið 1999. Þá hefur HIV-smíti einnig fækkað umtalsvert en átján tilfelli smits voru greind árið 2016 miðað við 907 árið 2000.

Þetta ófremdarástand sem skapaðist í kringum fíkniefnafaraldurinn hafði áhrif á marga. Fangelsin voru yfirfull af fíklum og segir Félix da Costa, sem hefur unnið með fólki með fíknisjúkdóma síðustu þrjá áratugina, í samtali við Huffington Post að um mannlega harmleiki hafi verið að ræða í hverri einustu viku.

„Í öllum fjölskyldum var einhver sem neytti fíkniefna eða lést úr eiturlyfjaneyslu, eða fjölskyldan þekkti einhvern náinn sér sem var í neyslu.“

Andstaða úr hægri

Læknirinn João Goulão lék veigamikil hlutverk í þessari hugarfars- og lagabreytingu í Portúgal.

Um miðjan níunda áratug síðustu aldar var hann ungur læknir á Algarve í suðurhluta Portúgals og fann fyrir fjölgun sjúklinga sem glímdu við eiturlyfjafíkn.

„Ég var ekki sérfræðingur í eiturlyfjum en ég var til staðar þegar fólk vildi koma til mín,“ segir hann. Það má segja að João hafi orðið sérfræðingur í að meðhöndla fíkla, líkt og svo margir heimilislæknar í Portúgal á þessum tíma. João varð síðar lykilmaður í afglæpavæðingu fíkniefnaneyslu í landinu. En fyrst leiddi hann opnun á almenningsmiðstöðvum sem meðhöndluðu fólk með fíknisjúkdóma, CAT, á seinni hluta níunda áratugarins. Fyrsta miðstöðin var opnuð í Lissabon árið 1987 og stjórnað af heilbrigðisráðuneytinu. João, í samvinnu við annað heilbrigðisstarfsfólk, opnaði slíkar miðstöðvar víðs vegar um landið og fyrsta skref í átt að afglæpavæðingu var sprautuprógrammið sem byrjaði árið 1993. Með því gat hver sem er mætt í apótek með notaða sprautunál og fengið hreina í staðinn án þess að þurfa að gera grein fyrir einu eða neinu.

Það var svo seint á tíunda áratugnum sem yfirvöld byrjuðu að skoða lagabreytingar. Fjölmargir komu að borðinu, sérfræðingar, læknar, dómarmar og fleiri, til að búa til aðgerðaráætlun um hvernig Portúgalar gætu barist gegn döpvánni og haft sigur. João var í þessum hópi. Hópurinn

„Í öllum fjölskyldum var einhver sem neytti fíkniefna eða lést úr eiturlyfjaneyslu

kynnti áætlun árið 1998 sem lagði grunn að lögum um afglæpavæðingu og voru þau samþykkt árið 2001. Þetta var róttækt plan og hægrimmenn ekki á eitt sáttir. Vörðu þeir við því að með þessari löggjöf myndi landið verða sem segulstál á fíkniefnaneyslur og heim allan.

Allt annað kom á daginn og fljótlega var hægt að merkja jákvæð áhrif laganna. Þá myndaðist þverpólitísk sátt um lögin. Í dag eru hins vegar nokkrar áhyggjur um hvort hægt sé að viðhalda þessum góða árangri. João segir að dópstríðið hafi fallið neðar og neðar á forgangslista stjórnvalda og búið sé að skera niður fjárframlög til verkefnisins. João telur því að verkefnið sé í hættu.

„Þetta er ekki lengur sexí umræðuefni,“ segir hann.

Fyrimynd Íslands

Það er þó vert að minnst á að árangur Portúgals í fíkniefnastríðinu hefur vakið heimsathygli, en fíkniefnanotkun þar í landi er meðal því minnsta sem gerist

og gengur í Evrópu. Fjöldi þeirra sem deyja á ári hverju úr fíkniefnaneyslu er töluvert lægri en meðalfjöldi í Evrópu og Bandaríkjunum. Fyrir tuttugu árum voru um það bil hundrad þúsund heróínfíklar í Portúgal en nýjustu gögn sýna að þeir séu 25 þúsund talsins í dag.

Afglæpavæðing fíkniefnaneyslu hefur verið talsvert í umræðunni síðustu misseri á Íslandi og vekur upp heitar umræður í þingheimi. Nýlega lagði Píratin Halldóra Mogensen fram frumvarp um að varsla neysluskammta yrði ekki lengur refsiverð, þótt sala fíkniefna, afhending, framleiðsla og smygl yrði enn bannað. Þá lagði Svandísar Svavarsdóttur heilbrigðisráðherra einnig fram frumvarp um neyslurými fyrir stuttu og er Portúgal mikil fyrirmynd við gerð þessara frumvarpa. Skiptar skoðanir hafa verið á afglæpavæðingu fíkniefnaneyslu hér á landi en tölurnar frá Portúgal segja meira en mörg orð. ■

Dópdjöfullinn
Portúgal hefur náð
góðum árangri í stríðinu
gegn fíkniefnum.



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

Vetur

15. nóvember 2019

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



RÓTOR:

Gæða kaminur frá Spáni

Rótor ehf. hefur um langt árabil sérhæft sig í rafbúnaði bíla, ferðavörum, sólarorku, smíði húsbíla, sölu pallhýsa og nú býður það einnig upp á gæða kaminur og arna frá Spáni.

Með áratuga reynslu

Fyrirtækið var upphaflega stofnað árið 1989 af Lárusi G. Brandssyni og er hann því búinn að reka það í 30 ár samfleytt. Lengst af var það bíla- og vélaverkstæði samhliða verslun í Hafnarfirði en rekstrinum var síðan skipt upp í tvö sjálfstæð fyrirtæki árið 2016.

Síðan þá hefur Rótor blómstrað í Bæjarlind 6, Kópavogi, undir stjórn Lárusar og hafa viðskiptavinirnir kunnað að meta stærri verslun, betri þjónustu og aukid vöruúrval. Verslunin er gjarnan kölluð „Dótubúðin“ af viðskiptavininum því þeir gleyma margir stað og stund

þegar skoðað er í hillurnar.

„Við aðstoðum viðskiptavininn eins og við getum í vali íhluta, hvort sem um er að ræða sólarcellur, markísur, kaminur, rafbúnað eða hvers konar sérpantanir. Oft kemur viðskiptavinurinn með grunnhugmyndir, sem við síðan útfærum í samráði við hann, þannig að allt virki nú eins og til er ætlast,“ segir Lárus.

Árstíðabundnar sveiflur

Fyrirtækið státar af mörgum vöruumboðum, sem öll eiga það sameiginlegt að bjóða upp á hágæða vörur, sem er jafnframt aðaláhersla fyrirtækisins ásamt því að stilla vöruverði í hóf. Flest eiga þau það þó sammerkt að bjóða vörur sem tengjast beint eða óbeint sól og sumri þó svo að alltaf sé eitthvað um verslun á veturna, einkum í rafbúnaði hvers konar.

Árstíðabundin sveifla er því óhjákvæmilegur fylgifiskur þeirra fyrirtækja sem bjóða aðallega upp á ferðatengdan búnað og er Rótor þar engin undantekning. Lárus hefur þó leyst það með því að bjóða upp á spænskar kaminur og rafmagnsvélahitara, sem hvort tveggja hefur slegið í gegn hjá landanum.

Úrval af vönduðum kaminum

Heitasta varan um þessar mundir er spænsku kaminurnar og arnarnir frá Panadero, sem hafa algjörlega slegið í gegn. Þær þykja afskaplega vandaðar, fallegar og á sérstaklega góðu verði. Kaminurnar eru smíðaðar úr plötustáli með tvöfalt byrði og eru því einstaklega öruggar og þægilegar í notkun,“ segir Lárus.

Rótor selur eingöngu kaminurnar sjálfar en vísar á blikksmiði og -smíðjur um allt land varðandi reykrör, rétta uppsetningu

og tengingar. Hvetur Lárus áhugasama blikkara til að skrá sig á lista hjá þeim, einkum þá sem búa nærri sumarhúsaðverfum s.s. á Suður- og Vesturlandi.

Mikið hefur verið pantað af kaminum fyrir hátíðirnar, rétt eins og í fyrra, en hægt verður að panta inn í síðustu sendinguna fyrir júl til 20. nóvember. „Jólagjöf fjölskyldunnar í ár,“ segir Lárus að lokum.

Hægt er að hafa samband við Rótor í síma 555-4900 eða með tölvupósti á rotor@rotor.is.

Fyrirtækið heldur úti öflugri heimasíðu, www.rotor.is ásamt vinsælli Facebook-síðu undir merkjum Rótors. Þar er hægt að fylgjast með því, sem er helst að gerast frá degi til dags á meðan heimasíðan geymir upplýsingar um flestar þær vörur sem fást í versluninni.

NESDEKK:

Öryggi bílsins hvílir á lófastórum bletti

Nú í vetrarbyrjun gera ábyrgir ökumenn bílinn sinn kláran fyrir vetraraksturinn og komandi umhleypinga. Þá er lykilatriði að velja réttu dekkinn og því eru réttu ráðin nauðsynleg. Nesdekk rekur nú sex hjólbarðaverkstæði á landinu og veita starfsmenn viðskiptavinum upplýsta ráðgjöf um hvers konar dekk henta hverri bifreið fyrir sig.

Fagmennska hjá Nesdekk

Að sögn Gestis Árskóg, þjónustustjóra hjá Nesdekk að Breiðhöfða 13, er mikil áhersla lögð á faglega ráðgjöf til viðskiptavina hjá fyrirtækinu. „Það er viðurkennd staðreynd að dekkinn hafa heilmikið að segja um akstursegginleika bílsins. Við val á réttum dekkjum er til margs að líta. Það sem hentar einum viðskiptavini, hentar kannski alls ekki þeim næsta. Bílar og

notkun þeirra er oft mismunandi, sem og aksturslag ökumanna. Við hjá Nesdekk göngum út frá því að mikilvægt sé að hver og einn fái þau dekk sem henti hans eða hennar aðstæðum, hvort sem það er vinnutengt eða lúti að heimilisreksri. Við kappkostum að hjá fyrirtækinu séu fagmenn að störfum sem geta veitt viðskiptavinum bestu ráð um dekkjaval.“

Nesdekk á 6 stöðum á landinu

Nú eru sex hjólbarðaverkstæði rekin undir merkjum Nesdekk á landinu: Breiðhöfða 13, Fiskislóð 30, Grjóthálsi 10, Lyngáasi 8 Garðabæ, Njarðarbraut 9 Reykjanesbæ og nýjasti meðlimur Nesdekk-keðjunnar er að Njarðarnesi 1 á Akureyri.

„Hjólbarðaverkstæðið að Breiðhöfða 13 er stærsta og fullkomnasta verkstæði landsins.

Það er sérhannað fyrir starfseminna, með tækjabúnaði og aðstöðu til að veita bílum af öllum stærðum fyrsta flokks hjólbarðþjónustu,“ segir Gestur og nefnir meðal annars niðurgrafnar lyftur og snertilausar umfelgunarvélar. „Þá býður hönnunin upp á þá nýjung að hópferða- og vöruflutningabílar geta keyrt í gegnum verkstæðið, sem er mun þægilegra fyrir bæði viðskiptavinina sem og starfsmenn okkar,“ segir Gestur.

Öryggið hvílir á lófastórum bletti

Að sögn Gestis hefur þróunin í dekkjaframleiðslu verið mikil undanfarin ár og mætti jafnvel tala um byltingu hvað varðar gúmmiblöndur, gæðaeftirlit og áherslur á öryggi. „Allir bíleigendur ættu að gera sér grein fyrir því að snertiflötur dekkjanna, sem er í raun aðeins lófastór blettur, getur skipt

svo ótrúlega miklu máli þegar mest mæðir á í umferðinni. Sérstaklega er þetta áriðandi yfir veturinn þar sem von er á versta veðrinu; ís, snjó, krupa og slyddu. En allt þetta og meira til þarf dekkið að kljást við og það kannski á einum og sama deginum, eins og á Íslandi. Þess vegna er nauðsynlegt að þekkja inn á eiginleika dekkjanna.“

Mikið dekkjaval hjá Nesdekk

„Öll Nesdekk-verkstæðin eiga það sameignlegt að veita bíleigendum fyrsta flokks þjónustu og bjóða upp á einhverja breiðustu línu af hjólbörðum sem völ er á.“

Hjá Nesdekk finnur þú hjólbarða frá þekktustu framleiðendum í heimi s.s. TOYO, PIRELLI, BFGOODRICH, MAXXIS, INTERSTATE og DOUBLE COIN vörubíladekk ásamt fjölmörgum öðrum.



Stærstu flutningabílarinn geta keyrt beint í gegn á verkstæðinu á Breiðhöfða.



Nesdekk að Breiðhöfða 13 er miðsvæðis og með þægilega aðkomu fyrir stóra sem smáa.



Nýjasta Nesdekk verkstæðið er að Njarðarnesi 1 á Akureyri.



Nesdekk að Breiðhöfða 13 er stærsta og fullkomnast hjólbarðaverkstæði landsins.



GEISLATÆKNI:

Laserskurður og ryðfrí smíði í hæsta gæðaflokki

Fyrirtækið Geislatækni ehf. var stofnað í ársbyrjun 1998 af feðgunum Grétari Jónssyni og Jóni Leóssyni. Tilgangurinn með stofnun fyrirtækisins var að kaupa og annast rekstur á laserskurðarvél sem hentaði íslenskum markaði.

Fjölbreyttur og öflugur tækjakostur

Fram að stofnun Geislatækni hafði þjónusta á sviði laserskurðar ekki verið fáanleg hérlandis og þurfti að leita út fyrir landsteinana eftir henni. Keypt var vél af gerðinni Trumpf, 2.6 kw frá Bandaríkjunum. Voru starfsmenn Geislatækni fyrsta árið þeir að meðtöldum Jóni og Grétari.

Undanfarin ár hefur félagið fjárfest umtalsvert í nýjum búnaði hvort heldur varðandi plötuvinnslu eða smíði. Geislatækni tók ákvörðun snemma á ferlinum að halda sig meira og minna við einn framleiðanda af laser- og beygjuvélum frá þýska fyrirtækinu TRUMPF Werkzeugmaschinen

GmbH sem er einn af leiðandi framleiðendum á þessu sviði málmíðnaðar. Geislatækni býr í dag yfir fjölbreyttum og öflugum tækjakosti sem hefur stóreflt gæði og þjónustu til viðskiptavina. Í dag eru á þriðja tug starfsmanna hjá Geislatækni í þremur deildum, framkvæmdarstjóri fyrirtækisins er Grétar Jónsson.

Heildarlausnir á sviði laserskurðar og annarrar plötuvinnslu

Geislatækni er með heildarlausnir í allri plötuvinnslu ásamt sérsmíði og sérhæfðum lausnum sniðnum að þörfum hvers og eins. Við önnumst einnig smíði á mörgum sviðum svo sem á ryðfríum innréttingum (skápar, vaskaborð, borðplötur o.fl.) auglýsingaskiltum, rafmagnsskápum, tönkum og fleiru. Með því að vinna náið með samstarfsaðilum okkar tryggjum við að verkefni séu heildstæð og hámarksárangur náist við útfærslu.

Geislatækni notar nýjustu

aðferðir við að skera og beygja stál þannig að úr verði íhlutur í hæsta gæðaflokki. Þjónustan byggir á laserskurði og beygingu á málmum sem opnar áður óþekkta möguleika í plötuvinnslu sem nýtist á breiðu sviði iðnaðar og framleiðslu. Við aðstoðum viðskiptavinum frá byrjun til enda og tökum þátt í hönnun og útfærslu eftir þörfum. Með heildarþjónustu tryggjum við gæði verksins og ánægju viðskiptavinarins. Við tökum við hugmyndum á hvaða stigi sem er og útfærum með verkkaupum og smíðum.

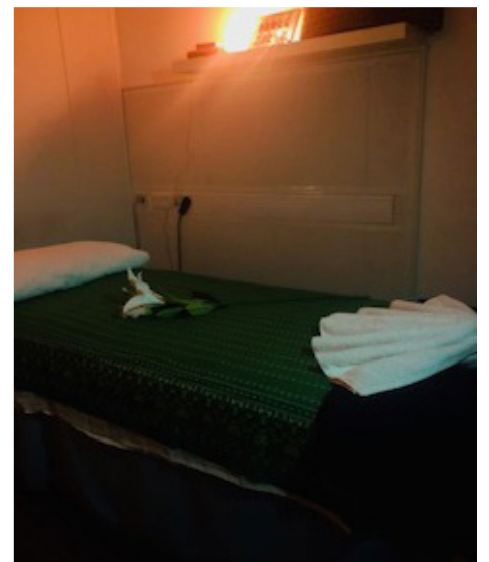
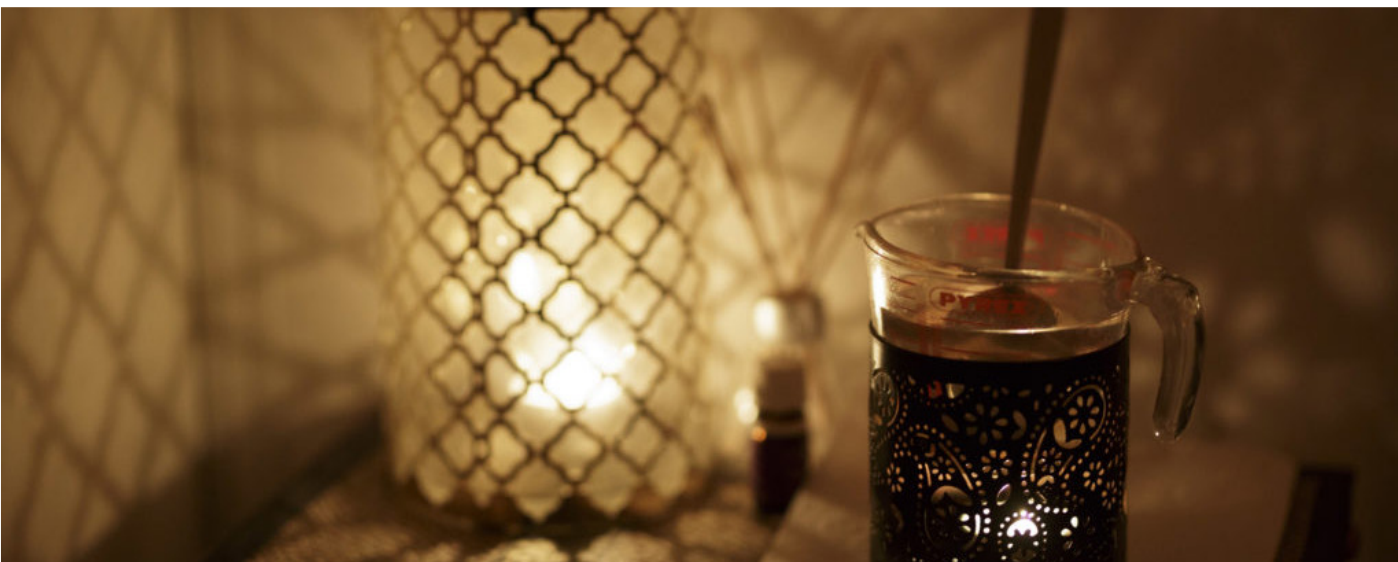
Geislatækni framleiðir íhluti fyrir hátækni framleiðslulínur fyrir matvælaíðnað og fleira sem krefst hámarks nákvæmni úr ryðfríu stáli. Með laserskurði fá íhlutirnir nákvæma lögun þannig að hver hlutur gegni sínu hlutverki sem best. Eftir að laserskurðarvélin hefur lokið við skurð er lítil eftirvinna, kantar eru jafnir og eingöngu þörf fyrir gráðuhreinsun.

Um er að ræða hreinan skurð þegar lasertækni er beitt, þar sem notað er köfnunarefni (N2) sem skurðar- og hlífðargas, en þegar skorið er á hefðbundinn hátt með plasma- eða logskurði þá hitnar efnið mikið, það getur valdið hitaverpingi og við það missir efnið styrkleika sinn og eiginleika.

Að loknum laserskurði og gráðuhreinsun fer hluti af viðkomandi framleiðslu í beygingu og hefur fyrirtækið fjórar CNC-beygjuvélar frá Trumpf í Þýskalandi með 100–230 tonna pressukrafti.

Geislatækni getur einnig beygt kónískar beygjur (beygjuhlutur sem eru ekki samsíða köntum) með sex ása vél og getum við því gert flóknari íhluti sem sparar oft mikinn tíma í framleiðslu.

Geislatækni býður alla velkomna að hafa samband eða líta við til að kynna sér betur þjónustu okkar. Á heimasíðu félagsins www.laser.is / gt@laser.is – Sími -5878400



THAI NUDDSTOFAN:

Aldagamlar aðferðir og ótrúleg virkni

Thai-nudd er aldagömul heilunaraðferð sem kemur úr dýpstu rótum búddískrar menningar í Asíu. Það er framkvæmt með fjölbreyttum aðferðum svo sem jógastöðum og þrýstitækni. Thai Nuddstofan býður upp á guðdómlegar nuddmeðferðir sem láta stressið, kvíðann og vöðvabólgu líða úr líkamanum á undraverðan hátt. Ekki skemmir fyrir hvað stofan er notalega og fallega innréttuð, en nuddmeistarinn Joomjan Konkhan, eigandi stofunnar, hefur lagt mikið upp úr notalegri stemningu og þægilegu andrúmslofti.

Thai-nuddmeðferðir: Alhliða árangur
Thai-nudd er stórkostleg og heildræn meðferð þar sem

ýmsum aðferðum er beitt: Þrýstimeðferð, svæðanuddi á iljar, orkubrautavinnu, teygjum og jóga. Til að beita þessum aðferðum notum við lófa, þumla, framhandleggi, hné og fætur. Árangur er aukið orkuflæði, það losar um spennu, eykur lífsprótt og skapar fullkomið jafnvægi á milli líkama og huga. Alhliða Thai-nudd tekur 60 eða 90 mínútur.

Bak-, herða- og höfuðnudd: Dásamleg líðan

Dásamlega endurnærandi meðferð sem er sérstaklega hönnuð til að losa um spennu og létta á höfuðverk. Þessi 30 mínútna meðferð gefur slökun, endurnærir og skapar frið og æðruleysi til að takast á við hvað sem framundan er.

10–25% afsláttur á nuddmeðferðum

Alla jafna er verðið á nuddmeðferðum hjá Thai Nuddstofunni eftirfarandi:

30 mínútna tími: 6.000 kr.
60 mínútur: 10.000 kr.
90 mínútur: 15.000 kr.

Nú býður Thai Nuddstofan upp á nuddmeðferðir á frábærum afslætti sem gildir til 7. janúar. „Á hverjum stökum tíma, 30, 60 eða 90 mínútum, er þá 10% afsláttur.

Ef þú kaupir 5 tíma færðu þá saman með 20% afslætti. 10 tímar eru svo með 25% afslætti. Þannig að ef þú kaupir t.d. 10x60 mínútna tíma færðu þá á 75.000 kr. í stað 100.000 kr.

Hér er um að ræða hina fullkomnu jólagjöf fyrir þann sem

á allt. Nudd er eitthvað sem allir ættu að leyfa sér endrum og eins enda er tilfinningin eftir gott nudd óviðjafnanleg. Afslátturinn gildir á öllum kortum og gjafabréfum sem keypt eru fyrir 7. janúar. Svo er hægt að nota kortin eins og maður vill, eftir það.

„Ég býð alla velkomna inn í Zendraumaheim Thai Nuddstofunnar, sem veitir slökun á huga, líkama og sál,“ segir Joomjan.

Nánari upplýsingar má nálgast á Facebook-síðunni Thai Nuddstofan.

**Thai Nuddstofan er staðsett á annarri hæð, Háaleitisbraut 58–60, 108 Reykjavík
Sími: 892-3899
Opíð er frá 09–20 alla daga.**



Myndir: Eyþór Árnason



REIÐHJÓLAVERZLUNIN BERLIN:

Auðveldar þér að hjóla inn í jólin

Hjólreiðabakterían hefur smitað margan og ekki að ástæðulausu, enda er reiðhjólíð afar hagkvæmur ferðamáti og ekki spillir fyrir heilsufarslegur ávinningur þess að fara ferða sinna hjólandi, frekar en á einkabílnum. „Hjólreiðamennskan er lífsstíll og reiðhjólín eru jafnmismunandi og þau eru mörg. „Við hjá Reiðhjólaverzluninni Berlin sérhæfum okkur í klassískum hjólum með „vintage“ útliti, sem eru falleg útlits og höfða til fólks sem vill ekki hjóla í sérstökum hjólaftötum, heldur í venjulegum hversdagsklæðnaði. Það færast líka sífellt í aukana að fólk fái sér nagladekk á reiðhjólín fyrir veturinn svo það geti haldið áfram að hjóla í næstum hvaða færi sem er,“ segir Jón Óli Ólafsson, eigandi fyrirtækisins.

Á staðnum er verkstæði og er tekið á móti öllum gerðum reiðhjóla til viðgerða, viðhalds, umfelgunar og samsetningar á hjólum. „Við höfum tekið á móti gömlum hjólum

og gert þau algerlega upp fyrir viðskiptavinum. Við eigum einnig lager af nagladekkjum og erum í góðu sambandi við aðila úti í heimi sem eiga gott úrval af dekkjum með eða án nagla. Við getum því pantað næstum hvað sem er fyrir flestar gerðir reiðhjóla.“

Jólahjól

„Fyrir jólin koma viðskiptavinir hingað mikið í leit að jólagjöfum fyrir hjólreiðafólkið í lífi sínu. Í sumum tilfellum er fólk að kaupa nýtt reiðhjól. Þá erum við með gott úrval af fallegum klassískum hjólum sem eru bæði létt og þægileg og fullkomin fyrir hverdagslegar hjólaferðir eða einfaldlega sem ferðamáti til og frá vinnu.“ Meðal vinsælustu reiðhjóla hjá Berlin eru REID Ladies Classics og svo hjól undir merkinu Berlin. Verslunin býður einnig reiðhjól frá Pure Cycles, Achille og Pashley og Cinelli. „Viðskiptavinir ættu því að geta fundið sér eitthvað við hæfi hjá okkur.“

Fallegir fylgihlutir í jólagjöf

Reiðhjólaverzlunin Berlin er með frábært úrval af fallegum og skemmtilegum fylgihlutum fyrir hjólreiðamanninn sem fullkomna hið eftirsóttu „vintage“ hjólaútlit. „Þessar vörur eru þá tilvaldar í jólapakkann til reiðhjólafólksins. Við eigum t.d. falleg viðar- og leðurhandföng sem setja punktinn yfir i-íð á „vintage“ útlitinu. Einnig erum við með flotta stýrisvafninga og pedala í ýmsum gerðum, hvort sem um klassíkt útlit er að ræða eða örllítið nýstárlegra. Að sjálfsögðu erum við með gott úrval af breiðum og þægilegum hnökkum sem fara vel með sitjandann. Og til að geyma hjólið þá eigum við ýmsar útfærslur af hjólafestingum.“

Vörur sem fullkomna hjólið sem ferðamáta

„Við erum með flottar hliðartöskur, hnakkötöskur, bakpoka, geggjaða sokka og hjólahúfur. Svo erum við með ótrúlega flotta vínflöskuhaldara úr leðri sem festir eru á stellið. Þá erum við

með til sölu stórsniðugar yfirbreiðslur fyrir þau hjól sem eru geymd inni eða úti. Ekki má gleyma bögglaþerum framan eða aftan á reiðhjólíð.“

Öryggi í umferðinni

Reiðhjólaverzlunin Berlin er með gott úrval af fallegum, þægilegum og síðast en ekki síst öruggum hjólreiðahjálum. Einnig er verslunin með gott úrval af ljósum og glitmerkjum fyrir hjólið sem gerir hjólreiðafólkið auðsýnilegt í vetrarmyrkrinu. Þá er flott úrval af hjólabjólum í ýmsum gerðum sem prýða hvaða hjól sem er. „Síðast en ekki síst eigum við sterka og góða kapal- og keðjulása sem og U-lása fyrir allar gerðir reiðhjóla.“

Nánari upplýsingar má nálgast á vefsvæði og vefverslun

Reiðhjólaverzlunarinnar Berlin reidhjolaverzlunin.is
Ármúli 4, 108 Reykjavík.
Sími: 557-7777
Vefpóstur: jonoli@reidhjolaverzlunin.is



Ljósmyndari: Eyþór Árnason

SECURITAS:

Hnappurinn er partur af mínu lífi

Elsa Einarsdóttir, sölustjóri Securitas, heimsótti hnappþega fyrir stuttu til að forvitnast um upplifun af notkun öryggishnappi Securitas. Hulda tók vel á móti okkur í fallettri íbúð sinni vestur í bæ. Hún flutti fyrir þremur árum til Íslands eftir meira en 50 ára búsetu í Bandaríkjunum. Hún hefur verið með öryggishnapp frá Securitas alveg frá fyrsta degi á Íslandi. Hún segir sjálf að hnappurinn sé partur af hennar lífi og að hann muni tilheyra henni alla tíð. Hún skilur hann ekki við sig nema á næturnar, en þá er hann alltaf innan seilingar og þurfi hún að fara á stjá á nóttunni setur hún hann á sig. Ástæða þess að hún fékk sér hnapp eru afleiðingar heilablóðfalls sem hún fékk stuttu áður en hún flutti til Íslands. Hún segist hafa frétt af öryggishnappnum frá vinum og áleit strax að með slíkt hjálpartæki yrði hún öruggari á heimili sínu. Það hefur reynst raunin, frá því að hún fékk hnappinn hefur hún einu sinni þurft á aðstoð að halda. „Ég fékk skyndilega mjög hraðan hjartslátt sem ég fann að ekki var eðlilegt. Ég studdi á hnappinn og mér var svarað strax og fyrr en varði voru komnir tveir öryggisverðir til mín mér til aðstoðar. Þeir voru alveg dásamlega hjálpsamir og nærgætnir. Þeir kölluðu til sjúkrabil og ég var á sjúkrahúsi í sólarhring á meðan að

ég jafnaði mig“ segir Hulda. „Ég varð strax rólegri um leið og þeir voru komnir heim til mín, þeir gátu gefið sjúkraflutningamönnum upplýsingar um mig og sjúkdóm minn, þannig að strax var vitað til hvaða aðgerða ætti að grípa.“ Hún segir að það sé mjög traustvekjandi að vita af því að hjálpin sé skammt undan og að þeir sem veiti aðstoðina séu til þess bærir, hafi þekkingu og færni til þess. Hún er ákveðin í því að öryggishnapp Securitas muni hún vera með um hálsinn svo lengi sem þess sé þörf.

Hulda er eldri dama sem nýtur lífsins, spilar á og kennir sambýlingum sínum á úkúlele og að mála vatnslitamyndir. Hún þakkar gott líf sitt léttleika, glaðværið og sinni trú sem er trúin á sjálfan sig, á hið góða í mannum. Hún vísar til skáldsins Steingríms Thorsteinssonar og segir „Trúðu á tvennt í heimi, tign sem æðsta ber, Guð í aleims geimi, Guð í sjálfum þér.“

Hvers vegna Securitas sem þjónustuaðili:

Elsa hitti dóttur hnappþega í spjalli um reynsluna af öryggishnappnum. Mamma hennar flutti í Fannborg í Kópavogi fyrir fjórum árum eftir lát maka síns. Þá var hún 85 ára, mjög ern og hress, hafði séð um eiginmann sinn alla tíð og sinnt honum fram á síðasta dag. Hún er af kynslóð sem er alin upp með

nægjusemi og lítilæti að leiðarljosi, ásamt því að bjarga sér sjálf. Því fannst henni ótækt að vera að fá aðstoð við t.d. heimilisstörf eða annað sem viðkom heimilishaldi. Fjölskylda hennar hafði rætt um að það gæti gagnast henni að vera með öryggishnapp en hún var ekki á þeim buxunum. Eftir að sonur hennar kom að móður sinni liggjandi ósjálfbjarga á gólfinu eftir slæma byltu þá féllst hún á að fá öryggishnappinn. Sött var um niðurgreiðslu á hnappnum til Sjúkratrygginga Íslands, og Securitas var valið sem þjónustuaðili. Valið var ekki erfitt fyrir fjölskylduna, vitneskja var um góða þjónustu Securitas við hnappþega, mikla alúð og fagmennsku. Fjölskyldan styrktist í trúnni á góða þjónustu þegar að kom að uppsetningu. Uppsetningaraðilinn var mjög þolinmóður, skýrði vel út fyrir henni hvernig hnappurinn virkaði, lét hana prófa hnappinn, æfa sig vel og heyra frá starfsmönnum stjórnstöðvar í gegnum kalltækið þegar hún ýtti á hnappinn eins og um ósk um aðstoð væri að ræða. Hún var alsæl með að geta tekið hnappinn í sturtuna, henni létti mjög við að vita að þar væri hún örugg og að



hjálp væri á næsta leiti ef á þyrfti að halda. Að sögn dótturinnar er fjölskyldan örugg með að aðstoð sé skammt undan verði mamma þeirra fyrir óhappi, og þau vita að þeir sem veita hana kunna til verka, öryggisverðir Securitas eru vel menntaðir og kunnandi varðandi t.d. lífsbjörg. Mamma er alsæl með hnappinn, finnur til mikils öryggis með hann um hálsinn og fjölskyldan örugg með mómmu og ömmu í umsjá Securitas.



KOMDU Á SKÍÐI



20%

**AFSLÁTTUR
AF VETRARKORTUM
FYRIR
FJÖLSKYLDUNA**

20% afsláttur af vetrarkortum fyrir fjölskylduna til 30. nóvember. Til að fá fjölskylduafsláttinn þarft þú að kaupa að lágmarki vetrarkort fyrir 1 fullorðinn auk vetrarkorts fyrir 1 unglíng eða barn.

Nánar á skidasvaedi.is / Sími 530 3000

 /skidasvaedin

 #bláfjöll


SKÍÐASVÆÐIN



VIP DEKK:

Eru dekkinn tilbúin fyrir veturinn?

Nú líður að vetri og Reykvíkingar þegar byrjaðir að skafa bílrúðurnar. Við vitum öll hvað það þýðir, því nú er kominn tími til þess að huga að vetrardekkjunum.

VIP Dekk býður upp á faglega þjónustu þegar kemur að hjólbörðum og öllu sem þeim fylgir. Fyrirtækið sér meðal annars um umfelgun, ballanseringu, dekkjaviðgerðir og býður upp á dekkjahótel fyrir sumar- eða vetrardekkinn. „Við seljum einnig allt sem tengist hjólbörðum á bilum, hvort sem það eru hjólbarðar, felgur,

hristiskynjarar, felgurær, felgumiðjur eða annað, við erum með þetta allt í glæsilegu húsnæði okkar að Fosshálsi 7,“ segir Vlad Lavrenov hjá VIP Dekk.

Öryggi í færðinni

Vlad mælir eindregið með að fólk drifi sig á verkstæðið að láta skoða ástandið á dekkjunum. „Það er ekki seinna vænna enda er veturinn handan við hornið hér á Suðurlandi og nú þegar hafinn víðs vegar um landið. Það er fyrir öllu að vera öruggur í færðinni. Við hjá VIP Dekk

veitum fyrsta flokks þjónustu og metum ástandið á hjólbörðum og felgum fljótt og örugglega. Svo erum við ráðleggjandi um framhaldið,“ segir Vlad.

VIP Dekk ehf. býður faglega hjólbarðapjónustu fyrir fólksbíl og jeppa og selur nýja hjólbarða frá GoodYear, Dunlop, Fulda, Sava, Toyo, Pirelli, BFGoodrich og Sailun.

„Að auki bjóðum við felgur til sérþöntunar á góðu verði frá Gmp Italia og CMS Wheels. Við höfum verið að selja sífellt meira af hjólbörðum frá GoodYear og

GoodYear-fjölskyldunni. Einnig hefur Gmp Italia verið að koma sterkt inn upp á síðkastið. Enda eru þetta fyrsta flokks dekk á frábæru verði.“

Nánari upplýsingar má nálgast á vefsíðunni vipdekk.is og á Facebook-síðunni [vipdekkiceland](https://www.facebook.com/vipdekkiceland).

VIP Dekk ehf. er staðsett að Fosshálsi 7, 110 Reykjavík.

Endilega hafðu samband við okkur í síma: 571-9111 eða 690-9111

Netpóstur: vipdekk@internet.is.

Opið er virka daga frá 08-18 og laugardaga frá 10-13.



Led húsnúmer

Falleg húsnúmer í öllum stærðum og gerðum

- Sérsmíðum númer á öll hús og fjölbýli



- Ledlýsing sem endist og eyðir litlu rafmagni
 - Hægt að fá í lituðu áli eða ryðfríu stáli
- Verið velkomin á facebooksíðu okkar: Led húsnúmer

Best er að pantast í gegnum facebooksíðuna okkar: ledhúsnúmer

Einnig hægt að hringa í sími 775 6080



Ljósmyndari: Viktor Árni Bjarnason.

CUT MOBILE:

Við komum, klippum og sigrum!

Cut Mobile er áeinstök nýjung á íslenska hársnyrtimarkaðnum og er líklega sniðugasta uppfinningin síðan menn fóru að selja lýsi í perluformi. Cut Mobile býður upp á herraklippingu og skeggsnyrtingu með heimsendingu innan höfuðborgarsvæðisins. „Við veitum þjónustu til einstaklinga og fyrirtækja, mætum á staðinn og klippum alla fina og flotta,“ segir Sigurður Stefán Flygering, sem stofnaði Cut Mobile með Gabriel Gíslasyni í ágúst síðastliðinn.

Hugmyndin að Cut Mobile varð til árið 2016 þegar Gabriel mætti heim til félaga síns og klippti hann. Sigurður, bróðir félagans, vaknaði við það að bankað var upp á hjá honum og var honum boðið að fara næst í stólinn. Hann áttaði sig fljótt á því að þarna hefði hann fengið þjónustu sem hann hefði klárlega nýtt sér sjálfur, ef hún væri í boði fyrir almenning. Klipping var honum alger kvöð. Bílaumferðin var eitt, en að bíða á bíðstofu með bunka af fimm ára gömlum slúðurtímaritum var sérstök þining að hans mati. „Hugmyndin kitlaði svo enn árið 2019 og ákváðum við því að setja allt á fullt og koma fyrirtækinu á laggirnar.“

Sáraeinfalt að láta særa

„Ferlið hjá Cut Mobile er afar einfalt. Þú ferð inn á CutMobile.com eða hringir í síma 454-5400, finnur lausan tíma og gengur frá pöntun. Rakarinn mætir svo á uppgefið heimilisfang, með öll verkfæri og góða skapið og sér til þess að menn séu vel snyrtir. Það er okkur mikilvægt að fólk séu ánægð með þjónustuna og klippinguna og við skiljum við svæðið eins og við komum að því, þ.e. þrif eru innifalín.“

Cut Mobile hársnyrtipjónustan hefur gengið vonum fram. „Það eru margir sem vita ekki af okkur og við erum enn að breiða út boðskapinn. Það bætist þó sífellt í kúnnahópin okkar og er virkilega gaman að sjá viðbrögð hjá fólki þegar það nýtir sér þjónustuna. Öllum finnst þetta þrælsniðugt. Við höfum fengið gríðarlega góð viðbrögð og okkur þykir fátt skemmtilegra en að lesa þær fallegu umsagnir sem við höfum fengið, en þær má lesa á síðunni okkar.“

Herraklippingar fyrir starfsandann

Cut Mobile býður einnig upp á fyrirtækjapjónustu með herraklippingar, hvort heldur er fyrir

sérstök tilefni eins og árhátíðir, eða reglulegar heimsóknir. „Við förum af stað með fyrirtækjapjónustuna í október og höfum farið í heimsóknir til nokkurra fyrirtækja, allt frá litlum fyrirtækjum upp í stórfyrirtæki. Klipping er mikilvæg og bætir almenna líðan, en er í leiðinni afar tímafrek. Fjarvera starfsmanna sem fara reglulega og eðlilega í klippingu er þónokkur þar sem akstur, umferð og bíð tekur eflaust mesta tímann, þ.e. hjá herrunum. Getur klipping kostað fyrirtæki tvo tíma af vinnuframlagi starfsmanns á þriggja vikna fresti, sem er algeng tíðni vel snyrttra herra.“

Með fyrirtækjapjónustu Cut Mobile eru allir karlarnir í fyrirtækinu vel snyrtir og í leiðinni minnkar fjarvera starfsmanna. Við bjóðum fyrirtækjum að greiða móttframlag að eigin vali, til að gera vel við starfsmenn og hvetja þá til að nýta þjónustuna. Með þessu fyrirkomulagi þá græða allir. Vel hefur verið tekið á móti okkur í heimsóknum okkar og eru starfsmenn þeirra fyrirtækja sem við höfum verið að sinna mjög ánægðir. Einnig eru stjórnendur fyrirtækjanna ánægðir með fyrirkomulagið og að þessi þjónusta sé loksins í boði. Ert þú með fyrirtæki

sem hefur áhuga á þjónustu Cut Mobile? Hafðu samband við okkur í síma eða á contact@cutmobile.com og við finnum skemmtilega lausn fyrir þitt fyrirtæki.“

Eru herrarnir í þínu lífi vel snyrtir?

Gjafabréf eða árskort hjá Cut Mobile er tilvalin gjöf fyrir herrana, hvort sem um er að ræða jólagjöf, afmælisgjöf eða tækifærisgjöf. „Gjafabréf og árskort er hægt að panta á vefsíðu Cut Mobile og sendum við út gjafabréfin með tölvupósti. Einnig er hægt að óska eftir útþrentuðu gjafabréfi hjá okkur, sé það óskín. Gjafabréfin má nota til að versla þjónustu hjá okkur eða þær vörur sem við bjóðum upp á frá gæðamerkinu DapperDan. Árskortin eru gjafabréf að andvirði tólf herraklippinga sem fæst á góðum staðgreiðsluafslætti. Gjafabréfið er ýmist hægt að nýta hjá okkur til að kaupa þjónustu eða vörur. Þetta er alger snilld í jólapakkann, það er klárt máll!“

Nánari upplýsingar má nálgast á vefsíðunni cutmobile.com

Sími: 454-5400

Vefpóstur: contact@cutmobile.com

Fylgstu með á facebook: Cut Mobile
Instagram: Cut Mobile



CUT MOBILE

MOBILE BARBER SERVICE

Stjörnuleikarar morgundagsins fara á kostum

■ Klassísk kvikmynd verður að leiksýningu ■ Listafélag Verzlunarskólans setur upp Back to the Future

Listafélag Verzlunarskóla Íslands setti upp nýja leiksýningu um daginn, Back to the Future. Eins og nafnið gefur til kynna er leiksýningin byggð á þessari geysivinsælu og klassísku kvikmynd sem kom út árið 1985.

„Ég gat deilt hausverknum með þeim“

Við fylgjum söguhetjunnari Marty í gegnum ferðalag um tímann en það sem er áhugavert er að leikritið gerist árið 2019 en ekki árið 1985. Í kvikmyndinni ferðaðist Marty aftur til 6. áratugarins þar sem hann féll inn í æskuást foreldra sinna. Í uppsetningunni hjá Listafélaginu ferðast Marty hins vegar til 9. áratugarins og tekst leikhópnum að negla þessa breytingu ákaflega vel í sýningunni.

Það er Júlíana Sara Gunnarsdóttir sem leikstýrir sýningunni en hún er hvað þekktust úrsjónvarpsþáttaröðinni „Þær tvær“. Júlíana segist hafa verið upp með sér þegar hún var beðin um að taka þetta að sér en hún féll einmitt fyrir leiklistinni með sama leikhópi. „Við vorum öll sammála um að það væri skemmtilegra að sviðsetja eitthvað sem við hefðum ekki séð áður á sviði,“ segir Júlíana en það var ýmislegt sem þurfti að huga að við gerð sýningarinnar.

„Það var ýmislegt sem þurfti að huga að, en ég hef aldrei þurft að þæla jafn mikið í tæknihluta sýningar áður. Ég er virkilega þakklát fyrir þetta hæfileikafólk sem kemur að sýningunni þar sem ég gat deilt hausverknum með þeim og fundið sameiginlegar lausnir á málunum.“



Hlátrasköllin ómuðu um salinn
Miðað við áhugamannaleikhóp þá eru sumir leikaranna með mikla reynslu á sviði sem og á skjánum. Má þar helst nefna aðalleikarann Gunnar Hrafn Kristjánsson sem leikur Marty. Gunnar hefur til að mynda leikið í uppsetningu Borgarleikhússins á Bláa hnettinum en margir

kannast eflaust við hann úr sjónvarpsþáttunum Fólkið í blokkinni. Gunnar Hrafn er frábær í þessari leiksýningu og færir hana upp á hærra plan. Þá má líka nefna það magnaða hlutverk sem Biff er í þessari sýningu. Það er Killian Gunnlaugur Emanuel Briansson sem leikur Biff og gerir hann það

listavel. Killian er án efa í hópi þess unga fólks sem á eftir að gera góða hluti í framtíðinni, hvort sem það verður á fjöllum leikhússins eða á skjánum. Hann passar gríðarlega vel inn í hlutverkið sem Biff og hann tekur það og gerir það algjörlega að sínu. Killian er alveg einstaklega náttúrulega fyndinn í hlutverkinu en hlátrasköllin

bárust um allan salinn í hvert skipti sem hann birtist á sviðinu. Niðurstaða: Þessi sýning er frábær fyrir þá sem vilja sjá stjörnuleikara morgundagsins fara á kostum. Hún var ákaflega skemmtileg og flott, sérstaklega í ljósi þess að um menntaskólanema er að ræða.



LÁTID 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!

SAKAMÁL



FÓRNAD Á ALTARI FR

■ Tvær ungar konur hurfu með skömmu millibili í London ■ Áttu það eitt sameiginlegt að

Ég mun verða frægur," sagði Bretinn Derek Brown við vinkonu sína. „Þú munt heyra af mér.“ Vinkona Dereks lét þessi orð sem vind um eyru þjóta, því Derek var 47 ára gamall sendibílstjóri sem sá sér farborða með því sendast með dagblöð á sölustaði um nætur. Óskhyggja, hugsaði vinkonan.

Nú, hvað sem óskhyggju leið, þá fór Derek ekki með fleipur, en frægð hans varð ekki af jákvæðum toga því tveimur morðum síðar varð hann tilefni óskrandi fyrirsagna í fjölmiðlum.

Tvær ungar mæður

Síðar meir neitaði Derek allri aðild að morðunum, en við réttarhöldin, 4. september 2008, kom fram að fórnarlömbin voru tvær ungar mæður, en lík þeirra höfðu þó ekki fundist.

Xiao-Mei Guo, 29 ára, hvarf fyrst. Hún og eiginmaður hennar, Jin, voru ólöglegir innflytjendur frá Kína og framfleyttu sér með því að selja sjóræningjaútgáfur af DVD-myndum á strætum í Whitechapel í East End í London.

Xiao-Mei hvarf 29. ágúst árið 2007.

Auðveldar bráðir

Premur vikum síðar hvarf Bonnie Barrett, 24 ára kókaínfíkill, í Whitechapel.

Sem fyrr segir þvertók Derek fyrir að hafa komið nálægt umræddum konum. Talið var að hann hefði lokkað þær heim til sín, ráðist þar á þær með banvænum afleiðingum og síðan losað sig við líkin.

Báðar konurnar lifðu á jaðri samfélagsins og unnu fyrir sér á götum úti. Sækjandi sagði að þær hefðu verið „auðveld bráð fyrir morðingja sem áltíð að þeirra yrði ekki saknað.“ Morðingja sem teldi að fórnarlambanna yrði ekki leitad, eða saknað. „Hann fór villur vegar," sagði sækjandinn, Brian Altman.

Eiginmaðurinn saklaus

Við réttarhöldin var sagt að Derek hefði hitt Xiao-Mei á Whitechapel-markaðnum og hún hefði farið með honum í íbúð hans í Laburnum Court í suðausturhluta London. Derek fékk hana til þess undir því yfirskini að hann vildi sannreyna gæði DVD-diskanna sem hún hafði á boðstólum.

„Ég mun verða frægur. Þú munt heyra af mér.“

Xiao-Mei Guo sást ekki, lifandi eða látin, eftir þessa heimsókn.

Oft eru eiginmenn myrtra eða horfinna kvenna grunaðir um græsku, en sá möguleiki var ekki fyrir hendi í þetta skipti því eiginmaður Xiao-Mei var á bak við lás og slá þegar hún hvarf. Jin Guo losnaði ekki úr grjótinu fyrr en hálfum mánuði síðar. Reyndar vakti hvarf Xiao-Mei ekki athygli fyrr en sex dögum eftir að hún hvarf og vinur hennar vakti athygli lögreglunnar á því.

Fjármögnun fíknar

Lifibrauð Bonnie Barrett var af öðrum toga en hjá Xiao-Mei, þótt báðar ynnu á götum úti. Bonnie seldi sig til að fjármagna kókaínfíkn sína. Í bransanum var hún þekkt sem „clipper“, hugtak notað yfir vændiskonur sem tóku við greiðslu en létu sig svo hverfa áður en viðskiptin komust á næsta stig.

Bonnie deildi íbúð í Newham með vini sínum, en samband hennar og barnsföður hennar hafði, þegar þarna var komið við sögu, runnið sitt skeið. Með þeim manni hafði hún eignast son, sem þá var sex ára.

Fátt sameiginlegt

Það lá ljóst fyrir að Bonnie og Xiao-Mei áttu fátt sameiginlegt; þær þekktust ekki og leiðir þeirra höfðu aldrei legið saman svo vitad væri. Þó áttu þær það óumdeilanlega sameiginlegt að þær voru báðar horfnar og ekkert hafði spurst til þeirra og af þeim hafði hvorki fundist tangur né tetur.

Einnig áttu konurnar það sameiginlegt að vísbendingar, beinar og óbeinar, sýndu svo ekki varð um villst að hvarf þeirra mátti að einhverju leyti rekja til Dereks Brown.



Átti frægðardrauma Derek Brown átti vafasama fortíð.

Iðinn vændisnotandi

Derek Brown sem vildi verða frægur myndi fá ósk sína uppfyllta. Derek hafði þá nýlega sagt skilið við sambýliskonu sína til langs tíma. Hann átti sjö börn með fjórum konum og nýtti sér í miklum mæli þjónustu vændiskvenna.

Upptökur úr eftirlitsmynda-

vélum staðfestu að Xiao-Mei hafði síðast sést á lífi í fylgd Dereks og þá í aðeins 800 metra fjarlægð frá þeim stað sem Bonnie hvarf frá þremur vikum síðar.

Mýgrútur af vísbendingum

Í íbúð Dereks fundust leifar af 65 aðskildum blóðtaumum á veggjum, í lofti og á gólfi. Þar

fann lögreglan einnig kvittanir fyrir bogasög, vinnuvettlingum, hreinsiefnum og ruslapokum.

Gólfteppi höfðu verið rifin upp og veggfóður fjarlægð, fata full af vatni stóð reiðubúin til notkunar og blóðblettir á baðherbergi gáfu til kynna að þar hefði eitthvað miður hugnanlegt átt sér stað. Að auki fannst bókin Killers



RÆGÐAR FÚLMENNIS

Þú vinna á götum úti ■ Derek Brown vildi verða frægur ■ Honum varð að ósk sinni, um sinn



Bonnie Barrett Var sennilega auðveld bráð.



Xiao-Mei Guo Átti sín einskis ills von.

Það sem við vitum, er að þú losaðir þig við lík þeirra á ógnvænlega áhrifaríkan hátt svo ekki fyndist arða af líkamsleifum þeirra.

– The Most Barbaric Murders Of Our Time sem fjallar um marga af iðjusömustu morðingjum sögunnar. Rannsókn á blóð gaf til kynna að Xiao-Mei hefði sennilega verið

myrt í forstofunni og á einhverjum tímamarki hafði Bonnie reynt að flýja örlög sín með því að þrýsta sér upp að uppþvottavélinni í eldhúsinu.

Ekki vandaður pappír Derek sagðist koma af fjöllum. Hann fullyrti að innbrotsþjófur hefðu myrt konurnar tvær í íbúð hans. Einhverra hluta vegna lagði kviðdómur ekki trúnað á frá-

sögn hans. Kviðdómur hafði enda heyrt að Derek hefði árið 1989 fengið sjö ára dóm fyrir að nauðga konu fyrir framan 14 mánaða barn hennar. Einnig höfðu fimm fórnarlömb kynferðislegrar árásar borið kennsl á hann í jafnmörgum málum sem áttu sér stað yfir tveggja áratuga skeið.

Derek Brown hafði þess utan verið grunaður um morð við rannsókn máls utan London. Því mátti ætla að Derek væri ekki vandaður pappír.

Þann 3. október 2008 komst kviðdómur, á innan við þremur klukkustundum, að þeirri niðurstöðu að Derek væri sekur um að hafa myrt konurnar tvær.

Lokaorð dómars

Lokaorðið átti Martin Stephens þann 6. október þegar hann dæmdi Derek til 30 ára fangelsisvistar. „Við getum aðeins spekúlerað í hvað þú gerðir við þessar konur áður en þú myrtir þær. Þú hefur ekki sýnt snefil af iðrun og hvernig þú banaðir þeim vitum við ekki. Það sem við vitum, er að þú losaðir þig við lík þeirra á ógnvænlega áhrifaríkan hátt svo ekki fyndist arða af líkamsleifum þeirra.“

Frægð Dereks Brown fólst kannski ekki í síst í því að hafa verið dæmdur fyrir tvö morð, án þess að lík fórnarlambanna hefðu nokkurn tíman fundist. ■

Nokkrar af undarlegustu samsærisk

■ Finnland er ekki til ■ Morðið á John F. Kennedy og vélræna Meghan Markle

Hér höldum við áfram umfjöllun um nokkrar af undarlegustu samsæriskeningum síðari tíma en fyrri hlutinn var birtur í síðasta tölublaði DV.

Kristján Kristjánsson
ritstjorn@dv.is



Diana og Karl á brúkaupsdaginn.

Diana prinsessa var myrt

Breska konungsfjölskyldan er vinsæl hjá samsæriskeningasmiðum og kannski ekki að furða því meðlimir hennar eru mikið í fréttum og ýmis mál hafa komið upp tengd fjölskyldunni. Segja má að samsæriskeningasmiðir hafi verið í essinu sínu í kjölfar andláts Diónu prinsessu sem lést í bílslysi í París í ágúst 1997. Þá fóru strax á kreik kenningar um að hún hefði verið myrt. Fjölmargar rannsóknir hafa farið fram á atburðarásinni sem leiddi til andláts Diónu og fjölmargir sérfræðingar hafa komið að þeim. Niðurstaða þeirra allra er á þá leið að það hafi verið bílstjóra hennar, Henri Paul, að kenna að slysið átti sér stað því hann hafði neytt áfengis fyrir aksturinn. Þetta hefur þó ekki dugað til að halda aftur af samsæriskeningasmiðum sem eru margir sannfærðir um að hér hafi verið um

samsæri á vegum breskra stjórnvalda að ræða. Það hefur styrkt þá í sannfæringu sinni að Mohamed al-Fayed, faðir Dodi al-Fayed sem einnig lést í slysinu, hefur haldið því fram að skötuþjúin hafi verið myrt að skípan bresku konungsfjölskyldunnar sem gat ekki hugsað sér að móðir verðandi konungs, Vilhjalms prins, ætti barn með syni hans því hann væri múslimi. Þessar samsæriskeningar komust á svo mikið flug, ekki dró úr dreifingu þeirra að dagblaðið Daily Express fjallaði mikið um þær, að Lundúnalög-reglan sá sig tilneydda til hefja sérstaka rannsókn á sannleiksgildi þessara kenninga. Rannsóknin kostaði milljónir punda. Niðurstaða hennar var að ekkert væri hæft í þessum samsæriskeningum.

Meghan Markle Getur verið að hún sé vélmenni?



Meghan Markle er vélmenni

Meghan Markle, eiginkona Harrys Bretaprins, er umdeild og mikið í kastljósi fjölmiðla og almennings. Í júní birtist myndskleið sem sýndi hana og Harry horfa á úrslitakvöld Britain's Got Talent. Á upptökunni sjást hjónin sitja meðal almennra áhorfenda og klappa og fagna eins og aðrir en þau sýna að sögn engin svipbrigði, blikka ekki einu sinni augunum. Þetta hratt af stað samsæriskeningum um að hjónin séu bæði vélmenni eða eigi vélmenni sem þau geti látið sinna opinberum skyldum sínum. En það sem samsæriskeningasmiðir hafa ekki látið trufla sig við smíðar sínar er að hér var um auglýsingu að ræða á vegum Madame Tussauds-vaxmyndasafnsins í Lundúnum. Rétt er að hjónin voru ekki til staðar á sýningunni. Hér var einfaldlega um tvo leikara að ræða og voru þeir með grímur til að líkjast herzoghjónunum sem mest.



Finnland er ekki til

Flest ef ekki öll vitum við að Finnland er eitt norrænu ríkjanna og að þar búa að mestu Finnar. En samkvæmt kenningu sem fór af stað á samfélagsmiðlinum Reddit árið 2016 þá er Finnland bara ekki til! Samkvæmt kenningunni þá er Finnland bara hluti af Eystrasalti og fólk sem segist búa þar býr í raun í austurhluta Svíþjóðar, vesturhluta Rússlands eða norðurhluta Eistlands. Þetta fór af stað sem brandari en vatt fljótt upp á sig og hefur verið á nokkru flugi um netheima síðan. Út frá þessari kenningu spunnust margar aðrar tengdar þessu máli. Þar á meðal ein sem útskýrði af hverju Rússar og Japanir hefðu ákveðið árið 1918 að skálda upp tilvist Finnlands. Samkvæmt þeirri kenningu ákváðu Rússar og Japanir að „búa“ Finnland til svo Japanir gætu stundað fiskveiðar á hafsvæði sem væri í raun og veru til án þess að þurfa að sæta kvörtunum umhverfissinna vegna veiðanna. Fiskurinn sem veiðist þarna er að sögn síðan sendur með járnbrautalest í gegnum Rússland og Síberíu til Japan undir þeim formerkjum að verið sé að flytja vörur frá Nokia. En hefðu önnur ríki ekki tekið eftir þessu? Jú, segja samsæriskeningasmiðir en þau hafa að þeirra sögn ákveðið að halda þessu leyndu og leyfa „Finnlandi“ að vera til og gegna einhvers konar hlutverki fyrirmyndar betri heims. Ekkert ríki getur að þeirra mati náð svo góðum árangri í menntakerfinu, heilbrigðismálum, jafnrétti kynjanna, hlutfalli læsra landsmanna, pólitískum stöðugleika, lítilli spillingu, frelsi fjölmiðla og fleiru að mati samsæriskeningasmiða. Hér sé því um að ræða ríki, sem ekki er til sem ríki og fólk getur sótt hvatningu til.



Svæði 51

Því hefur lengi verið haldið fram að geimfar frá annarri plánetu hafi brotlent í Roswell í Nýju-Mexíkó í Bandaríkjunum 1947. Bandaríkjaher hefur vísað þessu á bug og segir að hér hafi verið um veðurloftbelg að ræða. Sú skýring hefur ekki hugnast samsæriskeningasmiðum sem hafa lengi haldið því fram að geimfarið hafi verið flutt á Svæði 51 (Area 51) í Nevadaeyðimörkinni og þar sé það geymt. Einnig hafa þeir haldið því fram að lifandi geimverur og fleiri geimföer séu þar og að Bandaríkjaher hafi stundað umfangsmiklar rannsóknir á geimverum og fararskjótum þeirra. Meðal annars hefur verið birt myndskleið af „krufningu á geimveru“ en sýnt hefur verið fram á að það er falsað. Það eykur auðvitað á dulúðina og samsæriskeningar að Svæði 51 er harðlokað og vel gætt af hermönnum.

Kenningum síðari tíma – Seinni hluti



Sorgardagur Hryðjuverkin 11. september.

Hryðjuverkaárásirnar á Bandaríkin 2001

Þann 11. september 2001 rændu hryðjuverkamenn á vegum al-Kaída fjórum farþegaflugvélum í Bandaríkjunum. Tveimur þeirra var flogið á Tvíburaturnana í World Trade Center í New York. 2.996 manns létust. Margir samsæriskenningasmiðir telja að árásirnar hafi verið runnar undan rifjum Bandaríkjamanna sjálfra. Markmiðið hafi verið að tryggja stöðu Bandaríkjanna sem öflugasta ríkis heims eða til að tryggja aðgang þeirra að olíulindum í Miðausturlöndum. Önnur kenning er að eigendur Tvíburaturnanna hafi staðið á bak við árásirnar til að fá tryggingafé greitt en þeir eru sagðir hafa hagnast um 500 milljónir dollara.



Tunglferðirnar

Það markaði mikil tímamót í sögu mannkynsins þegar Neil Armstrong steig fyrstur manna fæti á tunglið 1969. Þetta var mikið afrek á þeim tíma og er enn, en tunglið er eini staðurinn utan jarðarinnar þar sem menn hafa stigið niður fæti enn sem komið er. En tunglferðirnar og landingarnar þar hafa verið samsæriskenningasmiðum uppspretta margvíslegra kenninga og efasemda. Ein

sú langlífasta er að menn hafi aldrei farið til tunglsins, allt hafi þetta verið sviðsett af bandarísku geimferðastofnuninni NASA. Það er margt sem sannar að menn hafi farið til tunglsins, þar má meðal annars nefna að geimfararnir komu með jarðveg og grjót frá tunglinu aftur til jarðarinnar og þeir skildu manngerða hluti eftir á tunglinu.



Fulllangt gengið Sumir segja að helförin sé uppspuni.

Helförin átti sér ekki stað

Ein langlífasta samsæriskenning sögunnar er að helförin hafi ekki átt sér stað. Í henni myrtu nasistar sex milljónir gyðinga í síðari heimsstyrjöldinni. Sannanir fyrir helförinni eru margar, mörg þúsund ljósmyndir, hreyfimyndir og frásagnir fólks sem slapp lifandi frá þessu. En það virðist ekki skipta suma máli og vefengja þeir þessi sönnunargögn. Þeir halda því margir fram að helförin sé blekking, sett á svið af gyðingum til að efla völd þeirra og áhrif. Margir þeirra geta þó fallist á að nasistar hafi myrt einhverja gyðinga en segja tölurnar stórlega ýktar.

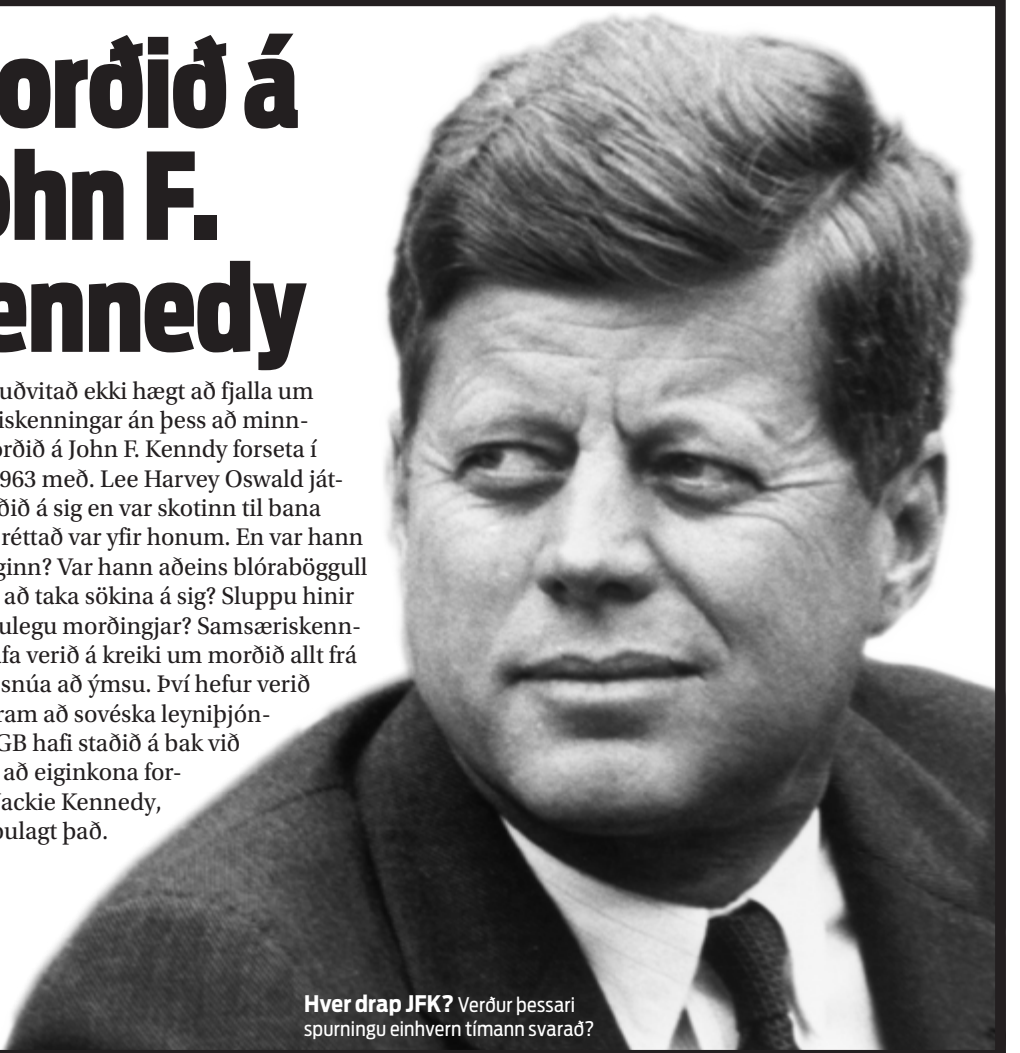


Öreindahraðallinn í Sviss mun opna hlið helvítis

Samsæriskenningasmiðir um allan heim hafa verið ósáttir við öreindahraðallinn (CERN Large Hadron Collider) á landamærum Sviss og Frakklands. Þegar hann var gangsettur í fyrsta sinn 2008 óttuðust margir að þegar öreindirnar, sem væru sendar eftir honum á nánast ljóshraða, myndu mynda svarthol sem myndi gleypa jörðina samstundis. En við erum hér enn svo þetta voru greinilega óþarfa áhyggjur. En það hefur ekki róað samsæriskenningasmiði sem smíðuðu síðan kenningar um að öreindahraðallinn myndi opna einhvers konar hlið á milli jarðarinnar og annarrar tilveru sem gæti verið allt frá öðrum alheimi til ormaganga eða jafnvel myndi hliðið að helvíti opnast.

Morðið á John F. Kennedy

Það er auðvitað ekki hægt að fjalla um samsæriskenningar án þess að minnst á morðið á John F. Kennedy forseta í Dallas 1963 með Lee Harvey Oswald játaði morðið á sig en var skotinn til bana áður en réttað var yfir honum. En var hann morðinginn? Var hann aðeins blóraböggull sem átti að taka sökina á sig? Sluppu hinir raunverulegu morðingjar? Samsæriskenningar hafa verið á kreiki um morðið allt frá 1963 og snúa að ýmsu. Því hefur verið haldið fram að sovéska leyniþjónustan KGB hafi staðið á bak við það eða að eiginkona forsetans, Jackie Kennedy, hafi skipulagt það.



Hver drap JFK? Verður þessari spurningu einhvern tímann svarað?

Konurnar í lífi Keanus

■ Missti kærustu og dóttur á innan við þremur árum ■ Áfallið markaði djúp spor í ástálfínu

Það eru fáir leikarar í Hollywood jafn dulir og vinsælir og Keanu Reeves. Hann hefur oft verið kallaður „kærasti internetsins“ einfaldlega út af því hve mögnuð mannvera hann er. Hann er maður fólksins og kærir sig ekki um glans og glamúr stjörnuheima. Ástálf leikarans

hefur verið líkt og lokuð bók og því supu sumir hveljur þegar hann frumsýndi kærustu sína fyrir stuttu, listakonuna Amöndu Grant. DV fannst því tilvalið að fara yfir ástálf leikarans, sem er allt í bland, sorglegt og lítilfjörugt.



Jólaandinn færði þau saman

Keanu var meðal leikara í jólamyndinni Babes of Toyland sem kom út árið 1986. Á tókustað kynntist hann leikkonunni Jill Schoelen og sagan segir að þau hafi fellt hugi saman. Heimildir slúðurríta vestanhafs herma að þau Keanu og Jill hafi verið saman í þrjú ár, allt til ársins 1989. Eftir að þau hættu saman byrjaði Jill með leikaranum Brad Pitt og voru þau trúlofuð í þrjú mánuði áður en neistinn slokkaði.



Pabbinn í hlutverk Amors

Leikstjórinn Francis Ford Coppola leikstýrði Keanu í Bram Stoker's Dracula sem frumsýnd var árið 1992. Þá kynntist Keanu dóttur leikstjórans, Sofíu Coppola, og þau deituðu um stutta hríð. Strax í kjölfar sambandsslitanna kynntist Sofía leikstjóranum Spike Jonze, en þau voru gift frá 1999 til ársins 2003.



Ástfangin í laumi

Svo er það hún Alexandra Grant en þau Keanu brutu næstum því internetið þegar þau mættu saman í galaveisluna LACMA Art + Film Gala fyrir í mánuðinum. Þau kynntust í matarboði árið 2009, urðu góðir vinir og unnu að bók saman. Langt er síðan Keanu hefur mætt með kærustu upp á arminn á rauða dregilinn en kunnugir segja að Alexandra og Keanu hafi verið par svo árum skipti. Til að sýna lesendum nákvæmlega hve elskaður Keanu er þá endum við greinina á fallettri athugasemd við frétt á DV um opinberun á ástarsambandi Alexandru og Keanus:

„Hann á svo sammarlega skilið að vera loksins hamingjusamur þessi góður maður hann Keanu Reeves.“



„Við erum góðir vinir“

Háværar sögusagnir voru uppi þess efnis árið 2004 að Keanu væri byrjaður með leikkonunni Claire Forlani, sem er hvað þekktast fyrir leik í Meet Joe Black. Á samband þeirra að hafa varað til ársins 2006. Þau hafa hins vegar aldrei gengist við sambandinu og þegar Claire var spurð út í það árið 2006 í viðtali við New York Daily News sagði hún einfaldlega: „Við erum góðir vinir“ og hló.



Fríð örlagaríka

Margt benti til þess að Keanu væri byrjaður með Chinu Chow, dóttur matarmógúlsins Michaels Chow, sumarið 2008 þegar þau sáu út í frí við Miðjarðarhafið saman. Leikarinn staðfesti aldrei þann orðróm en þau virtust fara hvort í sína áttina eftir fríð. China og Keanu sáu aftur saman í maí á þessu ári og þá var haft eftir heimildarmanni US Weekly að China hefði reynt stíft við leikarann.



Missti kærustu og dóttur

Þá vikur sögunni að átakanlegu ástarsambandi Keanus við Jennifer Syme. Þau urðu ástfangin samstundis árið 1998 og ári síðar var von á barni hjá fjölskyldunni. Dóttir þeirra, Ava Archer Symes-Reeves, var hins vegar andvana fædd í desember árið 1999. Áfallið stíaði þeim Keanu og Jennifer í sundur og árið 2000 hættu þau saman. Einu og hálfu ári síðar lést Jennifer í bílslysi, aðeins 28 ára gömul, en á þeim tíma var hún í sálfræðimeðferð við þunglyndi. Keanu tjáði sig um þennan hræðilega tíma í viðtali við Parade árið 2006.

„Sorgin breytir okkur öllum en hverfur aldrei. Fólk hefur þær ranghugmyndir að þú getir greitt úr sorgum þínum og sagt svo skilið við þær. Það er rangt. Þegar fólk sem þú elskar er horfið, þá ertu einn.“



Skot í myrkri

Auðvitað var Keanu orðaður á rómantískan hátt við leikkonuna Söndru Bullock enda áttu þau tvö senuna á tíunda áratug síðustu aldar í kjölfar vinsælda kvikmyndarinnar Speed. Þau staðfastlega neita því hins vegar að hafa verið par en hafa bæði játad að hafa verið skotin í hvort öðru. Þegar Keanu mætti í þátt Ellen DeGeneres um árið sýndi Ellen honum gamalt myndbrot þar sem Sandra segist hafa verið skotin í honum. Þá sagði Keanu að þær tilfinningar hefðu verið gagnkvæmar. „Hún vissi greinilega ekki að ég var skotinn í henni.“

HEFUR ÞÚ ÞÖRF FYRIR ÞRIF

Fyrirtæki og húsfélög, gerum
tilboð ykkur að kostnaðarlausu

Þjóðum sérhæfða þjónustu fyrir
íbúðir í skammtímaleigu



Læknamiðlinum, sem í síðustu viku fékk á sig kærur fyrir kynferðislega áreitni, var birt önnur kærna um helgina, auk þess sem tvær stúlkur til viðbótar hafa gefið vitnaskýrslur til Rannsóknarlögreglunnar. Samkvæmt upplýsingum RLR er ekki um mjög alvarlegar kærur að ræða, annað hafa þó stúlkurnar, sem urðu fyrir bardönu á læknamiðlinum, að segja. Eftir að hafa leitað til Stigamóta segja þær alla söguna í samtali við HP.

„Dulhyggjuheimurinn er sleginn yfir þessu“

Þetta er sögður sönnunargangurinn um læknamiðilinn. Því sem þekktur er læknamiðillinn er sleginn yfir þessu. Þetta er sögður sönnunargangurinn um læknamiðilinn. Því sem þekktur er læknamiðillinn er sleginn yfir þessu. Þetta er sögður sönnunargangurinn um læknamiðilinn. Því sem þekktur er læknamiðillinn er sleginn yfir þessu.



Sterkar frásagnir Konurnar tvær stigu fram undir nafnleynd í Helgarpóstinum.



Mikils metinn Einar var virtur læknamiðill, hér í viðtali við Vísi seint á áttunda áratug síðustu aldar.

„Þessi nýöld er algjört bull“

Næsta skref var að troða hendinni ofan í leggingsbuxurnar mínar og í senn var hann með tunguna uppi í mér og kominn með puttann upp í leggöngin á mér.

finum undirfötum. Án þess að það eigi eitthvað að koma málinu við í hvernig undirfötum ég er segir hann þegar ég er kominn úr buxunum: „Nei, er mín bara í skvísunærbuxum?“ sagði konan. „Hann var allt í einu farinn að nudda á mér rassinn af miklum ákafa. Ég var þá ekki mikið að velta því fyrir mér hvort hann væri að áreita mig eða ekki, enda var hann enn mjög ljúfur að öðru leyti.“

„Ég bara fraus“
Konan ákvað að þrjóskast við og mæta í fjórða tímann, þótt henni myndist miðillinn ganga henni nærri. Í þeim tíma skipaði hann henni að fara bæði úr að ofan og neðan. Í þriðja tímnum hafði konan sagt miðlinum frá kynferðislegri misnotkun sem hún varð fyrir þegar hún var þriggja ára. Í fjórða tímnum spurði hann hana um kynlífið hennar um þær mundir, en hún sagðist alla tíð hafa átt erfitt með kynlíf sökum áfallsins í æsku.

„Í framhaldi af því tjáir hann mér að sjálfur sé hann kynferðislega sveltur heima fyrir. Þarna stóð mér orðið ekki á sama. Fyrir en varði var hann líka búinn að snúa mér við og farinn að nudda á mér brjóstin.“

Í lok tímans réðst maðurinn á hana.

„Áður en ég vissi var hann búinn að stinga tungunni upp í mig. Ég bara fraus. Næsta skref var að troða hendinni ofan í leggingsbuxurnar mínar og í senn var hann með tunguna uppi í mér og kominn með puttann upp í leggöngin á mér. Þetta gerðist allt svo snögg að ég náði ekki að ýta honum frá mér, en sem betur fer heyrðist þrusk þarna frammi þannig að hann kiptist við og ég rauk út.“

Smurði kremi á viðkvæma staði
Seinni konan sem kærði gerði það í krafti kærna fyrir konunnar. Hún gat vart haldið aftur af tárnum þegar hún sagði Helgarpóstinum sína sögu.

„Hann útskýrði ekki hvernig hann ætlaði að framkvæma það, en vegna orkuleysis sem hrjáir mig sagðist hann þurfa að það sem hann kallar jarðtengja mig í gegnum kynfærin, eða leggöngin og endaparminn, til að ég fengi orkuflæði niður í fæturna. Öðruvísi gæti ég ekki náð upp orku,“ sagði hún. „Hann sá hvað ég var slegin á svip en útskýrði þetta þó ekki nánar heldur mildaði það eitthvað, sagði að krem úr Daudahafinu, sem hann ætti, myndi duga. Engu að síður sagðist hann nauðsynlega þurfa að bera kremið á svæðið milli leggönganna og endaparmsins, því þar væri orkustöð sem mikið flæddi úr. Í trúgírninni minni fer ég úr buxunum og hann byrjar að bera krem á lappirnar á mér og færir sig svo ofar. Síðan biður hann mig að snúa mér við. Vegna hræðslu við hann vissi ég vart hvað hann var að gera, en að minnsta kosti bar hann krem á mjög viðkvæma staði.“

Í fyrrnefndu viðtali við Erling Kristinsson sagði hann það í hæsta máti óeðlilegt að lækna- miðlar biðu fólk að fækka fötum.

„Í skólanum var einmitt lagt til að maður snerti ekki sjúklingana, en því eru ekki allir sammála. Sjálfur reyni ég að komast hjá því nema hvað stundum er nauðsynlegt að snerta axlir eða höfuð og í sumum tilfellum klappa ég á iljarnar á fólki. Allt fer það eftir því hvað lækarnir að handan leggja manni fyrir. En það er af og frá að fólki þurfi nokkru sinni að fara úr fötum.“

Sama ár, 1995, og árið eftir heyrðist ekkert meira af kærnum á handan læknamiðlinum. Má telja líklegt að málið hafi verið látið niður falla sökum þess að lögreglufrívöld tölu kærurnar ekki „alvarlegar.“

Samtal við Læknamiðilinn Einar á Einarstöðum í Helgarblaði Vísis á morgun:

TÓK VIÐ Á 2. ÞÚSUND SJÚKLINGUM Á 10 DÖGUM

„Mitt hlutverk er að koma sjúklingum í samband við lækna. Ég lei mig ekki vera að velta eitthvað af skjálum mér. Ég er miðill þeirra, eins og læknarnir orða það og farvegur fyrir þann kraft sem þeir hafa umráð yfir. Þetta er allt annað en huglæsingar.“

Þetta sagir Einar Jónsson, bóndi á Einarstöðum í Þingeyrarstígu, m.a. í athugasvörum samliði við Kjartan Síðfósson, blaðamaðmann sem birtist í Helgarblaði Vísis á morgun. Einar er kunnasti læknamiðill á Íslandi og hefur trúður hans þorsta víða um land. Hann kom fyrir akörmum til fju daga dvalar í Reykjavík og hóf þann þá á milli á annað þúsund manns — 970 á höfundum, 275 á einkafundum. Á viku hverri fær hann um 90 bréf frá fólki sem leitast til hans um lækningu.

Í samtali við Einar er hann líka búinn að svara öllum spurningum um lækningu og um hvernig hann er kunnasti læknamiðill á Íslandi. Hann segir að hann hafi verið búinn að svara öllum spurningum um lækningu og um hvernig hann er kunnasti læknamiðill á Íslandi.

Ósáttur Sigurður var ósáttur við að fólk misnotaði nafn bróður hans, Einar.

sem hver segir er ekki hægt að vekja fólk upp frá dauðum.“

„Nei, er mín bara í skvísunærbuxum?“
Ekkert var fjallað um málið á sínum tíma nema í Helgarpóstinum. Blaðamaður blaðsins fékk það staðfest hjá Rannsóknarlögreglunni að tvær kærur væru á borði lögreglunnar vegna læknamiðilsins, en kærurnar voru ekki taldar „stóralvarlegs eðlis“ og að margar alvarlegri kærur bærust embættinu en þessar. Í sömu umfjöllun birti Helgarpósturinn nafnlaus viðtöl við konurnar tvær sem kærðu læknamiðilinn. Á frásögunum þeirra sést að málið var

grafalvarlegt.

„Ég er niðurbrotin manneskja eftir samskipti mín við þennan mann, sem gefur sig út fyrir að vera læknamiðill. Í fyrstu virkaði hann á mig sem algjört eðalmenni en annað kom í ljós,“ sagði fyrri konan sem kærði miðilinn. Hún leitaði til hans eftir að hún sá hann í vinsælum sjónvarpsþætti, en hún glímdi við þrjósklos í baki. Hún sagði fyrstu tvo tímum með miðlinum hafi lofað góðu.

„Hann heillaði mig strax í fyrsta tímum þegar hann sagðist sjá að ég væri mjög veik í baki. Ég er nefnilega með þrjósklos og hvernig átti hann svosem að vita það? Svo virkaði hann bara eitt-

hvað svo blíður, var alltaf að taka utan um mig og kyssa mig; hann bar svo mikla umhyggju fyrir manni, að því er virtist í fyrstu,“ sagði hún. Það sló konuna hins vegar að hann notaði nudd til að lækna hana en það var ekki fyrir en í þriðja tímnum sem hann færði sig upp á skaftið.

„Hingað til hafði hann bara nuddað á mér bakið, en nú bað hann mig að leysa niður um mig buxurnar því hann þyrfti líka að vinna bug á bakvernum. Til þessa hafði ég mætt í venjulegum undirfötum, en fyrir þriðja tímnum gafst mér ekki tími til að skipta um undirfatnað og var í



„Ég ætlaði bara að verða lækni“

Leiðist skrifræðið í Bandaríkjunum – Stofnaði framleiðslufyrirtæki – Sofnaði í tókum

Tómas Valgeirsson
tomas@dv.is



Að vera á setti er það skemmtilegasta sem ég geri og hefur verið síðan ég var sextán ára. Á þeim aldri var þarna búið að planta einhverjum fræjum sem eru enn að springa út í dag,”

segir Atli Óskar Fjalarsson, leikari og framleiðandi, en hann er flestum kunnugur úr kvikmyndunum Órói og Þrestir, svo dæmi séu nefnd.

Árið 2016 var hann útnefndur rísandi stjarna ásamt níu öðrum evrópskum leikurum á alþjóðlegu kvikmyndahátíðinni í Berlín, Berlinale, og kynntist hann þeirri tilfinningu snemma á lífsleiðinni hvernig það er að vera á tókustað. Hann var ekki lengi að finna sig á því sviði á unglingsárunum samhliða því að fá ákveðna útrás á YouTube-rásinni sinni.

Atli er nýr gestur í Föstudagsþættinum Fókus hjá DV og þar talar hann meðal annars um leiklistina, ný verkefni, unglingsbólur og bransakvöldin í Los Angeles.

Stuðaði Grafarholtsbúa og komst í fréttirnar

Atli lék í sinni fyrstu kvikmynd 14 ára gamall, stuttmyndinni Smáfluglum eftir Rúnar Rúnarsson. Í kringum fermingaráldurinn fékk Atli borðtölvu sem breytti öllu lífi hans.

Með þessari tölvu fór hann að prófa sig áfram í vaxandi YouTube-samfélaginu. Þetta var árið 2005 og varð Atli fljótt þekktur undir heitinu Atli123. Rás hans óx fiskur um hrygg og má segja að leikarinn sé einn af fyrstu virku íslensku YouTube-stjórnunum.

„Ég byrjaði bara að klippa saman einhver vídeó og setti það

Kumpánalegir Atli og Elías eru mestu mátar.



saman sem mér fannst fyndið. Seinna meir vatt þetta upp á sig og varð meira reglulegt efni. Ég áttaði mig fyrst á því að fleiri en bara við vinir mínir værum að horfa á þetta, þegar yngri bróðir

minn úr öðrum skóla nefndi við mig að aðrir væru að fylgjast með þessu. Mér fannst það skrítið, því margir voru greinilega að horfa á mig og fannst ég ekki kúl, eða asnalegur. Þá fékk ég fyrsta dissíð

og gerði svo í raun vídeó um þá,” segir Atli.

„Það var í eintalsvídeó þar sem ég hniggaði yfir Grafarholtsfólk- ið. Það vakti síðan mikla athygli, Stöð 2 hringdi í mig og vildi sýna

EIGUM MARGA
LITI Á LAGER

ÁLKLÆÐNINGAR & UNDIRKERFI

HANNAÐ FYRIR
ÍSLENSKT VEÐURFAR

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



Úr kvikmyndinni Óróa.

Þetta í kvöldfréttunum. Það var byrjunin á þessari sprengju.“

Bransakvöldin urðu að fyrirmynd

Þeir Atli og Elías Helgi Kofoed-Hansen standa að miðstöð fyrir upprennandi listafólk þar sem hressilegar pallborðsumræður verða í boði. Miðstöðin nefnist Reykjavík Creative Hub og var fyrsti fundur haldinn í ágúst.

Atli segir hugmyndina að þessari miðstöð ganga einfaldlega út á það að hlusta á reynsluríkt listafólk úr öllum áttum tala um sitt fag og gefa yngra fólki ráð, en jafnframt verður þarna í boði fyrir upprennandi fólk í bransanum að kynna sínar hugmyndir og fá viðbrögð við þeim.

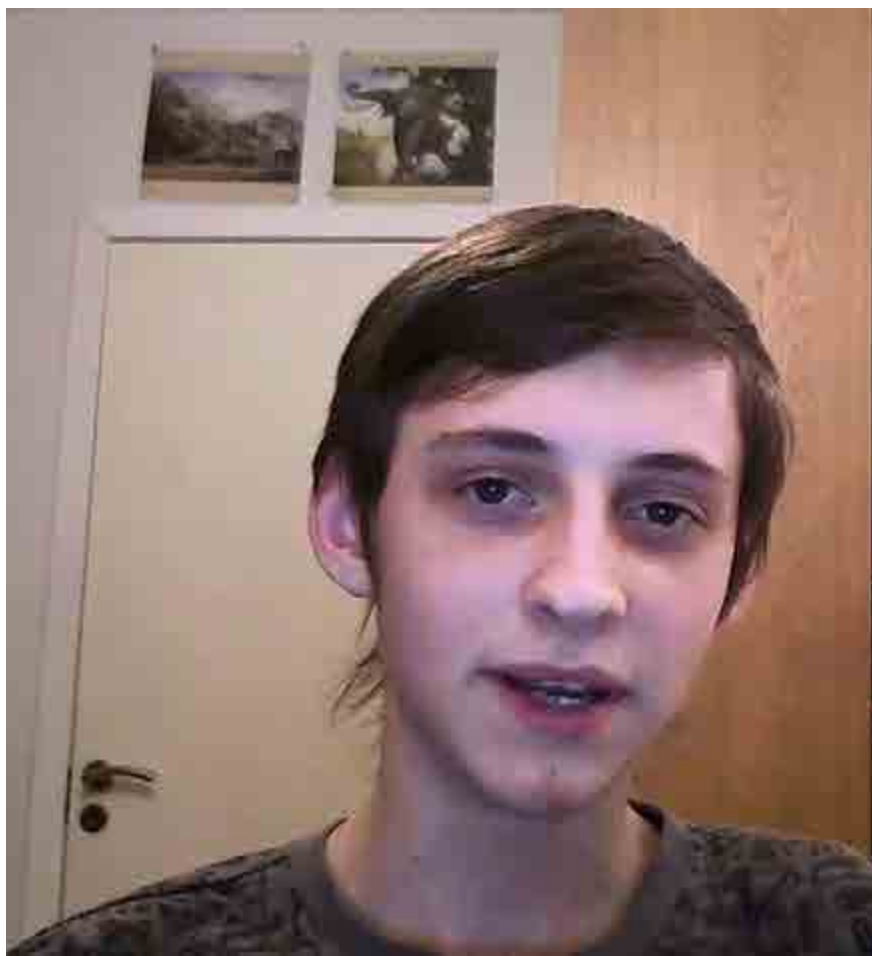
Þeir Atli og Elías eru miklir mátar og léku til að mynda saman í hinni stórvinsælu kvikmynd, Óróa. Kveikjan að þessari miðstöð varð þó til í Bandaríkjunum, en þeir stunduðu þar saman nám við New York Film Academy í Los Angeles.

„Við Elías grínumst oft með það að hann hafi farið í prufu fyrir að gerast besti vinur minn. Ég var ráðinn á undan honum. Tíu árum síðar er hann enn besti vinur minn. Það má segja að hann hafi neglt þessa prufu,“ segir Atli.

„Þegar við bjuggum úti kynntumst við alls konar félagslífi í tengslum við kvikmyndabransann: hugmyndasmiðjum, svenefndum „networking“-kvöldum og handritaklúbbum þar sem mátti heyra og sjá í hvaða pælingum fólk var og fá að spegla sín eigin verkefni í þeirra eða jafnvel koma saman í einhverri sköpun. Hvort sem það var í kvikmyndum, sjónvarpi eða einhverju allt öðru.“

Vitleysisgangur í Los Angeles

Atli segir að þegar þeir Elías héldu til Bandaríkjanna í nám hafi það verið markmið að gera engin plön fyrirfram, sérstaklega þá hvað húsnæði varðaði og annað slíkt. „Okkur Elísasi finnst



YouTube-rásin Atli123 naut mikillar velgengni á sínum tíma.

mjög gaman að búa til sögur og vera með vitleysisgang. Ég hefði aldrei getað verið þarna úti í Los Angeles án hans, að glíma einn við allt þetta kjaftæði sem felst í því að flytja til annars lands.

Það var fáránlegt og geggjað að vera með jafnmikinn vitleysing með sér til að fara blint út í þetta ævintýri. Okkur fannst það sniðug hugmynd að sofa á alls konar sófum hjá fólki sem við þekktum ekki. Við fundum síðu sem heitir CouchSurfing og vorum búinir að stilla því upp að gista hjá alls konar fólki. Við fórum á milli bæja, kynntumst fjölda fólks og svo fundum við Elías AirBnb-íbúð og bjuggum saman í einu herbergi í mánuð,“ segir Atli.

„Komandi frá rólega Íslandi er ótrúlegt að kynnast skrifræðinu

sem fylgir Bandaríkjunum. Hérna heima geturðu hringt í bankann þinn og þú segir eitthvert númer, þá vita allir hver þú ert. Í Bandaríkjunum þurfti ég annars vegar að skrifa undir tíu blaðsíðna samning til að sækja um aðgang í ræktina. Hvað þá þegar maður er farinn að græja leigusamninga og annað. Allt þarna úti er svo miklu, miklu flóknara en við erum von hér.“

Sofnaði í miðri töku

Fyrir á þessu ári stofnaði Atli framleiðslufyrirtæki og er með ýmis verkefni í bígerð. Þegar Atli var á unglingsaldri að kynnast töku-stöðum og kvikmyndagerð eins og hún leggur sig, var hann, að eigin sögn, „þirrandi krakkaleikarinn sem hékk þarna og spurði fólkið

í kring hvaða takkar á græjunum gerðu hvað.“ Áhugi hans á faginu var gífurlegur, og útilokar hann ekki að leiklistinni og YouTube-tímabilinu hafi fylgt ákveðin athyglissýki. Atli var þó fastur á því að halda sig við réttu starfsbrautina þegar hann var kominn á framhaldsskólaaldurinn.

„Ég ætlaði aldrei að verða leikari. Það var aldrei planið. Ég ætlaði bara að verða læknir og fór meira að segja í Verzlunarskóla Íslands til þess að læra það. Síðan reyndist það óvart vera svo brjálæðislega gaman að leika að ég gat ekki séð fyrir mér að ég myndi gera neitt annað, það sem eftir væri af lífi mínu.“

Þegar Atli fékk hlutverkið í Óróa var hann handviss um að það ætti eftir að breyta lífi hans. Hann seg-

ir Baldvin Z, kvikmyndagerðarmann og leikstjóra, hafa veitt sér ómetanlegan stuðning í gegnum ferlið. Atli segir hvorki kvíða né óöryggi hafa einkennt hann þegar hann tók við hlutverkinu, þótt rullan hafi vissulega verið krefjandi.

„Ég var svo spenntur allan tímann og fór sjaldan skynsamlegu leiðina og fór beint heim að sofa eftir langan tökudag. Ég fór yfirleitt heim og spilaði tölvuleiki til að fá útrás, oft langt fram á nótt. Baldvini finnst gaman að segja mér söguna af því þegar ég sofnaði í miðri töku,“ segir Atli hress. ■

Hlaðvarpsþáttinn má nálgast í heild sinni á DV.is



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



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.

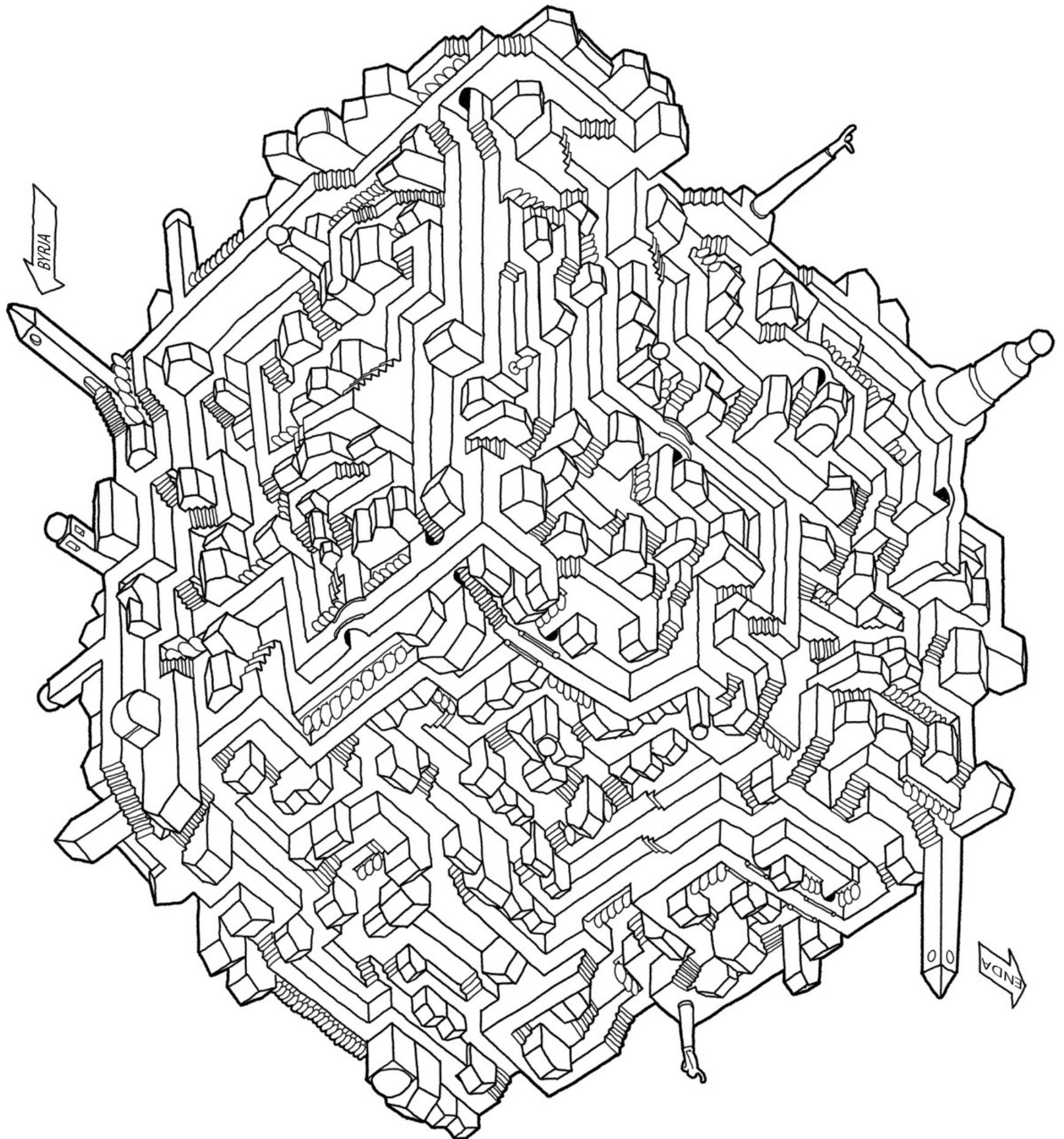
Þú ýtir á hnappinn, boðin berast samstundis til stjórnstöðvar Securitas þar sem þú færð samband við sérþjálfað starfsfólk. Öryggisverðir Securitas með EMR þjálfun eru alltaf á vakt og bregðast hratt og örugglega við.

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



Diklofenak Apofri 11,6 mg/g

Diklofenak Apofri 11,6 mg/g

BÓLGUEYÐANDI OG DREGUR ÚR VERK

DIKLOFENAK APOFRI HLAUP

DIKLOFENAK APOFRI hlaup inniheldur *diclofenac tvíetylámín*, 11,6 mg/g, og er lyfið notað til meðferðar á staðbundnum verk í tengslum við meiðsli í vöðva eða lið. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og í fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leiðið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is.

Sala á öllum hreinlætisvörum
og áhöldum til ræstinga fyrir
fyrirtæki, stofnanir og
heimili í verzlun okkar



Öll þrif fyrir fyrirtæki, stofnanir og heimili

- Hjá Þrif- og ræstivörum starfa nú um 100 manns við ræstingar og hreingerningar af öllum stærðum og gerðum.
- Í dag þjónustum við um 70 fyrirtæki og stofnanir í daglegri ræstingu.
- Auk þess rekum við öfluga hreingerninga- og sérverkefnadeild.

Dagleg eða regluleg þrif:

- Gluggaþvottur
- Aðalhreingerningar
- Viðhald gólfefna
- Bónleysing og bónun gólfefna
- Salernis- og kísilhreinsun
- Teppa- og flísahreinsun
- Þrif eftir iðnaðarmenn
- Bruna- og vatnstjónaþrif
- Veggja-, lofta-, ljósa- og gluggaþrif

**Gerum föst verðtilboð í öll verk, stór eða smá, þér að kostnaðarlausu.
Markmið okkar er að veita viðskiptavinum okkar ávallt:
Hámarksgæði og árangur, persónulega og góða þjónustu.**



Frotagötu 4 C 603 Akureyri
Símar: 461-5232 / 892 5232
865 2425 (vaktsími allan sólarhringinn)
Netfang: thrif@thrif.is Veffang: www.thrif.is

Með allt á hreinu í 15 ár

ÍSLAND Í „JÖRMUM“

Veraldarvefurinn lýsir Íslandi í myndaglefsum ■ Tengir þú við?

Fyrirbrigðið „meme“ (borið fram „mím“) er eitthvað sem flestir með reglulegan aðgang á tölvum ættu að þekkja, en orðið sjálf á rætur sínar að rekja til líffræðingsins Richard Dawkins og kemur það upp úr bókinni hans *The Selfish Gene* frá 1976. Viðurkennd íslensk þýðing á orðinu er einfaldlega „jarm“.

„Meme“ hefur náð töluverðri dreifingu síðastliðinn áratug og þótti nokkuð vinsæl viðbót við orðaforða almennings í orðabókinni *Oxford English*

Dictionary, en þar eru settar strangar reglur á viðbætur nýrra orða.

„Mímar“ geta skipast í margs konar flokka, en nú ætlum við að einbeita okkur að ýmsum hugmyndaríkum sem snúa að Íslandi og íslenski menningu, því stundum er aðeins of gaman að sjá hvernig heimsbyggðin lítur á okkur álfatrúandi, veðurtrylltu víkingana.

Lítum á.



CULTURE / HISTORY & FOLKLORE

Why is Iceland one of the happiest nations in the world?



Ég er 25 ára gaur sem vill kynnast konu á svipuðum aldri. Er með blæti fyrir falletgri hönnun og útiveru. Trúnaður í fyrirrúmi og stóla á það sé gagnkvæmt.

nánar á einkamal.is



**Rennum nú að-
eins yfir nokkur
alíslensk jörm
sem hafa vakið
kátínu á samfé-
lagsmiðlum upp
á síðkastið**



YFIRHEYRSLAN

Mesta áhættan að vera flugfreyja hjá Iceland Express

Edda Björgvinsdóttur þarf vart að kynna en hún hefur starfað sem leikkona um langa hríð. Edda segist hafa ómælda þörf fyrir að bæta sífellt við sig menntun enda sé fróðleiksfýsn hennar stærsta ástríða. Edda er í yfirheyrslu helg-arinnar.

Edda Björgvins

Hvar líður þér best?

Með fólki sem ég elska og fólki sem ég hlæ mikið með, ef ég er ein þá líður mér best í sundi.

Hvað óttastu mest?

Að missa fólkið sem ég elska.

Hvert er þitt mesta afrek?

Að hafa framkvæmt allt sem ég hef komið í verk þrátt fyrir að minn sólarhringur sé aðeins 24 klukkustundir eins og annarra. Alltaf unnið 150% – minnst. Og svo auðvitað börnin mín fjögur sem öll eru fullkomin!

Furðulegasta starf sem þú hefur tekið að þér?

Starfið mitt, leiklistin, býður nánast eingöngu upp á furðulegar upptökur og aðstæður.

Hver væri titillinn á ævisögu þinni?

Hún er svo happy þetta helvíti! En ef pabbi fengi að ráða titlinum myndi hún heita: Var valin Borgarlistamaður og fékk Fálkaorðuna sama dag.

Hvernig væri bjórinn Edda Björgvins?

Hann væri að sjálfsgöðu lífrænn og hétí Edda organic.

Besta ráð sem þú hefur fengið?

Amma mín sagði alltaf: Aðalatriðið er að vera manneskja, þegar ég kvartaði yfir því að ég væri feit, ófríð eða þúkaleg.

Hvert er leiðinlegasta húsverkið?

Að ganga frá drasli, raða í hillur og vaska upp.

Besta bíómynd allra tíma?

La Vita e Bella.

Hvaða hæfileika myndir þú vilja búa yfir?

Endalausri þolinmæði, umburðarlyndi og svo öfunda ég alla sem hafa fallega söngrodd.

Hver er mesta áhætta sem þú hefur tekið?

Líklega að vera flugfreyja hjá Iceland Express, þetta skilja þeir sem komu inn í flugvélarnar sem við ferðuðumst með.

Hvaða frasi eða orð fer mest í taugarnar á þér?

Mjög margir frasar pirra mig. Mig skortir ævinlega umburðarlyndi gagnvart þeim frösum sem taka yfir hverju sinni.

Hvaða geturðu sjaldnast staðist eða ert góð í að réttlæta að veita þér?

Sælgæti er minn verstí óvinur! Og það sorglega er að ég hef hroðalegan smekk á sælgæti.

Hvað er á döfinni hjá þér?

Fjöldmörg verkefni í Þjóðleikhúsinu og alls konar sjónvarps- og kvikmyndaverkefni. Ég er lukkunnar þáttfyll!



Big 7 Media

1. sæti á lista sjö bestu borgara Íslands

Big 7 Media

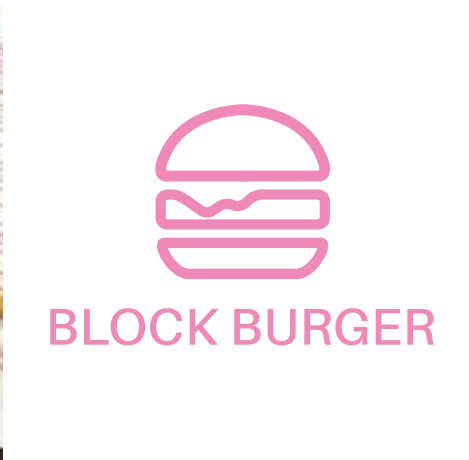
31. sæti á lista fimmtíu bestu borgara heims

dv.is/matur

4. sætið á lista tíu bestu borgara Íslands

visir.is

6. sætið á lista yfir Bestu franskar landsins



🏠 SKÓLAVÖRDUSTÍGUR 8, BAKHÚS

🌐 WWW.BLOCKBURGER.IS

📘 FACEBOOK.COM/BLOCKBURGERRVK

📷 #BLOCKBURGERRVK

✉️ BLOCKBURGERRVK@GMAIL.COM

☎️ +354 5110011



Google
4.6 ★★★★★

facebook
4.5 ★★★★★

tripadvisor®
4.5 ○○○○○



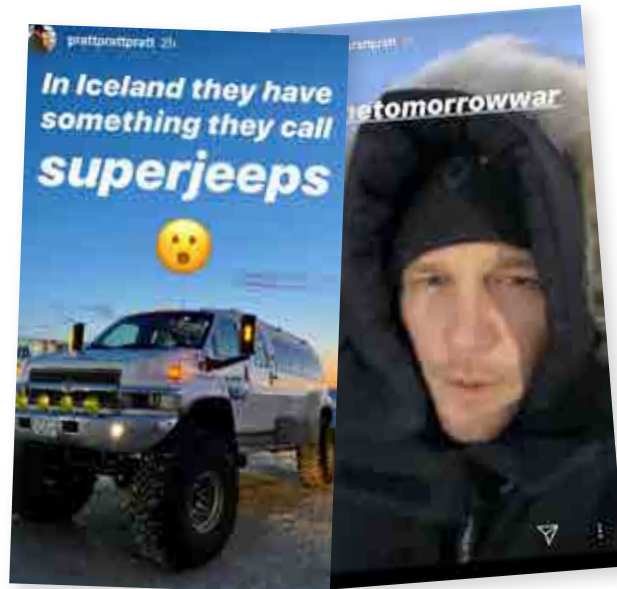
Chris Pratt kominn til Íslands

Stórleikarinn Chris Pratt, sem er mörgum kunnur úr kvikmyndunum Guardians of the Galaxy og Jurassic World, er nýkominn til Íslands. Pratt er á landinu við tökum á myndinni The Tomorrow War en fleiri stórstjórnur á borð við J.K. Simmons fara með hlutverk í myndinni. Bandaríska leikkonan Betty Gilpin, sem slegið hefur í gegn í sjónvarpsþáttunum Glow, er einnig sögð leika í myndinni.

Pratt hefur verið duglegur að deila myndum af dvöl sinni á samfélagsmiðlum sínum og hefur hann lýst landinu sem köldu, fallegu og morandi í klaka. Einnig kom það honum á óvart þegar hann komst að því að

til væru fyrirbæri sem væru upphækkaðir jeppar.

Myndin, sem bar upphaflega vinnuheitid Ghost Draft, á að gerast í framtíðinni þar sem mannkynið er að tapa stríði við geimverur. Til að vinna stríðið finna vísindamenn leið til að sækja hermenn úr fortíðinni. Það er Truenorth sem sér um aðstoð við framleiðslu myndarinnar hér á landi en þetta er þriðja Hollywood-myndin sem verður væntanlega í tökum á Íslandi í haust. Hinar tvær eru Eurovision-mynd Wills Ferrell og svo heimsenda-mynd Georges Clooney. Báðar eru framleiddar fyrir streymisveituna Netflix.



Íslenska Carrie Bradshaw léttari

Ása Ninna Pétursdóttir, fatahönnuður og stjórnandi Makamála á Vísi, og Árni Bragi Hjaltason, verkefnastjóri hjá Háskóla Íslands og plötusnúður, eignuðust sitt fyrsta barn saman síðastliðinn þriðjudag. Párið eignaðist litla hnátu sem var fjórtán merkur og 51 sentimetrar. Móður og barni heilsast vel. Ása Ninna hefur vakið mikla lukku meðal lesenda Vísis undanfarið þar sem hún skrifar um allt tengt ástinni, en sumir hafa gengið svo langt að kalla hana hina íslensku Carrie Bradshaw úr Sex and the City.



Táknrænt tattú

Fjölmíðlakonan Kristín Sif Björgvinsdóttir fékk húðflúrmeistarann Chip Baskin á Reykjavík Ink til að flúra hana á dögnum. Kristín fékk sér vígalegt húðflúr á hægri upphandlegg og skrifaði við myndina af flúrinu á Instagram: „Þrautseig valkyrja.“ Það er engum blöðum um það að fletta að Kristín er þrautseig. Rétt rúmt ár er síðan hún missti unnusta sinn, Brynjar Berg, en hann féll fyrir eigin hendi. Í viðtölum hefur hún sagt að hún hafi fljótlega ákveðið að hún myndi ekki leyfa því áfalli að buga hana og því er valkyrjan fyrirnefnda afar táknræn.



BYKO

JÓLALJÓS

Gildir til 20. nóv

25% AFSLÁTTUR

Inni- & útiseriúr
Inni- & útiljós
Jólaljós

Rafmagnskefli og framlengingarsnúður á sértílbóði

HNÍFAR OG HNÍFAPARASETT

20% AFSLÁTTUR

BRAUDRISTAR

20% AFSLÁTTUR

MATAR- OG KAFFISTELL

20% AFSLÁTTUR

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

Birt með fyrirvara um prentvillum og/eða myndabrengl. Tíðbö gilda til 20. nóvember eða á meðan birgðir endast.