

Það má gera grín að öllu

Leikkonan Dóra Jóhannsdóttir um meðferðina í Svíþjóð, söknuðinn eftir syninum og húmorinn.
– sjá síðu 12



Í TÆKINU

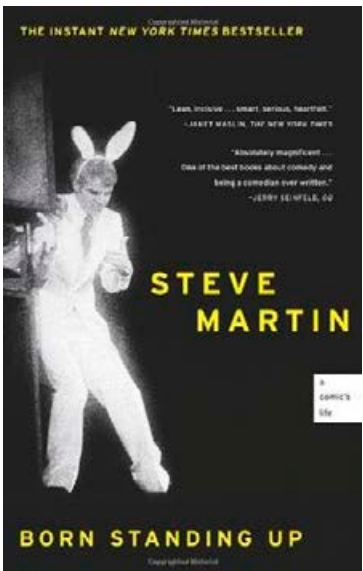


Jón Gnarr, „altmuligmand“ með meiru, hefur gert garðinn frægan sem grínisti, rithöfundur, leikskáld, borgarstjóri, útvarpsmaður, leikari, leigubílstjóri og svona mætti áfram telja. Þó að hann hafi einnig sungið og samið lög þá er tónlist ekki það fyrsta sem fólki dettur í hug þegar það heyrir nafn hans. Svo DV sló á þráðinn til að forvitnast um hvað Jón okkar Gnarr væri eiginlega að hlusta á.



1 Crass

„Ég hlusta ekki á tónlist eins og fólk gerir. Ég hef bara hlustað á eina hljómsveit og það er breska pönkhljóm-sveitin Crass og sú hlustun gengur öll út á texta, ég hlusta á þá.“



2 Born Standing Up

„Ég er að hlusta á bókina Born Standing Up, eftir Steve Martin. Hún er ágæt.“

3 Futility Closet

„Svo er ég að hlusta á hlaðvarpið Futility Closet, sem eru mjög athyglisverðir þættir. Þetta eru nördahjón sem fjalla um alls konar skrítna og athyglisverða hluti.“

Ekki vera fáviti

Það hafa flestir lent í því á lífsleiðinni að vera sagt upp. Hvort sem það er af bestu vinkonunni í 5. bekk, heitu kærustunni með háu kinnbeinin í Versló eða á seinni stigum lífsins í framtíðarstarfi eða hjónabandi. Það er vont að vera hafnað. Alveg sama þó að mörg þúsund manns hafi verið hafnað sama dag. Það er samt vont. Hrikalega vont. Kvíði, pirringur, taugaveiklun, hræðsla og alls kyns aðrar tilfinningar fylgja, fyrir utan fjárhagsáhyggjur sem smita út frá sér inn í fjölskylduna.

Og hvað svo? Setja bara undir sig hausinn og halda áfram?

Nei, erum við ekki hætt því? Að bæla tilfinningar og burðast með þær áratugum saman svo að áföllin erfist áfram til næstu kynslóðar með vöðvabólgu og kvíðaröskun?

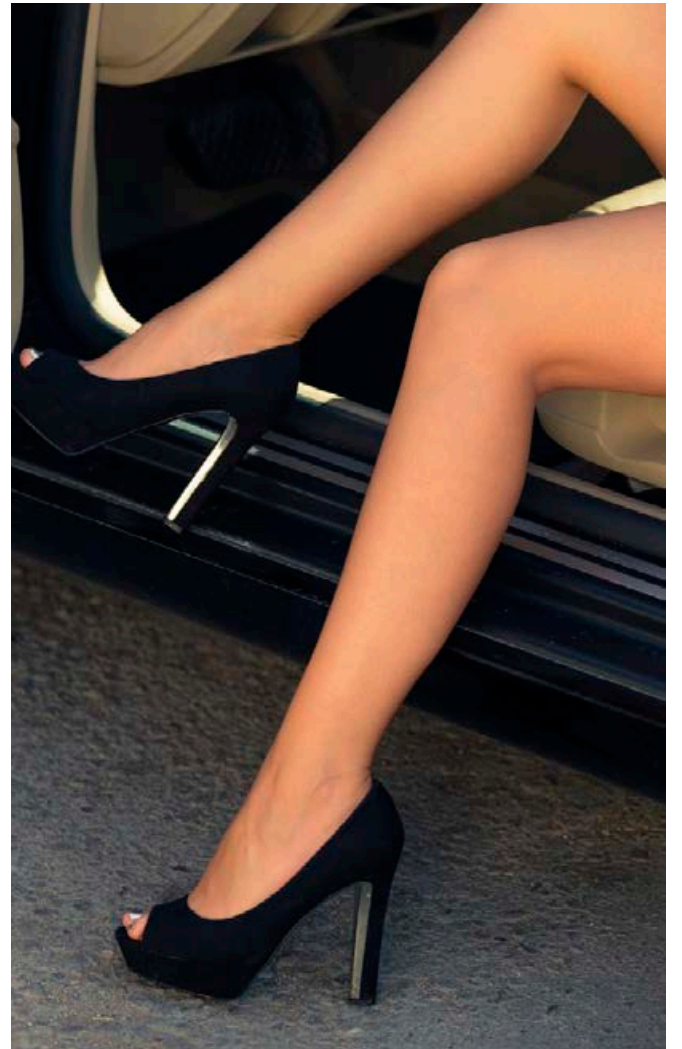
Hvernig væri að leyfa sér að fara aðeins inn í tilfinningarnar, leita til þeirra sem eru að upplifa það sama og um leið gera umburðarlyndi að möntru sinni? Það eiga margir um sárt að binda í þessu ástandi svo örlítil eftirgjöf og þolinmæði gagnvart náunganum myndi ekki drepa okkur.

Já, og fyrst fólk ætlar á annað borð að girða sig í brók og tileinka sér mannsiði væri fint að ökumenn færu líka að stoppa fyrir fótgangandi. Ég hef oftast en einu sinni staðið með barn, poka, óléttumaga og alls konar, en sjaldnast er stoppað til að hleypa manni yfir götuna.

Varúð, nú leyfi ég mér að nöldra um skort á mannsiðum.

Fyrir nokkrum árum ofbauð mér þessi dónaskapur svo að ég ákvað að gera tilraun. Þóttist vera með bilaðan bíl úti í vegkanti í Garðabæ. Ég var með gleraugu og tagl, í íþróttagalla og á gömlum bíl.

Það stoppaði einn bíll og bauð mér aðstoð á 20 mínútum! Það



MYND/GETTY

var töluverð umferð um götuna en flestum virtist vera sama enda visi fólk ekki að ég var með falda myndavél.

Þá ákvað ég að ná í nýbónaðan Audi, skella mér í kjól og háa hæla með slegið hár og varalit. Þá byrjaði ballið og það stoppaði bíll eftir bíl. Ég var eins og starfsmaður í lúgusjoppu og hafði ekki undan að afþakka pent í gegnum bílrúður.

„Nei, takk, ég þarf ekki aðstoð ég er bara að kanna hvort fólk sé fífl!“ ■

Græna ljósið og fögru fyrirheitin

SVART HÖFÐI

Þegar COVID-19 faraldurinn er búinn ætla ég að...“ Þessa setningu hefur Svarthöfði heyrð skriljón billjón sinnum á undanförunum vikum og lýkur henni vanalega á fögrum fyrirheitum.

Nú hafa allir fengið góðan tíma til kristilegrar ígrundunar og markmiðasetningar, á meðan samfélagið allt hefur setið fast á rauðu ljósi vegna faraldursins. Þessi ætlar loksins að ganga á Esjuna, hinn ætlar að byrja að leggja til hliðar fyrir framtíðina, Gúndi úti í bæ ætlar loksins að segja Guggu í ræktinni hvernig honum líður.

Svarthöfði sogaðist inn í þetta æði og lofaði öllu fögru og meiru til. Svarthöfði skyldi

loksins passa í markmiðsfötin og læra að leggja í hliðarstæði. En síðan runnu á Svarthöfða fleiri grímur en prýða hann vanalega.

Hvað er það í rauninni sem þessi loford eru? Jú, þetta eru að sjálfsögðu nýju áramótaheitin. Og rétt eins og áramótaheitin verðum við fljót að renna á rassgatið með þau. Vöðvaminnið í fólki er sterkt og vaninn ekki auðveldlega brotinn á bak aftur. Því þó að þetta ástand hafi varað nú mánuðum saman erum við ekki að nýta þennan tíma til að búa okkur til betri venjur eða tileinka okkur nýtt hugarfar. Við erum bara búin að vera að lifa af og bíða.

Samfélagið hefur verið á rauðu ljósi og nú hefur gula ljósið verið tendrað. Um leið og kviknar á því græna þá munum við öll bruna af stað

og halda okkar fyrirfram ákveðnu leið.

Nú gætu sumir sagt: „Svarthöfði, mikið djöfull geturðu verið svartsynn og leiðinlegur.“ En þetta er bara sannleikurinn. Við getum ekki ætlast til þess að heimsfaraldur einn og saman eigi eftir að breyta lífi okkar og persónum alveg sjálfkrafa. Ef það væri svo auðvelt þá væru líklega einhverjir gúrúar úti í eyðimörkum farnir að prufa sig áfram með smitsjúkdóma og einangrun.

Þetta er því bara rétt eins og með áramótaheitin. Það verða tvær, þrjár vikur teknar með trompi en að endingu mun einn gefast upp á bílastæðinu fyrir framan Esjuna, því að veðrið er ekki gott, eða því það eru svo margir bílar, eða annað álíka slappt bull. Annar mun fatta að veskið hans

er götótt og því gefst ekkert svigrúm til að spara, enda bráðnaudsynlegt að kaupa nýjustu tískumálninguna í Slippfélaginu fyrir fúlgur fjár og Gúndi heldur áfram að mæna á Guggu, því hún lítur út fyrir að vera í svo vondu skapi, því hann lítur svo asnalega út í ræktinni, eða því hann áttar sig á að Gúndi og Gugga á eftir hljóma hallærislega á sameiginlegu jólakorti.

Svarthöfði henti því bæði markmiðsbuxunum og markmiðsfermingarjakkafötunum, og henti út smáforritinu sem átti að kenna listina að leggja í hliðarstæði. Þegar Svarthöfði verður tilbúinn í lífsstílsbreytingu þarf engan heimsfaraldur til að koma honum í gang. Hvenær það svo verður veit nú enginn. En það mun allavega ekki gerast á meðan hann er fastur á rauðu ljósi. ■



**OKKAR
VINNA
SKAPAR
VERÐMÆTIN**

Stöndum saman í baráttunni fyrir réttlátu samfélagi.
Gleðilegan baráttudag verkalýðsins 1. maí!

MEST LESIÐ

Á DV Í VIKUNNI

1 Hver er Anna Aurora? – Ótrúlegur ferill rakinn Í síðasta helgarblaði DV var farið ítarlega yfir feril konu sem sökuð hefur verið um að villa ítrekað á sér heimildir.

2 María Birta um ástandið í Las Vegas – „Það er allt að sjöða upp úr hérna“ Leikkonan María Birta segir frá súrrealísku ástandi í Las Vegas í COVID-19 faraldrinum

3 Innlit í líf milljónamærings – Var 17 ára þegar hún vann í lottóinu Ung stúlka vann 182 milljónir í lottó og leyfir fylgjendum á Instagram að fylgjast með lúxuslífinu sem hún lifir.

4 Ný tíðindi í máli Kim Jong-un Hvort Kim Jong-un, einræðis-herra Norður-Kóreu, væri lífs eða líðinn var eitt af heitustu umræðuefnum í vikunni sem leið.

5 Dularfullt myndband gengur manna á milli í Norður-Kóreu – Kínverjar undirbúa sig Í myndbandi sem á að hafa drefst um Norður-Kóreu er því haldið fram að Kim Jong-un sé látinn og systir hans muni taka við stjórn landsins.

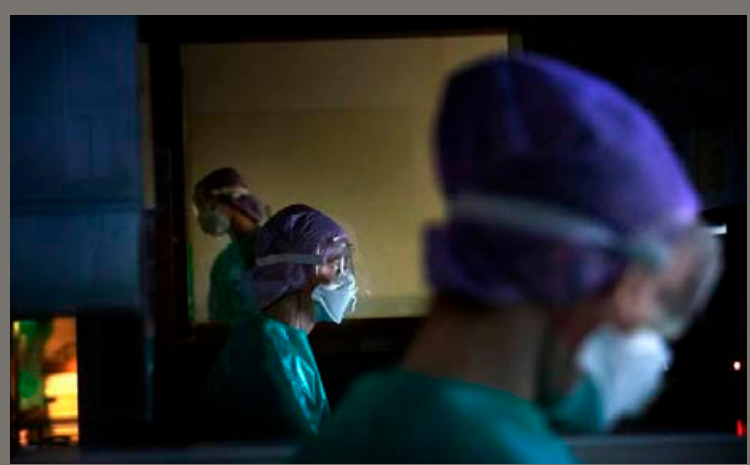
6 Dagar Lækjarbrekku líklega taldir – „Ég er búinn með drama-kastið“ Rekstur veitingastaðarins Lækjarbrekku nær sér líklega ekki á strik eftir COVID-19 faraldurinn. Eigandinn er ekki vongóður.

7 Oliver tókst að gera sturtuna eins og nýja fyrir fimm þúsund krónur Oliver Steinar var þreyttur á sturtuklefanum og gerði allsherjar yfirhalingu á honum fyrir aðeins 5 þúsund krónur.

8 Rúrik Gíslason minnst móður sinnar sem féll frá í síðustu viku – „Mörg hjörta eru í þúsund molum“ Landsliðsmaðurinn Rúrik Gíslason missti móður sína á dögnum eftir stutta baráttu við krabbamein.

9 Dóttirin fann dularfullan kassa með framandi kynlífstækjum við Tjörnina Stóri plockdagurinn var síðustu helgi og brá 17 ára stúlku í brún þegar hún fann poka fullan af kynlífstækjum.

Í FRÉTTUM ER ÞETTA HELST...



Mjótt á munum

Hjúkrunarfræðingar kváðu upp dóm sinn um nýundirritaðan kjarasamning Félags Íslenskra Hjúkrunarfræðinga á miðvikudaginn þegar samningurinn var naumlega felldur. Tæp 46% sögðu já en 53% sögðu nei. Fjármálaráðherra sagði í óundirbúnum fyrirspurnatíma á Alþingi á fimmtudag að þessi niðurstaða sýndi að ríkið hefði ekki brugðist hjúkrunarfræðingum þar sem mjótt hefði verið á munum. Skiptar skoðanir voru um ágæti samningsins sem átti meðal annars að fela í sér styttingu vinnuvikunnar með afnámi matartíma.

Verslun IKEA verður opnuð á mánudag

Húsgagnaverslunin IKEA hefur verið lokuð í samkomubanni og er margur Íslendingurinn farinn að sakna sinna vikulegu ferða þangað. Verslunin verður opnuð aftur á mánudag þegar tilslakanir á samkomubanni taka gildi og heimilt verður að allt að 50 manneskjur séu í sama rými. Hins vegar þarf enn að gæta að tveggja metra reglunni góðu, handþvotti og sóttþreinsun, en engar tilslakanir hafa verið boðaðar á þeim reglum.

Anne-Elisabeth Hagen

Nýjar vendingar urðu í rannsókn norsku lögreglunnar á hvarfi Anne-Elisabeth Hagen, sem hvarf árið 2018. Eiginmaður hennar, Tom Hagen, sem heldur því fram að Anne hafi verið rænt, hefur nú verið handtekinn, grunaður um að hafa átt þátt í hvarfi hennar. Ekkert hefur spurst til Anne síðan hún hvarf, en Tom hefur alla tíð haldið því fram að henni hafi verið rænt.



Airbnb-íbúðir á almennan leigumarkað

Gistinóttum í Airbnb-íbúðum og útleiguíbúðum á álíka síðum fækkaði um 65 prósent í mars miðað við mars á síðasta ári samkvæmt upplýsingum frá Hagstofu Íslands. Margir eigendur Airbnb-íbúða hafa því leitað á almenna leigumarkaðinn og boðið íbúðir sínar þar til leigu, þó oftast aðeins til nokkurra mánaða. Framkvæmdastjóri Leiguskjóls telur ástandið tímabundið þar sem eigendur íbúðanna muni fremur selja eignir en leigja þær út í langtímaleigu.



Lagði handboltaskóna á hilluna

Handboltamaðurinn Guðjón Valur Sigurðsson tilkynnti í vikunni að hann hefði spilað sinn síðasta handboltaleik. Hann hefur spilað lengur en flestir í íþróttinni, en hann verður 41 árs á árinu og á að baki 19 ára feril sem atvinnumaður. Guðjón Valur er markahæsti landsliðsmaður Íslands og á heimsmet yfir flest mörk fyrir landslið.

Stærsta uppsögn Íslandssögunnar

Erfið staða flugfélagsins Icelandair var stærsta fréttæfni vikunnar. Á þriðjudaginn var tilkynnt að rúmlega tvö þúsund starfsmönnum félagsins yrði sagt upp um mánaðamótin í stærstu hópuppsögn Íslandssögunnar. Félagið greindi jafnframt frá því að horfur væru slæmar ef ekki fengist nýtt fjármagn í reksturinn fyrir sumarið. Ríkisstjórnin skoðar nú hvort og með hvaða hætti ríkið geti stutt við félagið, enda miklir hagsmunir fyrir samfélagið í húfi.



MI NOTE 10:

Mi Note 10 pakkar fimm myndavélum sem hver og ein hefur sitt fram á að færa - meðal annars 108MP myndflögu. Ekki nóg með það heldur kemur síminn með rísa stórra 5.260mAh rafhlöðu sem endist auðveldlega í 2 daga í mikilli notkun. Hvort sem þú ert atvinnu ljósmyndari eða að stíga inn í fullorðins árin, þá viltu ekki láta þetta tryllitæki framhjá þér fara!



Xiaomi á Íslandi | Síðumúli 23 bakatil, 108 Reykjavík | 537-1800 | www.mii.is

1. MAÍ 2020

BYGGJUM RÉTTLÁTT ÞJÓÐFÉLAG

Ísland er fyrirmynd annarra þjóða í viðbrögðum við Covid faraldrinum og við skulum líka vera fyrirmynd í því hvernig við byggjum okkur upp að nýju. Við viljum byggja réttlátt þjóðfélag.

Við skulum einsetja okkur að eftir eitt ár verði búið að útrýma atvinnuleysi í stórum stíl með góðum og öruggum störfum. Að hér hafi verið sköpuð ný

tækifæri fyrir fólk og fyrirtæki. Við höfum styrkt innviðina og sameiginlegar grunnstoðir. Að við getum horft stolt til baka og séð að líf skjörin voru varin, jöfnuður og jafnrétti höfð að leiðarljósi og komið í veg fyrir að reikningnum væri velt yfir á heimilin.

Um þetta sameinumst við í dag – á baráttudegi verkalyðsins.

ASÍ óskar launafólki til hamingju með daginn og minnir á baráttu- og skemmtipátt í tilefni 1. maí á RÚV kl. 19.40 í kvöld.



Alþýðusamband Íslands

RÍKISSTYRKTAU UPPSAGNIR

Andrés Ingi Jónsson telur „ríkisstyrktar uppsagnir“ ekki farsæla lausn á vandanum. Forsætisráðherra segir aðgerðirnar lið í því að tryggja rétt launafólks.

Erla Hlynsdóttir
erlahlyns@dv.is

Tilkynnt var um stærstu uppsögn Íslandssögunnar daginn eftir að ríkisstjórnin kynnti aðgerðir til að styðja við greiðslur launakostnaðar á uppsagnarfresti. Icelandair hefur sagt upp um 2.100 manns og gaf forstjóri fyrirtækisins út að aðgerðapakki stjórnvalda hefði haft áhrif á útfærslu uppsagnanna.

Ríkið hvetji til uppsagna

Andrés Ingi Jónsson, óháður þingmaður, gerði þessar aðgerðir stjórnvalda að umtalsefni á Alþingi í gær. Hann sagði ríkisstjórnina greinilega komna í neyðargírinn fyrst verið væri að kynna hugmyndir sem ekki væri búið að útfæra að fullu en sagðist þó hafa ákveðinn skilning á aðstæðum enda stór vandi sem þurfi að leysa.

„Loks má spyrja sig hvort ríkisstyrktar uppsagnir sé það sem best leysir vandann. Vissulega voru uppsagnir byrjaðar og fleiri á leiðinni, en þær verða fleiri en ella vegna þess að ríkisstjórnin býðst til að niðurgreiða hverja uppsögn um 2,5 milljónir króna. Á meðan hlutabótaleiðinni var ætlað að styðja fyrirtæki til að



Andrés Ingi Jónsson segist hafa skilning á vanda stjórnvalda en þó sé nauðsynlegt að útfæra björgunaraðgerðir vel áður en þær eru kynntar.
MYND/EYÞÓR

Dæmi um styrki ríkisins vegna uppsagna

Laun	Ríkið	Fyrirtæki	Hluttur ríkisins
300.000	255.000	45.000	85%
500.000	425.000	75.000	85%
700.000	595.000	105.000	85%
900.000	633.000	367.000	70%

„Okkar aðgerðir miða að því að búa til skjól.“

Katrín Jakobsdóttir, forsætisráðherra

HAGBLIKK

Brotna ekki

Ryðga ekki

Álpakrennur & niðurföll

Litir á lager:

Svart, hvítt, ólitað, rautt, silvurgrátt og dökkgrátt

Smiðjuvegur 4C - 202 Kópavogur - S 587 2202

halda fólki í vinnu, þá á nú að hvetja fyrirtæki til að segja því upp,“ sagði Andrés.

Birgir Þórarinsson, þingmaður Miðflokks, var á svipudum nótum og sagði ríkisstjórnina hafa komið með skýr skilaboð til fyrirtækja: „Nú getið þið sagt upp starfsfólkinu ykkar án kostnaðar. Í stuttu máli er ríkið að greiða starfsfólkinu uppsagnarfrest en þetta leysir ekki neinn vanda og eykur í raun bara skuldir ríkissjóðs. Í raun er ríkið að hvetja til uppsagna,“ sagði Birgir í pontu í gær.

Markmið að afstýra gjaldþrotum

DV spurði Katrínu Jakobsdóttur forsætisráðherra hvort hér væri ekki einmitt um ríkisstyrktar uppsagnir að ræða, og segir hún í skriflegu svari: „Aðgerðir ríkisstjórnarinnar miða að því að verja störf með framhaldi hlutastarfaleiðarinnar sem mun skipta verulegu máli fyrir mörg fyrirtæki sem munu nú rétta úr kútnum eftir því sem faraldurinn gengur yfir. Hins vegar liggur fyrir að mörg fyrirtæki standa ekki nægjanlega vel til að geta nýtt

sér hlutastarfaleiðina og er þá horft til fyrirtækja sem orðið hafa fyrir 75% tekjufalli eða meira. Þá eru töluverðar líkur til að fyrirtækin fari í þrot og greiði engum laun á uppsagnarfresti. Okkar aðgerðir miða að því að búa til skjól með því að einfalda fyrirtækjum fjárhagslega endurskipulagningu, afstýra fleiri gjaldþrotum en færri en tryggja um leið réttindi launafólks.“

Fyrir þau fyrirtæki sem nýta sér þessa leið greiðir ríkið að hámarki 663 þúsund krónur á mánuði í allt að þrjú mánuði auk orlofs og er hámarkshlutfall ríkisins 85%. Leiðin er í boði frá 1. maí til 30. september.

Um hádegisbilið í gær staðfesti Unnur Sværisdóttir, forstjóri Vinnuálastofnunar, í samtali við RÚV að þeim hefði verið tilkynnt um rúmlega 3.700 uppsagnir á tveimur dögum, og eru uppsagnir hjá Icelandair þar meðtaldar. Kvöldið áður var hún í kvöldfréttum RÚV spurð hvort aðgerðir stjórnvalda væru til þess fallnar að auðvelda fyrirtækjum að segja upp starfsfólki og svaraði: „Já, örugglega.“ ■

SPIRULINA PERFORMANCE BLUE

LÍFRÆNT
FJÖLVÍTAMÍN
NÁTTÚRUNNAR



POWERFUL NUTRITION
FROM PLANTS

LÍFRÆN NÆRING ORKA OG EINBEITING ALLAN DAGINN

Gott við streitukvíða,
miklu álagi og truflar
ekki svefn.



KAUPAUKI Ultra Immunity Relief

Grasajurtir sem styrkja:
1. Ennis- og kinnholur. 2. Háls.
3. Lungu og brjósthol.

Vel þekktar grasajurtir sem
hafa samverkandi virkni til
styrkingar.

Öflug blanda þektra
grasajurta þegar þörf
er á skjótum stuðningi.
Styrkjandi fyrir líkamann
við álag.



Finn ekki lengur streitu eða kvíða sem plagaði mig.

"Hafði glímt við kvíða og vanlíðan, leitaði aðstoðar og í þetta sinn byrjaði ég jafnframt á Spirulina Performance BLUE, með því öðlaðist ég eins og annað líf, varð glaðari og miklu orkumeiri. Fór að geta skipulagt mig og áhugamálið mitt sem er ljósmyndun. Finn ekki lengur streitu eða kvíða sem plagaði mig."

Hreinn Gottskálksson, verktaki.



Get einbeitt mér allan daginn.

"Þegar ég vann að doktorsritgerðinni minni þurfti ég að einbeita mér í 12-14 tíma en með Spirulina BLUE hvarf allur einbeitingarskortur síðdegis og þar með jukust afköstin og úthaldið. Þrátt fyrir aukna orku kom það ekki niður á svefni og hvíld, þvert á móti minni streita og betri hvíld. Síðan þá nota ég Lifestream Spirulina Performance BLUE daglega."

Snjólaug Ólafsdóttir, doktor í umhverfisverkfræði.



Bolaútspil þjóðkirkjunnar vakti mikla athygli, en öll börn á fermingaraldri fengu sendan bol fyrir skemmstu.

MYND/ÁBSEND

EKKI FÆST UPPGEFIÐ HVE MIKLU KIRKJAN EYÐIR Í AUGLÝSINGAR

Ekki fæst uppgefið hvað þjóðkirkjan eyðir miklu í auglýsingar en rauntölur um peningaútlát munu brátt tikka á kirkjan.is.

Auður Ösp
Guðmundsdóttir
audur@dv.is



Mikla athygli hefur vakið að þjóðkirkjan hefur nýverið lagt metnað í að auglýsa þjónustu sína með ýmsum hætti, svo sem með bolasendingum til barna og auglýsingu í Morgunblaðinu. Ekki er þó um aukin peningaútlát að ræða heldur nútímalegri nálgun á kostnað bæklinga.

„Kirkjan er á ákveðnum tímamótum gagnvart þjóðinni núna. Við erum að skoða leiðir til að mæta þjóðinni á ólíkan hátt og það gefur augaleið að sumar leiðir munu virka, aðrar ekki,“ segir Pétur G. Markan, samskiptastjóri Biskupsstofu.

Bolagjafir Biskupsstofu til verðandi fermingarbarna vöktu töluverða athygli í seinustu viku og svo virðist sem sitt sýnist hverjum. Þá vakti það ekki síður athygli þegar þjóðkirkjan keypti fjögurra blaðsíðna auglýsingakápu í Morgunblaðinu á sumar-

daginn fyrsta þar sem landsmönnum var óskað gleðilegs sumars.

Gagnrýnisráddir hafa bent á að verið sé að eyða almannafé í ímyndarherferð á sama tíma og skráningum í þjóðkirkjuna fer hrífækkandi. Slík kápuauglýsing í Morgunblaðinu kostar að jafnaði 1,5 milljónir, samkvæmt heimildum DV, en verðið fer þó oft eftir viðskiptavild þess sem kaupir. Pétur segist bundinn trúnaði hvað varðar kostnað við auglýsinguna í Morgunblaðinu. Þá segist hann ekki vita nákvæmlega hversu mikill kostnaður hafi fylgt framleiðslu og dreifingu á bolunum.

Ekki meiru eytt í markaðsmál en áður

Sigurbjörg Níelsdóttir Hansen, fjármálastjóri kirkjunnar, segist heldur ekki geta svarað um kostnaðinn við auglýsingarnar. „Ég hef því miður ekki fengið alla reikninga

Þó svo veiruinrás hafi sett fermingar vorsins í kransaköku þá sjáum við glitta í fermingarlandið.

varðandi bolina svo ég get ekki gefið þér upplýsingar um heildarkostnað vegna þeirra.“

Aðspurð hvaða fjárhæð sé áætluð í markaðsmál á árinu svarar hún: „Hvað varðar fjárhagsáætlun fyrir árið 2020 er ekki búið að leggja áætl-

unina fyrir Kirkjubing sem átti að vera haldið í mars en þurfti að fresta vegna Covid, fjárhagsáætlunin hefur því ekki fengið umfjöllun og ekki verið samþykkt af þinginu. Ég tel ekki rétt að gefa upp einstaka liði fyrr en búið er að

"Frábært námskeið!"

„Kári Jökull sagði að þetta væri **skemmtilegasta námskeið** sem hann hefur nokkurn tímann farið á :)“

"Snildarnámskeið!
Minn er svakalega ánægður og bara takk kærlega fyrir minn dreng“

SUMARNÁMSKEIÐ SMÁRABÍÓS

HVERT NÁMSKEIÐ ER Í VIKU Í SENN

Mánudaga til föstudaga frá 8. júní til 17. ágúst
kl. 12:30 -16:00 á Skemmtisvæði Smárabíós

SKIPULÖGÐ DAGSKRÁ ER ALLA DAGANA

Leikjasal Lasertag Ratleik Andlitsmálun Virtualmaxx
Blöðrugerð Útilasertag Rush Hópleiki Bíóferð

TILVALIÐ FYRIR BÖRN Á ALDRINUM 6 TIL 10 ÁRA

Verð: 20.000 kr.
15% systkinaafsláttur
Frekari upplýsingar á
smarabio.is/namskeid

SMÁRA BÍÓ
- meiri upplifun!

samþykkja áætlunina. Ég get þó sagt þér að þjóðkirkjan er ekki að auka við framlag til markaðsmála þetta árið miðað við undanfarin ár. Þegar fjárhagsáætlun kirkjunnar hefur fengið umfjöllun á þinginu og verið samþykkt verða upplýsingar um hana settar á heimasíðu kirkjunnar, kirkjan.is," segir Sigurbjörg.

Hún segir að stefna kirkjunnar sé að vera með opin fjármál og að fólk geti í náinni framtíð farið á kirkjan.is og skoðað fjárhagsáætlunina, niður í einstaka liði, og séð þar til hliðar tikkandi rauntölur. „Stefnan er að þetta verði klárað í sumar og verði sem sýnilegast.“

Í síðustu viku sendi Biskupsstofa öllum á Íslandi sem komast á fermingaraldur á næsta ári hvítan bol með merki þjóðkirkjunnar, svokallaðan „skírnarkjólshól“. Alls eru 4.100 ungmenni á Íslandi fædd árið 2007 og fengu þau bolinn sendan. Á vefsíðunni fermyng.is segir: „Þó svo veiruinnrás hafi sett fermyngarvorsins í kransaköku þá sjáum við glitta í fermyngarlandið," segir í tilkynningunni. „Þá er ekki seinna vænna að hefja fermyngarundurbúning ársins 2021, barna fædd 2007. Það er sumsé ekki til fermyngarundurbúningur. En, það er til fermyngarundurbúningur. Ok, boomer!“

Á kirkjan.is er fólk hvatt til að taka á móti sumrinu í þessum litskrúðuga bol með orðunum: „Svo hlæjum við saman inn í sumarið í þessari litabombu! Ef það var einhvern tímann tími til þess manni minn!“

Skráningum fer hratt fækkandi

Í umfjöllun DV seint á síðasta ári kom fram að rúmlega þriðjungur landsmanna er ekki skráður í þjóðkirkjuna, eða 128.350 manns. Fram kom að meðlimum þjóðkirkjunnar hefði fækkað um 988 það sem af var árinu. Það jafngildir því að þrjár sigi sig úr henni á degi hverjum.

Fram kom að hlutfall landsmanna í þjóðkirkjunni hefði aldrei verið lægra en um þessar mundir. Frá árinu 2009 hefur meðlimum þjóðkirkjunnar fækkað um rúmlega 20 þúsund manns, en á meðan hefur landsmönnum fjölgað hratt, alls um 36 þúsund manns, sem virðist ekki skila sér til þjóðkirkjunnar. Alls voru 92,2 prósent landsmanna í þjóðkirkjunni árið 1992 en hlutfallið nú er um 65 prósent.

Vildu ekki gera upp á milli ungmennanna

Í samtali við DV segist Pétur ekki hafa orðið var við gagnrýni á bolagjafirnar. Almennt virðist sem fólk hafi tekið vel í þessa nýbreytni. „Svona hallærislega töff bolir virðast hafa komið fólk skemmtilega á óvart. Okkur langaði að prófa aðrar leiðir núna í ár, í staðinn fyrir að senda staðlaðan bækling sem fer kannski

bara beint í ruslið.“

Hann tekur fram að kirkjan sé ekki að þrýsta á neinn, eða þvinga sköðunum eða hugmyndafræði upp á ungmennin. „Fyrst og fremst erum við að

minna á að fermyngarfræðsla snýst um að rækta með sér góð gildi. Við vildum ekki gera upp á milli, gefa sumum bol en öðrum ekki. Þess vegna fengu allir bol, hvort sem þeir ætla

Morgunblaðið

FIMMTUDAGUR 23. APRÍL 2020
• Stofnað 1913 • 95. tölublað • 108. útgangur •



Listakonan Lára Garðarsdóttir á heiðurinn af teiknaðri auglýsingu sem birtist í Morgunblaðinu á sumardaginn fyrsta.

MYND/SKJÁSKOT

„Svo hlæjum við saman inn í sumarið í þessari litabombu! Ef það var einhvern tímann tími til þess manni minn!“

sér að fermast eða ekki.“ Auglýsingastofan Aldeilis kom að bolagerðinni, og var einnig á bak við fyrrnefna auglýsingu kirkjunnar í Morgunblaðinu.

„Ég hef fengið ofboðslega góð viðbrögð við þessari auglýsingu. Ég fann að fólk þótti vænt um þetta, þó að þetta væri óvænt," segir Pétur og bætir við að engin önnur stofnun hafi lagt upp með að senda landsmönnum sumarkveðju með þessum hætti. „Þetta er fyrst og fremst kirkja þjóðarinnar sem breiðir þarna út faðmunn á erfiðum tímum og segir: „Gleðilegt sumar.“ Þetta er samtalið við þjóðina.“

Þá bendir Pétur á að það þurfi ekki að vera af slæmum toga að þjóðkirkjan sinni ímyndarmálum. „Ímyndarmál eru alls ekki slæm. Með því að sinna ímyndarmálum vill kirkjan vinna sér inn trúnað og traust hjá þjóðinni og minna á að kirkjan er til staðar.“

Segir gríðarlega eftirspurn eftir sálsgæslu presta

Pétur bendir á að þjóðkirkjan sé stór stofnun í eigu þjóðar-

innar. „Þetta er kirkja fólksins og það er bara þannig að það eru alls konar verkefni sem þarf að sinna sem kosta pening.“ Hann segir þjóðkirkjuna ekki eingöngu gegna hlutverki gagnvart þeim sem eru skráðir í trúfélagið, heldur allri þjóðinni. Til að mynda séu störf presta á sviði sálsgæslu mun umfangsmeiri en skráning í kirkjuna gefur til kynna. „Í einu prófastsdæmi voru sautján eða átján hundruð samtalsviðtöl fyrstu þrjár vikurnar eftir að Covid hófst. Eftirspurnin segir okkur að það er mikil þörf fyrir þessa þjónustu. Það skiptir svo miklu máli í þessum viðkvæmu aðstæðum að það sé fagmenntað fólk til staðar, eins og prestar. Og það sem er einstakt við kirkjuna er að þessi þjónusta er endurgjaldslaus.“

Agnés brást hratt við

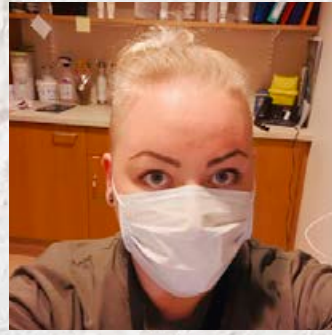
Starf sunnudagaskóla hefur verið lagt niður í einhverjum af kirkjum höfuðborgarsvæðisins vegna dræmrar aðsóknar, ótengt Covid-19 og ríkjandi samkomubanni. Má þar nefna Háteigskirkju. Aðspurður um eftirspurn eftir annarri þjónustu á borð við sunnudagaskóla segir Pétur að sunnudagaskólar séu á undanhaldi í sumum hverfum borgarinnar en í öðrum hverfum sé starfið hins vegar í mikilli sókn. Nefnir hann Lindakirkju og Vídalínskirkju sem dæmi.

„Það er ljóst að sunnudagaskólinn hentar ákveðnum hópi, en ekki öðrum. Það má heldur ekki gleyma að nú í dag er komið svo mikið framboð af afþreyingu sem sunnudagaskólar þurfa að keppa við. Áður var ekki svona fjölbreytt úrval af afþreyingu. Ég man til dæmis eftir því þegar Stöð 2 byrjaði á sínum tíma að sýna barnaefni á sunnudagsmorgnum. Þá varð til samkeppni við sunnudagaskólann.“

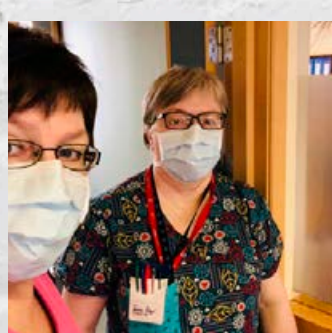
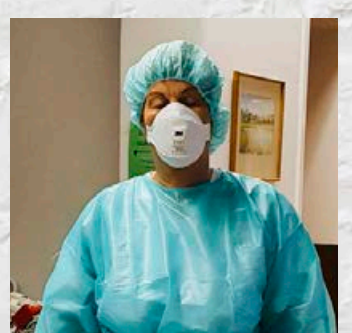
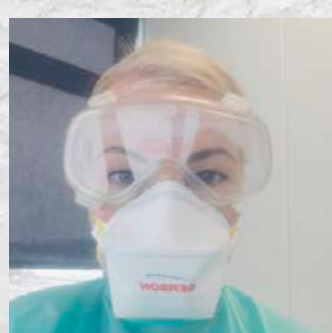
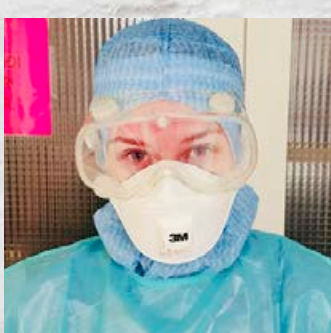
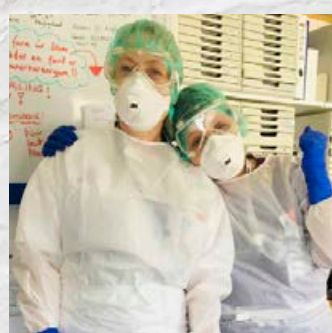
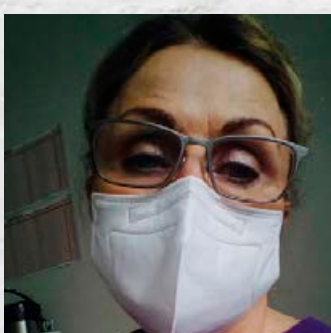
Aðspurður um mál sem hafa komið upp undanfarin misseri, nú síðast mál Skírnis Garðarssonar, segir Pétur að biskup hafi brugðist hratt og rétt við. „Það er auðvitað bara staðreynd að fólk hefur sagt sig úr kirkjunni undanfarin ár, og það kemur í bylgjum, eins og kringum það þegar umdeild mál koma upp. En eins og ég sé það þá er fólk ekki að segja skilið við stofnunina, það er ekki að segja skilið við trúna, það sem kirkjan stendur fyrir.“

Þá segir hann kirkjuna svo sannarlega ekki vika sér undan harðri gagnrýni og að hún sé að sjálfsögðu ekki undanskilin aðhaldi, ekki frekar en aðrar stofnanir. Hann segir kirkjuna ekki hafa verið undanskilda þegar kreppir að.

„Hins vegar er það þannig að þegar það kreppir að, þegar það er álag á þjóðinni, þá þenur kirkjan sig út. Það hefur sýnt sig undanfarin vikur og mun líka sýna sig þegar við þurfum að takast á við afleiðingarnar af Covid-faraldrinum.“ ■



**SJÚKRALIÐAR
STANDA
VAKTINA**





Dóra hefur lítið sem ekkert haft af Covid-19 faraldrinum að segja, enda hefur hún dvalið í afskekktri sænskri sveit undanfarna mánuði.

MYND/ABSEND

*Ég vil vera opin
og heiðarleg
með þetta*

Dóra Jóhannsdóttir leikkona skráði sig í langtímameðferð í Svíþjóð eftir árangurslausar tilraunir á Íslandi. Hún segir frá baráttunni við alkóhólisma, söknuðinum eftir syninum sem bíður heima á Íslandi og húmornum sem yfirgaf hana aldrei.



Þess dagana þarf Dóra að láta sér nægja að hitta son sinn í gegnum tölvuforrit. Aðskilnaðurinn er ekki auðveldur.

MYND/ÞSEND

Auður Ösp
Guðmundsdóttir
audur@dv.is



Mitt á milli Stokkhólms og Gautaborgar, í friðsælum skógi við vatn, stendur meðferðarheimilið þar sem Dóra hefur dvalið síðustu þrjá mánuði.

Þangað hafa fjölmargir Íslendingar leitað í gegnum tíðina og öðlast bata. Og Dóra er ekki eini Íslendingurinn sem dvelur þar þessa stundina.

Ólíkt nær öllum Íslendingum hefur Covid-19 faraldurinn nánast farið fram hjá Dóru. „Ég er eiginlega búin að missa af þessu öllu. Þessi vírus hefur eiginlega ekki breytt neinu hjá mér hérna, ég er bara að gera það sama og áður og það er sama dagskrá í gangi. Ég er búin að vera að tala við vini mína á Zoom og ég er ekkert að tengja við það sem þau eru að upplifa.“

Fjarveran frá syninum erfið

Hún fór fyrst í meðferð fyrir einu og hálfu ári. „Ég var búin að fara í fleiri en eina meðferð heima á Íslandi. Ég þurfti að prófa eitthvað annað, ég þurfti að finna aðra lausn,“ segir Dóra.

Langur biðlisti er inn á Vog og það blasti við Dóru að hún þyrfti langtímameðferð. „Ég var heppin að komast fljótt inn hérna. Ég er afskaplega þakklát fyrir að hafa fengið þetta tækifæri, að koma hingað út.“

Dóra tekur fram að hún hafi ekkert út á meðferðarúrræðin á Íslandi að setja. Sjálf hefur

hún bæði reynslu af Vog og Vík og ber starfinu þar og starfsfólkinu vel söguna. „En það er auðvitað hræðilegt að það skuli vera svona löng bið í meðferð heima á Íslandi. Það er í rauninni harmleikur. Sérstaklega eins og ástandið er núna í samfélaginu, margar fjölskyldur innilokaðar heima hjá sér og víða er neysla í gangi. Það er hræðileg tilhugsun.“

Meðferðin í Svíþjóð er langtímameðferð, þar sem farið er djúpt ofan í 12 spora kerfið. „Ráðgjafarnir hérna eru stórkostlegir. Umhverfið er ótrúlega fallett og það hjálpar líka til að vera í burtu frá öllu heima. Kúpla sig út.“

Á meðan Dóra er í Svíþjóð er tíu ára sonur hennar heima á Íslandi. Það að vera í burtu frá barninu sínu í langan tíma er nákvæmlega jafn erfitt og það hljómar. Planið var að sonur Dóru og barnsfaðir myndu heimsækja hana út til Svíþjóðar í maí, í kringum afmæli sonarins.

„Hann var auðvitað svo spenntur, og ég líka. Þegar ég sagði honum að hann myndi líklega þurfa að fara í sóttkví í tvær vikur þegar hann kæmi heim þá sagði hann að það væri allt í lagi, það væri sko alveg þess virði.“

Í dag lítur hins vegar út fyrir að það verði ekkert úr heimsókn þeirra feðga. Mæðginin þurfa að láta sér nægja að hittast í gegnum internetið. „Hann les til dæmis alltaf fyrir mig heimalesturinn á kvöldin. Þannig að ég næ að taka þátt í lífinu hans að ein-

Ég var meira og minna á nærfötunum allan tímann sem ég var í Leiklistarskól-
anum.

hverju leyti. Ég hef stundum fengið smá samviskubít yfir því að skilja barnsföður minn einan eftir með strákinn okkar á meðan það er heimsfaraldur í gangi. Þeir eru reyndar báðir alveg ógeðslega fyndnir og skemmtilegir. Ég veit að það er búið að vera gaman hjá þeim, þótt það hafi líka tekið á. En svo eigum við líka bæði góða að.“

Barnsfaðir Dóru er Jörundur Ragnarsson leikari. Þau kynntust í Leiklistarskólanum á sínum tíma og fóru saman í gegnum námið. Þau skildu fyrir sex árum og eru í dag mjög góðir vinir. „Við höfum unnið rosalega mikið saman í gegnum tíðina. Við erum ótrúlega góðir vinnufélagar,“ segir Dóra og á þar bæði við leiklistina og foreldrahlutverkið.

Hún telur ekki útilokað að sonurinn muni feta í fótspor þeirra. „Hann er svona lítill skemmtikraftur og hann hefur stundum talað um það að vilja verða grínisti. Á tímabili fannst honum það reyndar alveg hræðilegt hlutskipti að vera leikarabarn og eiga for-

eldra sem voru alltaf að vinna á kvöldin. Hann var sko ekki sáttur við að við værum bara að leika okkur eitthvað í leikhúsinu á meðan hann væri í pössun heima,“ segir Dóra. Í dag lítur sonurinn starf foreldranna öðrum augum, kemur oftast með þeim í leikhúsið og fylgist spenntur með því sem þar fer fram.

Lék bara hórur

Leiklistarbransinn á Íslandi er hark. Samkeppnin er mikil og það eru ekki allir sem lifa af. Dóra er ein þeirra sem hafa náð að lifa á listinni. Næturvaktin, Hamarinn, Mið-Ísland, Steypustöðin, Undir trénu og Ófærð eru dæmi um þau kvikmynda- og sjónvarpsverkefni sem Dóra hefur leikið í undanfarin ár. Að ógleymdu Áramótaskaupinu 2017 og 2019 þar sem hún var jafnframt yfirhandritshöfundur í bæði skiptin.

Fyrsta aðalhlutverkið á sviði eftir útskrift var ólétt unglingsstúlka úr Garðabænum, í söngleiknum Leg eftir Hugleik Dagsson. Síðan hafa

hlutverkin orðið fleiri, bæði í Þjóðleikhúsinu og Borgarleikhúsinu.

„Þegar ég útskrifaðist fékk ég strax hlutverk í Þjóðleikhúsinu en ég var samt að gera eigin verkefni á fullu samhliða því, af því að ég þurfti að fá útrás fyrir framkvæmda- og sköpunarþörfina. En auðvitað getur þetta verið erfitt, að lifa eingöngu af listinni. Ég er mjög heppin.“

Talið berst að leiklistarbransanum og #metoo-hreyfingunni. Dóra segist svo sannarlega hafa orðið vör við kynferðislega áreitni og misbeitingu innan leikhússins.

„Á sínum tíma, þegar ég var að klára Leiklistarskólann, þá rann upp fyrir mér að ég hafði nánast bara fengið að leika hórur. Ég var meira og minna á nærfötunum allan tímann sem ég var í Leiklistarskólanum. Þetta var auðvitað löngu áður en #metoo-hreyfingin byrjaði og öll umræðan í kringum það. Þarna áttaði ég mig á hvað ég hafði verið blind fyrir þessu og hvað þetta hefði verið skakkt. Ég hélt án djóks

að þetta væri bara eðlilegt.“

Dóra segir að eftir að hún útskrifaðist og fór að vinna í leikhúsinu hafi hún líka orðið vör við hluti sem voru ekki í lagi. Í leikhúsinu hafi oft verið mikið um óþægilegar og óviðeigandi snertingar og klámfengna brandara. „Ég man þegar ég byrjaði og fannst þetta alveg rosalega óþægilegt.“

Hún segir að ástandið í dag sé blessunarlega ekki það sama og þegar hún var að taka sín fyrstu skref í bransanum. „Ég finn ekkert fyrir svona hegðun í dag. Þetta er allavega ekki eins núna og fyrir tíu árum. Það er auðvitað bara stórkostlegt að þessi hreyfing hafi átt sér stað.“

Upp á líf og dauða

Á árum áður voru fáar leikkonur á Íslandi sem einbeittu sér nánast eingöngu að gríni. Dóra nefnir sem dæmi Eddu Björgvinsdóttur og Helgu Brögu Jónsdóttur sem lengst af voru einu fulltrúar kvenþjóðarinnar í íslensku gríni. Viðhorfið hefur stundum verið þannig að konur mega ekki láta eins og vitleysingar, þær mega ekki vera ljótar eða asnalegar. Þær eiga að vera stilltar og prúðar. Sumir vilja meina að konur séu einfaldlega ekkert myndar. Dóra segir þennan hugsunarhátt sem betur fer vera á algjöru undanhaldi.

„Ég hef orðið vör við þetta kannski svona tvisvar sinnum á seinustu tíu árum. Þú heyrir held ég engan segja þetta í dag. Það eru komnar svo margar flottar gríngellur. Þegar ég var að koma úr skólunum og inn í bransann voru margar geggjaðar gamanleikkonur áberandi, eins og

Ilmur Kristjáns, Dóra Geirharðs, Katla Margrét, Brynhildur Guðjóns og fleiri. Þær og margar aðrar voru búnar að ryðja brautina. Síðan þá hafa ennþá fleiri bæst við. Ég vinn mikið með Sögu Garðars, og mér finnst hún klárust og fyndnust í heimi.“

Hún segist aldrei hafa fengið neitt sérstaklega mikið út úr því að leika drama. „Ég hef alltaf fengið mitt kikk út úr því að vera í gríni: skrifa grín og leika grín og allt í kringum það. Og mér finnst ég heppin að hafa fengið að vera svona mikið í gríni, enda segi ég oft að ég vinni við það að hlæja. Ég hef alveg pissað á mig af hlátri í vinnunni, oftast en einu sinni. Og stundum á sviði fyrir framán áhorfendur.“

En grín getur samt verið dauðans alvara, er það ekki?

„Jú, algjörlega, þetta getur verið upp á líf og dauða fyrir mig. Ég tek þessu mjög alvarlega og er oft með fullkomnunaráráttu. Ég er reyndar að stefna á það að vera aðeins afslappaðri gagnvart verkefnum sem ég tek að mér. Það er svo lýjandi að vera með verkefni á heilanum 24/7. Svo á ég það til að ofhugsa hlutina, sem er oftast alls ekki málið.“

Dóra tekur sem dæmi atriði úr Skaupinu 2018 sem vakti mikla lukku. Þar brá hún sér í gervi samfélagsmiðlastjórnunnar Sólrúnar Diego þar sem hún þreif edikbrúsa með edikbrúsa og skolaði svo vatn með vatni.

„Ég var viss um að þetta væri alltof heimskuleg og einföld hugmynd sem myndi aldrei ganga upp. Ég minntist samt á hana á einum handritsfundinum en passaði að afsaka mig alveg í bak og fyrir: „Æ, ókei, ég skal segja ykkur þessa



Dóra segist halda að konur í gríni eigi mun auðveldara uppdráttar í dag heldur en áður.

MYND/ADSEND

GRAFÍSK HÖNNUN



**Lógó
bréfsefni
bæklingar
myndskreytingar
merkingar ofl.**



Sundaborg 1
104 Reykjavík
777 2700
xprent@xprent.is

Þarna áttaði ég mig á hvað ég hafði verið blind fyrir þessu.

hugmynd, en hún er samt alveg glötuð sko.“ En svo höfðu hinir í hópnum trú á þessu, og það var rosalega gaman að sjá viðbrögðin hjá fólki. Þetta var eiginlega ákveðin lexía fyrir mig. „Keep it simple, stupid,“ er stundum sagt. Það þarf ekki alltaf að flækja hlutina svona mikið. Fólk vill fyrst og fremst skilja grínið.“

Spuni snýst um samskipti og hlustun

Árið 2015 stofnaði Dóra Improv Ísland hópinn sem undanfarin ár hefur staðið fyrir vikulegum grín-spunasýningum í Þjóðleikhúskjallaranum. Á nánast hverri sýningu er fullt út úr húsi og fjölmargir koma aftur og aftur enda eru engar tvær sýningar eins.

Eða, eins og Emmsjé Gauti segir í umsögn sinni um sýninguna: „Ohmygod hvað þetta var gott stöff.“

Í Bandaríkjunum er mikil hefð fyrir spunaleiksýningum og hafa margar af stærstu Hollywood-stjórnunum gengist undir spunapjálfun, til að mynda Bill Murray, Tina Fey, Will Ferrell, Mike Meyers og Steve Carell. Það eru engar ýkjur að Dóra er nokkurs konar guðmóðir spuna-senunnar á Íslandi.

„Ég var svo heppin að ég fékk tækifæri til að búa í New York á sínum tíma, þegar maðurinn minn þáverandi var í mastersnámi þar. Þar lærði ég improv, eða spunatækni, og sketsa-skrif í Upright Citizens Brigade í New York,“ segir

Dóra en þess ber að geta að Amy Poehler og fleiri stofnuðu Upright Citizens Brigade leikhúsið í New York, sem rekur einnig umræddan skóla.

„Það var rosalega dýrmæt reynsla. Þarna gafst mér tækifæri til að stúdera þessa tækni og koma svo heim með þessa þekkingu. Sem síðan gerði mér kleift að byrja með þessa „senu“ og miðla þessu til annarra.“

Árið 2017 lærði Dóra sketsaskrif og spuna hjá The Second City í Chicago, sem er nokkurs konar mekka spunaleiklistarinnar. Dóra bendir á að á bak við spuna sé gríðarlega mikil tækni. Rétt eins og í íþróttum þarf að þjálfra spunavöðvann. Reynslumiklir spunaleikarar geta auðveldlega spunnið heila leiksýningu út frá einu orði. Hún bendir á að spuni snúist fyrst og fremst um samskipti og hlustun. Eitthvað sem allir hafa gott af að tileinka sér.

„Það er rosalega gaman að horfa á „pró“ improv-leikara sem hafa eytt mörgum árum í að tileinka sér þessa tækni. Það er alveg magnað hvað sumir þeirra geta töfrað fram.“

Frá árinu 2013 hefur Dóra, og seinna nemendur hennar, kennt námskeið í spunatækni: Improv-Haraldinn. Þangað mætir fólk á öllum aldri, frá átján ára og upp í áttrætt. Flestir þeirra hafa aldrei stigið á leiksvið áður. Dóra hefur einnig kennt spunatækni í meðferðinni í Svíþjóð. Hún segir algengt að fullorðin fólk kunni ekki, eða þá þori ekki, lengur að leika sér. „Margir af þeim sem koma á námskeiðin hafa ekki farið í almennilegt hláturskast í langan tíma. Það er ótrúlegt hvað það getur gert mikið fyrir fólk að sleppa sér aðeins og hlæja almennilega.“

Dóra segir að spuni geti í mörgum tilfellum hjálpað þeim sem eru að byggja sig upp, til dæmis eftir áföll. „Ég hef sjálf upplifað það að lenda í áföllum, og vera í þannig ástandi að ég treysti mér engan veginn til að fara á improv-æfingu. Svo hef ég drifið mig á æfingu, gleymt mér algjörlega og hlegið og hlegið. Jafnvel þó að ég hafi verið nýbúin að fá hræðilegar fréttir. Spuni er nefnilega svo mikil hugarund. Þú þarft að tæma hugann og vera á staðnum. Það er bannað að hugsa of mikið og dvelja í huganum.“

Einn kennarinn sem ég hafði úti var vanur að segja: Hugurinn er hættulegt hverfi. Maður á aldrei að fara þangað einn.“

Nærgætni er mikilvæg

Undanfarin misseri hefur Dóra líka haldið námskeið í sketsaskrifum. Rétt eins og spuni eru sketsaskrif eitthvað sem fólk lærir ekki á einum degi.

Dóra segir að þeir sketsar sem flestir tengi við snúist að einhverju leyti um mannlega bresti, óvenjulega hegðun eða galla í fari fólks, á mjög ýktan hátt.

Hún nefnir sem dæmi klassískan karakter úr Fóstbræðr-

um: nöldurskjóðuna Indriða sem tuðar í sífellu um „eitt-hvað bank í ofnunum“.

„Þó að þetta sé ýktur karakter, þá þekkjast allir þessa típu. Góður skets snýst um að benda á sannleikann, spegla samfélagið og spegla áhorfendur.“

Dóra bendir á hvað grín sé mikilvægt listform. „Það getur haft svo mikil áhrif nefnilega. Það er hægt að nota grín til að breyta heiminum og varpa ljósi á það sem þarf að breyta.“

En er hægt að gera grín að hverju sem er? Má til dæmis gera grín að fötluðum, feitu fólki, barnaníði eða nauðgunum?

„Já, ég er á því að það megi nota hvaða umfjöllunarefni sem er, ef maður er nærgættinn. Þú þarft að vera mjög fær til að geta gert það. Ég myndi aldrei gera grín að minnihlutahópum eða fórnarlömbum samt, mér finnst að grín eigi alltaf að kýla upp, ekki niður. Ef ég myndi skrifa skets þar sem er minnst á minnihlutahópa, þá myndi ég hugsa þetta þannig: Ef ég myndi sitja og horfa á þetta við hliðina á einhverjum sem er í þessum minnihlutahóp gæti ég þá hlegið og myndi sú manneskja líka hlæja? Ég vil ekki vera rættin með mínu gríni.“

Dóra tekur sem dæmi skets sem var tekinn upp fyrir seinasta Áramótaskaup en klipptur út á síðustu stundu. Í þeim skets var talað um sjálfsvíg. Sketsinn var á þá leið að nokkrar manneskjur voru að ræða saman og hver og einn gortaði sig af því sem hann eða hún var að gera í þágu umhverfisins, einn sagðist hafa kolefnisjafnað flug, ein borðaði ekki kjöt, einn sagðist ekki ætla að eignast börn og svo framvegis. Þá segir ein í hópnum: „Ég er búin að ákveða að kála mér, það er það minnsta sem ég get gert fyrir umhverfið.“

„Mér sjálfri fannst þetta mjög fyndið en við vorum samt hrædd um að þetta myndi stuða einhverja þarna úti og það vildum við alls ekki gera. Það var samt ekki verið að gera grín að sjálfsvígum, það var verið að gera grín að þessari keppni sem við erum í við hvert annað, keppni sem er ekki hægt að vinna.“ En það var hárrétt ákvörðun að taka þennan skets út úr Áramótaskaupinu.

Botninn varð dýpri og dýpri

Á meðferðarheimilinu þar sem Dóra dvelur eru konur í miklum minnihluta. Og hún tekur undir með því að alkóhólismi sé meira tabú á meðal kvenna heldur en karla. Meira falinn.

„Mér finnst ekkert mál að tala um þetta, enda skammast ég mín ekkert fyrir að vera með þennan sjúkdóm. Ég meina, ekki það ég um að fá hann. Ég er bara að reyna að gera allt sem ég get til að taka ábyrgð á sjúkdómnum, enda það eina sem ég get gert.“

Dóra telur að umræðan



Dóra kynnti langspuna fyrir Íslendingum, og hafa sýningar Improv Ísland notið gríðarlegra vinsælda. MYND/ADSEND

„Kannski kann ég bara ekkert að skammast mín? Það hefur nú verið sagt við mig.“

um alkóhólisma sé oft byggð á misskilningi. „Mér finnst eins og fólk geri sér ekki alltaf grein fyrir að þetta er sjúkdómur. Samkvæmt læknisfræðinni er þetta áunninn heilasjúkdómur og það þarf einfaldlega að meðhöndla þetta eins og hvern annan sjúkdóm. Ég vissi þetta ekki sjálf þegar ég fór fyrst í með-

ferð. Þetta var allt svo nýtt fyrir mér.“

Margir alkóhólistar koma úr fjölskyldum þar sem sjúkdómurinn hefur lagst á heilu og hálfu kynslóðirnar. Þannig var það ekki í tilfelli Dóru.

„Ég missti ekki stjórn á lífi mínu um leið og ég byrjaði að drekka. Það var ekki fyrr en undir lokin. Það var svo margt

sem kom mér á óvart þegar ég byrjaði að takast á við þetta. Við getum orðað þetta þannig að ég var alltaf að ná nýjum og nýjum botni. Botninn varð alltaf dýpri og dýpri. Mig langaði svo mikið til að hætta. En ég gat það ekki.“

Dóra segir að það sé erfitt að útskýra þessa baráttu fyrir þeim sem ekki þekkjast til, þeim sem hafa aldrei verið í þessari stöðu. „Ég hef reynt það, og mig langar svo mikið að aðrir skilji mig. En reynslan hefur sýnt mér að þeir einu sem virkilega skilja þetta eru aðrir alkóhólistar.“

Það er erfitt að vera í stanslausu stríði við sjálfan sig. Það er eins og maður sé andsetinn,“ segir Dóra. „Aðrir í kringum mann skilja ekki af hverju maður getur ekki hætt og maður skilur það ekki sjálfur. Það er kannski það versta. Ég er ekki komin með langan edrúttíma sjálf, rétt þrjú mánuði og meira að segja ennþá í meðferð og get því kannski ekki gefið fólki mörg ráð, en ég vil taka þátt í að fræða fólk um þetta og ég vil auka skilning á alkóhólisma. Ég vil líka bara vera opin og heiðarleg með þetta. Vonandi hjálpar það einhverjum.“

Dóra segist aldrei hafa séð ástæðu til að fara leynt með sjúkdómnum.

„Kannski kann ég bara ekkert að skammast mín? Það hefur nú verið sagt við mig. En ég get reyndar ekki séð af hverju ég ætti að skammast mín. Það sem ég get gert er að bera ábyrgð á sjálfri mér og þiggja þessa leiðsögn, hlusta á þá sem hafa reynslu af bata.“

Langar að leikstýra Skaupinu

Dóra verður áfram í Svíþjóð um óákveðinn tíma. Hún ætlar að fylgja því sem ráðgjafarnir segja. Hún einbeittir sér að batanum. Einn dag í einu. Námskeiðin eru alltaf í gangi hjá Improv Ísland þótt þeim hafi verið frestað fram á sumar út af Covid-19. Hún er með hugmynd í maganum að sjónvarpsþáttaröð sem hún stefnir á að byrja að skrifa eftir meðferð. Svo er eitt ákveðið markmið á listanum.

„Ég uppfyllti minn æðsta draum þegar ég fékk að skrifa Skaupið. Ég var búin að horfa á hvert Skaup aftur og aftur í mörg ár, sat og greindi Skaupið og pældi í atriðunum. Ég stefni á að leikstýra Skaupinu einn daginn. Það er sko ekkert leyndarmál. En mér liggur ekkert á. Ég krossa bara fingur og er þolinmód.“

Hún kveðst líka vera stolt af sjálfri sér fyrir að hafa farið út í meðferð. „Það er full vinna, og erfitt að vinna í sjálfum sér á þennan hátt, og reyna að ná bata. Og ég er ofboðslega þakklát fyrir prógrammið, ég hef ofurtrú á því. Ég er að berjast við þetta og ég ætla að gera allt sem ég get til að ná árangri. Og ég er bjartsýn á að mér takist þetta. Ég er spennt fyrir framtíðinni og ég er spennt fyrir edrúlfílinu.“ ■

VILL ÞJÓÐNÝTA ICELANDAIR

Ögmundur er ekki lengur í ríkisstjórn en telur ljóst hvað þurfi að gera vegna efnahagsáhrifa Covid-19.

Trausti Salvar Kristjánsson
traustisalvar@eyjan.is

Ögmundur Jónasson, fyrrverandi þingmaður og ráðherra Vinstri grænna, telur krísuna vegna Covid-19 tilefni til róttækrar endurskoðunar á þeim grunninnviðum sem mynda samfélagið. Hann sagði Eyjunni frá því sem hann telur nauðsynlegt að gera til að bjarga Íslandi.

„Maður reynir að átta sig á stóru myndinni og þeim hættum sem þarf að varast. Ein er sú að ráðist verði í umfangsmiklar einkavæðingaraðgerðir, líkt og áform eru uppi um varðandi Leifsstöð og í samgöngukerfinu. Það hefði átt að kynna slíkt fyrir kosningar, en ekki eftir á.“

Ögmundur vill einnig þjóðnýta Icelandair: „Ef við ætlum á þá braut að skilgreina félagið sem kerfislega nauðsynlegt og dæla í það skattþeningum þá þarf að fara alla leið og taka það algerlega yfir. Og þá finnst mér einnig að skattgreiðendur ættu að fá hlut í eignarhaldinu á móti.“

Hann hefur þó mestar áhyggjur af litlum og meðalstórum fyrirtækjum:

„Hættan er að í slíku ástandi verði einhver sem taki ákvörðun um hver lifir af

og hver ekki og þau sem eru öflugust taka yfir hin smærri. En markmiðið ætti að vera að koma í veg fyrir samþjöppun á fjármunum og valdi, eins og raunin hefur því miður ekki verið í sjávarútvegi með kvótakerfinu.“

Róttækt endurmat

„Við þurfum að endurmeta svo margt í okkar samfélagi á svona tímum. Þessi grundvallaratriði samfélagsins, húsnæðiskerfið, heilbrigðiskerfið, löggæsluna, tryggingakerfi almannatrygginga, landbúnaðar- og sjávarútvegskerfið þarf að taka í gegn.“

Fyrir aðeins ári síðan var hlegið að fólki sem varaði við innflutningi á hráu kjöti. Það hlær enginn að þessu fólki í dag. Mér líst vel á hugmyndir Kára Stefánssonar um að rækta hér okkar eigið grænmeti og gera orku til innlendirar matvælaframleiðslu gjaldfrjálsa að mestu. Og hvað sjávarútveginn varðar þurfum við að fá öll þessi 50 þúsund tonn sem landað er erlendis, hingað heim til vinnslu. Við þurfum algera stefnubreytingu í þessum málum.“

Efling ríkisins

Ögmundur vill sömuleiðis fjölga starfsmönnum hins opinbera líkt og Samfylkingin hefur talað fyrir: „Þessi krísa kennir okkur að heilbrigðiskerfi á vegum hins opinbera stendur á sterkari fótum en hins markaðsdrifna, líkt og Bandaríkjamenn eru að uppgötva nú.“

Það þarf að búa betur að innviðum okkar, eins og löggæslu. Ef það kallar á meira starfslið, þá er það samfélaginu til góðs. En því miður er ríkið í augum margra hægri manna af hinu illa, þangað til þeir leggjast inn á sjúkrahús, líkt og Boris Johnson komst að á dögnum,“ segir Ögmundur, en forsætisráðherrann breski



Ögmundur telur róttækar breytingar á innviðum samfélagsins nauðsynlegar á krísutímum sem þessum.

MYND/ANTON BRINK

var á gjörgæslu vegna Covid-19 smits.

0% vextir

Ögmundur hefði viljað skilyrða björgunarpakkana við fyrirtæki sem ekki nýttu sér skattaskjól: „En þegar þú leggur lag þitt við ísbjörn, þá mun hans sanna eðli koma í ljós fyrr eða síðar,“ segir Ögmundur, en í þessu tilfelli er ísbjörninn auðvitað Bjarni Benediktsson og Sjálfstæðisflokkurinn.

Ögmundur segist þó ekki sjá nein skýr fingraför stjórnarflokkanna á þeim aðgerðum sem hafa verið boðaðar: „En ég hefði þó kosið að þau sjónarmið sem andmæla markaðsvæðingarstefnunni hefðu verið öflugri. Hvað fjármála-kerfið varðar þyrfti að taka vísitölubindingu fjármagns og lána af með öllu. Í kreppu rýrna allar efnahagsstærðir; laun og tekjur til dæmis. En það er alltaf einn hlutur sem er varinn í bak og fyrir, það er fjármagnið, með vísitölu

og vöxtum. Við ríkjandi aðstæður ættu að vera 0% vextir og vísitalan tekin af. Það þarf allt að rýrna til jafns, nema kaupmáttur lægstu launa og öryrkja, þann enda þarf að verja, ekki hinn,“ segir Ögmundur og nefnir að einnig þurfi að setja á gjaldyrishöft og hátekjuskatt, en telur hefðbundnar skattahækkningar ekki raunhæfar.

Húsnæðismál

Ögmundur tekur undir þá gagnrýni að læra þurfi af mistökunum við síðasta hrun, þegar kemur að heimilunum: „Það versta sem gerðist í síðasta hruni er að lánavísitalan var ekki tekin úr sambandi og þannig lentu skuldgar heimili í verðbóluskoti með skelfilegum afleiðingum.“

En við þurfum núna í þessari naflaskoðun okkar að dusta rykið af verkamannabústaðakerfinu og leita félagslegra lausna í húsnæðismálum. Það þarf að efla Íbúðalánasjóð og styrkja

stöðu leigjenda og kaupenda. Það er búið að rífa niður þetta kerfi á síðustu 40 árum og það er kominn tími til að styrkja undirstöðurnar að nýju.“

Engin beintenging

Ögmundur hefur verið gagnrýnn á forystu VG eftir að flokkurinn fór í eina sæng með Sjálfstæðisflokki og Framsókn. Aðspurður hvort hann hefði samþykkt þann ráðahag, væri hann enn í þingflokki VG, svarar Ögmundur afdráttarlaust: „Nei!“ Hann segist heldur ekki veita forsætisráðherra neina ráðgjöf:

„Ég er ekki beintengdur inn í pólitíkina með þeim hætti nei, ég lít frekar á mig sem grasrótarmann, aðila úti í bæ sem vill styðja við sjónarmið sem eru vissulega til staðar innan stjórnarráðsins varðandi jöfnuð. En það sem er að gerast í pólitíkinni er að við erum með flokka sem segjast ætla að gera eitt, en gera svo annað. Stjórnarmálmennt þurfa að segja satt.“ ■



MoReq2

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



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

SYSTEMS
1one®
www.one.is

OneSystems - sími: 660 8551 | fax: 588 1057 | www.one.is | one@one.is



**RAFIÐNAÐARSAMBAND
ÍSLANDS**



TIL HAMINGJU MEÐ DAGINN!

Rafiðnaðarsamband Íslands sendir félögum, fjölskyldum þeirra og landsmönnum öllum

BARÁTTUSTRAUMA

á alþjóðlegum degi verkalýðsins, 1. maí. Þakkir til þess mikla fjölda sem staðið hefur í ströngu undanfarið við að halda innviðum þjóðfélagsins gangandi.

Dagurinn verður með breyttu sniði í ár en baráttan er enn til staðar. Þess vegna verðum við að vinna saman sem aldrei fyrr.

Með samstöðu náum við árangri í átt að betri framtíð.

Rafiðnaðarsamband Íslands er stoltur bakhjarl UN Women



Aóildarfélög sambandsins:



NÆRRI FIMM MILLJARÐAR TIL FLOKKANNA Á ELLEFU ÁRUM

Þar að auki nam kostnaður við pólitíska aðstoðarmenn 405 milljónum króna á síðastliðnu ári.

Á ÞINGPÖLLUM

Björn Jón Bragason



Ég var um skeið vara- maður í borgarstjórn Reykjavíkur og sat af og til fundi ýmissa nefnda og ráða borgarinnar í forföllum aðalmanna. Eitt sinn sat ég fund í einu þessara ráða þar sem fulltrúar meirihlutans (ég var í minnihluta) voru í óða- önn að skipuleggja fund um kvenréttindi. Nefndarmenn ræddu lengi um tilhögun fundarins niður í minnstu smáatriði, hvernig dúkar ættu að vera á borðum, hvaða veitingar skyldi bjóða upp á og þar fram eftir götunum. Nú er rétt að ég taki fram að um- ræðuefnið er sígilt og brýnt en svo fór að ég greiddi atkvæði gegn því að umræddur fundur yrði haldinn og lét bóka að ég liti svo á að það væri ekki í verkahring ríkis og sveitar- félaga að halda almenna mál- fundi. Þeir ættu skilyrðislaust að fara fram á vegum frjálsra félagasamtaka.

Ég held að þessi uppákoma sem ég varð þarna vitni að sé um margt lýsandi dæmi um þróun stjórnmalanna undan- farin ár: Kjörnir fulltrúar virðast ekki nærri alltaf gera greinarmun á verkefnum hins opinbera og þeim málefnum sem eiga heima á vettvangi frjálsra félagasamtaka – þar með talið stjórnmalaflokka. En nú er svo komið að megin- hluti tekna stjórnmalaflokka kemur beint úr vasa skatt- greiðenda og þeir fjármunir hafa vaxið gríðarlega á allra síðustu árum.

Grasrótastarf að mestu horfið

Ríkisstyrkir til stjórn- mála- flokka eru tiltölulega nýlegt fyrirbrigði í lýðræðisríkjum en hafa vaxið hratt. Ein megin- röksemdin fyrir þeim er sú að þannig megi draga úr hættu á að einkaaðilar hafi

mótandi áhrif á stefnu flokka í krafti fjármuna. Á móti kemur að hætt er við að flokkarnir slitni úr lífrænum tengslum við samfélagið þegar þeir eru ekki lengur háðir framlagi flokksmanna sjálfra og at- hugum að framlag þeirra er ekki eingöngu í formi peninga. Hvers kyns vinnuframlag og þátttaka sjálfbodaliða í funda- starfi er ekki síður mikilvæg lýðræðinu.

Félagsstarf í flokkunum hefur hrunið undanfarin ár og varla rétt að tala um gras- rótastarf þegar ríkissjóður borgar kostnaðinn. Hvað sem því líður láta stjórnmalamenn sér þetta vel líka enda eftir- sóknarverðara að sitja í þæg- indum eins og embættismenn- irnir heldur en eiga allt undir kröfuhörðu flokksfólki.

Þá má líka spyrja sig hvort það sé siðferðilega rétt að láta skattgreiðendur fjármagna hugmyndabaráttu sem er þeim ekki þóknarleg. Stjórn- málastarf er ekki „almanna- þjónusta“ í neinum skilningi. En kannski eru viðfangsefni hins opinbera einfaldlega orðin of margbrotin og skilin óglögg milli þess sem það á að sinna annars vegar og borgar- arnir hins vegar.

Flokkarnir settir á fjárlög

Lengst af ríkti nær algjör leynd yfir fjármögnun stjórn- mála- flokka. Þetta ól eðlilega á tortryggni og það var því skref í átt til opnara þjóð- félags að skylda flokkana til að gera bókhald sitt opin- bert árið 2006. En um leið náðist samstaða á þingi um styrki ríkissjóðs og bæjar- og sveitarsjóða til stjórnma- la- samtaka. Hámarksframlag einstaklinga og lögaðila var ákveðið 300 þúsund krónur og flokkunum gert skylt að gefa upp hverjir veittu þeim styrki um þá fjárhæð, en síðar var markið hækkað í 400 þúsund. Allir þingmenn studdu frum- varpið á sínum tíma nema þrír þingmenn Sjálfstæðisflokks sem sátu hjá, þeir Birgir Ármannsson, Einar Oddur Krist- jánsson og Sigurður Kári Kristjánsson.

127% hækkun milli ára

Á meðfylgjandi súluriti sést hvernig ríkisstyrkir til stjórn- mála- flokka hafa vaxið undanfarin áratug. Alls eru þetta nærri fimm milljarðar á verðlagi ársins í ár. Stærsta breytingin varð milli áruna 2017 og 2018 þegar fjárfra- mlagin voru hækkuð um 127%. Sex af átta þingflokkum lögðu fram tillögu um hækkunina, en Píratar og Flokkur fólksins voru ekki meðflutningsmenn.

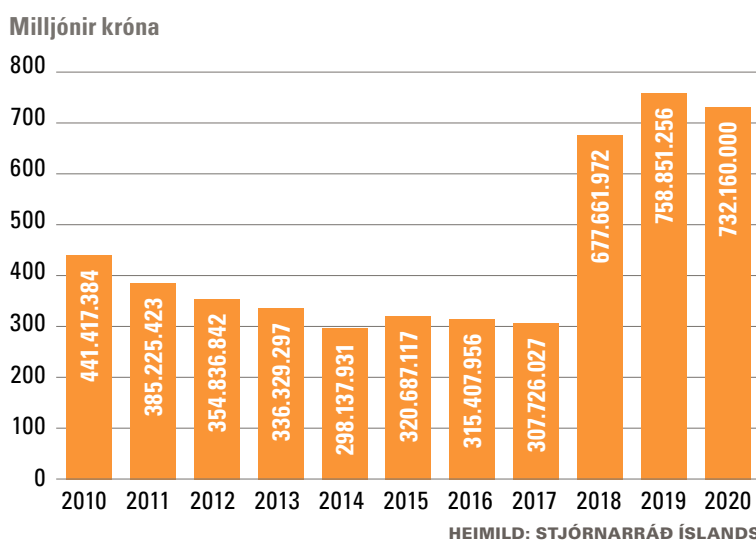


Styrkir til stjórnmalaflokka hafa vaxið gríðarlega undanfarin ár á sama tíma og flokksstarfi hefur hnignað mjög.

MYND/ANTON BRINK

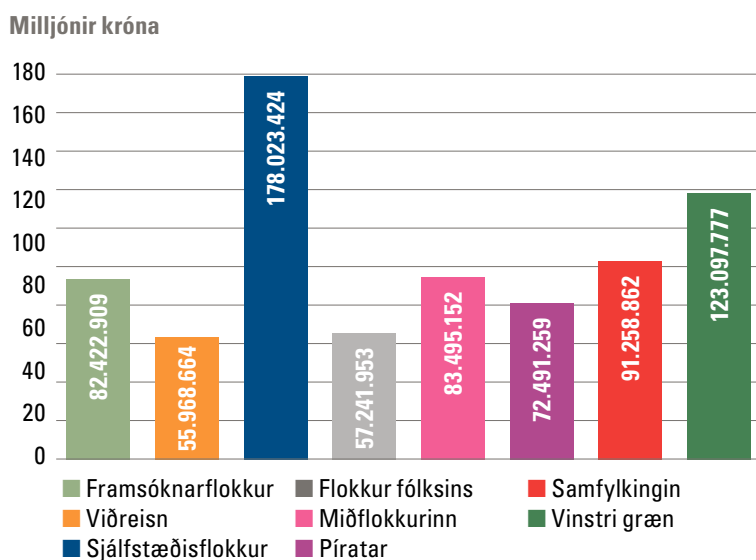
Ríkisstyrkir til stjórnmalaflokka síðastliðin 11 ár

Hér má sjá hvernig ríkisstyrkir til stjórnmalaflokka hafa vaxið undanfarin áratug, en samtals gera þetta 4.928.441.204 króna á ellefu árum. Tölurnar miðast við verðlag í mars 2020.



Framlög til stjórnmalaflokka 2019

Hér má sjá skiptingu fjárfra- mlaganna úr ríkissjóði til stjórn- mála- flokka árið 2019. Allar tölur eru á verðlagi þess árs.



Þeir nutu engu að síður góðs af hækkuninni. Styrkir til Flokks fólksins fór úr 20 mill- jónum í 45 milljónir og Píratar fengu 60,5 milljónir í stað 27 milljóna.

Tildrög þessarar miklu hækkunar var bréf sem fram- kvæmdastjórn Framsóknar- flokks, Miðflokksins, Sam- fylkingar, Sjálfstæðisflokks, Viðreisnar og Vinstri grænna skrifuðu þar sem farið var fram á „leiðréttingu“ fram- laga til stjórnmalaflokka. Það reyndist þingheimi ljúft að seilast eftir nokkur hundruð milljónum til viðbótar í vasa skattborgara.

Á annan milljarð á ári

Að auki hafa þingflokkarnir á að skipa 27 pólitískum aðstoð- armönnum, ef aðstoðarmenn formanna eru meðtaldir. Þetta fólk gengur erinda pólitískra flokka á kostnað skattborg- ara án þess að nokkur hafi kosið það. Það má því segja að „stjórnmalastéttin“ fari sístækkandi. Kostnaður við þessa aðstoðarmenn nam í fyrra 405 milljónum króna. Styrkurinn til stjórnma- la- flokka var 744 milljónir það ár svo samtals er stuðningur við flokkana kominn upp í 1.140 milljónir króna. Hér eru pólitískir aðstoðarmenn ráð- herra þó ekki taldir með.

Hlutverk stjórnmalamanna er að vinna að framgangi hugsjóna sinna og þá von- andi bæta samfélagið. Nú er staðan aftur á móti orðin sú að pólitíkin er að verða sam- dauna „kerfinu“ og að mestu óháð framlagi hins almenna félagsmanns. Við getum kall- að það ríkisvæðingu stjórn- málanna. ■



SAMEYKI
STÉTTARFÉLAG Í ALMANNAPJÓNUSTU

BYGGJUM RÉTTLÁTT ÞJÓÐFÉLAG

Sameyki stéttarfélag í almannapjónustu sendir félagsfólki sínu og landsmönnum öllum baráttukveðjur í tilefni dagsins. Tökum höndum saman og byggjum réttlátt þjóðfélag!

SÖGULEGUR BARÁTTUDAGUR

1. maí verður sögulegur í ár. Í tæpa heila öld hafa kröfugöngur verið fastur liður á baráttudegi verkalyðsins en kröfugangan nú fer fram á samfélagsmiðlum. DV ræddi við forkólfa í verkalyðshreyfingunni um stóru málin í baráttunni í tilefni dagsins.

Erla Hlynsdóttir
erlahlyns@dv.is

Engin kröfuganga verður haldin þetta árið í tilefni af alþjóðlegum baráttudegi verkalyðsins þar sem samkomubann er í gildi vegna COVID-19. Þess í stað stendur verkalyðshreyfingin fyrir baráttu- og skemmtidag-skrá á RÚV í kvöld undir yfirskriftinni: Byggjum réttlátt þjóðfélag. Þá hafa ASÍ, BSRB, BHM og KÍ sameinast í átaki á samfélagsmiðlum og standa öll að Facebook-síðunni 1. maí Ísland. Þar er til að mynda hægt að sækja sérstakan ramma til að merkja prófilmyndina sína á Facebook og gera hana að rafrænu kröfuspjaldi.

Drífa Snædal telur að þó að 1. maí verði óhefðbundinn í ár þá takist jafnvel að ná til enn fleiri hópa. „Við erum ekki bara að leggja áherslu á sjónvarpsútsendinguna heldur líka samfélagsmiðlana í meiri mæli en hefur áður verið gert. Það getur því vel farið svo að við náum betur til fólks af öllum kynslóðum en áður,“ segir Drífa.

Þórunn Sveinbjarnardóttir er spennt fyrir sjónvarpsútsendingunni. „Þetta verður auðvitað allt öðruvísi en venjulega og við sem tókum þátt í útsendingunni þurfum að reyna að koma stemningunni til skila og ég vona að það takist vel. Ég vona líka að allt launafólk geti fagnað deginum með fjölskyldu sinni, með hæfilegu bili þó, og að þessu sinni tókum við bara gamla Ísland á þetta og komum öll



Svona er venjulega stemningin á 1. maí um land allt en vegna samkomubanns verða engar kröfugöngur nú.

MYND/SIGTRYGGUR ARI

saman fyrir framan Ríkissjónvarpið,“ segir Þórunn.

Sonja Ýr Þorbergsdóttir vonar að samfélagið finni fyrir því sterka baklandi sem verkalyðshreyfingin er. „Eitt af því jákvæða sem maður hefur fundið á síðustu vikum er þessi sterka samstaða sem hefur skapast þó að fólk nái ekki að hittast í eigin persónu. Ég vona að við náum að skapa þannig andrúmsloft á þessum degi jafnvel þó að við getum ekki haft kröfugöngur eins og venjulega,“ segir hún.

Ragnar Þór Pétursson bendir á að það sé misjafnt eftir þjóðum hvort 1. maí sé hátíðisdagur eða baráttudagur, og að á Íslandi hafi dagurinn frekar snúist um baráttu hjá fólki. „Þessi dagur nú verður skráttinn eins og allt er skrátt. Baráttan fyrir bættum samfélagi og bættum lífskjörum má aldrei verða stofnun heldur þarf að halda henni lifandi. Þá er áhugavert að það mæta yfirleitt miklu fleiri til að borða rjómatertur á 1. maí en fara í kröfugöngu.“ ■

Þetta verður auðvitað allt öðruvísi en venjulega.

SONJA ÝR ÞORBERGSDÓTTIR, FORMAÐUR BSRB

ÞURFUM AÐ GRÍPA VIÐKVÆMA HÓPA

Við erum búnin að gera þá kröfu á stjórnvöld að þau tryggji afkomu fólks sem var í sjálfskipaðri sóttkví vegna undirliggjandi sjúkdóma til að fyrirbyggja eigin smit. Það þarf líka að tryggja afkomu þeirra foreldra sem gátu ekki sinnt fjarvinnu en þurftu að vera heima vegna skerts skólustarfs hjá börnunum. Þetta eru þeir hópar sem við höfum mestar áhyggjur af núna,“ segir Sonja Ýr Þorbergsdóttir, formaður BSRB.

„Þessu til viðbótar höfum við lagt áherslu á að Velferðarvaktin fylgist vel með hópum í viðkvæmri stöðu. Miðað við þær upplýsingar sem við höfum fengið er verið að grípa alla og við vonumst til þess að það gangi áfram. Það þarf að fylgjast vel með því að það sé gert,“ segir hún.

Sumarorlof margra uppurið

Vegna verkfalla áður en samkomubann tók gildi voru margir foreldrar búnir að nýta orlofsdaga sína og jafnvel þegar farnir að taka launalaust leyfi til að vera heima með börnum. „Þegar samkomubann hefur staðið yfir eins lengi og raunber vitni þá er fjögurra vikna sumarfrí auðvitað farið. Afleiðingarnar af þessu birtast væntanlega ekki fyrir en í sumar en við viljum tryggja að fólk geti farið í sumarfrí með börnunum sínum. Þá vorum við mjög ánægð með að inn í aðgerðapakka ríkisstjórnarinnar hafi ratað styrkur til foreldra vegna tómsundastarfs í sumar.“

Sonja segir að eins og margir aðrir hafi BSRB bent á að nú ríki

Fjögurra vikna sumarfrí auðvitað farið.

mikið óvissuástand og enginn átti sig á því hversu langvarandi niðursveiflan verður eða hver áhrifin verða. „Fyrst og fremst þarf að verja störfín og tryggja afkomu fólks.“

Fagnar áherslu á nýsköpun

Hún tekur einnig undir kröfu margra um að hér þurfi að byggja upp fleiri



MYND/ADSEND

stórar atvinnugreinar þannig að samfélagið standi ekki og falli með einum geira. „Við fögnuðum því mjög að áhersla á nýsköpun og rannsóknir var hluti af aðgerðapakka tvö hjá ríkisstjórninni. Þó að aðstæður nú séu ólíkar aðstæðum í Hruninu 2008 þá getum við lært mikið af reynslunni.“

Það hefur verið fastur liður á 1. maí hjá Sonju að fara í kröfugönguna í Reykjavík. Hún ætlaði raunar í fyrsta skipti að vera úti á landi í ár og taka þar virkan þátt í baráttudeginum. „BSRB hefur alltaf verið með kaffiboð þannig að þessi dagur verður töluvert öðruvísi í ár. Ég veit ekki nákvæmlega hvað ég ætla að gera en ég er viss um að ég næ að upplifa þá tilfinningu sem fylgir þessum stórmerkilega degi.“



MYND/ERNIR

ÞÓRUNN SVEINBJARNARDÓTTIR, FORMAÐUR BHM

FJÖLBREYTT ATVINNULÍF LYKILLINN

Við erum að ljúka afar erfiðum samningavetri við ríkið og eigum eftir að semja við sveitarfélögin í landinu. Hjá þeim aðildarfélögum sem semja við Reykjavíkurborg og Samband íslenskra sveitarfélaga hafa kjarasamningar verið lausir í meira en eitt ár,” segir Þórunn Sveinbjarnardóttir, formaður BHM. „Þetta er búinn að vera erfiður og um margt skrytinn samningavetur en hingað erum við komin og viljum minna á það á baráttudegi verkalýðsins að lífskjör háskólamenntaðra stétta eru jafn mikilvæg og annarra stétta.”

LÍN stendur vel

Hún segir jákvætt að ríkisstjórnin hafi ákveðið að koma til móts við kröfur BHM um að létta endurgreiðslubyrði námslána. „Við bíðum nú eftir því að heyra nákvæmlega hvernig verði gengið frá því. Við eigum von á að það verði á yfirstandandi þingi og að okkar viðsemjendur klári það sem þeir eru búnir að segjast ætla að gera. Það mun skipta miklu máli fyrir marga innan BHM og marga utan banda-

lagsins líka því það eru tugþúsundir sem skulda námslán. Þá má rifja upp að þetta eru einu verðtryggðu lánin sem ekki hafa fengið neina leiðréttingu eftir hrun. Lánasjóður íslenskra námsmanna stendur vel og getur komið til móts við þá sem skulda námslán.”

Hún segir að síðustu vikur hafi öll þjóðin orðið þess mjög vel vör hversu miklu máli góð heilbrigðisþjónusta skiptir. „Við viljum að sjálfsgöðu undirstrika það, eins og aðrir hafa gert, hversu mikilvægur þáttur það er, ekki bara til að halda samfélaginu gangandi heldur stuðlar hún að betri heilsu, lífsgæðum og jöfnuði í landinu. Það er líka gaman að fá að benda á að þessi þjónusta byggist á bestu fáanlegu þekkingu sem margir hverjir afla sér með löngu háskólanámi.

Hrikalegt atvinnuleysi

Við höfum verið að sjá hrikalegar atvinnuleysistölur og erum mjög vel meðvitund um að þetta er erfið staða. Á móti kemur að í svona erfiðu ástandi felast þrátt fyrir allt alltaf tækifæri. Við í BHM höfum bent á að við verðum að skjóta

“*Betra að hafa hægan og jafnan vöxt.*”

fleiri stöðum undir atvinnulífi hér á landi. Við erum að lenda í því enn og aftur að leyfa einni atvinnugrein sem byggir á auðlindanýtingu að vaxa mjög hratt, og er ég þá að vísa í ferðaþjónustuna. Við megum ekki setja egginn öll í sömu körfu og þurfum alvöru fjárfestingu í nýsköpun, rannsóknir og þróun. Sem betur fer er nú eitthvað af því í tillögum ríkisstjórnarinnar en hljótum að þurfa að læra af þessari erfiðu reynslu. Það er betra að hafa hægan og jafnan vöxt í atvinnulífinu og bjóða upp á fjölbreyttari atvinnu fyrir fólkið í landinu.”

RAGNAR ÞÓR PÉTURSSON, FORMAÐUR KÍ

SKORTUR Á TRAUSTI

Staða okkar er býsna sérstök og minnir á stöðu Eflingar að því leyti að það er ekki búið að semja við megnið af kennarafélögnum,” segir Ragnar Þór Pétursson, formaður Kennarasambands Íslands. „Það er búið að semja við félag framhaldsskólakennara en það var stuttur samningur. Aðrar viðræður eru bara í gangi.”



MYND/GVA

Mætum hölt til leiks

Hann segir að samningamálin séu á bæði skrytnum og erfiðum stað. „Það kemur þó kannski ekki á óvart þegar skoðað er hvenær aðrir hafa verið að semja, oft meira en ári eftir að samningar runnu út. Það er óþægilegt til þess að vita að góðari síðustu ára hafi ekki nýst til að skapa meiri sátt. Hvað kjaramálin varðar mætum við dálítið hölt inn í áfallið sem við erum að mæta núna.”

Ragnar segir að eftir Hrun hafi átt sér stað býsna heiðarlegt samtal þar öll verkalýðshreyfingin kom saman og fylkti sér um ákveðin grundvallaratriði, svo sem að verja stöðu þeirra sem standa verst. „Við ráðfærðum okkur við sérfræðinga annars staðar á Norðurlöndunum um hvernig væri hægt að draga úr fórnarkostnaði og draga úr áttökum.

Þeir sérfræðingar sem við ræddum við voru sammála um að til að þetta gæti gengið upp þyrfti að vera traust á milli aðila. Það þyrfti að vera traust innan verkalýðshreyfingarinnar, það þyrfti að ríkja traust í garð vinnuveitenda og síðan yrði að ríkja traust í garð stjórnvalda. Ég held því miður að þetta traust hafi aldrei orðið til. Stóri vandinn við íslenskan vinnu- markað og íslenskt samfélag er skortur á trausti. Ég upplifi nú að bæði hjá verkalýðshreyfingunni og hjá stjórnvöldum sé mikið af

“*Við þurfum að vanda okkur.*”

góðu og vel meinandi fólki en við stöndum á óstöðugum grunni því þetta traust er ekki til staðar.”

Allt samfélagið er undir

Hann er sannfærður um að stjórnvöld séu að gera sitt allra besta í þeirri erfiðu stöðu sem uppi er í samfélaginu. „Forsætisráðherra kallaði okkur öll frá verkalýðshreyfingunni á fund og það okkur að útlista hvað væri mikilvægast að verja. Ef það er einhverju sinni sem Alþingi allt þarf að ná saman um markmið og lausnir þá er það núna. Allt samfélagið er undir og við þurfum að vanda okkur.”

Ragnar segir að 1. maí hafi verið heilagur dagur fyrir honum löngu áður en hann tók virkan þátt í kjarabaráttunni. „Ég ber mikla virðingu fyrir þeirri baráttu sem dagurinn snýst um og fyrir þeim sem á undan okkur gengu.”

DRÍFA SNÆDAL, FORMAÐUR ASÍ

NAUÐSYNLEGT AÐ TRYGGJA FRAMFÆRSLU

Við höfum áhyggjur af framfærslu fólks frá mánuði til mánaðar. Fólk er að verða tekjulaust, hefur miklar áhyggjur af framtíðinni og við þurfum að ná öflugri viðspyrnu,” segir Drífa Snædal, formaður ASÍ. „Fyrsta atriðið er að tryggja framfærslu eins og hægt er. Við höfum bæði sett pressu á stjórnvöld og verið í samstarfi við stjórnvöld um ýmsar leiðir til þess,” segir hún.

Það er helst tvennt sem veldur mikilli óvissu um framhaldið. „Eitt er að við vitum ekki hvað atvinnuleysi er mikið. Sumir eru til dæmis á hlutabótaleiðinni og fara síðan yfir í fullt starf um leið og hægt er. Síðan vitum við ekki hvenær næsti ferðamaður kemur inn í landið. Þetta er ofboðslega óvissa og við vitum hvorki hver raunverulega staða er né hvað bíður okkar.”

Ekki aftur í sama farið

Drífa segir ljóst að miklar breytingar á samfélaginu séu í vændum. „Þá er eins gott að við vitum hvert við vilj-

“*Fólk er að verða tekjulaust.*”

um stefna þegar kemur að atvinnulífi og framtíðarsýn. Við þurfum ekki endilega að leita aftur í sama farið heldur sníða agnúa af því samfélagi sem var fyrir COVID. Að leiðarljósi þurfum við að hafa byggðasjónarmið, jafnrétti, fjölbreytilegan vinnu- markað, endurmat á verðmætum starfa og ýmislegt fleira sem er gjörbreytt eftir COVID,” segir hún.

Flestar þær aðgerðir stjórnvalda sem hafa verið kynntar eru til bóta að mati Drífu og töluverðum árangri hafi verið náð í að verja störf með því að keyra niður virkni fyrirtækja.



MYND/ÞSEND

„En ekki öllum störfum verður bjargað og við höfum lagt áherslu á enduruppbyggingu starfa með hliðsjón af nýsköpun og fjölbreytni og

þær sjálfbæru áherslur sem unnið hefur verið með í nokkurn tíma. Við sem samfélag og heimurinn allur þurfum nú að taka á honum stóra

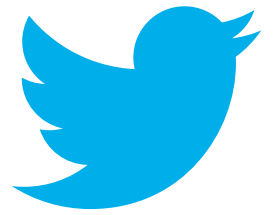
okkar og ákveða hvernig störf við viljum að komi út úr þessari stöðu,” segir hún.

Yfirgripsmikil þekking á brauðtertum

Drífa hefur haldið ræður á 1. maí víðs vegar um landið síðan hún tók við sem framkvæmdastjóri Starfsgreinasambandsins árið 2012 en þó aldrei í Reykjavík. „Ég hef því upplifað 1. maí um land allt og aflað mér djúprar og yfirgripsmikillar þekkingar á hlaðborðum og brauðtertum í ólíkum landshlutum. Sumir fara í kröfugöngu á meðan aðrir fara frekar á fjölskylduhátíðir þar sem eru haldnar barátturæður.

Öll verkalýðsfélög reyna að gera eitthvað fyrir sína félagsmenn á þessum degi og búa til vettvang þar sem hægt er að ræða verkalýðsmál og kjör fólks. Þess verður sárlega saknað af mörgum að geta ekki tekið þátt í ár með því að mæta á slíkar samkomur en verkalýðshreyfingar um allan heim nota nú netið til að ná til fólks.”

TÍSTANDI ÍSLENDINGAR SEM VERT ER AÐ FYLGJAST MEÐ



Að tístu á Twitter er góð skemmtun, eða það finnst fjöldanum öllum af Íslendingum allavega. En hvernig getur þú tekið þátt í gleðinni ef þú ert þar ekki nú þegar?

FYRIR BÓKMENNTAUNNENDUR

Ármann Jakobsson @ArmannJa

Fjöldi tístu: 11,3 þús. | Fylgjendur: 2,5 þús.

Ármann er prófessor í íslenskum miðaldabókmenntum og rithöfundur. Hann skrifaði meðal annars sögulegu skáldsöguna Vonarstræti og glæpasöguna Útlagamorðin. Ármann er virkur tístari en hann byrjaði að tístu árið 2016. Þó að sum tístin fjalli eðlilega um bókmenntir þá er Ármann líka hnyttinn og vel máli farinn.



@ArmannJa · 27. apríl

„A: Þetta eru erfiðir tímar.

B (Friedrich Nietzsche): Já, ekki sist fyrir fólk sem þóir ekki sjálfsvorkunn.“

Stefán Máni Sigþórsson @Stefan_Mani

Fjöldi tístu: 14,4 þús. | Fylgjendur: 3,1 þús.

Stefán Máni er afkastamikill íslenskur rithöfundur. Hans þekktustu verk eru meðal annars Svartur á leik, Feigð og Svartigaldur. Stefán hefur verið á Twitter síðan 2012 og tístir um alls kyns hluti.



@Stefan_Mani · 7. apríl

„Ég: Veistu hvaða Hollywood-leikari er kominn með COVID-19?

Sonur: Nei

Ég: Will SMIT! Hahaha!

Sonurinn: *dæs*

#pabbatwitter“

Kamilla Einarsdóttir @Kamillae

Fjöldi tístu: 11,1 þús. | Fylgjendur: 4,3 þús.

Kamilla er höfundur bókarinnar Kópavogskrónika sem hefur vakið mikla athygli og verður fljótlega sett upp í Þjóðleikhúsinu. Líkt og í Kópavogskróniku einkennast tíst hennar af kaldhæðni, grófum húmor og hispursleysi.



@Kamillae · 25. apríl

„Verð svo stressuð þegar fólk segist vilja koma í heim-sókn. Hugsu: æ fukk, hvort eru þau að fara að reyna að selja mér ljóðabók, fá mig í költ eða selja mér rainbow ryksugu? Alltaf æðislegur léttir að komast að því að þau vilja bara koma að ríða.“

FYRIR BOLTABULLUNA

Guðmundur Benediktsson @GummiBen

Fjöldi tístu: 13,8 þús. | Fylgjendur: 26,3 þús.

Gummi Ben þarf vart að kynna. Hann hefur verið viðriðinn knattspyrnu bæði sem leikmaður, þjálfari og svo sem knattspyrnulýsandi. Hann tístir mikið um íþróttina en einnig má þar finna einstaka tíst um eitthvað annað.



@GummiBen · 19. mars

„Ef ég verð einhvern tímann stór þá ætla ég að verða Víðir, Þórólfur eða Alma.“

Porkell Gunnar Sigurbjörnsson @thorkellg

Fjöldi tístu: 6,9 þús. | Fylgjendur: 4 þús.

Porkell er íþróttafréttamaður á RÚV og virkur á Twitter. Þar má jafnvel finna einstaka tíst sem ekki fjalla um fótbolta, heldur jafnvel aðrar íþróttir.



@thorkellg · 11. mars

„Jæja þá. Best að líta bara á björtu hliðarnar. Liverpool verður Evrópumeistari í nokkrar vikur í viðbót allavega.“

VIRKUSTU ÞINGMENNIRNIR

Smári McCarthy @smarimc

Fjöldi tístu: 28,9 þús. | Fylgjendur: 9,6 þús.

Smári hefur setið á þingi fyrir Pírata síðan 2016 en hann hefur verið á Twitter síðan 2008. Tístin hans fjalla flest um pólitík, bæði innlenda og erlenda og tístir hann helst á ensku.



@smarimc · 13. apríl

„Ef þú ræður bjána í verkefni, ekki þykjast vera hissa þegar verkið er gert bjánalega“

Andrés Ingi Jónsson @andresingi

Fjöldi tístu: 16,3 þús. | Fylgjendur: 3,1 þús.

Andrés Ingi tók sæti á þingi 2016 fyrir Vinstri Græna en er núna utan flokka. Þó hann sé þingmaður þá tístir hann einnig um daglegt líf og málefni líðandi stundar.



@andresingi · 15. mars

„Hleraði plott barnanna. Næst þegar þau missa tönn ætla þau engum fullorðnum að segja frá því, til að sjá hvort þau fái samt klink undir koddann. Skuggalega mikið útpæld fyrirsát.“

FYRIR HÚMORISTANN

Þorsteinn Guðmundsson @ThorsteinnGud

Fjöldi tístu: 4,1 þús. | Fylgjendur: 14,8 þús.

Grínistinn Þorsteinn Guðmundsson skipti nýlega um gír þegar hann gerðist sálfræðingur á gamals aldri. Það hefur hins vegar ekki kæft niður húmorinn sem hann fær reglulega útrás fyrir á Twitter.



@ThorsteinnGud · 28. apríl

„Tók Zoom fund einn áðan. Sérkennilega reynsla. Hafði ekkert að segja en tók eftir því að ég er kominn með undirhöku.“

Bergur Ebbi Benediktsson @BergurEbbi

Fjöldi tístu: 7 þús. | Fylgjendur: 12 þús.

Rithöfundur, uppistandari, tónlistarmaður, leikari og lögmaður. Er eitthvað sem Bergur Ebbi getur ekki gert? Tístin hans eru flest laúflétt og hressandi, og engar áhyggjur – það er lítið um lögfræði þar.



@BergurEbbi · 25. apríl

„Faðma tré?! Faðma tré?! Það er alltaf verið að faðma þau. Farið út og faðmið rafmagnskassa. Þeir hafa aldrei fengið faðmlag.“

Lóa Hlín Hjálmtýsdóttir @Loahlin

Fjöldi tístu: 9,1 þús. | Fylgjendur: 4,2 þús.

Lóa er myndasöguhöfundur og tónlistarkona. Hún deilir hnyttum teikningum sínum á Twitter, sem oftar en ekki snúast um málefni líðandi stundar, með áherslu á manneskjurnar í samfélaginu.



@Loahlin · 6. janúar

„Ég nota ennþá frasann „rólegan æsing“.“

FYRIR FEMÍNISTA

Hildur Lilliendahl

@hilldur

Fjöldi tístu: 19,7 þús. |

Fylgjendur: 6,7 þús.

Hildur hefur lengi verið áberandi í jafnréttisbaráttunni á Íslandi og hún er gallharður femínisti. Konur og femínismi eru áberandi í tístum hennar, en líkt og flestir aðrir tístarar snúast margar færslur líka um málefni líðandi stundar og skemmtilegar uppákomur úr einkalífinu.



@hilldur

· 10. apríl

„Síminn minn er svo mikil framlenging af mér sjálfri að á

meðan ég svaf lagði hann kakka-lakka með því að detta í gólfíð ofan á lakkann á hárréttu augnabliki. Ég hneigi mig fyrir þessu tæki, það getur allt.“

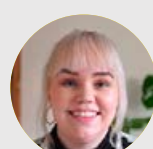
Silja Björk Björnsdóttir

@siljabjorkk

Fjöldi tístu: 9 þús. |

Fylgjendur: 1,5 þús.

Silja er einn af frumkvöðlum herferðarinnar #égerekkitaþú sem snerist um að opna umræðuna um geðsjúkdóma á Íslandi.



@siljabjorkk

· 21. apríl

„Dagur 427 í samkomubanni: Hef komist að því að draumar

mínir um að vera heimavinnandi móðir voru dulbúnar martraðir. Leikskóli á morgun, ég þarf að mæta á fund. Hlakka til, líður eins og það séu jólin.“

VINSÆL MYLLUMERKI

Myllumerki eða # eru notuð til að merkja tíst vissum málefnum eða umræðuefnum. Sum myllumerki verða aðeins virk í kringum vissa viðburði á meðan önnur eru tímalaus.

#12stig Myllumerkið #12stig er notað í umræðum tengdum Söngvakeppninni og Eurovision.

#Vikan Þetta myllumerki er notuð fyrir umræður um þáttinn Vikuna með Gísla Marteini.

#pabbatwitter / #mömmutwitter Ertu með góðan pabbabrandara eða mömmugrín? Skelltu því á Twitter og merktu með ofangreindum myllumerkjum.

#söttkví / #samkomubann Þetta myllumerki nota Íslendingar gjarnan til að merkja færslur um heimsfaraldur COVID-19.

#mínbarátta

Til hamingju með daginn!

1. maí er baráttudagur verkalýðsins

Árleg áminning um mátt samstöðunnar og nauðsyn áframhaldandi baráttu fyrir réttlæti og mannsæmandi lífskjörum fyrir alla.

Þínar kröfur – okkar barátta!



Hélt að hann hefði unnið í lottó þegar hann kynntist henni

Travis Alexander taldi sig hafa unnið í lottó þegar hann kynntist gengilbeinunni Jodi Arias. Þau urðu fljótlega par. En nokkrum mánuðum síðar runnu á Travis tvær grímur og hann áttaði sig á að hann hafði gert stærstu mistök lífsins.

SAKA MÁL

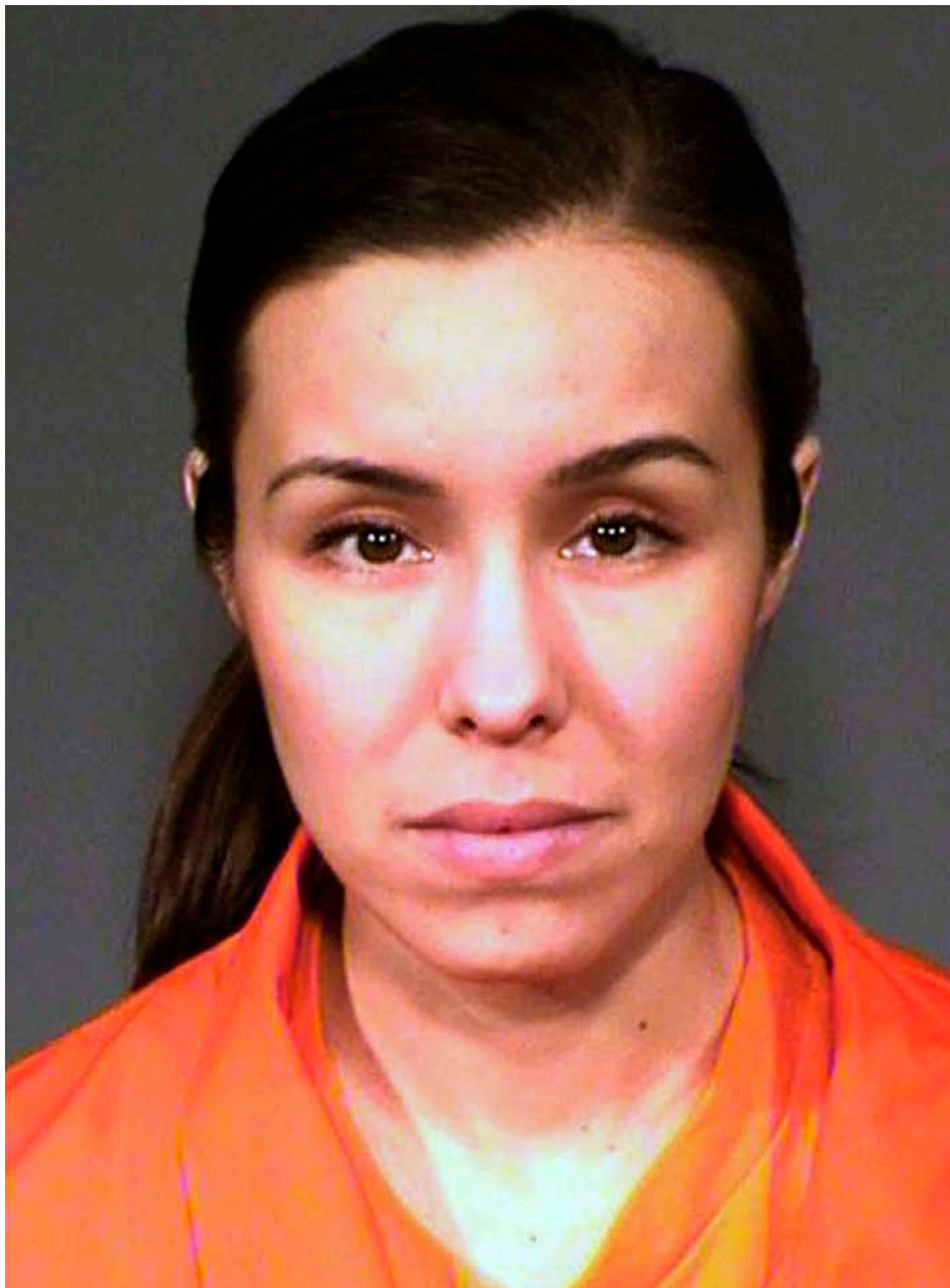
Jodi og Travis kynntust árið 2006 á hobbisýningu í Las Vegas. Jodi, sem var 26 ára, ljóshærð og myndarleg, starfaði þá sem gengilbeina og var áhuga-ljósmyndari. Hún kynntist hinu 29 ára sjarmatrölli Travis á sýningunni. Hann var tryggingasölumaður og heittrúaður mormóni.

Hin heita ást bar Travis ofurliði og hann gat ekki staðist freistinguna að stunda kynlíf með Jodi en það er mormónum stranglega bannað að gera utan hjónabands. En hann gat ekki haldið að sér höndum og í tölvupósti til vinar síns skrifaði hann meðal annars: „Það er ekki erfitt að átta sig á að sá sem hreppir Jodi, hvort sem það er ég eða einhver annar, vinnur í konulottóinu.“

Þegar parið yfirgaf Las Vegas hvatti Travis Jodi til að lesa Mormónsbók, trúarrít mormóna. Skömmu síðar snérist hún til mormónatrúar og tók skír. Hún bjó þá í Murrieta í Kaliforníu en hann í Mesa í Arizona. Það hélt ekki aftur af henni að aka til hans nokkrum sinnum í viku en ferðin tekur rúmar fimm klukkustundir. Sky Lovingier Hughes, vinkona hennar, sagði síðar að Jodi hefði verið heltekin af Travis.

En Jodi vissi ekki að Travis átti í miklum vandræðum með sambandið. Hann var mjög trúður og mátti því ekki stunda kynlíf utan hjónabands. Eftir fimm mánaða samband batt hann enda á sambandið. Það stöðvaði Jodi ekki og hún flutti til Mesa til að geta verið nær honum. Hún hélt áfram að birtast við heimili hans. Úr varð stormasamt samband þar sem þau rifust annan daginn og stunduðu kynlíf þann næsta.

Í bókinni „Picture Perfect: The Jodi Arias Story“ segir höfundurinn, Shanna Hogan, að stundum hafi Travis reiðst þegar Jodi birtist við heimili hans en stundum hafi hann hoppað beint upp í rúm með henni.



Jodi er virkilega glæsileg kona og fór hún létt með að vefja Travis um fingur sér.

MYND/TV2.NO

„Ég sagði: „Travis, ég er hrædd um að finna þig sundurhlutaðan í frystinum hennar.““

Eftir að hafa búið í Mesa í átta mánuði flutti Jodi skyndilega aftur til Kaliforníu. Þar bjó hún í litlu herbergi á heimili afa síns og ömmu í bænum Yreka. Vinir Travis vörpuðu öndinni léttar, þeir voru sannfærðir um að Jodi væri lífshættuleg. „Ég sagði: „Travis, ég er hrædd um að finna þig sundurhlutaðan í frystinum hennar,“ skrifaði Lovingier Hughes í bókinni „Our Friend Travis: The Travis Alexander Story“.

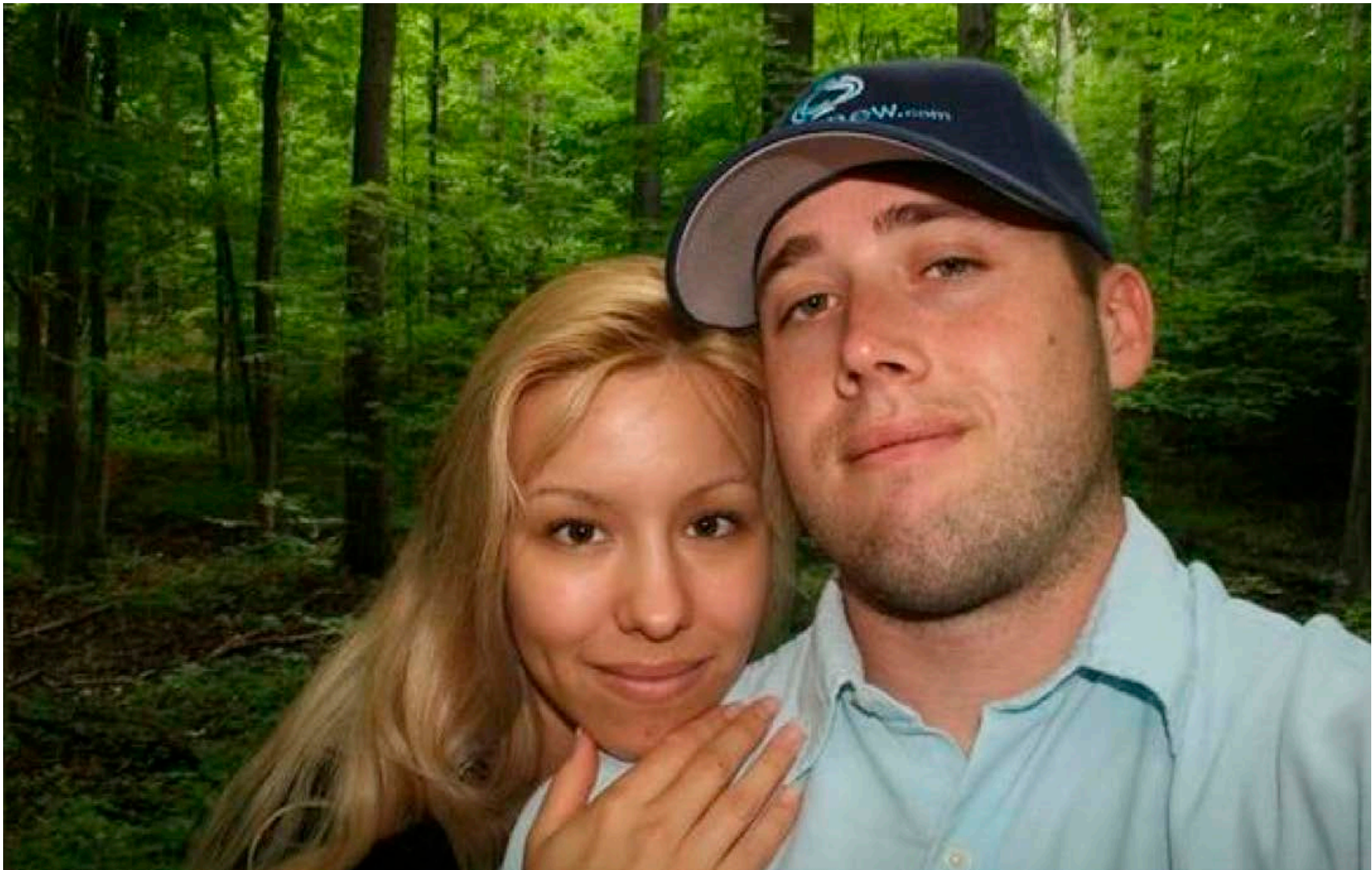
Stjórnsöm og afbrýðisöm

Vinir þeirra segja að samband þeirra hafi verið frábært fyrstu vikurnar. Þau yfirfylltu næstum því Facebook og MySpace með rómantískum sjálfmyndum frá ferðum sínum og upplifunum. Jodi elskaði hversu fyndinn Travis var og hversu vel þau skemmtu sér saman. Vinir þeirra tóku þó fljótlega eftir að Jodi var mjög stjórnsöm og afbrýðisöm. Hún er sögð hafa hringt að minnsta kosti tíu sinnum á dag í Travis auk þess að birtast óvænt við heimili hans hvað eftir annað. Hún vildi hafa fulla stjórn á hvað hann gerði þegar hún var ekki nærri.

„Þegar hann fór á klósettið beið hún eftir honum fyrir utan. Ef hringt var í hann kannaði hún úr hvaða númeri var hringt og hún skoðaði tölvupóstinn hans reglulega og samfélagsmiðla. Ef hún fann tölvupóst sem henni mislíkaði áframsendi hún hann til sjálfrar sín til að geta skoðað hann betur. Ég sá hluti sem trufluðu mig mjög mikið,“ sagði Hughes síðar um samband þeirra.

Þegar Jodi var ekki til staðar fór Travis mikið í kirkju. Þar átti hann djúp trúnaðarsamtöl um samband þeirra og hversu mjög hann skammast sín fyrir að hafa stundað kynlíf utan hjónabands. Hann vildi ekki lifa í synd. Vinir hans reyndu að sannfæra hann um að honum stafaði hætta af Jodi en hann sá ekki alvöru málsins.

Í fyrrnefndri bók Shanna Hogan kemur fram að Travis hafi viljað giftast mormónastúlku sem væri hrein mey.



Travis var strang-trúaður mormóni. Kynlíf fyrir hjónaband var því algjörlega forboðið.

MYND/
TRAVIS
ALEXANDER/
MYSPACE

„Enginn kviðdómur getur sakfelld mig. Ég er saklaus. Guð veit að ég er saklaus. Travis veit að ég er saklaus.“



Jodi tók skír og gerðist mormóni í von um að Travis myndi vilja giftast henni.

MYND/ TV2.NO

Með því að stunda kynlíf með honum hafi Jodi útilokað sig frá því að geta orðið eigin-kona hans.

Morðið

Þann 9. júní 2008 fóru tveir áhyggjufullir vinir Travis heim til hans en þeir höfðu ekki náð sambandi við hann í fimm daga. Þeir fóru inn á heimili hans og fundu hann liggjandi í sturtuklefanum. Hann hafði verið skotin í andlitið og skorinn á háls auk þess að vera stunginn 27 sinnum í bringuna og bakið. Lögreglan sagði að ummerki á vettvangi hefðu bent til að átök hefðu átt sér stað.

„Það fyrsta sem mér datt í hug var að mikil slagsmál hefðu átt sér stað þarna og að þau hefðu verið mjög persónuleg. Einhver þekkti hann. Einhver vildi hann feigan. Einhver vildi ganga úr skugga um að hann væri í

raun látinn,“ sagði lögreglu- maðurinn Esteban Flores um aðkomuna.

Lögreglan reyndi strax að hafa uppi á Jodi en það var eins og hún hefði horfið af yfirborði jarðar. Það var ekki fyrr en fjórum dögum síðar sem lögreglunni tókst að hafa uppi á henni heima hjá afa hennar og ömmu. Hún var ákærð fyrir morð og varð aðalumsfjöllunarefni bandarískra götublaða. Jodi ræddi við marga fjölmiðla um málið og sagði við einn að hún hefði ekki einu sinni verið á staðnum þegar Travis var myrtur. Skömmu síðar breytti hún frásögn sinni og sagði hafa verið á staðnum en að grímu- klæddir menn hefðu ruðst inn í húsið og drepið Travis. Hún hefði sjálf náð að flýja heil á húfi. Lögreglan trúði ekki þessari sögu og þegar hún var spurð í yfirheyrslu af hverju hún hefði ekki hringt

í lögregluna sagði hún hafa verið of hrædd til þess.

Sérfræðingar lögreglunnar fundu mörg fingraför og lófaför í blóðinu í sturtuklefanum. Einnig fundust löng brún hár á sturtuveggnum. Í þvottavélinni fannst myndavél Travis. Á minniskortinu voru myndir af honum og Jodi að stunda kynlíf. Myndirnar voru teknar skömmu fyrir morðið. Á minniskortinu voru einnig myndir af Travis í sturtu, teknar nokkrum sekúndum áður en hann var skotin. Á einni myndinni virðist hann ekki vita að verið er að mynda hann en á annarri horfir hann beint inn í linsuna. Einnig var mynd af blóðpollinum á minniskortinu. Jodi stóð enn fast á að hún væri saklaus.

„Enginn kviðdómur getur sakfelld mig. Ég er saklaus. Guð veit að ég er saklaus. Travis veit að ég er saklaus,“

sagði hún en lögreglan trúði henni ekki. Eftir margar og ítarlegar yfirheyrslur játaði hún síðan að hafa myrt Travis. Rannsókn lögreglunnar hafði þá leitt í ljós að Travis var skotin í andlitið með skammbyssu sem hvarf af heimili afa og ömmu Jodi viku áður.

Dómurinn

Þegar réttarhöldin yfir henni hófust mættu mörg hundruð manns í dómhúsið til að sýna henni stuðning. Lögreglan varð að vera með mikinn viðbúnað til að halda fólki utan við bygginguna. Málið hafði vakið mikla athygli fjölmiðla og voru um 100 fréttamenn viðstaddir réttarhöldin.

Jodi viðurkenndi fyrir dómi að hafa myrt Travis en sagði það hafa verið í sjálfsvörn. Hún sagði hann hafa brjálást þegar hún missti myndavélina á gólfið. Hún sagði

einnig að hann hefði beitt hana ofbeldi eftir að hún stóð hann að því að fróa sér yfir barnaklámi. Ekki var lagður trúnaður á þessar skýringar hennar.

Saksóknari fór fram á dauðadóm yfir henni og hélt því fram að Jodi hefði myrt Travis eftir að hún komst að því að hann var ástfanginn af konu úr mormónasöfnuðinum og hefði haft í hyggju að flytja til Mexíkó með henni. Aðeins nánustu vinir og ættingjar hans höfðu fengið að vita af þessu því hann var mjög hræddur við Jodi og hvað hún kynni að gera ef hún frétti þetta.

Dómur féll í málinu 2013 og var Jodi dæmd í lífstíðarfangelsi. Þar sem kviðdómur náði ekki einróma niðurstöðu varð að taka málið aftur fyrir dóm síðar og lauk þeim réttarhöldum 2015. Aftur var hún dæmd í lífstíðarfangelsi. ■

Ef þú vilt skara fram úr verður þú að vinna fyrir því

Elenora Rós hefur bakað óteljandi kökur til styrktar Barnaspítala Hringsins þar sem hún dvaldi oft sökum veikinda og má því með sannri segja að hún baki með hjartanu.

Erla Dóra
Magnúsdóttir
erladora@dv.is



Elenora Rós Georgesdóttir er 19 ára Suðurnesjamaer og upprennandi bakari. Hún er bakaranemi í Menntaskólanum í Kópavegi og varð nýlega andlit bakaranema í átakinu #fyrirmig og má meðal annars sjá myndir af henni á strætóskýlum landsins.

Varð óvænt andlit átaksins

Aðspurð hvernig hún endaði sem andlit bakaranáms svarar hún: „Það var allt mjög óvænt. Ég spurði meira að segja „af hverju ég?“ og svarið var þá að þau fundu mig á Instagram og höfðu samband eftir það. Ég var í hádegismat í vinnunni þegar ég fékk símtal frá manninum sem sér um þetta verkefni og hann spurði hvort ég hefði áhuga á að vera með.“

Fyrir ekki svo löngu setti ég mér það markmið að reyna að segja já við sem flestum tækifærum sem ég fæ. Þar af leiðandi hugsaði ég mig ekki einu sinni um, fannst þetta mjög spennandi og mikilvægt átak og sagði því strax já. Seinna hafði Saga Sig ljósmyndari samband og eftir það rúllaði þetta allt. Kom ótrúlega vel út og þó svo að ég sé afar hlédræg þegar kemur að svona hlutum þá er ég virkilega þakklát og stolt af að hafa fengið að vera með í þessu.“

En hvað er #fyrirmig? spyr blaðamaður þá. „Átakið #fyrirmig er kynningarátak sem allir starfs- og tækni-menntaskólar, í samstarfi við Samtök iðnaðarins, Samband íslenskra sveitarfélaga og menntamálaráðuneytið standa að. Markmiðið með átakinu er að vekja athygli á starfs- og tækninámi og þeim tækifærum sem slíkt nám býður upp á.“

Lærði kókuskreytingar í grunnskóla

Elenora er, þrátt fyrir ungan aldur, enginn nýgræðingur í bakstri. Áhuginn kviknaði snemma á lífsleiðinni.

„Ég var mjög ung þegar mér byrjaði að finnast gaman að baka. Ég á hrikalega sætar myndir af mér úr leikskóla þar sem ég er að baka afmæli-skökuna mína með stærsta bros á vör. En áhuginn á að



Elenora Rós er rísandi stjarna í bakaralistinni.

MYND/ADSEND

„Í viðtalinu var ég svo beðin um að skrifa nafnið mitt því ég væri maður ársins.“

baka sjálf kviknaði fyrst hjá mér um 12 ára. Ég var ekki mikil keppniskona en eins og á árshátíðardögum í grunnskóla þegar við máttum mæta með

bakkelsi fór ég yfirleitt skrefinu lengra og kom með eitthvað spennandi, fannst mjög gaman þegar ég fékk svo hrós fyrir það sem ég kom með. Í

grunnskóla skráði ég mig í kókuskreytingaáfangu í vali og gaf út tvær krúttlegar uppskriftabækur í öðrum áfanga. Áhuginn varð mjög mikill mjög snemma en ég hélt því mikið bara fyrir mig að mig langaði að verða bakari. Sú ákvörðun varð ekki opinber fyrr en ég komst inn í MK og er bakarinn stærsti hlutinn af mér í dag.“

Bakar sig í gegnum samkomubann

En hvað finnst þér skemmtilegast að baka og hvað leiðinlegast?

„Þetta er erfið spurning. Mér finnst alltaf skemmtilegt að baka það sem heppnast vel og er fallet, stolt er mjög drífandi tilfinning. Ef ég þyrfti að

nefna eitthvað ákveðið myndi ég segja deserkökur, súrdeigsbrauð og croissant. Þetta er allt eitthvað sem maður þarf svolítið að þæla í til að ná fullkomnu, tekur langan tíma og endar guðdómlega ef það er gert rétt. Það jafnast lítið á við tilfinninguna að horfa á vöru sem maður hefur unnið að í langan tíma sem heppnaðist vel og er bæði falleg og bragðgóð.

Mér finnst eiginlega ekki leiðinlegt að baka neitt. Ef ég set á góða tónlist eða vinnudagurinn er að ganga vel þá er ekkert sem er sérstaklega leiðinlegt. Sum verkefni eru samt leiðinlegri en önnur en

EITT SAMFÉLAG FYRIR ALLA

Þjóðarsátt um virkara velferðarríki

2006



Við höfum mótað nútímalegar hugmyndir um samfélag þar sem allir geta verið þátttakendur. Í þeim felast meðal annars:

- Einfaldari almannatryggingar
- Hærri lífeyrir og skattleysismörk
- Minni skerðingar vegna atvinnutekna
- Atvinnuþátttaka allra með nútímalegri úrræðum
- Einstaklingsmiðuð búseta og samfélagsþátttaka
- Aukin þátttaka í menntun, hæfingu og endurhæfingu
- Notendavænni og heildstæðari heilbrigðisþjónusta

Myndast hefur pólitísk samstaða um að vinna markvisst að breytingum.

ÞESSIR STJÓRN MÁLAFLOKKAR ÆTLA AÐ VINNA

MEÐ OKKUR:

Framsóknarflokkurinn
Frjálslyndi flokkurinn
Samfylkingin
Sjálfstæðisflokkurinn
Vinstrihreyfingin – grænt framboð

PROSKAHJÁLP

ÖBÍ

LANDSAMRÁÐ
LEIÐI BORGARA

Hver gerði þjóðarsátt um fátækt?

Árið 2006 mynduðu fimm stjórn málaflokkar pólitíska samstöðu með hagsmunasamtökum fatlaðs og langveiks fólks og eldri borgurum.

Sameiginlega voru mótaðar nútímalegar hugmyndir um samfélag þar sem allir geta verið þátttakendur.

Samstaða var um að vinna markvisst að eftirfarandi:

- Einfaldari almannatryggingar
- Hærri lífeyrir og skattleysismörk
- Minni skerðingar vegna atvinnutekna
- Atvinnuþátttaka allra með nútímalegri úrræðum
- Einstaklingsmiðuð búseta og samfélagsþátttaka
- Aukin þátttaka í menntun, hæfingu og endurhæfingu
- Notendavænni og heildstæðari heilbrigðisþjónusta

Í dag eru þrjú þessara flokka við stjórnvölinn: Framsóknarflokkur, Sjálfstæðisflokkur og Vinstrihreyfingin grænt framboð.

Á þeim 14 árum sem liðin eru frá þjóðarsátt um virkara velferðarríki hafa kjör örorkulífeyrisþega farið sífellt versnandi.

Við skorum á þessa þrjú flokka að standa við yfirlýsingar sínar og hefja strax aðgerðir!

ÖBÍ

2012



2020



EITT
SAMFÉLAG
FYRIR ALLA

Hoekkum
örorku-
lífeyri

SKILJUM
ENGA
EFTIR!

FATLAÐ
OG VEIKT
FÓLK BÝR
VIÐ SÁRA
FÁTÆKT

ÖRYGGI
FYRIR
ÖRYRKJA

Framhald af síðu 26

Það er þannig í öllu í lífinu.“

Nú hefur samkomubann og takmarkanir vegna COVID-19 sett strik í reikninginn hjá mörgum menntaskólanemum. Elenora lét það þó ekki stoppa sig í því að baka. Þvert á móti bakar hún nú sem aldrei fyrr.

„Heldur betur. Það er í raun það eina sem heldur mér gangandi. Ég er rosa „aktíf“ manneskja og fannst mjög skrýtið að þurfa að vera heima, geta lítið farið og vera ekki í vinnu þar sem ég elska vinnuna mína og fólkið mitt þar. Ég elska að vakna snemma, stilla á góða tónlist og baka eitthvað gott og fara svo og færa einhverjum sem mér þykir vænt um. Ég hef í raun bakað nær daglega. Ég er kannski í fríu frá vinnu en vil samt nýta þennan tíma í að kafa dýpra og læra meira.“

Leyndardómsfull bakstursósk

Elenora hefur einnig tekist að láta gott af sér leiða með bakstrinum. Árið 2017 var Elenora kosin Suðurnesingur ársins og bakaði af miklum móð í þágu góðra málefna.

„Ég fæddist með sjaldgæfan fæðingargalla sem kallast Omphalocoele. Ég þurfti þar af leiðandi oft á hjálp Barnaspítalans að halda. Seint árið 2016 ákvað ég að helga árið 2017 því að baka og selja kökur og safna pening til styrktar Barnaspítalanum. Þetta var eitthvað sem ég ákvað alveg á eigin spýtur og fór allur ágóði óskertur til styrktar spítalanum til að þakka þeim fyrir alla þá hjálp sem ég fékk frá þeim. Fólkið þar er það besta í heimi og ég hef alltaf líkt fólkinu þar við engla í dulargervi. Seint árið 2018 hélt ég svo viðburð til styrktar minningarsjóði Einars Darra. Í bæði skiptin var þetta algjör hvatvísi hjá mér, hugmynd sem ég fékk og framkvæmdi strax en er svo þakklát fyrir að hafa látið verða af.“

Ég fékk símtal, einmitt þegar ég var inni í Allt í köku, þar sem ég var beðin um að baka köku fyrir mann ársins en fékk aldrei að vita hver það væri, bara að ég ætti að hafa mig til því ég þyrfti að fara í smá viðtal líka. Í viðtalinu var ég svo beðin um að skrifa nafnið mitt því ég væri maður ársins. Ég átti mjög bágð með mig og brast í grát, uppfull af þakklæti. Minning sem ég geymi fast í hjartanu mínu.“

En hvað ber framtíðin í skauti sér fyrir þessa efni- legu konu?

„Ef allt fer samkvæmt áætlun útskrifast ég á næsta ári, 2021, sem bakararveinn. Mig langar í framhaldi af því út í pastrynámi. Eftir fimm ár sé ég mig útskrifaða bæði sem bakara og pastrychef, búin að búa erlendis og mögulega vinna þar. Ég verð komin heim, í góðri vinnu og vonandi að stefna á að opna mitt eigið fyrirtæki, hvort það yrði bakarí, veisluþjónusta eða



Þrátt fyrir ungan aldur stefnir Elenora hátt.

MYND/ÞSEND

eitthvað annað kæmi þá í ljós seinna.“

Það er þó lítið gagn í því að baka bara út í loftið. Hvern er skemmtilegast að baka fyrir og hvers vegna?

„Þá sem kunna að meta vinnuna sem maður setur í það sem maður er að baka og eru þakklátir fyrir það. Ég reyni að gefa aldrei neitt nema ég sé ánægð með það. Yfirleitt fer mikil vinna í það sem maður bakar og þess vegna er ekkert leiðinlegra en að afhenda vanþakklátu fólki eitthvað sem maður er stoltur af og eyddi miklum tíma í. En skírnarkökur eru algjört uppáhald. Það er eitthvað svo dýrmætt við það að vita nafnið á litlu barni á undan öðrum.“

Svona að lokum: Hvaða myndir þú vilja gefa þeim sem hafa áhuga á bakstri og vilja skara fram úr á því sviði?

„Að hafa trú á sjálfum sér. Ég er komin svo langt, en væri komin svo miklu lengra ef ég hefði ekki alltaf hlustað á neikvæð ummæli frá öðrum. Ef maður vill skara fram úr og vera góður í því sem maður gerir er gott sjálfstraust lykilatriði. Að treysta sjálfum sér, leyfa sér að gera mistök en læra af þeim, að standa með sjálfum sér og hvetja sjálfan sig áfram.“

„Og ef þú vilt skara fram úr þá verðurðu að vinna fyrir því. Taktu þátt í því sem þér stendur til boða, farðu skrefinu lengra en þú þarft, lestu þér til á netinu, fáðu innblástur úr öllum áttum og hlustaðu vel þegar fólk er að kenna þér og leiðbeina. Þú munt aldrei skara fram úr nema þú sért tilbúinn að leggja vinnuna í það.“ ■

Sumartart

Tartdeig
300 g hveiti
150 g smjör við stofuhita
100 g flórsykur
1 egg
1 eggjarauða

Allt sett saman í skál og hnoðað þar til þetta er orðið að deigi.

Deigið er sett inn í kæli í hálf tíma til að það sé auðveldara að rúlla það út.

Forhitid ofninn í 160°C.

Rúllið deigið út. Setjið í bökunarform og þrýstið vel niður í alla kanta.

Byrjið á að baka tartskelina í 20 mínútur. Takið hana svo úr ofninum og penslið hana að innan með eggjarauðu. Setjið hana svo aftur inn í ofninn í 10-15 mínútur í viðbót eða þar til skelin er gullinbrún. Þetta mun hindra að það sem við setjum inn í tartið leki í gegn.

Hindberjakompot
200 g frosin hindber
50 g sykur
30 g vatn
15 g sítrónusafi
3 mintublöð

Allt sett saman í pott og látið bull-sjóða í 5 mínútur á meðan þið hrærið stanslaust.

Eftir þessar 5 mínútur er hitinn undir pottinum lækkaður og látið léttsjóða í 10 mínútur í viðbót og hrært í öðru hvoru.

Eftir 10 mínúturnar er þetta sett í gegnum sigti þar til aðeins mintublöðin og fræin eru eftir.

Sítrónukrem
5 eggjarauður
2 egg
Börkur af einni sítrónu
130 g sítrónusafi
110 g sykur
60 g ósaltað kalt smjör

Setjið allt nema smjörin í skál og hitið yfir vatnsbaði á vægum hita. Þetta þarf að hræra stanslaust með písk í um 5-7 mínútur eða þar til áferðin er orðin eins og sósa.

Takið skálina af vatnshitabaðinu og bætið smjörinu saman við. Hrærið þar til allt er komið saman.

Samsetning
Takið tartskelina varlega úr forminu.



Setjið hindberjakompotið í botninn á skelinni og dreifið jafnt úr því. Setjið svo sítrónukremið ofan á hindberjakompotið og dreifið vel.

Skreytið eins og þið viljið. Kælið í 2-4 tíma og berið tartið síðan fram eins og það er eða til dæmis með góðum is.



Náttúrulegt Þörunga magnesium

Mikil virkni

Gott að taka inn á morgnanna

- Uppspretta orku í frumunum
- Nauðsyn fyrir efnaskipti og brennslu
- Styður vellíðan og einbeitingu
- Minni sykurlöngun og streita
- Veitir slökun og betri svefn
- Tauga- og vöðvastarfsemi

Þægileg bragðlaus inntaka í köldu vatni.

Þörungamagnesium þolir magasýrur.

Mikil upptaka í líkamanum. Fæst bæði í dufti og hylkjum.

Frábært að blanda út í olíu til að nudda stífa vöðva.

Nánar um magnesium á www.celsus.is



Hreinir
þörungar

3ja mánaða
skammtur

 **lifestream**
náttúruleg uppspretta bætiefna

Fæst í apótekum, Hagkaup, Fjarðarkaupum, Heilsuhúsinu, Melabúðinni, Græn heilsa.

Una í eldhúsinu



Kotasælubollur

650 g hveiti
½ msk. sykur
3 msk. sesamfræ
1 tsk. salt
50 g ger (1 bréf)
30 g smjör
5 dl mjólk
100 g kotasæla
Egg til að pensla með

Blandið öllum þurrefnunum sam-

an í skál. Bræðið smjör og látið aðeins kólna. Blandið mjólkinni og smjörinu saman við þurrefnin og hnoðið vel saman.

Setjið rakan klút yfir skálina og látið deigið hefast. Mótið bollur og setjið á bökunarpappír, penslið bollurnar að ofan með egg. Bakið við 200°C þar til þær brúnast.

Í þessari viku reiðir Una fram huggulegan hádegisverð sem kætir kroppinn.

Una Guðmundsdóttir, sælkeri DV, slekkur ekki á ofninum þó að það sjáist til sólar. Þvert á móti hristir hún svuntuna, rífur upp ísskápshurðina og skellir í fullkomnar sundudagsbollur og holla súpu sem má vel borða úti á palli ef sú gula lætur sjá sig.

Tómatsúpa

1 lítri vatn
2 stk. kjúklíngakrafur
2 hvítlauksrif (pressuð)
800 g niðurskornir tómatar í dós
1 dós tómát-paste
250 g sellerí
250 g gulrætur
1 stk. laukur
1 msk. oregano
Salt og pipar að vild

Byrjið á að saxa niður gulrætur og sellerí og sjóðið þar til orðið mjúkt.

Maukið gulræturnar og sellerí saman með töfrasprota. Bætið svo tómötunum og restinni saman við og látið sjóða í góða stund. Kryddið súpuna svo til eftir smekk.

Gott er að bera súpuna fram með ferskri basilíku og góðu brauði.



Betri súrdeigssamlöku er ekki hægt að hugsa sér

Mataræði Frosta samanstendur af hollum og góðum mat. Hann býr með stórkostlegum kokki en getur bjargað sér í eldhúsinu ef þess þarf.

Guðrún Ósk Guðjónsdóttir
 gudrunosk@dv.is



Frosti Logason er stjórnmaálafræðingur að mennt og fjölmiðla stjarna á daginn. Hann er þekktastur fyrir að sjá um útvarpsþáttinn Harmageddon á X-inu 977 en þar að auki er hann mikill matmaður.

Hefðbundinn dagur

„Ég starfa hjá fjölmiðla samsteypunni Sýn, þar sem ég stýri útvarpsþættinum Harmageddon á X-inu 977 á morgnana. Síðan vinn ég í innslögum fyrir Ísland í dag á Stöð 2 eftir hádegið. Þetta er mjög þægilegur vinnutími þar sem ég ræð mér mikið sjálfur þannig að í venjulegu árferði leyfi ég mér að fara talsvert mikið í ræktina og fer þá alltaf í World Class stöðina Laugar. Undir venjulegum kringumstæðum fer ég þangað einu sinni á dag og ég náttúrulega sakna þess mikið núna í þessu samkomubannas-ástandi,“ segir Frosti.

Borðar ekki kjöt

„Mataræði mitt er svona frekar heilbriggt og hollt held ég. Ég borða ekki morgunmat því mér finnst gott að fasta til hádegis. Ég vil ekki vera saddur allan sólarhringinn heldur vill frekar leyfa meltingarkerfinu að fá smá frí inn á milli. Annars borða ég yfirleitt hádegismat í mötuneytinu niðri í vinnu. Þetta er heimsklassa veitingastaður sem er með sjúklega góðan en yfirleitt hollan mat. Fiskréttir eru þar í algjörum sérflokk og síðan eru alltaf góðir grænmetisréttir líka, sem er



Frosti Logason gerir alveg tryllta samloku.

MYNDIR/SIGTRYGGUR ARI

Matseðill Frosta

Morgunmat

Borða ekki morgunmat.

Hádegismatur

Einhver góður grillaður eða ofnbakaður fiskur. Lax og þorskur er í sérstöku upphaldi.

Millimál

Hrökkbrauð og jógúrt.

Kvöldmat

Mexíkóskt fajitas eða taco.

frábært af því ég borða ekkert kjöt,“ segir Frosti.

„Ég gríp mér síðan yfirleitt eina hrökkbrauðsneið og jógúrt í kaffitímanum ef ég er rosalega svangur. Á kvöldin nýt ég þess svo að búa með heimsins besta kokki en Helga Gabriela, konan mín, er rosalega dugleg að búa til eitthvað nýtt í eldhúsinu og það er yfirleitt eitthvað sem er frekar hollt líka.

Ég er ekki mikið í eldhúsinu og elda þar hlutfallslega mjög sjaldan miðað við konuna mína. En ég get bjargað mér ef allt annað bregst. Síðan eru einn eða tveir réttir sem ég tel mig hafa góð tök á þannig að þegar ég elda þá finnst mér ég vera rosalega góður kokkur,“ segir Frosti.

„Upphaldsmaturinn minn er í rauninni bara allt sem konan mín eldar. Ég er sérstaklega hrifinn af öllum mexíkósku réttunum sem hún gerir og svo elska ég súrdeigspitsurnar hennar alveg sérstaklega mikið. Síðan er indverskur matur líka í miklu upphaldi hjá mér,“ segir Frosti.

Uppskrift sem er vinsæl á þínu heimili þessa stundina?

„Upphaldssamlökan mín sem ég get eldað sjálfur er Hancock-samlökan sem ég lærði að gera úti í Boston þegar Orri vinur minn var í námi þar. Hún heitir eftir einum af landsfeðrum Bandaríkjanna sem menn muna best eftir af því að undirskriftin hans á sjálfstæðisyfirlýsingunni var svo miklu stærri en allra hinna sem voru kannski frægari. Betri samloku er ekki hægt að hugsa sér en hún samanstendur af frábæru súrdeigsbrauði sem konan mín gerir, reyktum laxi, eggjahræru og rjómaosti. Þessu er síðan best að skola niður með nýkrestum appelsínusafa.“ ■

Súrdeigssamlöka Frosta

Uppskrift fyrir 2

Súrdeigsbrauð (skera sneiðar nægilega þunnt svo þær komist í brauðrist)

3 egg

1 dl fetastur

1 rauðlaukur

1 Philadelphia-rjómaostur

200 g reyktur lax

Steikið eggjahræruna í hæfilega þunna ommilettu.

Ristið brauð og smyrjið með vænu lagi af rjómaosti.

Hrærið eggin saman við fetast og saxið rauðlauk í litla bita út í eggjahræruna.

Egg og lax sett á milli og samlokan er tilbúin.



ÓREGLULEG SUDOKU

Þessi tegund af sudoku nefnist Óregluleg sudoku. Þar eru kassarnir fyrir tölustafina 9 ekki reglulegir en þrautin er eftir sem áður sú sama, það er að eingöngu má nota hvern tölustaf frá 1 upp í 9 einu sinni í hverjum kassa, þótt hér séu þeir óreglulegir og að í hverri línu, lárétt og lóðrétt gildir það sama og í öðrum sudoku að aðeins má hver tala koma fyrir einu sinni.

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

AMERÍSK KROSSGÁTA

1	2	3	4	5		6	7	8	9	10
11						12				
13						14				
15						16				
17				18					19	
			20			21	22			
23	24	25		26	27			28	29	30
31			32					33		
34								35		
36								37		
38								39		

- LÁRÉTT**
- 1. ópurft
 - 6. skýli
 - 11. kjósa
 - 12. mýking
 - 13. liðormur
 - 14. fróður
 - 15. fránn
 - 16. ríki
 - 17. réttari
 - 19. kjaftur
 - 20. frá

- 21. ónefndur
- 23. gerast
- 26. kirkja
- 31. príl
- 33. afhenda
- 34. skrifara
- 35. ljómi
- 36. vara
- 37. skynfæra
- 38. eyða
- 39. stó

- LÓÐRÉTT**
- 1. í vafa
 - 2. hlýða
 - 3. óskiptan
 - 4. fúslega
 - 5. átt
 - 6. barinn
 - 7. köttur
 - 8. hvíld
 - 9. fugl
 - 10. út
 - 14. blund

- 18. afbragðs
- 22. þjakkur
- 23. rabb
- 24. þrástagastr
- 25. ólyfjan
- 27. heiður
- 28. kk nafn
- 29. ógreiddur
- 30. fjandi
- 32. þungi

STAFARUGL

Leynifiskurinn í síðasta stafarugli var fiskurinn sem ber hið tignarlega nafn **GULLAX**. Hann ber ekki oft á góma í umfjöllun um fiskveiðar hér við land enda ekki nein skipulögð veiði stunduð á honum en hann slæðist oft með í net sjómanna þegar verið er að fanga aðrar fisktegundir.

En burt frá sjónum og aftur upp á land. Í umræðunni í yfirstandandi „kófi“ hefur nöfn margra borið á góma og í þessu stafarugli eru falin 20 nöfn þessa fólks þótt

ekki hafi það allt verið daglegir gestir okkar en fyrst er þó að telja hið margfræga þreyki eins og þau hafa verið kölluð.

Líkt og venjulega eru það 20 nöfn sem finna á en aðeins gefin upp 19 þeirra og það 20. er leynigestur vikunnar. Til að gefa fólki smá vísbendingu þá hafa verið skiptar skoðanir um framgöngu viðkomandi.

Víðir Alma Pórolfur Páll	Sigríður Unnur Thor Katrín	Bjarni Sigurður Guðmundur Þórdís	Logi Þorgerður Sólveig Helgi	Bogi Þórir Jóhannes
-----------------------------------	-------------------------------------	---	---------------------------------------	---------------------------

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

NÝTT Á NÁTTBORÐIÐ

MIKAEL NIEMI
ELDUM BJÖRN

MÓRÐIN Í HÁSKÓLABÍÓ
STELLA BLÖKKVIST

DIMMU BORGIR
ÓTTAR NORÐFJÖRÐ

Samarbókin
Tove Jansson

LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA | Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | Opið alla virka daga 10-18 | Lau. 11-16 | www.forlagid.is



Ásdís Rán situr aldrei auðum höndum. Nýjasta verkefni hennar eru handsaumaðar andlitsgrímur með blúndum og gimsteinum.

MYND/BRYNJA

Ísdrottningin Ásdís Rán Gunnarsdóttir hefur afrekað ótrúlega hluti í viðskiptaheiminum. Hún á langan feril að baki sem fyrirsæta, fyrirtækja-eigandi og frumkvöðull, svo fátt eitt sé nefnt.

Guðrún Ósk
Guðjónsdóttir
gudrunosk@dv.is



Ásdís Rán var gift fót-boltamanninum Garð-ari Gunnlaugssyni. Þau skildu árið 2012 eftir níu ára samband og eiga saman þrjú börn. Ásdís flutti fyrst til Búlgaríu árið 2008 þegar Garðar skrifaði undir samning við fótboltalið í Sofíu, höfuðborg Búlgaríu. Hún flutti til Íslands árið 2017 en fluttist aftur til Búlgaríu í febrúar síðastliðnum. Við ákváðum að líta yfir langan og annasaman viðskiptaferil Ásdísar.

Stoltust af IceQueen

Við ræddum við Ásdísi um viðskiptaævintýrin og spurðum hana hvað stæði upp úr á ferlinum. Hún segir að besta viðskiptaævintýri hennar sé án efa IceQueen-vörumerkið.

„Ég byrjaði á því að hanna snyrtivörur undir IceQueen. Svo fór ég út í húðvörur, sundföt og kjóla. Ég hannaði verslun í Búlgaríu sem leit út eins og íshellir sem var handgerður af fremstu óperusviðslistamönnum Evrópu. Búðin var stórkostlega fallett listaverk,“ segir Ásdís Rán.

„Þetta var ótrúlega skemmtilegt nokkurra ára

tímabil og ég mokaði út vörum bæði erlendis og á Íslandi. En svo kom kreppa hér í Búlgaríu. Meðeigandi minn, Ruja Ignatova sem var í fréttunum í fyrra, fór á hausinn. Verslunarmiðstöðin sem verslunin var í fór einnig á hausinn ásamt því að markaðurinn hrundi. Til að bæta gráu ofan á svart var ég að skilja á sama tíma og einhvern veginn fór allt í vaskinn út af utanaðkomandi aðstæðum sem ég réð ekki við. En þetta var yndislegt ævintýri sem ég á eftir að geta sagt barnabörnunum frá í framtíðinni,“ segir Ásdís Rán með bros á vör.

„Svo er ég alltaf mjög stolt af þyrflugmannsréttindunum og þeim áfanga. Varðandi fyrirsætuférlinn þá gæti ég ekki verið stoltari, ég gerði allt sem mig dreymdi um að gera og átti frábæran feril. Sat fyrir á öllum þeim forsíðum sem mig dreymdi um, kom fram í auglýsingaherferðum, sjónvarpsþáttum og mörgu öðru.“

Ekki góð í bókhaldi

Ásdís Rán segir að það sé vissulega margt sem hún hefði viljað sleppa.

„En þetta er hluti af skóla lífsins held ég. Ég er aðallega frumkvöðull og hönnuður. Mín sterka hlið er að búa til

Ég gerði allt sem mig dreymdi um að gera.

og skapa allt milli himins og jarðar. Ég er hins vegar frekar óskipulögð, áhyggjulaus og mundi ekki treysta mér í eitt-hvað sem snýst um bókhald. Ég er miklu betri í að eyða peningum,“ segir hún.

Snýst um að þora

Ásdís Rán sýnir gott fordæmi þegar hún fylgir draumum sínum og lætur þá rætast. Hún er mikið fyrir að hvetja unga frumkvöðla áfram. „Ég vil hvetja fólk til að elta drauma sína og taka áhættur í lífinu. Framkvæma hugmyndir og læra af reynslunni. Það er ekkert nema jákvætt að mínu mati. Það er fullt af fólki sem velur það að lifa í ramma, gera það sama alla daga og vinna fyrir einhvern allt sitt líf. Það er eitthvað sem ég gæti aldrei gert en það er auðvitað líka

gott og þokkalega „öruggar“ aðstæður.

Það eru lög og reglur um að fólk verði að vera með andlitsgrímur hér í Búlgaríu og verður væntanlega fram á sumar. Ég hef reyndar sent slatta af grímum til Íslands en mér finnst frekar skrítið að það séu ekki harðar reglur um andlitsgrímur þar eins og í öllum öðrum löndum, ekki bara fyrir manneskjuna með grímuna heldur fyrir alla í kring. Mér finnst þetta forgangsatríði á tímum eins og þessum,“ segir Ásdís Rán og bætir við:

„Þetta hefur verið mjög erfíður tími fyrir mig en sólin er að koma og þjóðfélagið að lifna við. Vonandi verður þetta búið fljótlega en þar til verð ég í dvala eins og svo margir aðrir.“ ■

ÞJÓNUSTUSTÖRF

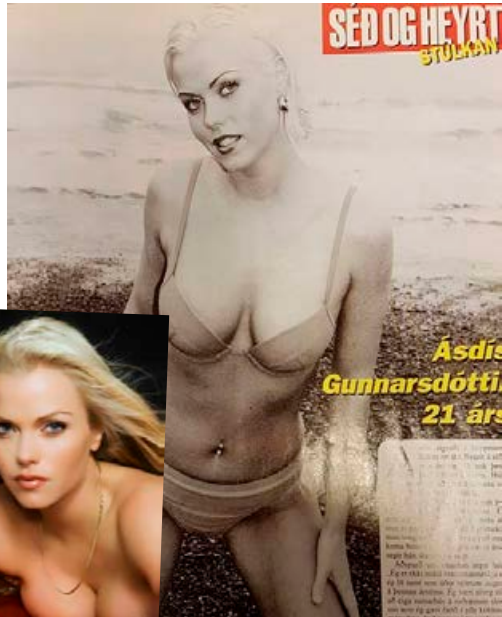
Ásdís Rán byrjaði að vinna á hárgreiðslustofu þegar hún var sextán ára og vann þar í nokkur ár. Hún vann einnig á börum og skemmtistöðum um alla miðborgina á þeim tíma.

GLAMÚRFYRIRSÆTA

Það mætti nánast segja að Ásdís Rán hafi verið fyrirsæta allt sitt líf. Hún var sautján ára þegar hún sat fyrst fyrir og vakti fljótt athygli fyrir fegurð sína og þokka.



MYND/INSTAGRAM @ASDISRAN



SÉÐ OG HEYRT

Ásdís Rán var Séð og heyrt-stúlkann fyrir tuttugu árum. Hún vann keppnina Babes on the Beach árið áður og tók þátt í Miss Fitness.

„Það er mikið að gera hjá mér því ég er í fyrirtækjarekstrarnámi. Ég ætla að stofna fyrirtæki á næsta ári sem er enn þá leyndarmál. Fyrirtækið mun tengjast líkamsrækt en það mun koma betur í ljós í byrjun næsta árs.“

sagði Ásdís Rán við Séð og heyrt á sínum tíma.



PLAYBOY

Fyrirsætuferill Ásdísar blómstraði eftir að hún flutti til Búlgaríu. Hún hefur prýtt þar ófáar forsiður tímarita eins og Max og Playboy.

Ásdís Rán var á forsiðu Playboy í Búlgaríu í júlí 2010. Eitt vinsælasta fréttablað Grikklands tók viðtal við hana og fékk að nota myndirnar úr Playboy-myndatökunni. Playboy í Þýskalandi birti einnig myndabáttinn.

MÓDEL.IS

Ásdís Rán var framkvæmdastjóri IceModels Management, model.is. Hún auglýsti fyrirtækið til sölu árið 2008 og sagði um það:

„Sérsmíðað vefkerfi sem ég hannaði fyrir þarfir skrifstofunnar og heldur utan um allar upplýsingar um fyrirsætturnar og aðra sem eru á skrá hjá fyrirtækinu. Að minnsta kosti 500 manns.“

Fyrirtækið var einnig með umboð fyrir Miss Hawaiian Tropic, Queen of The World, Face of The Universe og margar aðrar fegurðarsamkeppnir.

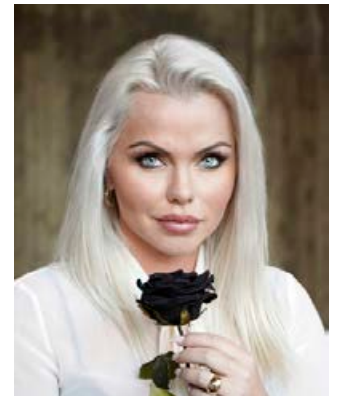


MYND/SKJÁSKOT ICEQUEEN

ICEQUEEN

Ásdís Rán stofnaði fyrirtækið IceQueen og seldi undirföt, kjóla, snyrtivörur og húðvörur. Hún opnaði verslun í Búlgaríu en undirfötin voru einnig til sölu í Hagkaupum.

Árið 2019 fékk hún einkaleyfi á vörumerkinu IceQueen og er því sú eina sem má með réttu kalla sig það.



MYND/BRYNJA

SVARTAR RÓSIR

Ásdís Rán heillaðist svo af svörtum Metanoarósum í Búlgaríu að hún byrjaði að flytja þær inn til Íslands árið 2018. Hún var einnig einkafulltrúi fyrir Metanoa de la Rose á Íslandi.

FOOTBALLERS' WIVES raunveruleikabáttur

Árið 2009 kom hún fram í búlgarska raunveruleikabættinum Footballers' Wives. Hún sagði þættina vera eins konar „raunveruleika-heimildabætti“ sem yrðu sýndir á sjónvarpsstöðinni Nova TV.



MYND/INSTAGRAM

ÞYRLUFLUGMAÐUR

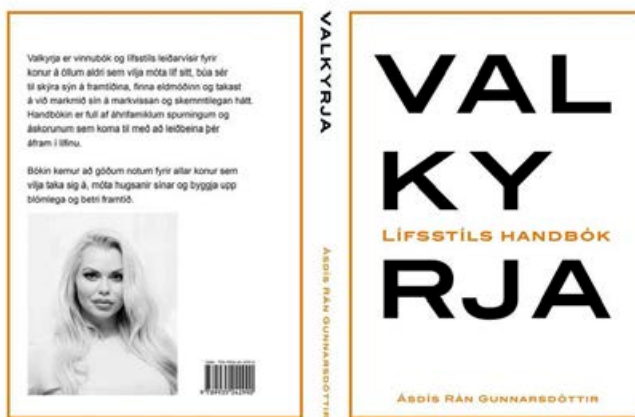
Ásdís Rán byrjaði að læra þyrluflug í Rúmeníu árið 2013. Fyrir fjórum árum fékk hún As350/h125 þyrluleyfi sitt í Svíþjóð og sagði upplifunina magnaða í færslu á Instagram.

Árið 2017 var breski slúðurmiðillinn Daily Mail með ítarlega umfjöllun um glæsi-legustu kvenkyns þyrluflugmennina og var ísdrottningin þar ofarlega á lista.

EINKAÞJÁLFARI

Í gegnum árin hefur Ásdís Rán alltaf verið í fantaformi. Það ætti því ekki að koma á óvart að hún útskrifaðist sem

einkaþjálfari í mars í fyrra. Hún hóf störf við einkaþjálfun hjá World Class og auglýsti þjónustu sína á Instagram.



GAF ÚT BÓK

Ásdís Rán gaf út sjálfshjálparbókina Valkyrju fyrir jólin 2018. Bókin er lífsstílsleiðarvísir og vinnubók fyrir konur á öllum aldri.

FJÁRSVIKAMÁL

Ásdís Rán var flækt í eitt stærsta fjársvikamál síðari ára sem teygði sig til 175 landa. Samkvæmt bandarísku alríkislögreglunni, FBI, náði besta vinkona Ásdísar Ránar, búlgarska athafnakonan Ruja Ignatova, að svíkja út tæpa þúsund milljarða íslenskra

króna á heimsvísu áður en hún hvarf sporlaust í október árið 2017. Ekkert hefur spurst til hennar síðan þá og hafa lögregluþyrirvöld víðs vegar í heiminum reynt að hafa uppi á henni. Ásdís Rán er andlit fyrirtækisins sem talið er að standi að baki svikamyllunni.



MYND/ADSEND

GRÍMUR

Í síðustu viku greindi Ásdís Rán frá því að hún væri byrjuð að hanna og selja andlitsgrímur. Hún segir að sér hafi blöskrað að sjá allar ljótu grímurnar og ákveðið að fara að hanna lúxusandlitsgrímur sjálf. Grímurnar kosta um tvö til fjögur þúsund krónur. Það er einnig hægt að kaupa þrjár grímur saman á 4.700 krónur. Ásdís Rán stofnaði Instagram-síðu fyrir grímurnar, Boutique Masque.

Fjölskylduhornið

Kristín Tómasdóttir, hjónabandsráðgjafi með meiru, hefur gengið til liðs við DV og mun svara spurningum lesenda um málefni er varða fjölskylduna, börn og

ástina. Að þessu sinni svarar Kristín spurningu frá konu sem ber tilfinningar til einstaklings sem er ekki eiginmaður hennar.

Sérfræðingur svarar



ÆTTI ÉG AÐ FARA FRÁ MANNINUM MÍNUM?

Hæ, Kristín. Mér finnst ég vera í erfiðri stöðu þessa dagana, en svo er mál með vexti að ég held að ég sé orðin ástfangin af samstarfsmanni mínum. Ég og maðurinn minn erum búin að vera gift í 20 ár og erum komin á miðjan aldur, börnin orðin voða sjálfstæð og lífið snýst mikið bara um vinnuna. Ég hugsa stöðugt um samstarfsfélagann, roðna eins og smástelpa þegar hann er nálægt mér og hef tekið eftir því að ég er farin að mála mig og klæða mig eins og ég sé á leiðinni á ball fyrir vinnudaginn. Síðan sakna ég hans svakalega þegar hann er ekki í vinnunni og verð hálf ómöguleg. Vandamálið mitt er í raun þetta, fyrst ég finn fyrir tilfinningum til samstarfsfélaga míns, þýðir það að hjónabandið mitt sé búið? Ætti ég að fara frá manningum mínum eða er þetta einhver grár fiðringur?

Ekkert óeðlilegt

Sælar og takk fyrir spurninguna. Starfið mitt gengur að svo miklu leyti út á að spyrja spurninga. Oftast finna skjólstæðingar mínir lausn sinna mála í sínum eigin svörum. Þess vegna kitlar það mig að vita meira um hvað liggur að baki líðan þinni en fyrst ég get ekki spurt þá fylli ég í eyðurnar og vona að það komi ekki að sök.

Ég velti helst fyrir mér hvers vegna þú setur samasemmerki á milli þess að verða skotin í vinnufélaga og að enda hjónaband þitt. Er einhver annar vandi til staðar í hjónabandinu? Langar þig út úr því? Ef ekki, þá get ég sagt þér að margir sem eiga í parsamböndum finna fyrir tilfinningum til annarrar manneskju á einhverjum tímamarki. Það fer svo alveg eftir því hvers eðlis tilfinningarnar eru og hvernig viðkomandi bregst við þeim, hverjar afleiðingarnar verða.

Algengt að þrá eitthvað sem er ekki í boði

Hversu vel þekkir þú vinnu-

félaga þinn? Byggja tilfinningar þínar á fantasíum um hann eða raunverulegum samskiptum? „Ást við fyrstu sýn“ getur verið öryggis tilfinning í tengslum við eitthvað sem þú þráir. Algengt er að þrá eitthvað sem er ekki í boði nema með því að ímynda sér það í annarri manneskju.

Fantasíur fólks ríma oft ekki við lífsskoðanir. Fantasíur eru hugmyndir og ímyndanir sem geta veitt sefjun þrátt fyrir að vera algjörlega á skjön við það sem sami einstaklingur myndi í raun vilja gera. Hugmyndin um vinnafélaga þinn, hvort sem hún er af tilfinningalegum eða kynferðislegum toga, getur veitt þér einhverja nautn sem þú myndir mögulega ekkert fá út úr ef af henni yrði í raun og veru.

Þá vitum við vel að þegar einhvern skortir eitthvað í parsambandi þá er auðvelt að leita annað eftir því sem ekki er uppfyllt. Út frá þeim forsendum sem þú gefur upp í spurningu þinni gef ég mér að það sé ekki allt eins og þú myndir vilja hafa það í hjónabandi þínu. Hefur þú rætt við maka þinn um það?

Er kominn tími á að kaupa sér krumpugalla í stíl?

Ef líf ykkar hjóna snýst fyrst og fremst um vinnuna, þá er ekkert undarlegt við að með tímanum líði hjónabandið fyrir það. Í góðum hjónaböndum er til staðar vinátta og þar nýtur fólk samveru við hvort annað.

Ef líf ykkar snýst um vinnuna, samvera ykkar er lítil og þú ert farin að líta í kringum þig, þá gæti verið ráð að reyna að finna þráðinn á milli ykkar hjóna á ný.

Er kominn tími á að kaupa sér krumpugalla í stíl, golfsett eða gönguskó? Búa til ánægjulegar stundir, skapa samtöl og minningar sem áður var ekki tími fyrir? Kannski gætir þú nýtt þetta skot til þess einmitt að bretta upp ermar og laga núverandi samband.

Eins og ég væri nú örugg-



Ég velti helst fyrir mér hvers vegna þú setur samasemmerki á milli þess að verða skotin í vinnufélaga og að enda hjónaband þitt.

lega góð í því, þá get ég ekki sagt neinum hvort hann eigi að vera eða fara í sínu sambandi. Það er ákvörðun sem við þurfum öll að taka sjálf á okkar forsendum. En ég get sagt þér að það skilur enginn klukkan 17.00 á þriðjudegi án formála eða eftirmála.

Skilnaður er alltaf ferli sem fólk þarf að leyfa sér að ganga í gegnum og stundum þarf að taka eitt skref áfram

og tvö aftur á bak. Í slíku ferli getur fólk mátað sig við aðra aðila, sumir stytta ferlið verulega með því að halda framhjá og aðrir snarhætta við þegar þeir finna að grasið er ekki alltaf grænna hinum megin.

Mögulega ert þú í skilnaðarferli. Mögulega kalla þessar tilfinningar á að þú leggir vigt og vinnu í núverandi hjónaband þitt. Andaðu

inn og hlustaðu eftir því á hvorri vegferðinni þú ert. ■

Við hvetjum lesendur til að senda spurningar og vangaveltur sínar til Kristínar í tölvupósti á: hjonabandssaela@gmail.com.

Spurningunum verður svo svarað hér í Fjölskylduhorninu, að sjálf-sögðu nafnlaust og undir fullum trúnaði.

SPÁÐ Í... stjörnurnar



LESID Í TAROT **Sólveig Anna Jónsdóttir**

STJÖRNU SPÁ **Vikan 01.05. – 07.05.**

Nú taka við friðsælli samningaviðræður

Sólveig Anna Jónsdóttir, formaður Eflingar og aðgerðasinni, er fædd í Tvíbura-merkinu. Lúna Fírenza, spákona og tarot-meistari DV, lagði spilin fyrir hana.

Manni leiðist sjaldan í kringum fólk sem fætt er í Tvíbura-merkinu. Þu eru opin, gáfuð, forvitin og með fjölbreyttan karakter. Þau eiga mjög auðvelt með aðlagast aðstæðum en helsti ókostur þeirra er að þau eiga það til að vera hvatvís og óákveðin.

Tía í mynt

Lykilorð: Fjárhagslegt öryggi, fjölskylda, langtíma-árangur, framlag

Fyrsta spil þitt er mikið happaspil. Táknrænt fyrir að uppskera eftir langa og erfiða vinnu. Spilið stendur helst fyrir fjárhagslegt öryggi. Leiðin hingað hefur verið löng og ströng og því er það mikill léttir að þetta spil birtist þér. Markmið þín hafa tekið langan tíma að verða að veruleika en nú sérðu loks hreyfingu sem mun tryggja öryggi hjá mörgum fjölskyldum.

Stafadrottning

Lykilorð: Hugrekki, sjálfstraust, sjálfstæði, ákveðni

Þetta spil helst vel í hendur við fyrsta spilið þitt og staðfestir þessa uppskeru sem komin er á kortin. Oft þarf hugrekki til þess að taka erfiðar ákvarðanir og það er einmitt það sem þú þarft að gera til þess að ná þínu fram. Spilið hvetur þig til þess að fara meira inn í auðmýktina. Oft er maður fastur í ákveðnum ham þegar maður hefur staðið lengi í barningi. En nú mátt þú leggja spjótin til hliðar, sigurinn er þinn, nú taka við friðsælli samningaviðræður.

Stafaás

Lykilorð: Innblástur, ný tækifæri, vöxtur, möguleikar

Þetta er nú meiri jákvæðniþrennan hjá þér, það er allt á uppleið! Ferskur blær umlykur þig og með honum koma nýja hugmyndir, innblástur og tækifæri. Virkilega góður tími til þess að setja sér ný markmið!



MYND/ERNIR

Skilaboð frá spákonunni

Til hamingju með þessa gleðispá, það er allt að gerast hjá þér. Ég mæli með að þú farir að halda dagbók það er bæði róandi og hjálpar til við að halda utan um ný markmið.



Svona eiga þau saman

Nýjasta stjörnupar Íslands

Tónlistarmaðurinn Bjarni Lárus Hall og fjölmiðlakonan Sunna Sæmundsdóttir eru nýjasta stjörnupar Íslands. Bjarni, eða Baddi, er þekktastur fyrir að vera söngvari hljómsveitarinnar Jeff Who?. Sunna er rísandi stjarna í fjölmiðlaheiminum og ættu flestir landsmenn að kannast við hana úr kvöldfréttum Stöðvar 2.

DV lék forvitni á að vita hvernig Baddi og Sunna eiga saman ef lítið er til stjörnumerkinganna.

Baddi er Meyja og Sunna er Sporðdreki. Meyjan og Sporðdrekin eiga bæði erfitt með að treysta öðrum og hafa loksins einhvern til að ræða við um þessi mál. Annað þeirra óttast svikara. Þau vilja aldrei bregðast hinum aðilanum. Samskipti eru styrkleiki þarsins. Þau ná mjög vel saman vitmunalega og halda hvort öðru á tánum. Meyjan og Sporðdrekin eru reiðubúin að ganga alla leið saman og skuldbinda sig hvort öðru. Þetta er mjög áhugavert þar þegar kemur að kynlífi. Meyjan er feimin í rúminu meðan Sporðdrekin gengur nánast um eins og kynlífið uppmálað. ■



Bjarni Lárus Hall
18. september 1979
Meyja

- Tryggur
- Ljúfur
- Vinnusamur
- Hagsýnn
- Feiminn
- Ofurgagnrýninn

Sunna Sæmundsdóttir
3. nóvember 1987
Sporðdreki

- Úrræðagóð
- Hugrökk
- Ástríðufull
- Þrjósk
- Afbrýðisöm
- Dularfull

♈ Hróttur

21.03. – 19.04.

Þetta er einstaklega hressandi vika fyrir Hróttinn. Það þarf ekki mikið meira en smá sól og búbbur í glas til þess að gleða þig og allt þetta vonleysi frá síðustu viku gufar upp! Með þessari nýfundnu gleðiorku ertu farin/n að huga að fjárfestingartækifærum. Nú er góður tími til að kanna það frekar...

♉ Naut

20.04. – 20.05.

Hrikalega ertu orðheppin/n þessa dagana! Þú ert virkilega ánægð/ur með þinn eigin félagsskap sem er fínt þar sem við erum á lokaspretti einverunnar. Þú hugsar jafnvel: „Ég ætti að skrifa bók eða byrja með podkast? Hrikalega er ég skemmtileg/ur!“ Njóttu þín í þessu augnabliki. Sjálfsást er góð!

♊ Tvíburar

21.05. – 21.06.

Má ég giftast vinnunni minni? Hvað ert þú að gera? Á ég að hjálpa þér með það? Tvíburanum leiðist þessa vikuna og finnur fyrir smá eirðarleysi sem gæti orðið að einhverju skemmtilegu ævintýri því hann ætlar að finna sér eitt-hvað að gera... Hvað sem það nú verður.

♋ Krabbi

22.06. – 22.07.

Krabbinn er farinn að hafa það ooof notalegt. Hann er farinn að venjast jogginggallanum og spyr sig hvort hann þurfi nokkurn tíma að klæða sig aftur upp á fyrir eitthvað! Nú er mælt með því að segja upp Netflix-áskriftinni og koma sér út úr húsi! Koma svo, út með þig!

♌ Ljón

23.07. – 22.08.

Jesss! Þú er komin/n í Jane Fonda girinn þessa vikuna og ert búin/n að finna þér gott æfingasmáforrit og jafnvel mana vin til þess að taka þátt í því með þér. Planka-keppni. Hver er memm? Ef þú átt vin í Krabbamerkinu, þá gæti hann haft gott af því að fá smá af þínu peppi.

♍ Meyja

23.08. – 22.09.

Þú þráir fátt meira en að komast í frí og áttir jafnvel að vera þar núna! Stjörnurnar hvetja þig til að byrja að læra nýtt tungumál fyrir fríið á næsta ári eða skipuleggja ferðina hringinn í kringum landið. Bara það að plana eitthvert ferðalag mun veita þér hugarró.

♎ Vog

23.09. – 22.10.

Þú átt það til að gefa þig alla/n í hlutina þannig að þú verður bitur þegar þú færð það ekki til baka. Passaðu bara að hugsa þig tvisvar um áður en þú talar svo þú sjáir ekki eftir neinu á þessu tímabundna sjálfsvorkunnartímabili. Minntu þig á það sem þú ert þakklát/ur fyrir.

♏ Sporðdreki

23.10. – 21.11.

Þessa vikuna færðu loks svar við þessum vangaveltum. Hvert er þetta samband/samstarf að fara og hvernig mun það þróast? Loks kemur þú orðum að því og finnur gott tækifæri til að ræða þessi mál. Þungri byrði er af þér létt sem mun auðvelda þér að plana næstu skref...

♐ Bogmaður

22.11. – 21.12.

Nú er tími fyrir skipulag. Þú nennir ekki að sóa tíma þínum því markmið þín og dugnaður eru of mikilvæg. Gott skipulagskerfi gæti hjálpað þér um þessar mundir og svo muntu skrifa undir samninga sem mun létta töluvert á álaginu. Áfram þú, kæri Bogmaður!

♑ Steingeit

22.12. – 19.01.

„Lights, camera, action!“ Þú ert tilbúin/n fyrir kvikmyndakráið. En hvar eru þau? Kannski er núna bara hinn tími til þess að halda áfram með Instagram-innslögin eða jafnvel stofna IGTV því þú finnur fyrir þinni innri Kardashian og vilt að heimurinn taki eftir því!

♒ Vatnsberi

20.01. – 18.02.

Þú gleymir sjálfri/sjálfun þér í Pinterest-möppum þessa vikuna og langar að fönðra allan heiminn. „Nailed it“ kakan gæti jafnvel vakið hlátrasköll sem bjargað gætu vikunni. Láttu þinn innri Picasso taka völdin og endilega deildu útkomunni með okkur öllum.

♓ Fiskur

19.02. – 20.03.

Þú ert heldur betur að taka til í lífi þínu þessa dagana og nýir og spennandi tímar eru fram undan! Tiltektar-tilhlökkunin er svo mikil að þú selur næstum af þér flíkurnar, en safnarinn sem þú ert veit líka að með hverri spjör sem þú losar þig við er tækifæri til að kaupa eitthvað nýtt í staðinn! Nú er góður tími til að fjárfesta í gróðurhúsi.

Á EFTIR BOLTA KEMUR BRASK

Hetjurnar á vellinum kunna líka að koma hlutum í framkvæmd þegar kemur að viðskiptum.

Íslenskir landsliðsmenn í fótbolta hafa látið að sér kveða í íslensku viðskiptalífi síðustu ár. Allt frá því að framleiða húðvörur í að starfa í sjávarútvegi, þá hafa leikmennirnir sem þjóðin hefur fylgst með á skjánum gert það

gott í viðskiptalífinu. Knattspyrnumennirnir ásamt harðduglegum eiginkonum sínum hafa komið á fót fyrirtækjum sem Íslendingar hafa tekið vel, þegar mennirnir hætta að elta bolta bíður þeirra vinna frá níu til fimm.



Rúrik fær sér í glas í fötum sem hann framleiðir.

MYND/EYÞÓR

RÚRIK GÍSLASON

Eftir að hafa orðið heimsfrægur á heimsmeistaramótinu í Rússlandi hefur Rúrik slegið í gegn í viðskiptum. Á síðasta ári setti hann á markað Glacier Gin sem hefur verið áberandi síðan. Áfengið hefur verið einkar vinsælt á meðal ferðamanna. „Þetta selst eins og heitar lummur í Fríhöfninni. Útlendingurinn

og Íslendingurinn virðast vera að taka mjög vel í þetta. Þetta er náttúrulega íslenskt vatn, flaskan er ótrúlega flott og það eru mikil gæði í þessu,“ sagði Rúrik þegar ginið var komið á markað. Hann hefur svo haldið áfram í viðskiptum og er nú að hasla sér völl á fatamarkaðnum með fyrirtækið Bökk, sem framleiðir peysur og húfur.

EMIL HALLFREDSSON

Þó að hér sé rætt um Emil Hallfredsson landsliðsmann í sambandi við viðskipti þá er óhætt að segja að eiginkona hans Ása Reginsdóttir hafa verið allt í öllu þegar kemur að því að markaðssetja vörur þeirra hjóna hér á landi. Ása hefur notið mikilla vinsælda á samfélagsmiðlum með vörurnar. Olífa olíurnar hafa notið gríðarlegra vinsælda og Allegrini og di Lenardo rauðvínið hefur selst vel í ÁTVR. Hjónin hafa átt í fleiri viðskiptum hér á landi, þau hafa flutt inn pasta frá Ítalíu og Ása hefur framleitt fallegar vörur fyrir börn í gegnum fyrirtæki þeirra Pom Poms & co. Hjónin hafa lengi búið á Ítalíu og færa nú Íslendingum gæðavörur þaðan.



MYND/ANTON BRINK

ÓLAFUR INGI SKÚLASON

Ólafur Ingi hefur ásamt félögum sínum slegið í gegn með smáforritið Sportabler. Mörg íslensk íþróttafélög hafa tekið smáforritið í gagnið og hefur það fengið góðar viðtökur. Íþróttafélög geta komið öllum skilaboðum í gegnum forritið til iðkenda

og foreldra. Allar æfingar á komandi vikum liggja fyrir og foreldrar eiga auðveldara með skipulag. Þeir sem þekkja til telja að forritið mun innan tíðar fara á erlendan markað en félög í Þýskalandi hafa áhuga á að taka Sportabler til notkunar.



Ofurparið Aron Einar og Kristbjörg fá góðar hugmyndir í Katar.

MYND/ANDRI MARINÓ

ARON EINAR GUNNARSSON

Aron Einar og eiginkona hans Kristbjörg Jónasdóttir hafa getið sér gott orð í viðskiptum hér á landi síðustu ár. Þau eiga um tíu prósent hlut í Björbóðunum sem slegið hafa í gegn á meðal erlendra

ferðamanna, Íslendingar hafa einnig baðað sig í björnum á Árskógssandi. Það var svo undir lok síðasta árs sem þessi öflug hjón fóru að framleiða húðvörur. AK Pure Skin er húðvörulína þróuð

af þeim hjónum í samvinnu við Pharmarctica. Húðvörur sem henta bæði konum og karlmönnum. Óhætt er að segja að vörurnar hafi slegið í gegn og verið mjög áberandi í íslensku samfélagi.



Kátir voru karlar á kúttar Haraldi, til fiskiveiða fóru frá Akranesi. MYND/EYÞÓR

GYLFI ÞÓR SIGURDSSON

Þessi besti knattspyrnumaður Íslands hefur verið nokkuð umsvifamikill í íslensku viðskiptalífi, hann hefur verið stórtækur á fasteignamarkaðnum hér á landi og fjallað hefur verið um það. Þá er Gylfi eigandi í Blikabergs ehf. sem er útgerðarfyrirtæki í Sandgerði. Fyrirtækið á hann ásamt föður sínum Sigurði Aðalsteinssyni.

Þeir fiska sem róa en Gylfi fylgist mikið með veiðunum ef marka má liðsfélaga hans í landsliðinu. „Gylfi er nú nokkuð góður herbergisfélagi. Það er helst þegar hann er að fylgjast með fiskibátum. Að horfa á sjómennina veiða, það er svolítið þreytt. Það er hræðilegt, ekkert að fréttu þarna,“ segir Sverrir Ingi Ingason um Gylfa Þór.

Laun lögreglumanna þau sömu og þau voru árið 2002

Við lögreglumenn höfum reynt að eiga raunverulegar samræður við ríkið um kjör okkar í mörg ár.

Samningur sá sem við vinnum eftir í dag rann út fyrir meira en ári síðan.

Við sitjum enn við samningaborðið án nokkurs árangurs.

Lögreglumenn hafa ekki verkfallsrétt og það hefur ríkið nýtt sér til þess að framlengja löngu úrelta samninga.

Við skulum rifja upp örfá atriði með þeim.

Bjarni Benediktsson, fjármálaráðherra og formaður Sjálfstæðisflokksins sagði í fréttum RÚV árið 2017:

„Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra segir að ríkið leggi áherslu á að í kjaraviðræðum sýni hópar fram á það með gögnum að þeir hafi dregist aftur úr sínum samanburðarhópum í launum“

- Fréttir RÚV 3. júlí 2017-

Með vísan í ofangreint er rétt að minna hæstv. ráðherra á innihald svars hans við fyrirspurn **Bjarkeyjar Olsen**, núverandi þingflokksformanns VG, og spyrja sig hvort að það sé ekki máli okkar til stuðnings:

„Laun lögreglumanna á raunvirði eru í dag svipuð því sem var árið 2002. Hafa þau lækkað um tæplega 9% síðan þau voru hæst árið 2005. Þetta kemur fram í skriflegu svari Bjarna Benediktssonar, fjármála- og efnahagsráðherra.“

- Mbl.is 15. mars 2016-

Katrín Jakobsdóttir, forsætisráðherra og formaður VG, í umræðu um löggæslumál á Alþingi þann **15. október 2015**:

„Ég vil spyrja hæstv. ráðherra í ljósi þess að hér liggur fyrir frumvarp þriggja þingmanna og jafnvel fleiri, um að lögreglumenn fái verkfallsrétt eins og aðrar stéttir: Styður hæstv. ráðherra það? Ef ekki, er þá ekki enn brýnni þörf á að koma til móts við kröfur lögreglumanna þannig að hér verði tryggður stöðugleiki og öryggi almennings?“

Þá er rétt að minna hæstv. ráðherra á ályktun frá landsfundi VG í **október 2019**:

„Landsfundur Vinstrihreyfingarinnar – græns framboðs 18. – 20. október 2019 tekur undir kröfur lögreglumanna um að þeir hafi verkfallsrétt.“

Að lokum er rétt að minna **Sigurð Inga Jóhannsson**, samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra og formann Framsóknarflokksins á ályktanir flokksþings Framsóknarflokksins frá árinu **2016**:

„Það er ein af grunnskyldum ríkisins að tryggja öryggi borgaranna. Forsenda þess er öflug löggæsla. Tryggja þarf lögreglu nægilega góð starfsskilyrði til að hún geti sinnt þeim fjölmörgu verkefnum sem að henni snúa um land allt, allan ársins hring.“

Kæru landsmenn. Við lögreglumenn höfum verið án kjarasamnings í meira en ár en stöndum samt okkar vakt. Þetta ástand getur ekki gengið lengur.

Við verðum að sjá til þess að stjórnvöld standi sína vakt.



Stjórn Landssambands lögreglumanna.



fuzzy

Íslensk hönnun: Sigurður Már · Íslensk framleiðsla



SAND KORN



Vel tengd á lausu

Fyrirverandi fréttakonan og almannatengillinn Kristín Ýr Gunnarsdóttir er laus og liðug – bæði við Covid og karlmenn. Kristín fékk veiruna viðsjárverðu og deildi með þjóðinni í viðtölum og pistli hversslags viðbjóður það væri að vera föst heima, lasin og ófær um að annast börnin sín. Kristín er nú orðin frísk eftir langa einangrun og er á lausu samkvæmt heimildum DV en hún og alþingismaðurinn Kolbeinn Óttarsson Proppé höfðu verið að rugla saman reytum.

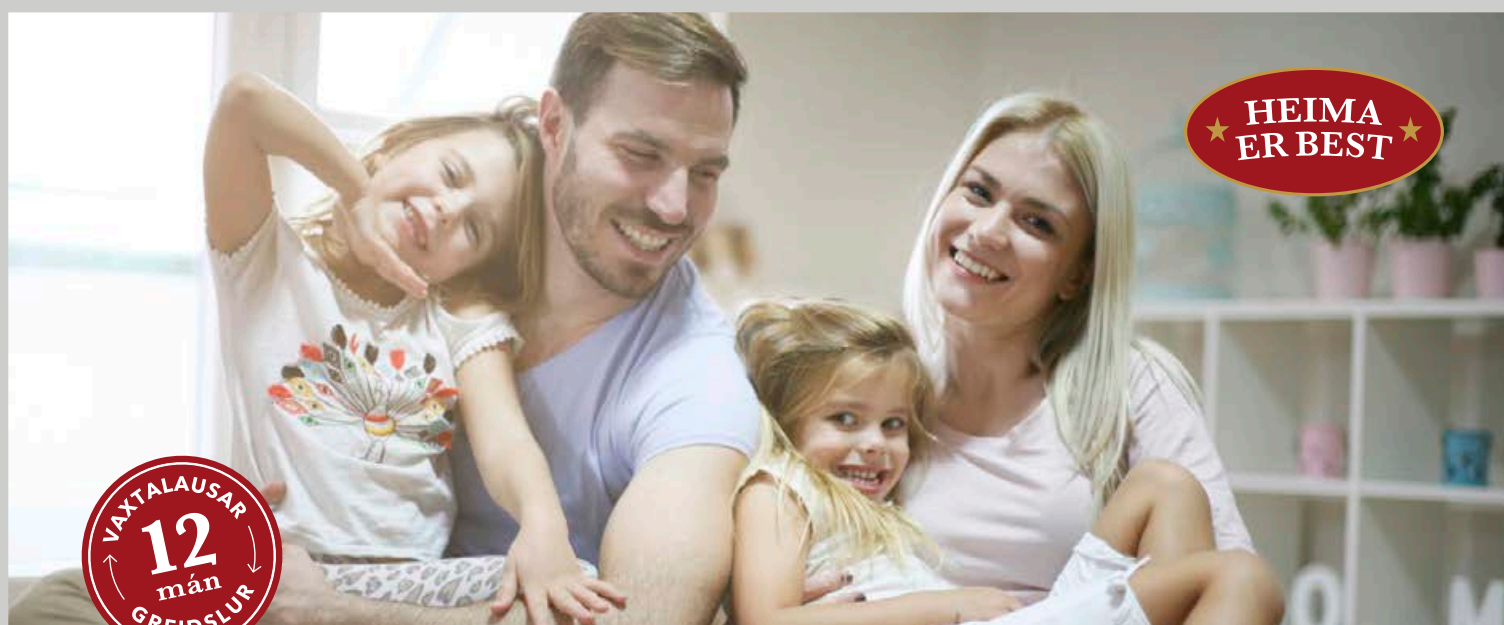
Ráðherra í hettupeysu

Þórdís Kolbrún Reykjavíkur Gylfadóttir, ferðamála-, iðnaðar- og nýsköpunarráðherra, vakti athygli á föstudaginn var þegar hún mætti í hettupeysu í þáttinn Vikan með Gísla Marteini. Netverjar voru ánægðir með ráðherra sinn fyrir afslappaðan klæðnað. Kannski er þarna að merkja stefnubreytingu hjá íslenskum stjórnálmönnum og kannski stýttist í það að þingmenn megi loks skammarlaust klæðast gallabuxum í þingsal, en þekkt varð það um árið þegar Elín Hirst var harðlega gagnrýnd fyrir nákvæmlega það á þingi árið 2013. Var það sagt fyrir neðan virðingu Alþingis og alltof óformlegt. Þingmaður Pírata, Björn Leví Gunnarsson, hefur verið gagnrýndur fyrir að neita að klæðast skóm í þingsal, og er hann þar að auki gjarnan í ósamstæðum sokkum. ■



Eru hettupeysur hin nýju peysuföt?

LOKI



HEIMA ER BEST

VAXTALAUSAR
12
mán
GREIÐSLUR

FRÍR
FLUTNINGUR
UM ALLT LAND
*NEMA ÚTSÖLUVÖRUR

KYNNTU ÞÉR VÖRUÚRVALIÐ
OG VERSLAÐU Í RÓLEGHEITUM
Á SVEFN OG HEILSA.IS

VEFVERSLUN
svefnogheilsa.is

★ GERIÐ GÆÐA- OG VERÐSAMANBURÐ ★

NÝ SENDING AF SÆNGUM
BY BRINKHAUS



ÚRVAL AF SÓFUM
OG HVÍLDARSTÓLUM



PRESTON

Svefn sófi

Verð áður kr. 249.900

NÚ AÐEINS KR. 224.910

EITT MESTA ÚRVAL LANDSINS
AF HEILSUDÝNUM



20-50%
AFSLÁTTUR

NÝTT OUTLET

Gerðu frábær kaup

20-50%
AFSLÁTTUR

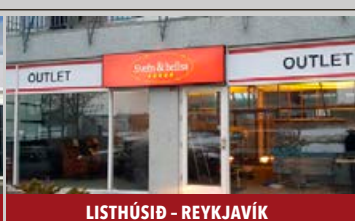


Afsláttur af skiptidýnum, eldri gerðum, sófum, hvíldarstólum, mjúkvöru og fl.

Svefn & heilsa



BALDURSNES 6 - AKUREYRI



LISTHÚSIÐ - REYKJAVÍK



LISTHÚSIÐ - REYKJAVÍK



UM FJÓRÐUNGUR LANDSMANNA
SEFUR Á DÝNU FRÁ SVEFN & HEILSU*
*Samkvæmt könnun frá Gallup.

LISTHÚSINU LAUGARDAL s. 581 2233 | BALDURSNESI 6, AKUREYRI s. 461 1150 | OPIÐ virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga frá kl. 12-16
UMBODSADILAR Húsgagnaval, Höfn í Hornafirði og Bara snilld, Egilsstaðir