



Sagan mín er leyndarmál

Elísabet Ronaldsdóttir bjó tímabundið í Kvennaathvarfinu. Hún lýsir áhrifum ofbeldis á líf sitt.
– sjá síðu 10



Guðmundur talinn hæfastur



Hafnaði stórkrossinum



Tími til að rækta tengslanetið

UPPÁHALDS

Pétur Krogh Ólafsson er aðstoðarmaður borgarstjóra. Þetta eru uppáhaldsstaðirnir hans í borginni:

**1 Vitinn við Sæbraut**

Nýi, guli vitinn og umhverfið í kringum hann er ótrúlega skemmtilegt, stutt frá heimilinu og þægilegt að renna sér þangað á hjólinu og anda að sér hafgöllum. Göngustígurinn með fram Sæbraut er reyndar fullur af litlum og skemmtilegum áfangastöðum fyrir alla fjölskylduna.

2 Hlemmur

Hlemmur hefur alltaf verið í sérstöku uppáhaldi hjá mér, heimilisleg borgarstemning í alveg magnaðri byggingu. Eftir að Hlemmi var breytt í mathöll er hann orðinn að sannkölluðu akkeri fyrir efri hluta Laugavegs og fram undan eru spennandi breytingar á umhverfinu í kring.

3 Laugavegur

Mómentið þegar maður getur hætt að hafa áhyggjur af bílaumferð og bara sleppt takinu á börnunum sínum á göngugötunni Laugavegi er alveg ómetanlegt. Stemningin á Laugavegi á fallegum sumardegum er engri lík.

4 Laugarnesið

Mér finnst gaman að hjóla á stígum í borginni, sérstaklega með fram sjónum. Finnst oft þægilegt að taka stuttan hjólatúr um Laugarnesið og enda í fjörunni við Skarfaklett. Mæli hiklaust með því.

5 Steinbryggjan

Þegar borgin tók hluta Tryggvagötu í gegn kom gamla Steinbryggjan í ljós. Hún var gerð upp og núna er kominn nýr skjólgóður áfangastaður í borginni. Fínt að fara þangað í hádeginu í góðu veðri og setjast niður með kaffibolla eða eina pulsu af Bæjarins bestu.

Að „láta“ berja sig

Ó

sjaldan hefur besta fólk misst út úr sér: „Af hverju er hún ennþá með honum?“ og vísar með hneykslan í meint ofbeldissambönd. Ég sjálf gerði það nú síðast í morgun. Staðreyndin er sú að það er hættulega auðvelt að sogast inn í óheilbrigð sambönd. Jafnvel mestu töffarar Íslandssögunnar hafa búið við ofbeldi. 10% aukning hefur orðið á tilkynningum til lögreglu vegna heimilisofbeldis hér á landi undanfarið. Það er stríðsástand í næsta húsi.

Ég var 17 ára í fyrsta skipti sem ég upplifði „sogið“. Þegar karlmaður reynir að soga mig inn í að það að beita konu ofbeldi sé eðlilegt ástand, sjálfskapað og verðskuldað. Ég skrifaði niður þessa upplifun mína á þeim tíma og minni mig stundum á hvað það er auðvelt að standa ekki með sjálfri sér.

Ég kynntist myndarlegum manni. Hann var töluvert eldri en ég, smart til fara, með breitt bros og í eftirsóknarverðu starfi. Ég hafði heyrt einhverjar undarlegar sögur af honum og fannst frekar ómurlegt þegar hann sagði mér að halda kjafti í bíó einu sinni. En ég var ung, með lítið sjálfs-traust og hélt að þetta hefði kannski bara verið djók?

Stuttu seinna biður hann mig um að sækja sig niður í bæ. Ég heyri á honum að hann er vel fullur en dríf mig af stað. Hann stekkur inn í bíl í miðbænum en ég kemst ekki lengra en að gamla Kolaportinu þegar hann er farinn að ausa yfir mig svívirðingum. Ég stoppa bílinn og skipa honum að fara út. Hann rífur af mér lyklana og læsir bílnum. Situr svo glottandi og ég sé einhvern geðveikisglampa í augunum á honum sem ég hef ekki séð áður. Ég finn innilokunarkenndina magnast upp – ég er orðin dýr í búri úti í dimmum vegarkantinum. Mér hefur aldrei fundist ég eins lítil. Ég óskra á hann að láta

Ég er orðin dýr í búri.

mig hafa lyklana og finn hvernig ég fæ gæsa húð af hræðslu þegar hann reiðir hnefann til höggs. Ég stirðna upp og spyr hvort hann ætli að berja mig. Hann róast og lætur höndina síga og mig fá lyklana að bílnum. Ég keyri titrandi af stað en fljótlega byrjar hann aftur að óskra á mig. Ég segi ekki neitt en keyri hratt og er dauðfegin þegar ég beygi inn götuna hans. Í bræðiskasti rífur hann í stýrið og óskrar á mig: ERTU EKKI AÐ HLUSTA Á ÞAÐ SEM ÉG ER AÐ SEGJA?

Það er hávetur og glerhálka. Bíllinn skautar yfir götuna og ég rétt næ að sveigja fram hjá ljósastaur og nauðhemla. Þarna tryllist ég og skipa honum að koma sér út úr bílnum. Sem hann til allrar hamingju gerði.

Ég komst heil – en hrædd – heim og eftir nokkur sms frá honum slökkti ég á símanum.

Daginn eftir hringdi maðurinn og vildi bjóða mér út að borða. Hann var mjög hissa á að ég væri ekki til í það. Sagðist ekkert muna eftir þessu „drama“ eins og hann kallaði frásögn mína. Eftir langt símtal endaði hann á þessum orðum: „Ef þú hefðir ekki verið svona erfið hefði ég ekki þurft að æsa mig eða dangla í þig!“

Já, einmitt! Þarna voru þau komin – orðin sem soga konur inn. Ég náði að losa mig við þennan mann en ef ég hefði verið aðeins meðvirkari hefði ég kannski fallið fyrir þessu. Lengi eftir þetta langaði mig að hjálpa honum – fá hann til að skilja. Hann átti víst erfiða æsku... Þarna skildi ég hversu auðvelt það er að sogast inn í ofbeldissamband.

Stutt seinna fór hann í fangelsi fyrir að misþyrma tveimur ungum stúlkum sem ég þekki – hrottalega.

Hann hefur sent mér vinabeirni á Facebook sem ég afþakka pent. Ég vil ekki þurfa að verða „erfið“ við hann aftur. ■

Fólk sem hatar Kópavogsbúa

SVART HÖFÐI

Nú á endanlega að gera út af við Kópavogsbúa. Hafa þeir ekki þjáðst nóg? Aftur er komið verkfall og virðist hvorugur aðilinn við samningaborðið ætla sér að gefa neitt eftir. Svarthöfði sér ekki fram á að eiga einn einasta orlofsdag eftir í sumar, öllum varið heima með afkvæmunum í óvissu-ástandi sökum faraldurs eða verkfalls.

Það er eins og hvorugur samningsaðila muni eftir því að það er skólaskylda á Íslandi og að mennt sé máttur og allt það. Maður spyr sig hvort grunnskólamenntun sé kannski ekki eins merkileg og af er látið fyrst engum þykir tiltökumál að grunnskólabörn í Kópavogi hafa varla lært

stakan staf í skólanum á þessari önn.

Þegar grunnskólakennarar fóru í verkfall á sínum tíma voru sett lög á verkfallið með þeim rökum að það væri skólaskylda hjá börnunum sem væri lögboðin og bla, bla, bla. En nú þegar löggjafinn, líklega þar sem honum er skítsama um sveitarfélög sem eru ekki Reykjavík. Nú á að styðja við hinn og þennan sem hafa farið illa út úr Covid-19 ástandinu, en hvað með þá sem hafa þar að auki beðið tjón vegna verkfalla, og hvað með Kópavogsbúa?

Nú ætlar Svarthöfði ekki að taka afstöðu með eða á móti Sambandi íslenskra sveitarfélaga eða Eflingu en kemst þó ekki hjá því að annar aðilinn virðist nota börnin okkar sem vopn í launabaráttu á meðan hinn aðilinn virðist

telja börnin ásættanlegan fórnarkostnað.

Síðan virðist gleymast að sumarfríið er fram undan og orlofsdagur launþega eru takmarkaðir, oftast um mánuður. Hins vegar fá grunnskólabörn þriggja mánaða sumarleyfi.

Þó að það hafi þótt ásættanlegt fyrir tveimur áratugum að afhenda 6 ára barni lyklana að húsinu og skilja það eftir heima tímum saman þá yrði Svarthöfði fljótlega tilkynntur til barnaverndarnefndar ef hann ætlaði að leika það eftir í dag. Því sér Svarthöfði fram á að þurfa að eyða á annað hundrað þúsunda fyrir hvert afkvæmi í sumarnámskeið, því Svarthöfði á nánast enga orlofsdaga eftir og hefur, líkt og svo ótrúlega margir, engin tók á því að taka sér ólaunað leyfi frá störfum.

Hvað er Samband íslenskra sveitarfélaga að spá að halda að það geti fengið Eflingu til að semja verr en hún gerði við höfuðborgina? Svarthöfði væri til í að vita hvað þessi samninganefnd er að hugsa. Það er eins og nefndin hafi aldrei heyrt nafnið Sólveig Anna Jónsdóttir áður og viti ekki við hvern hún er að eiga. En Efling? Veit hún ekki að margir félagsmenn hennar eru komnir í ómurlega stöðu, sérstaklega þeir sem eru með börn í skólum og leikskólum í Kópavogi. Það eru jú einkum konur, sérstaklega einstæðar, í láglaunastörfum sem eiga erfiðast með að fá sumarið til að ganga upp.

Og hvað með Svarthöfða? Og hvað með börnin hans? Hvers konar sumar eru þau að fara að fá? Ekki neitt, er svarið. Ekki. Fokking. Neitt. ■

Viltu verða DAS millíónær?

Malaðu gull með einum músarsmelli og kaupu
miðann þinn á **das.is**. Dregið vikulega.



HAPPDRETTI

das.is

MEST LESIÐ

Á DV Í VIKUNNI

1 Selja alla sumarþústaðina og lána fyrir 70 prósent af kaupverðinu Eigendur tjaldsvæðisins og þjónustumiðstöðvarinnar Hraunborga neyðast til að selja sumarþústaði vegna brostinna rekstrarforsenda í heimsfaraldri COVID-19.

2 Eru þetta árslauð Heimis í Katar? – Ótrúlegar tölur Hjörvar Hafliðason heldur því fram að Heimir Hallgrímsson, þjálfari Al-Arabi í Katar, sé með 1,8 milljónir dollara í árslauð, eða 262 milljónir íslenskra króna.

3 Brot á samkomubanni í beinni útsendingu á Hlíðarenda Stöð 2 birti frétt sem sýndi frá æfingu leikmanna Vals, þrátt fyrir að samkomubann kvæði á um að allar slíkar æfingar væru bannaðar.

4 Þetta eru sönnunargögnin í máli Tom Hagen Auðkýfingurinn Tom Hagen var handtekinn í Noregi nýlega, grunaður um að hafa átt þátt í hvarfi eiginkonu sinnar, Anne-Elisabeth. Meðal sönnunargagna eru sögð vera lífsýni, blóðdropar og mótsagnir í skýringum Toms á hvarfi konu sinnar.

5 Íslensk móðir í angist vegna dóttur sinnar: „Nú forðast fólk hana“ Íslensk móðir unglingsstúlku lýsir þeirri martröð sem það er að missa barnið sitt niður í hlydýpi fíknar.

6 „Fyrir mér er hann kynþokkafullur, ekki fatlaður“ Luke er fatlaður sökum sjúkdóms og fólk hefur átt erfitt með að skilja hvernig Rebecca, ófatlaðri kærustu hans, geti þótt hann kynþokkafullur.

7 Nýjar og nokkuð óvæntar fréttir af Kim Jong-un Kim Jong-un, einræðisherra Norður-Kóreu er víst ekki látinn líkt og þrálátur orðrómur hefur gengið um. En hann kom í vikunni fram opinberlega í fyrsta sinn í langan tíma.

8 Bikinibuxur valda usla – „Þetta hlýtur að vera djók“ Bikinibuxur sem varla hylja eitt né neitt vöktu athygli á Instagram og var fyrirtækið sem selur þær gagnrýnt fyrir.

Í FRÉTTUM ER ÞETTA HELST...

Skeljungur sætir harðri gagnrýni

Olúfélagið Skeljungur greiddi 600 milljóna króna arð til hluthafa sinna í byrjun apríl. Sex dögum síðar byrjaði félagið að nýta sér hlutabótleið ríkisstjórnarinnar vegna áhrifa COVID-19. Bættist Skeljungur því í hóp fyrirtækja sem hafa harðlega verið gagnrýnd fyrir að nýta sér hlutabótleið rétt eftir arðgreiðslur en slíkt gerðu líka Össur og Bláa lónið. Rúmur helmingur starfsmanna Skeljungs er nú í skertu starfshlutfalli, á meðan hluthafar njóta arðsins.



Líkamsrækt og sund í gang á ný

Líkamsræktarstöðvar mega hefja starfsemi að nýju þann 25. maí, en það er fyrir en reiknað hafði verið með. Þetta má rekja til þess að faraldur Covid-19 hefur gengið hraðar niður en búist var við. Sundlaugar mega sömuleiðis hefja starfsemi að nýju þann 18. maí. Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir benti á að þótt 2 metra reglan eigi að gilda fyrir einstaklinga út árið verði eðlilega slakað á henni eftir því sem takmarkanir samkomubanns verða rýmkaðar. Hún sé því ekki ófrávíkjanleg í allri starfsemi, en gæta verði þess þó að þeir einstaklingar sem tilheyri viðkvæmum hópi geti fengið hana uppfyllta.

Uppákoma á Alþingi

Birgir Ármannsson, þingmaður Sjálfstæðisflokksins, gagnrýndi á Alþingi í vikunni fjölda fyrirspruna sem þingmaður Pírata, Björn Leví Gunnarsson, hefur lagt fram á þingi undanfarna viku. Vakti gagnrýni Birgis athygli þar sem hann gaf Birni Leví ekki kost á að svara fyrir hana, líkt og venjur þingsins gera ráð fyrir, og þurfti Birgir að biðjast afsökunar. Björn Leví var aftur gagnrýndur í pontu síðar í vikunni er Þorsteinn Sæmundsson, þingmaður Miðflokksins, kvartaði sáran yfir því Björn hefði stigið jakkalaus í ræðustól og þar að auki skólaus, en slíkt væri fyrir neðan virðingu þingsins.

Hús Hagen-hjónanna girt af

Lögreglan í Noregi hefur handtekið auðkýfinginn Tom Hagen vegna hvarfs eiginkonu hans, Anne-Elisabeth. Nú hefur hús þeirra hjóna verið girt af og er verið að grafa í garðinum þar, líklega í leit að mögulegum sönnunargögnum eða líkamsleifum Anne, sem ekkert hefur til spurst frá árinu 2018.



Grænt ljós í knattspyrnunni

Íslensk knattspyrnulið geta að óbreyttu spilað æfingaleiki frá og með 25. maí þegar næstu rýmkanir á samkomubanni taka gildi. Knattspyrnusamband Íslands stefnir að því að hefja keppni í úrvalsdeild karla, Pepsi Max deildinni, um miðjan júní, en hefur mætt gagnrýni fyrir þá ákvörðun þar sem mögulegt væri að hefja deildina strax þegar rýmkanirnar taka gildi þann 25. maí.



Sögufölsun hjá Borgarleikhúsinu

Sígetta í munni Bubba Morthens var fjarlægð af kynningar- og markaðsefni söngleiksins Níu líf sem Borgarleikhúsið er að setja upp um ævi Bubba. Var þetta gert í kjölfar fjölda kvartana um að plakatið gæti stuðlað að reykingum og einnig var leikhúsinu bent á að bannað væri að hafa sígettu á auglýsingu. Bubba finnst málið hið undarlegasta. Hann hafi mökkreykt þegar umrædd mynd var tekin og það sé ekki hægt að ritskoða söguna. Hann hafi hins vegar hætt að reykja 2005.

Vertu viss um að velja besta kjötið á grillið!



Meira á www.fjallalamb.is

VILDARKORT

LIND
FASTEIGNASALA

- FÁÐU MEIRA

Allir kaupendur og seljendur hjá Lind fasteignasölu

fá **VILDARKORT LINDAR**

sem veitir **30% AFSLÁTT**

hjá eftirfarandi fyrirtækjum:



DORMA



Fáðu framúrskarandi þjónustu og skráðu eignina þína á FASTLIND.is



LIND Fasteignasala
Uppspretta
ánægjulegra
viðskipta



Mynd þessi er frá árinu 2005. Útlit Guðmundar hefur tekið töluverðum breytingum. Helsta einkennismerki hans var um tíma sítt hár og hattur.

MYND/GVA

GUÐMUNDUR METINN HÆFASTUR

Guðmundur Jónsson, fyrrverandi forstöðumaður Byrgisins, hefur rekið tjaldsvæðið á Borg síðan 2017. Þrír sóttu um að leigja svæðið en sveitarstjórn valdi Guðmund.

Gledilegt veidisumar!

VEIÐIKORTIÐ
2020

www.veidikortid.is

Fæst hjá N1 - OLÍS og veiðiverslunum

Þorbjörg
Marínósdóttir
tobba@dv.is
Auður Ösp
Guðmundsdóttir
audur@dv.is



Guðmundur Jónsson, sem á sínum tíma rak meðferðarheimilið Byrgið, hefur frá árinu 2017 sinnt rekstri tjaldsvæðisins á Borg í Grímsnesi. Sér hann um daglegan rekstur svæðisins sem felur meðal annars í sér samskipti við gesti og innheimtu afnotagjalda, auk þess sem hann hefur allar tekjur af rekstri svæðisins og ber allan kostnað. Þá er hann stjórnarmaður í húsnefnd félagsheimilisins á svæðinu. Úthlutun sveitarfélagsins á svæðinu til Guðmundar hefur vakið athygli í ljósi fortíðar hans.

Nýr þáttur um málið

Byrgismálið er eitt umfangsmesta sakamál síðari ára og var á sínum tíma á allra vörum. Málið komst í hámmeli eftir afhjúpun fréttaskýringaþáttarins Kompáss á sínum tíma og sneri að grófum kynferðisbrotum Guðmundar gagnvart skjólstæðingum sínum, fjárdrátt og umboðssvik.

Árið 2008 hlaut Guðmundur þriggja ára fangelsisdóm fyrir kynferðislega misnotkun og árið 2010 níu mánaða fangelsisdóm fyrir umboðssvik, fjárdrátt, skattalaga- og bókhaldsbrot. Kynferðisbrotadómurinn var mildaður í Hæstarétti í tvö og hálf ár.

Sigursteinn Másson dagskrárgerðarmaður tók Byrgismálið til umfjöllunar í þáttaröðinni Sönn íslensk sakamál sem kom út á Storytel fyrr á árinu. Í upprifjun þáttarins

kemur meðal annars fram að eldmóður Guðmundar hafi smitað fólkið í kringum hann og hann hafi haft nægan sannfæringarkraft til að fá í lið með sér fólk úr ýmsum flokkum. Þess ber að geta að á þeim árum sem Byrgið starfaði að Efri-Brú var Guðmundur áberandi í sveitarfélaginu og stakk víða niður fæti.

Árið 2017 auglýsti Grímsnes- og Grafningshreppur eftir rekstraraðila til að taka að sér tjaldsvæðið á Borg sem er flokkað sem fjölskylduvænt tjaldsvæði. Guðmundur var valinn umfram annan umsækjanda sem ekki fengust svör um hver hefði verið í samtölum við oddvita hreppsins og sveitarstjóra. Aftur var svæðið auglýst til leigu í

Framhald á síðu 8 ➤

Láttu drauminn um nýtt hús verða að veruleika með vandaðri og hagkvæmri byggingu frá Húseiningu

Nú er rétti tíminn til að fara í byggingarframkvæmdir og nýta sér endurgreiðslu á virðisaukaskatti eins og kostur er!

Íslensk hönnun íslensk framleiðsla.

Húseining býður einingahús við verksmiðjudyr með ákominni lárétrri álbáru á allar einingar sem sett er á í verksmiðju við bestu aðstæður. Allir REHAU gluggar og hurðir eru komin í einingar ásamt vatnsbrettum. Innifalið í verði er allt þakvirki, þakkantur og þakrennur, steinullareinangrun í útveggjum og þak. **Með réttu efnisvali verður til hús sem aldrei þarf að bera á eða mála.** Húsin eru fjótreist þar sem einingar eru tilbúnar til reisingar frá verksmiðju og því lánshæf fyrr.



Sól sumarhús 66-111m²

Sól sumarhús eru gæðahús á góðu verði, framleidd samkvæmt íslenskum stöðlum. Öll hús fást afhent á ýmsum byggingarstigum, stærð og innra skipulag í samvinnu við kaupendur. Allir milliveggir og loftaklæðning eru innifalin í verði. Verönd ekki innifalin.

Verð aðeins
108.200 kr.
pr/m² m. vsk



Sól sumarhús 66-111m²

Sól sumarhús eru heilsárshús, útveggir eru byggðir úr styrktarflokkuðu timbri 45x145mm, steinull er 145mm, rakavarnarlag ásamt lagnagrind fyrirgrind með. Þakvirki er byggt úr uppteknum kraftsperrum sem eykur lofthæðina til muna. Allir milliveggir og loftaklæðning eru innifalin í verði. Verönd ekki innifalin.

Verð aðeins
108.200 kr.
pr/m² m. vsk



Klassik einbýlishús 100-400m²

Klassik einbýlishús með lárétrri álbáru við verksmiðjudyr er hagkvæmur kostur, flytja má útveggjaeiningarnar á traustum vagni frá verkmiðju á byggingastað sem við lánnum okkar kaupendum. Allir milliveggir og loftaklæðning eru innifalin í verði. Lofthæð allra Klassik húsanna er 2,8m.

Verð aðeins
114.200 kr.
pr/m² m. vsk



Funk einbýlishús 100-400m²

Funk húsagerðin er alltaf skemmtilegur kostur, mikil lofthæð sem er yfir 3 metrar, einbýlishús við verksmiðjudyr er hagkvæmur kostur. Allir milliveggir og loftaklæðning eru innifalin í verði.

Verð aðeins
135.800 kr.
pr/m² m. vsk

Gluggar og hurðaprófilar koma frá hinu þekktu þýska fyrirtæki REHAU og eru úr PVC. Gluggarnir eru fáanlegir í mörgum litum.

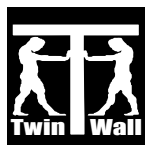
Sökkjar: Gerum tilboð í sökkla með öllum lögnum og hita í gólfi samkvæmt teikningu.

Reising: Gerum tilboð í reisingu á húsi á byggingarstað.

Ný lög varðandi virðisaukaskatt, nú skal á tímabilinu frá 1. mars 2020 til og með 31. desember 2020 endurgreiða byggjendum íbúðarhúsnæðis og frístundahúsnæðis 100% þess virðisaukaskatts sem þeir hafa greitt af vinnu manna sem unnin er innan þess tímabils á byggingarstað.

- Íslensk hönnun og framleiðsla.
- TwinWall tveggja þátta húseiningar.
- Framleidd samkvæmt staðli úr völdu gæðatimbri C 18-24.
- Hús með mikilli loftun í öllu burðarvirki sem tryggir gæði og endingu.
- Timburhús eru heilnæmur íverustaður.
- Sterkari hús.
- Lofthæð húsanna inni er 2,8 metrar.
- Þýskir gluggar og hurðir úr PVC, lágmarks viðhald.
- Með réttu efnisvali verður til hús sem aldrei þarf að mála.

HANNAÐ OG BYGGT
FYRIR ÍSLENSKAR
AÐSTÆÐUR



Húseining ehf. Hraunholti 1, 190 Vogum. Símar 770-5144 og 787-5144.
www.huseining.is sala@huseining.is

ársbyrjun 2020. Fram kemur í auglýsingunni að umsækjandi „þurfi að gera grein fyrir reynslu sinni af ferðaþjónustu, gera grein fyrir sýn sinni á rekstur tjaldsvæðisins, hafa reynslu af rekstri, vera reglusamur, vera í skilum með opinber gjöld og lífeyrisgjöld starfsmanna“. Því skal haldið til haga að Guðmundur hefur hlotið dóm fyrir fjárdrátt, skattalaga- og bókhaldsbrot.

Sjö árum síðar tók síðan við rekstri í umboði sveitarfélagsins en samkvæmt fyrirspurnum blaðamanns er Guðmundur verktaki hjá sveitarfélaginu.

Ekki er skýrt hvort Guðmundur uppfyllir þær menntunar- og hæfniskröfur sem settar voru fram þegar sveitarstjórn Grímsnes- og Grafningshrepps auglýsti eftir rekstraraðila. Aðspurður um málið segir Guðmundur: „Fyrst þegar ég sótti um var ekki óskað eftir reynslu í ferðamennsku en svo var í ár og ég hef þá reynslu enda búinn að reka tjaldsvæðið í þrjú ár.“

Segir fólk þekkja sig

Í fyrra skiptið var Guðmundur tekinn fram yfir einn umsækjanda og í seinna skiptið var hann tekinn fram yfir tvo. Þegar leitað var eftir svörum hjá Ingibjörgu Harðardóttur sveitarstjóra, sem samdi við Guðmund í umboði sveitarstjórnar, um hvernig staðið hefði verið að vali þess sem fengi að leigja svæðið og hvort til væru opinber gögn um hverjir aðrir sóttust eftir svæðinu svaraði hún: „Ekkert eitthvað sérstaklega. Skiptir það einhverju máli?“

Þegar Ingibjörg var spurð



Frá tjaldsvæðinu á Borg í Grímsnesi.

MYND/GRÍMSNES- OG GRAFNINGSHREPPUR:GOGG.IS

“Hann hringdi hingað og spurði mig hvort hann mætti spyrja mig nokkurra spurninga um tjaldsvæðið og ég var svona óviss hvort ég ætti að vera að svara því.”

félagsins.“ Ingibjörg kvaðst engar frekari upplýsingar myndu veita um málið með orðunum: „Þú getur gleymt því að ég gefi upp nokkrar upplýsingar um nokkuð til DV.“ Hún sleit síðan símtalinu fyrirvaralaust.

Guðmundur sjálfur segist vera með hreint sakavottorð en lögum samkvæmt hverfa brot af sakaskrá eftir tiltekinn tíma, eftir alvarleika brots. Hins vegar fyrnist sakaskrá ekki. Aðspurður hvort hann hafi orðið fyrir aðkasti sökum fortíðar sinnar svarar Guðmundur: „Nei, aldrei.“ Spurður hvort hann telji að gestir svæðisins viti hver hann sé og þekki hans fortíð segir hann: „Það veit nákvæmlega hver ég er.“

Athygli vakti að viðtal birtist á vefsíðu Ríkisútvarpsins síðastliðinn sunnudag þar sem Guðmundur er spurður út í tjaldsvæðið og áhrif kórónaveirunnar á starfsemina sökum fjöldatakmarkana.

„Hann hringdi hingað og spurði mig hvort hann mætti spyrja mig nokkurra spurninga um tjaldsvæðið og ég var svona óviss hvort ég ætti að vera að svara því. Hvort það færi þá ekki bara að koma einhverju enn og aftur af stað. Sem mér heyrst það vera að gera.“

Engin mynd birtist með en útlit Guðmundar hefur töluvert breyst frá Byrgisárunum. Guðmundur er nú með stutt hár og ýmist kallaður Gummi eða Mummi ef marka má umsagnir á Facebook-síðu tjaldsvæðisins.

Hann segist ekki halda að bakgrunnur hans fæli fólk frá svæðinu enda sé þetta aðallega eldra fólk. „Yfirleitt er þetta fólk sem hingað kemur í eldri kantinum. Ekki ungar stúlkur sem þyrftu að óttast það að ég myndi ráðast á þær. Enda nauðgaði ég engum konum,“ segir Guðmundur.

Oddviti sveitarstjórnar segist engar kvartanir hafa fengið undan Guðmundi. DV hafði ítrekað samband við oddvita sveitarstjórnar og óskaði eftir skýrari svörum og upplýsingum um aðra umsækjendur. Við því var ekki orðið. ■

Aðspurð hvað Guðmundur hefði haft umfram hina umsækjendurna svaraði hún: „Það skiptir bara engu máli, þetta var niðurstaða sveitar-

“Ég er með hreint sakavottorð.”



Borg í Grímsnesi er vinsæll áfangastaður ferðamanna. Þar er tjaldsvæði, sundlaug, íþróttahús og verslun.

MYND/PJETUR

GRAFÍSK HÖNNUN



Lógó
bréfsefni
bæklingar
myndskreytingar
merkingar ofl.



Sundaborg 1
104 Reykjavík
777 2700
xprent@xprent.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.

Ofbeldissamband er ekkert bara kjaftshögg

Elísabet Ronaldsdóttir upplifði alvarlegt andlegt ofbeldi af hálfu sambýlismanns og leitaði að lokum eftir aðstoð hjá Kvennaathvarfinu, þar sem hún dvaldi vikum saman með tvo unga syni.

Erla
Hlynsdóttir
erlahlyns@dv.is



Ég hef aldrei farið leynt með að ég hafi farið í Kvennaathvarfið en ég skilgreini mig heldur ekki út frá því. Ég þurfti að bregðast við aðstæðum sem ég réði ekki við ein. Þarna fékk ég mjög góða aðstoð og mjög góðan grunn fyrir restina af lífinu. Það besta sem kom fyrir mig á þessum tíma var að fara þarna inn,“ segir Elísabet Ronaldsdóttir.

Elísabetu þekkja flestir. Hún er ein fremsta kvikmyndagerðarkona Íslendinga og hefur gert garðinn frægan sem klippari í Hollywood, nokkuð sem skekur þjóðarsálina mun meira en Elísabetu sjálfa. Hún er þekkt sem töffari af guðs

nád og full visku enda búin að leita hennar markvisst.

Árið 2016 var hún sæmd fálkaorðunni en skilaði henni tveimur árum síðar, fyrst íslenskra ríkisborgara, með orðunum: „Ég get ekki verið í riddaraklúbbi með kynþáttahatara,“ eftir að Piu Kjærsgaard, forseta danska þjóðþingsins, var afhentur stórriddarakross frá Íslandningum.

Elísabet er hinum megin á hnettinum – bókstaflega. Hún fór til Ástralíu í janúar til að vinna að stórmyndinni Shang-Chi and the Legend of the Ten Rings sem er framleidd af Marvel Studios. Og nú er hún föst í Ástralíu vegna COVID-19.

Talað var um að hún stæði á hátindi ferils síns fyrir tveimur árum þegar hún klippti Marvel-myndina Deadpool

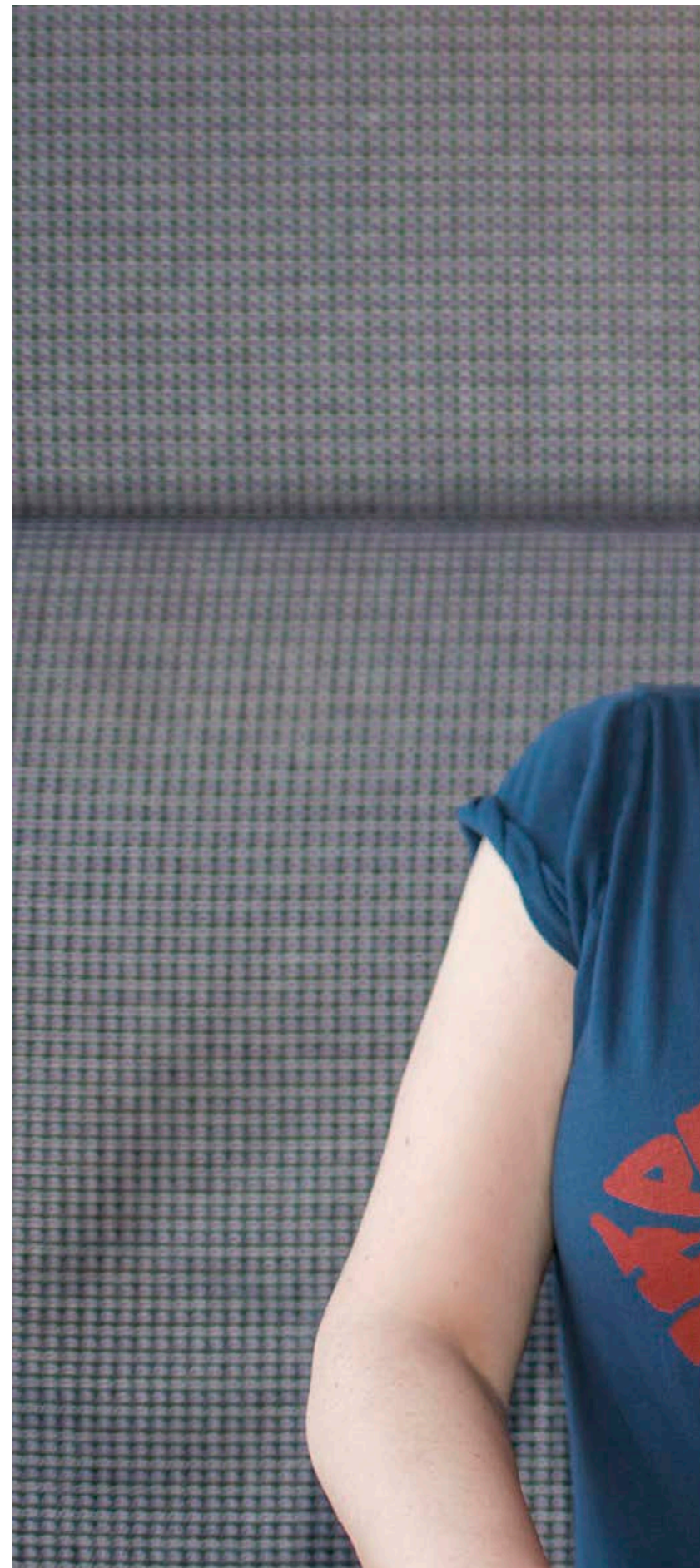
2 en það var greinilega miskilningur. Elísabet er enn á uppleið.

Deadpool 2 klippti hún samhliða meðferð vegna fjórða stigs krabbameins og fannst ágætt að hafa eitthvað að hugsa um annað en krabbameinið sem hún svo sigraðist á. Hún er orðin ansi skóluð í baráttunni fyrir sjálfri sér.

Bauð aldrei upp í þennan dans

Við tókum viðtalið gegnum myndsímaforritið Skype, þegar ég er nýlega vöknud og Elísabet alveg að fara að sofa.

Á tímum COVID-19 með tilheyrandi samkomubanni, hefur tilkynningum um heimilisofbeldi fjölgað um allan heim. Samkvæmt ríkislög-reglustjóra hefur útköllum vegna heimilisofbeldis hér á landi fjölgað um 10%.



Snemma var varað við þessari ógn og fjölmiðlar hafa sinnt upplýsingagjöf. Tvö nýleg dauðsföll eru mögulega tengd heimilisofbeldi.

En þrátt fyrir að það séu um tuttugu og fimm ár síðan Elísabet fór í Kvennaathvarfið finnst henni umræðan ekki sérlega breytt.

„Það sem helst hefur breyst síðan þá er að margar mjög merkilegar konur hafa stigið fram fyrir skjöldu og rætt þessi mál. En þetta hefur alltaf verið tabú.“

Heimilisofbeldi hefur alltaf verið sópað undir teppið sem einhvers konar einkamáli og talað um að það þurfi tvo til að dansa tangó, eins og það séu allir jafnvirkir þátttakendur í glæpnum, en ég bauð aldrei upp í þennan dans. Þetta elur á ranghugmyndum um að við séum sekar um að æsa við-

komandi upp, stuða þá með því að haga okkur vitlaust eða segja eitthvað vitlaust.

Enn er það síðan jafnmikill glæpur að segja frá opinberlega eins og að fremja ofbeldið sjálft, því þá er verið að vega að heiðri einhvers. Þannig er mín saga í raun leyndarmál.

Við sem samfélag þurfum að ræða að það er ekki tabú að leita sér aðstoðar eftir að verða fyrir heimilisofbeldi og það er ekki tabú að leita sér aðstoðar fyrir þá sem beita heimilisofbeldi,“ segir hún og bendir á að heimilisofbeldi sé alls konar:

„Þetta geta verið börn að lemja foreldra sína, foreldrar að lemja börnin, karlar að lemja konur eða konur að lemja karla. Og ofbeldissamband er ekkert bara kjaftshögg. Það er hægt að brjóta fólk alveg hræðilega niður án



Elísabet segir að heimilið eigi að vera friðhelgur staður og það sé áfall fyrir alla að búa á heimili þar sem það sé ekki virt, sérstaklega fyrir börn.

MYND/ÁSTA KRISTJÁNSDÓTTIR

„Þú ert veik, já, en þú ert veik af ofbeldi.“

Þess nokkurn tíma að snerta það.“

Skórnir læstir inni

Hún segist fyrst og fremst hafa verið beitt andlegu ofbeldi og hún hafi aldrei kært það, aldrei einu sinni dottið það í hug.

„Mér fannst ofbeldið aldrei vera nógu alvarlegt. Það

er einmitt mjög algengt að þolendur talið ofbeldið niður. Andlegt ofbeldi er svakalega lúmskt, það getur tekið smá tíma fyrir geranda að koma þér á ákveðinn stað, en þegar þangað er komið er auðvelt að halda þér þar. Það eru líka uppi miklar ranghugmyndir um andlegt ofbeldi, eins og fólk eigi bara að svara á móti

og rífa sig upp úr þessu.“

Elísabet á fjögur börn og þau elstu, tveir drengir, voru tveggja og tólf ára þegar hún fór með þá í Kvennaathvarfið.

Fyrir þetta viðtal lét hún öll börnin sín vita og segir þau sáttt við að mamma sín deili þessari reynslu opinberlega.

„Fyrir tuttugu og fimm árum gekk ég á vegg í mínu ofbeldissambandi og það endaði með því að amma mín, sem ég er skírd í höfuðið á, kom og sótti mig og börnin og fór með okkur í Kvennaathvarfið.“

Ég var þarna með ofboðslega áfallastreituröskun sem hafði ekki verið meðhöndluð og margt á þessum árum hreinlega í móðu út af henni. Þegar amma kom og sótti okkur var búið að læsa alla skó inni því ég mátti ekki fara neitt út.

Við vorum í um tvo mánuði

í Kvennaathvarfinu. Það var haldið rosalega vel utan um mig og börnin. Ég var í miklu uppnámi þegar ég kom þangað en náði fljótt að verða róleg.

Ég man síðan að sama kvöld og við komum kíkti ég út um gluggann og sá hann þá í bíl fyrir utan. Ég fékk þá svakalegt hræðslukast, í raun áfall.“

Hún virðist pollróleg þegar hún segir mér frá þessu en ég sé að hún er farin að gera eitt hvað til hliðar við tölvuskjáinn og segir síðan: „Fyrirgefðu. Ég er bara aðeins að vinna. Það hjálpar mér að slaka á.“

Einstök orka í Kvennaathvarfinu

Kvennaathvarfið var á þessum tíma á Öldugötu, en almennt er ekki gefið upp hvar það er til húsa og er það á öðrum stað í dag.

„Þetta var mjög þægilegt

samfélag og það var alltaf rólegt. Þarna voru auðvitað bara konur, sumar af erlendum uppruna, og flestar með börn. Þarna vorum við allar í sáttt og samlyndi, elduðum saman, svæfðum börnin okkar. Þarna myndaðist einhver einstök orka, ég kynntist fullt af flottum konum og ég á enn vinkonur sem ég eignaðist þarna.“

Hún segir synina líka hafa notið sín þarna. „Fyrir utan var körfuboltaspjald og alls konar fleira spennandi fyrir börn. Sá yngri var auðvitað svo lítill, en ég talaði bara um hlutina eins og þeir voru við þann eldri. Hann segist bara eiga góðar minningar úr athvarfinu. Honum fannst spennandi að fá að horfa á Stöð 2, sofa í koju og síðan fékk hann gefins Juventus fótboltatrejju með mynd af

Schillaci sem einhver hafði gefið Kvennaathvarfinu. Það var gott fyrir þá að komast á stað þar sem allir voru rólegir.

Heimilið á að vera friðhelgur staður og það er ofboðslegt áfall fyrir alla að búa á heimili þar sem það er ekki virt, sérstaklega fyrir börn. Þarna gátum við slakað á án þess að hafa áhyggjur af því að þessi spenna myndast.

Þá er hún sérlega ánægð með það faglega starf sem þarna var unnið. „Þarna fékk ég í fyrsta og eina skipti á ævinni skilvirka meðferð við áfallastreituröskun og í langan tíma eftir að ég fór úr athvarfinu hélt ég áfram að koma í viðtöl.

Sú þekking sem ég öðlaðist þarna hefur búið með mér alla ævi. Ég vildi óska að allir sem þess þurfa geti fengið tækifæri til að nýta sér svona þjónustu.“

Var mjög skotin í honum

Elisabet segir sambandið hafa staðið yfir í fjögur ár.

„Það byrjaði mjög vel en ég fann alltaf að það var eitthvað „off“. En ég er sú eina í fjölskyldunni minni sem var alltaf að byrja og hætta í samböndum þannig að mér fannst að ég ætti að taka mig á og láta þetta ganga. Ég var auðvitað mjög skotin í honum og maðurinn fríðari en flestir.

Hann gat verið mjög ljúfur og við áttum margar góðar stundir saman. Þetta gekk þó svolítið brösótt. Eftir að við eignuðumst barn saman grípur hann mikil afbrýðisemi og þetta verður erfiðara og erfiðara.

Ég hef oft lýst þessu þannig að maður er með einhverja grensu og síðan tekur fólk hástökk yfir hana. Það tók mig þá langan tíma að átta sig á stöðunni, ég var bæði gáttuð og slegin.“

Hún rifjar upp atvik sem átti sér stað í fyrsta skiptið sem hún fór út með vinkonum sínum eftir að yngri sonurinn fæddist.

„Ég var svakalega spennit og það var mjög gaman. Hann hringdi síðan í leikhúsið, ég hringdi til baka í hléinu en hann svaraði ekki. Ég varð þá óttaslegin, hélt að eitthvað hefði komið fyrir, og fór strax heim. Þegar ég kom heim voru öll ljósín slökkt, slökkt á sjónvarpinu og slökkt á útvarpinu, og hann sat í myrkrinu í stofunni með drengina tvo.

Þetta var mjög óhugnanlegt augnablik. Sérstaklega fyrir mig og eldri drenginn. Þetta er dæmi um þennan sálfræðilega terrorisma. Ég óttaðist aldrei um líf mitt en ég óttaðist um velferð okkar og sér í lagi barnanna.“

Eldri konur skildu hana illa

Hún er von því að fara sínar eigin leiðir og hefur ekki látið álit annarra stýra sér.

„Ég velti aldrei fyrir mér hvort það væri eitthvað skrytið eða kæmi illa við einhverja að ég leitaði til Kvennaathvarfsins. Það hentaði mér á þessum tíma, ég þurfti þessa aðstoð og hún var í boði.

Ég varð þess síðan vör að



Elisabet segist í upphafi hafa verið mjög skotin í manninum og þau átt margar góðar stundir saman.

MYND/MATT ABSHER

„Það er hægt að brjóta fólk alveg hræðilega niður án þess nokkurn tíma að snerta það.“

viss hópur kvenna af eldri kynslóðinni, konur sem mér þótti vænt um, átti dálítið erfitt með þetta. Það tók þær ákveðinn tíma að átta sig á því að í annað skipti á ævinni ætlaði ég að ganga út úr sambandi með ungt barn, og að ég væri komin með börnin í Kvennaathvarfið.

Þær áttu erfitt með að skilja mig en ég tel að þær hafi gert það að lokum. Mín tilfinning er að þær hafi sjálfar verið í hjónaböndum þar sem þær

voru ekkert allt of hamingjusamar en létu sig hafa það.

Ef þú ætlar að vera óánægð í hjónabandi í þrjátíu eða fimmtíu ár þá þarftu að telja þér trú um ýmsa hluti. Þá er kannski erfitt að horfa upp á manneskju sem þér þykir vænt um af yngri kynslóðinni bara ganga út.

Allt sem hefur þá verið byggt upp sem eins konar trúarbrögð í kringum hjónabandið er hrundið,“ segir Elísabet sem hefur aldrei verið gift og hefur ekki hug á því.

Endalaust samviskubit

Hún segir mikilvægt að jafnvel þó ofbeldi sé jafn algengt og það er, þá sé það aldrei eðlilegt.

„Ofbeldið sem þú ert beitt er heldur ekki eðlilegt því einhver annar er beittur meira ofbeldi en þú. Sem manneskja þarf maður að ákveða: Ég á ekki að þurfa að kvíða fyrir því að vera heima hjá mér.

Margir sem upplifa ofbeldi, ekki síst andlegt ofbeldi, eru sífellt með samviskubit. Ég man vel eftir því hjá mér. Ég var með samviskubit yfir því að gera einhvern reiðan, samviskubit yfir því gera einhvern leiðan, samviskubit yfir því að rugla í einhverjum, samviskubit yfir alls konar.

Ég var síðan með endalaust samviskubit yfir börnunum og því að bjóða þeim upp á þetta. Án þess að ég vilji ala á meira samviskubiti hjá konum þar sem nóg er af því fyrir, þá skiptir máli við hvaða aðstæður við öllum börn upp.

Það verður til vítahringur ef við öllum börnin upp þannig að þau telja heimilisofbeldi vera eðlilegt ástand. Við slíkar aðstæður verður hætta á kynslóðasmiti.

Ef einn í fjölskyldunni er með COVID þá er hann settur í einangrun af ótta við smit. Ofbeldið getur líka smitast þannig að ofbeldishringurinn haldi endalaust áfram.“

Nú fer Elísabet út á svalir til að fá sér ferskt loft í náttmyrkrinu.

„Því fylgir líka skömm að fara alltaf aftur í ofbeldissamband. Ég hef þurft að vinna mikið með það síðustu ár.“

Það kemur á hana hik og síðan segir hún: „Ég hika því ég er enginn sérfræðingur. Ég vil ekki gefa einhverjum vitlaus ráð. Ég er að lýsa minni reynslu.“

Síðan tekur hún aftur upp þráðinn. „Ég þurfti að vinna mig út úr því að leita alltaf í sama sambandið ómeðvitað. Þegar maður hefur upplifað andlegt ofbeldi þá verða allar hugmyndir manns svo brenglaðar, maður fer jafnvel að upplifa stjórnsemi sem ást.

Þess vegna er svo mikilvægt að fá verkfæri frá sérfræðingum til að maður detti ekki aftur í sama farið því maður er kominn með svo brenglaða sýn á hvað er ást og hvað eru heilbrigð samskipti. Það er ekki veikleikamerki að lenda í ofbeldissambandi. Þetta eru ekki þínar gjörðir.

Ég lít heldur ekki á það sem



Sama kvöld og Elísabet fór í Kvennaathvarfið með börnin segist hún hafa séð manninn út um gluggann og hreinlega fengið hræðslukast. MYND/MATT ABSHER

Orkan sem fæst við að þurfa ekki að vera hrædd og orkan sem fæst við að vera örugg er ótrúlega gefandi.

veikleikamerki þó fólk sitji í ofbeldissambandi árum og áratugum saman. Þú ert veik, já, en þú ert veik af ofbeldi. Veikleiki er allt annað og hefur ekkert með þetta að gera.“

Bjó að sterkum grunni úr æsku

Elísabet segir sig hafa búið við ákveðin forréttindi því ekki átti sig allir á því að þeir séu í ofbeldissambandi.

„Margir þeirra sem eru í ofbeldissamböndum hafa ekki

sama grunn og ég. Ég ólst ekki upp við ofbeldi og lærði sem barn hvað er rétt og hvað er rangt. Ég fatta því þegar ég geng inn í ofbeldissamband að það er ekki rétt. Ég sit samt í því, þar sem lífið getur boðið upp á alls konar rugl í hausnum á manni. Allir geta gengið inn í ofbeldissamband. Það er síðan spurning hvort þú gengur aftur út.“

Hún ráðleggur þeim sem verða fyrir ofbeldi á heimilinu að fá aðstoð við að skilgreina

ofbeldið, frekar en að gera það sjálf.

„Þegar fólk er í ofbeldissamböndum er alveg á hreinu að fólk gerir minna úr ofbeldinu en raunin er. Þess vegna er mikilvægt að fá hjálp við að gera það. Fólk á líka ekki að veigra sér við að fá hjálp.

Ef þú ert í sambandi við manneskju sem lítur á það sem vandamál að þú ætlir að leita þér aðstoðar, eða gerir lítið úr því að þú viljir fá hjálp, þá er það skýrt merki

um að þú þurfir á aðstoðinni að halda.

Þá er líka mikilvægt að muna að ef þú kvíðir reglulega fyrir því að fara heim til þín, þá er það mjög óeðlilegt ástand.“

Elísabet kallar eftir nýjum samfélagssáttmála þar sem fólk er ekki dæmt fyrir að opna sig um þessi mál, þar sem það er jafn sjálfsagt að fara til sálfræðings og að fara til heimilislæknis, og þar sem áherslan er ekki á að gera áfengi sem aðgengilegast á öllum tímum sólarhringsins.

„Við sem samfélag tökum ákvörðun um hvort við viljum áfengi í matvöruverslanir, vitandi hversu eyðileggjandi áhrif áfengisneysla getur haft.

Við sem samfélag tökum ákvörðun um hvort það kostar sautján þúsund krónur að fara til sálfræðings eða hvort allir geti nýtt sér þjónustu sálfræðinga. Þannig held ég að fleiri myndu standa betur í fæturna, bæði þeir sem verða fyrir ofbeldi og þeir sem beita því.“

Fangelsi ofbeldis út af fátækt

Þá kallar hún eftir raunhæfum lausnum fyrir þá sem treysta sér ekki til að fara úr ofbeldissambandi af fjárhagsástandum.

„Það er hræðileg tilhugsun að eiga börn og sjá ekki fram á að geta séð um ykkur ein út af peningaleysi. Við erum að halda hluta kvenna, og barna, í fangelsi ofbeldis út af fátækt. Raddir þessara kvenna eru faldar. Þær geta ekki stigið fram, því þeim verður refsað.

Þegar ég fer út úr sambandinu var það afskaplega erfitt fjárhagslega því ég var þarna einstæð tveggja barna móðir í kvikmyndagerð, þar sem voru engar öruggar mánaðarlegar greiðslur. Það var erfitt að ná endum saman, eiga fyrir leigu eða mat, og það kom alveg fyrir að ég þurfti að leita aðstoðar hjá vinum til að brúa ákveðin tímabil.

Það varð mér síðan til bjargar að mér var boðin vinna í Danmörku og skömmu eftir að sambandinu lauk flutti ég til Svíþjóðar þar sem foreldrar mínir og systkini bjuggu, og þau hjálpuðu mér með drengina á meðan ég var í vinnunni. Þar loks fékk ég öruggar tekjur.“

Hún tekur fram að auðvitað séu aðstæður allra ólíkar. „En orkan sem fæst við að þurfa ekki að vera hræddur og orkan sem fæst við að vera öruggur er ótrúlega gefandi. Þessi orka getur skapað ótrúlega hluti og fyrir mig varð hún til þess að mér tókst að skapa mér starfsframa. Hér átta ég mig samt á þeirri forréttindastöðu að ég var komin með mína menntun sem veitti mér forskot. En ég held að þetta lögmál gildi fyrir alla. Orkan sem fæst við að vera ekki hrædd inni á eigin heimili getur skapað atvinnu og tekjur og hjálpað manni við að komast yfir ótrúlegustu hindranir. Það eiga ekki að vera forréttindi að vera öruggur heima hjá sér. ■

ERTU Í OFBELDISSAMBANDI?

Heimilisofbeldi getur verið af margvíslegum toga. Sérstaða þess felst í að gerandi og þolandi tengjast nánnum böndum sem gerir ofbeldið enn sársaukafyllra en ella.

Heimilisofbeldi er ofbeldi sem einstaklingur verður fyrir af hálfu einhvers sem er honum nákominn, skyldur eða tengdur, eins og maki, barn, foreldri, barnsfaðir, systkini eða forráðamaður. Í umfjöllun hér á síðunni sem er byggð á efni frá Kvennaathvarfinu er talað um „maka“ en það getur verið núverandi eða fyrrverandi eiginmaður/eiginkona, kærasti/kærasta eða sambúðaraðili. Þolandi og gerandi þurfa hvorki að búa saman né vera gift til að ofbeldið flokkist sem heimilisofbeldi. Heimilisofbeldi þarf heldur ekki að vera bundið við heimili geranda eða þolanda.

Sérstaða heimilisofbeldis felst í því að gerandi og þolandi tengjast nánnum böndum sem gerir ofbeldið enn sársaukafyllra en ella, auk þess að gera þolanda erfiðara um vik að slíta tengslum við ofbeldismanninn.

Heimilisofbeldi þarf heldur ekki að vera bundið við heimilið.

„Heimilisofbeldi getur verið af margvíslegum toga og í hverju tilfelli er oft er um fleiri en eina tegund ofbeldis að ræða. Ofbeldið getur verið líkamlegt, andlegt, kynferðislegt, fjárhagslegt og stafrænt auk ýmiss konar hegðunar sem felur í sér ógn, hótun, stjórnun og/eða þvinganir. Formi og aðdraganda ofbeldisins má oft lýsa sem ákveðnum ofbeldishring, þar sem spennan í sambandinu magnast upp, endar með einhvers konar sprengingu, svo fellur allt í dúnalogn og allt er frábært. Síðan byrjar spennan aftur að byggjast upp,“ segir á vef Kvennaathvarfsins. ■



MYND/GETTY

LÍKAMLEGT OFBELDI

Dæmi um líkamlegt ofbeldi í nánu sambandi er ef maki þinn:

- Heldur þér í gislingu.
- Kemur í veg fyrir að þú nærir þig.
- Kemur í veg fyrir að þú náir almennilegum svefni.
- Skaðar þig með t.d. hnífi, belti, byssu eða barefli.
- Sparkar/kýlir í hluti, hendir og/eða skemmir hluti.
- Kemur í veg fyrir að þú getir farið og/eða komið þegar þú vilt.
- Slær, kýlir, lemur, klórar, bítur, skallar, klípur, sparkar í, rífur í hár, hrindir, brennir, drekki, kæfir, eða tekur þig kverkataki.

ANDLEGT OFBELDI

Dæmi um andlegt ofbeldi í nánu sambandi er ef maki þinn:

- Öskrar á þig.
- Uppnefni þig.
- Gerir lítið úr þér.
- Hótar og/eða ógnar þér.
- Segir þig ruglaða(n)/geðveika(n).
- Einangrar þig frá vinum og fjölskyldu.
- Treystir þér ekki í kringum aðila af hinu kyninu.
- Fylgist með ferðum þínum – hefur eftirlit með þér.
- Gagnrýnir þig og/eða gerir lítið úr afrekum þínum eða vinnu.
- Er móðgandi/særandi þegar hann er undir áhrifum áfengis/fíkniefna.
- Áreitir þig stanslaust t.d. með skilaboðum, símhringingum og/eða heimsóknum.



KYNFERÐISLEGT OFBELDI

Ofbeldið getur birst sem:

- Kynferðisleg árás; eins og að þvinga viðkomandi til að stunda með sér einhvers konar kynmök, hvort sem um er að ræða varin eða óvarin.
- Kynferðislegt áreiti; getur verið bæði andlegt og líkamlegt áreiti af kynferðislegum toga.

Dæmi um kynferðislegt ofbeldi í nánu sambandi getur verið ef maki þinn:

- Gerir þig út í vændi.
- Krefst kynlífsathafna sem þú kóst ekki.
- Lætur þig stunda kynlíf með (mörgum) öðrum.
- Notar líkamlegt afl, vald, samvisku eða neyð þína til að eiga við þig kynmök.

FJÁRHAGSLEGT OFBELDI

Dæmi um fjárhagslegt ofbeldi í nánu sambandi getur verið ef maki þinn:

- Bannar þér að vinna.
- Tekur launin þín af þér.
- Skammtar þér peninga.
- Skráir skuldir á þig en eignir á sig.
- Kemur í veg fyrir að þú veljir þér starfsframa.
- Eyðileggur persónulega muni þína viljandi.
- Heldur upplýsingum um stöðu fjármála frá þér.
- Ráðstafar sameiginlegum fjármunum í óþarfa eins og áfengi/fíkniefni eða eigin áhugamál án þess að ráðfæra sig við þig.



STAFRÆNT OFBELDI

Dæmi um stafrænt ofbeldi í nánu sambandi getur verið ef maki þinn:

- Skráir sig inn á samfélagsmiðla á þínu nafni.
- Stýrir því hver má vera vinur þinn t.d. á facebook og hver ekki.
- Er með upplýsingar um staðsetningu þína, t.d. í gegnum símann.
- Stýrir því hverja þú mátt tala við gegnum samfélagsmiðla eða í síma.
- Þrýstir á þig að senda sér nektar/kynlífsmyndir og/eða myndbönd af þér, eða senda til ættingja, vina eða vinnufélaga.
- Skoðar símann þinn reglulega.
- Sendir þér nektar/kynlífsmyndir og/eða myndbönd af sér, gegn þínum vilja.
- Heimtar að fá lykilorð þín til að geta skráð sig inn á samfélagsmiðla eða bankareikninga.
- Hótar að birta opinberlega nektar/kynlífsmyndir og/eða myndbönd af þér, eða senda til ættingja, vina eða vinnufélaga.

ÖRYGGISÁÆTLUN

Afleiðingar heimilisofbeldis geta verið mjög hættulegt og þá mikilvægt að vera með öryggisáætlun.

- Hvert er öryggisnet mitt – stuðningur frá fjölskyldu eða vinum – gæti ég forðað mér þangað?
- Ákveða „leyniorð“ sem börnin, fjölskylda og vinir vita að þú þeir að hringt sé á lögreglu.
- Kenna börnunum hringja í 112.
- Segja börnunum frá áætluninni.
- Vera búin að hugsa flóttaleið – hvernig kemst ég fljótt og örugglega út – hvaða hurð/glugga/stiga/lyftu er best að nota?
- Hafa skilríki og vegabréf á öryggum stað

AÐSTOÐ FYRIR POL- ENDUR OG GERENDUR HEIMILISOFBELDIS

Kvennaathvarfið

Athvarf fyrir konur og börn sem geta ekki dvalið á eigin heimili vegna ofbeldis.

Kvennaathvarf.is

Stígamót

Grasróarsamtök sem veita aðstoð fyrir fólk sem hefur verið beitt kynferðisofbeldi.

Stigamot.is

Drekaslóð

Fræðslu- og þjónustumiðstöð fyrir þolendur ofbeldis.

Drekaslod.is

Heimilisfríður

Meðferðar- og þekkingarmiðstöð sem veitir gerendum sérhæfða meðferð.

Heimilisfridur.is

Bjarmahlíð - Akureyri

Miðstöð fyrir þolendur ofbeldis.

Bjarmahlid.is

Bjarkarhlíð

Miðstöð fyrir þolendur ofbeldis.

Bjarkarhlid.is

Hjálparsími Rauða krossins

Sími 1717

Einnig boðið upp á netspjall á 1717.is

NEYÐARTILFELLI

Í neyðartilfellum skal alltaf hafa samband við

112

ENGINN SENDINGARKOSTNAÐUR

Ef þú pantar á faeturtoqa.is fyrir klukkan 14.00 færðu vörurnar sendar heim samdægurs.



HYPERICE
Hypervolt
nuddbyssur



BROOKS Ghost Gtx
Vatnsheldir



BROOKS
Íþróttafatnaður
íþróttatoppar



Features!
Hlaupasokkar
þrýstisokkar



BROOKS Cascadia Gtx
Vatnsheldir



YOURBOOTS
Þrýstistígvél

20% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM Á NETINU OG Í VERSLUNUM



RYDERS
EYEWEAR
Sportgleraugu
uthald.is



BROOKS Glycerin

FUSION
Hlaupafatnaður
útivistarfatnaður



uthald.is



COMPRESSPORT
Hlaupafatnaður
hlaupabúnaður



BROOKS Trancend



OOFOS
feel the OO
Heilsusandalar



Brooks eru
margverðlaunaðir
hlaupaskór ár eftir ár



FÆTUR TOGA

LEIÐIN TIL ÁRANGURS

20%
AFSLÁTTUR
ÚT APRIL

Bæjarlind 4

Kringlan 3. hæð

Sími: 5577100

faeturtoqa.is

uthald.is

BREYTT HEIMSMYND FRAM UNÐAN

Kórónaveirufaraldurinn er sagður fordæmalaus og áhrif hans talin mikil á umheiminn.

Trausti Salvar Kristjánsson
traustisalvar@eyjan.is

Eyjan leitaði svara hjá fræðimönnum í mannfræði, stjórnmálafræði og efnahagsmálum um hvað sé fram undan.



Ólafur Þ. Harðarson
prófessor í stjórnmálafræði

Markar djúp spor í sögunni
Ólafur Þ. Harðarson er prófessor í stjórnmálafræði við Háskóla Íslands. Hann segir að áhrif faraldursins verði mikil í pólitíkinni:

„Líklegt er að þessi plága muni marka djúp spor í stjórnmál, menningu og félagsgerð

í veröldinni allri. Sennilega verða áhrifin hér svipuð og í nágrannalöndunum, frekar en sér-íslensk. Víða birtist aukin áhersla almennings á samkennd og samvinnu – á kostnað einstaklingshyggju og þröngra eiginhagsmuna. Hugmyndin um mikilvægi samfélagsins hefur eflst. Þessar áherslubreytingar gætu reynst varanlegar, a.m.k. í nokkra áratugi.

Kreppan mikla mótaði heila kynslóð, sem reyndi hana á eigin skinni. Svipað gæti gerst núna. Ef sú verður raunin mun þetta væntanlega hafa áhrif á flesta stjórnmálaflokka, líka á Íslandi.

Vinsældir gætu dalað

Fleiri en áður segjast stuðningsmenn ríkisstjórnarinnar. Líklegast er að þessar auknu



Ólafur Þ. Harðarson reiknar með áhrifum á stjórnmál, menningu og félagsgerð um allan heim. MYND/GETTY

vinsældir ríkisstjórnarinnar verði skammvinnar. Vel heppnuð viðbrögð tryggja ekki endilega góðan árangur í kosningum.

Að mati erlendra hagfræðinga náði ríkisstjórn Jóhönnu Sigurðardóttur glæsilegum árangri við endurreisn efnahagskerfisins eftir Hrun.

Samt voru stjórnarflokkarnir rassskeltir í kosningunum 2013. Næstu kosningar verða væntanlega vorid eða haustið 2021. Þá verður efnahagsáfallið vegna plágunnar í algleymingi. Kannski telur stjórnin að haustkosningar yrðu sér hagstæðari. Það er þó alls ekki ljóst.

Gæti breytt utanríkisstefnu Íslands

Í plágunni hefur hver þjóð fyrir sig farið eigin leið í viðbrögðum. Samt hefur alþjóðasamvinna líka leikið stórt hlutverk – og mun skipta meira máli við afnám lokana og endurreisn efnahagskerfa.

Plágan gæti eflt þjóðernis-

Í SAMSTARFI VIÐ UMFI

VÍKINGAR MÓT

SKRÁNING OG ALLAR UPPLÝSINGAR TAKTU ÞATT Í EINNLEDA ÖLLUM KEPPNI

<p>SALOMON TRAIL HENGILL ULTRA 5. - 6. JÚNÍ 2020 UTANVEGAHLAUP 5KM · 10KM · 25KM · 50KM · 100KM WWW.HENGILLULTRA.IS</p>	<p>KIA GULL HRINGURINN 11. JÚLÍ 2020 GÖTUNJÓL 48KM · 66KM · 106KM WWW.KIAGULLHRINGURINN.IS</p>	<p>LANDSNET 30&2 15. ÁGÚST 2020 FJALLANJÓL 32KM · 64KM WWW.FACEBOOK.COM/LANDSHET32</p>	<p>ELDSLÓÐIN NATURE TRAIL 5. SEPTEMBER 2020 UTANVEGAHLAUP 5KM · 10KM · 28KM WWW.FACEBOOK.COM/ELDSLODIN</p>	<p>BAKHJARLAR VÍKINGA MÓTARÁÐARINNAR</p> <p>66 NORTH · HÓTEL ÖRK · BYKO DERUM ÞETTA SAMAN</p> <p>SAMTARFSVÖRUR VÍKINGA MÓTARÁÐARINNAR</p> <p>COMPRES SPORT · Buff · Shimano</p>
--	---	---	---	---

hyggju, en líklegra er að mikilvægi alþjóðasamvinnu verði fleirum ljóst. Um hríð hefur verið ljóst að Bandaríkin eru ekki lengur það forysturíki hins frjálsa heims sem þau voru í áratugi. Nú loga þau í illdeilum – og forsetinn virðist ráðalaus. Ef Bandaríkin veikjast enn mun það auðvitað hafa umtalsverð áhrif á utanríkisstefnu Íslendinga.“



Helga Ögmundardóttir
lektor í mannfræði

Sækjum í öryggi vanans

Helga Ögmundardóttir er lektor í mannfræði við Háskóla Íslands. Hún segir farsóttir alls ekki fordæmalausar, en hnattvæðingin auki á vandann. Hins vegar býst hún ekki við eðlisbreytingu mannskepnunnar, þó svo læra megi af ástandinu:

„Tilhneigingin er oftast að fólk sæki í sama farið, hegðun og gildismat sem það þekkir. Eitthvað ættum við samt að læra af þessu þó sennilega verði ekki nein eðlisbreyting.

Við erum almennt íhaldssöm og sækjum í öryggi vanans, en jafnframt erum við félagsverur sem fylgjum hópnum og þá

geta óvæntir hlutir gerst, eins og að við tökum nýja stefnu í gildismati og atferli. Það fer þó mikið eftir því hvað yfirvöld og leiðtogar af ýmsu tagi gera.

2 metra reglan gleymist

En við munum aftur fara að knúsa og kyssa þá sem við viljum. Handabandið er of mikilvægt félagsverunni Homo sapiens til að því verði útrýmt og tveggja metra reglan mun heyra minningunni til, nema þetta ástand verði viðvarandi til langframa.

Stóra myndin er sú að loftslagsbreytingar, niðurbrot vistkerfa, súrnun sjávar, fækkun tegunda og önnur eyðilegging á grundvelli alls mannlífs á jörðinni heldur áfram hvað sem COVID-19 líður. En farsóttin er ágætt tækifæri til að læra og búa sig undir sveiflur framtíðarinnar, því kreppur eru ekki undantekningar í sögu mannkyns heldur regla.“



Gylfi Magnússon
Dósent í viðskiptafræðideild

Samdrátturinn hraðari nú

Gylfi Magnússon er dósent í viðskiptafræðideild Háskóla Íslands, formaður banka-

“Ég sé ekki betur en að aðgerðir ríkisstjórnarinnar séu svona í grófum dráttum eðlilegar í ljósi stöðunnar eins og hún er þekkt núna.

ráðs Seðlabanka Íslands og fyrrverandi efnahags- og viðskiptaráðherra. Hann telur Ísland standa sterkar en í bankakreppunni 2008 en óvissan um framhaldið sé mikil. Þó sé ljóst að miklar þrengingar séu fram undan hjá almenningi og fyrirtækjum:

„Það leikur enginn vafi á því að veirufaraldurinn og viðbrögð við honum munu valda verulegum efnahagssamdrætti. Ekki er ósennilegt að hann verði af svipaðri stærðargráðu og fyrir rúmum áratug.

Það er þó verulegur munur á, þessi samdráttur gerist miklu

hraðar og jafnframt liggur fyrir að orsökina er tímabundin. Það mun þó taka einhvern tíma fyrir hagkerfið að ná aftur svipaðri efnahagsstarfsemi og fyrir faraldur.

Betri staða en 2008

Þjóðarbúið stendur að nánast öllu leyti betur en 2008. Við höfum búið við viðskiptaafgang undanfarin ár og því er spáð að hann gæti haldið áfram, þó eitthvað minni í ár, þótt verulegur samdráttur verði í útflutningi ferðaþjónustu. Þá er eignastaða gagnvart útlöndum líka miklu betri en 2008. Einn flötur á því er

stór gjaldeyrisvaraforði. Þá er skuldastaða ríkisins mjög góð – en það var hún raunar líka í ársbyrjun 2008.

Eðlilegar aðgerðir

Ég sé ekki betur en að aðgerðir ríkisstjórnarinnar séu svona í grófum dráttum eðlilegar í ljósi stöðunnar eins og hún er þekkt núna. Þannig að ég geri ekki athugasemdir við þær. Hins vegar blasir við að það gæti þurft að gera meira síðar og þá fer kannski meira að reyna á hve langt menn vilja ganga í ljósi þess hve miklar skuldir ríkið mun taka á sig.“ ■

LANDSNET **salomon**

SKRÁDU ÞIG FYRIR 4. MAÍ OG NOTADU "SIGRUMC19" OG FÁDU 20% AFSLÁTT

TRARÖÐIN 2020

VIÐ HLÝÐUM VÍÐI OG FYLGJUM ÖLLUM REGLUM ÞREMNINGANA

GRILLPARTÝ VÍKINGA MÓTARADARINNAR

fontana samskip GARMINBÚÐIN

SS fremsta fyrir þagðu HOLLA SNICKERS

VIKING BRUGGHÚS POWERADE Coca-Cola

salomon S SPECIALIZED TAG Heuer

KATRÍN HAFNAÐI STÓRKROSSINUM

Steingrímur Hermannsson og Jóhanna Sigurðardóttir neituðu líka að taka við stórkrossinum. Katrín Jakobsdóttir vill ekki tjá sig um ástæðuna fyrir ákvörðun sinni.

Á ÞINGPÖLLUM

Björn Jón
Bragason



Orður og titlar, úrelt þing, -
eins og dæmin sanna, -
notast oft sem uppfylling
í eyður verðleikanna.

Þannig orti þjóðskáldið Steingrímur Thorsteins-son en sjálfur tók hann þó síðar við riddarakrossi Dannebrogssorðunnar. Íslendingar eignuðust sitt eigið heiðursmerki með stofnun konungsríkis og Kristján konungur veitti fálkaorðuna fyrst í heimsókn sinni hingað til lands 1921.

Orðan hefur verið deiluefni alla tíð síðan, en þess eru þó dæmi að þeir sem finni orðunni flest til foráttu á yngri árum hafi glaðir þegið hana síðar. Orðuveiting hefur líka orðið mönnum til ama. Monika Helgadóttir, húsfreyja á Merkigili, hlaut riddarakross 1953 en sagðist í blaðaviðtali hafa verið „öfunduð svo af þessu að þú getur ekki trúað því. Ég hafði lítið annað upp úr þessu, sem átti þó að vera sæmdarvottur, en ama og illmælg.“

Hégómaskapur?

Reglulega hafa komið fram tillögur um afnám orðunnar. Skúli Guðmundsson, þingmaður Framsóknarflokks, flutti tillögu þess efnis á Alþingi 1966, en greinargerðin var í bundnu máli og endaði svo:

*Þó að sumir þrái krossa,
þá munu fleiri mæla,
að enginn Íslendingur
ætti að dýrka þannig glingur.*

Bjarni Guðnason, þingmaður Samtaka frjálslyndra- og vinstrianna, lagði sömuleiðis fram þingsályktunartillögu um afnám orðunnar 1971. Þar sagði að hvergi „birtist hégómaskapurinn jafnberlega með Íslendingum“ en þegar kæmi að orðuveitingum.

Stórkross forsætisráðherrans

Stig fálkaorðunnar eru fimm talsins. Fyrst kemur riddarakross, næst stórriddarakross, síðan stórriddakross með stjörnu og þá stórkross. Aðeins þjóðhöfðingi getur borið æðsta stig orðunnar en það er keðja með stórkrossstjörnu. Forseti Íslands ber þessa keðju en hann er það sem kallað er stórmeistari fálkaorðunnar.



Talsverða athygli vakti þegar Sigmundi Davíð Gunnlaugssyni var veittur stórkross 13. desember 2014, en forsetaembættið tilkynnti ekki sérstaklega um veitinguna og það var ekki fyrr en hálfum mánuði síðar að fjölmiðlar komust á snoðir um málið.

MYND/EYÞÓR

Kristján konungur sótti um flest fyrirmyndir til Dannebrogssorðunnar en í Danmörku er gamall siður að forsætisráðherra sé veittur stórkross. Sú venja var sömuleiðis tekin upp hér á landi. Nokkrir þeirra hafa þó ekki veitt orðunni viðtöku. Þeirra á meðal Ásgeir Ásgeirsson, forsætisráðherra 1932–1934, sem þáði engar orður fyrr en hann varð sjálfkrafa stórmeistari orðunnar er hann var kjörinn forseti 1952. Ásgeir hafði raunar flutt tillögu á Alþingi 1924 þess efnis að aðeins erlendum mönnum yrði veitt orðan.

Verðlaun fyrir að „vinna vinnuna sína“

Hermann Jónasson forsætisráðherra tók ekki við stórkrossinum og heldur ekki sonur hans Steingrímur, sem leit svo á að hann væri bara að „vinna vinnuna sína“ og engin ástæða til að verðlauna það sérstaklega. Hermann faðir hans mun hafa haft uppi svipuð sjónarmið. Hermann þáði þó orðu frá Frökkum eftir lok stríðsins fyrir að hafa staðið á móti óskum Þjóðverja um flugbækistöð hér á landi. Hann leit þá orðuveitingu öðrum augum þar sem verið væri að sýna honum virðingavott fyrir tiltekið framlag.

Frá því að Steingrímur lét af embætti 1991 hafa þessir forsætisráðherrar hlotið stórkrossinn: Davíð Oddsson, Halldór Ásgrímsson, Geir H. Haarde, Sigmundur Davíð Gunnlaugsson og Sigurður Ingi Jóhannsson. Aftur á



Orðan hefur verið deiluefni allt frá því að hún var stofnuð 1921, en þess eru þó mörg dæmi að þeir sem amast hafa við orðunni hafi glaðir þegið hana síðar.

móti hefur Jóhönnu Sigurðardóttur, Bjarna Benediktsson og Katrínu Jakobsdóttur ekki verið veitt orðan, en Katrín Jakobsdóttir hafnaði að taka við stórkrossinum að sögn aðstoðarmanns hennar en að öðru leyti kys Katrín að tjá sig ekki um málið. Aðstoðarmenn Bjarna Benediktssonar höfðu ekki svarað fyrirspurnum um þetta efni þegar blaðið fór í prentun.

Jafnaðarmenn fúlsuðu við orðum

Jóhönnu var boðin fálkaorða að minnsta kosti í þrígang en hafnaði henni, á þeim forsendum að um væri að ræða tildur sem hún kærði sig ekki um. Ólafur Ragnar Grímsson forseti mun hafa sótt fast að henni að þiggja orðuna eftir að hún lét af embætti, en hún gaf sig ekki.

Jafnaðarmenn um víða veröld höfðu áður fyrr þá venju

Stórkross veittur forsætisráðherrum síðustu 50 árin

Jóhann Hafstein	1970-1971	Stórkross 1971
Ólafur Jóhannesson	1971-1974, 1978-1979	Stórkross 1972
Geir Hallgrímsson	1974-1978	Stórkross 1975
Benedikt Gröndal	1979-1980	Ekki stórkross
Gunnar Thoroddsen	1980-1983	Stórkross 1980
Steingrímur Hermannsson	1983-1987, 1988-1991	Ekki stórkross
Þorsteinn Pálsson	1987-1988	Stórkross 1987
Davíð Oddsson	1991-2004	Stórkross 1991
Halldór Ásgrímsson	2004-2006	Stórkross 2005
Geir H. Haarde	2006-2009	Stórkross 2006
Jóhanna Sigurðardóttir	2009-2013	Ekki stórkross
Sigm. Davíð Gunnlaugsson	2013-2016	Stórkross 2014
Sigurður Ingi Jóhannsson	2016-2017	Stórkross 2016
Bjarni Benediktsson	2017	Ekki stórkross
Katrín Jakobsdóttir	2017	Ekki stórkross

HEIMILD: ORÐUHAFASKRÁ FORSETAEMBÆTTISINS.

að þiggja hvorki nafnbætur né orður og skáru sig því úr í opinberum samkvæmum. Svo er að sjá sem ýmsir aðrir foringjar jafnaðarmanna hér hafi fylgt þessu fordæmi, þeirra á meðal Gylfi Þ. Gíslason, Benedikt Gröndal, Hannibal Valdimarsson og sonur hans Jón Baldvin. Fyrsti íslenski jafnaðarmaðurinn á stóli forsætisráðherra, Stefán Jóhann Stefánsson, þáði þó stórkrossinn og sömuleiðis Emil Jónsson, þó svo að hann sæti aðeins í embætti forsætisráðherra í fáeina mánuði.

Margir hafa hafnað orðunni

Orðunefnd berst fjöldi tilnefninga á hverju ári ásamt greinargerðum (oft löngum) um verðleika þeirra sem tilnefndir eru. Gjarnan hafa þá ýmsir málsmetandi menn verið fengnir til að rita undir tilnefninguna. Orðunefnd kannar sannindi þess sem fram kemur

í greinargerðum þessum og gengur úr skugga um að verðandi orðuþegi sé vammlaus og ráðvundur. Á endanum er það þó forseti Íslands, stórmeistari fálkaorðunnar, sem tekur ákvörðunina og þess eru ýmis dæmi að orður séu veittar að frumkvæði forseta eins. Þá er til langur, óbirtur listi fólks sem hefur afþakkað orðuna.

Enginn algildur mælikvarði er til um þann skerf sem borgararnir leggja til samfélagsins og orðuveiting hlýtur því alltaf að byggjast á huglægu mati. Fróðlegt verður að sjá hverja forseti kys að krossa 17. júní næstkomandi. Ekki kæmi á óvart að hann hefði í huga einhverja sem staðið hafa í ströngu „í vinnunni“ undanfarið í farsóttinni. Um leið getur orðið skemmtilegur samkvæmisleikur að velja því fyrir sér hverjir hafi á sama tíma mögulega hafnað orðunni. ■

BRÁÐUM KEMUR BETRI TÍÐ

**SJÁUM UM VIÐHALD FASTEIGNA
FYRIR HÚSFÉLÖG, EINSTAKLINGA
OG STOFNANIR**

HÁPRÝSTIPVOTTUR

MÚRVIÐGERÐIR

FLÍSALÖGN

MÁLUN

HELLULAGNIR



HJÓL
ATVINNULÍFSINS

Hjól atvinnulífsins ehf. – Alhliða verktaka
Borgartúni 3
105 Reykjavík
Símar: 8446829 / 6624514
Netfang: hjolatvinnulifsins@gmail.com

kjörvari STEINVARI

TJALDVAGNAR OG TILHLÖKKUN

Allt stefnir í að sumarið 2020 verði innanlandsferðasumarið mikla og metsala hefur verið á hjólhýsum, tjaldvögnum og fellihýsum. DV tók púlsinn á nokkrum þjóðþekktum Íslendingum og grennslaðist fyrir um áætlanir þeirra fyrir sumarið.



HAGBLIKK

Brotna ekki

Ryðga ekki

Álpakrennur & niðurföll

Litir á lager:

Svart, hvítt, ólitað, rautt, silvurgrátt og dökkgrátt

Smiðjuvegur 4C - 202 Kópavogur - S 587 2202



MYND/ERNIR

VIKTORÍA HERMANSDÓTTIR DAGSKRÁRGERÐARKONA Á RÚV

YFIRNÁTTÚRULEG FEGURÐ Á VESTFJÖRÐUM

Viktoría Hermansdóttir, dagskráargerðarkona á RÚV, hyggur á ferðalög innanlands með fjölskyldunni en hún og unnsti hennar Sólmundur Hólm eiga samtals fjögur börn.

„Við ætlum að reyna að ferðast sem mest innanlands. Við erum ekki beint útilegutýpurar en ætlum okkur að verða það alla leið. Við erum búin að kaupa gamalt fellihýsi og nú skal sko heldur betur haldið í langferð.“

Við sáum reyndar daginn eftir að við keyptum það að það yrði takmörkun á tjaldsvæðum í sumar,

það væri dálítið týpískt fyrir okkur að komast svo ekkert inn á tjaldsvæðin. En við sjáum hvað setur!“

Viktoría hyggst meðal annars heimsækja Strandirnar í sumar en þangað hefur hún aldrei komið. „Ég er ætluð þaðan og langar mikið að koma þangað. Margir segja að það sé fallegasti staður landsins og ég er spennt að sannreyna það.“

Aðspurð um uppáhaldsstaði á Íslandi svarar Viktoría: „Ég elska Vestfirði og finnst vera einhver yfirnáttúruleg fegurð þar og kyrrð. Svo er líka ótrúlega fallegt á Eyrarbakka og í Ölfusinu.“



MYND/ERNIR



MYND/STEFÁN

MARTA MARÍA JÓNASDÓTTIR FRÉTTASTJÓRI DÆGURMÁLA HJÁ MBL

FÉLAGSSKAPURINN MIKILVÆGASTUR

Við maðurinn minn ætluðum á Rammstein-tónleika í Frakklandi í sumar ásamt vinum okkar, en vegna aðstæðna er búið að fresta þeirri ferð,” segir Marta María Jónasdóttir, fréttastjóri dægurmála hjá mbl.is.

„Ég geri ráð fyrir að við verðum töluvert uppi á fjöllum, í hjólaferðum og göngutúrum. Planið er að fara í Heydal við Ísafjardardjúp en það er alger paradís á jörð. Við fórum þangað síðasta sumar og heilluðumst af fallegri náttúru, góðri stemningu á hótelinu og sérlega ljúffengum mat.

Fyrir tveimur árum fórum við á Strandirnar og gistum á Hótel Djúpvík. Mig langar aftur þangað og svo getur meira en vel verið að við kaupum okkur hótelpakka og eltum góða veðrið. Ég er ekki enn þá komin þangað að finnast gaman að gista í tjaldi í rigningu en ég læri það kannski einhvern daginn.”

Marta segist vera spenntust fyrir Austfjörðum. „Ég hef bara komið þangað í mýflugumynd og langar að kynnast þeim stað betur. Mér

Heydalur við Ísafjardardjúp er alger paradís á jörð.

skilst að þar séu framúrskarandi gönguleiðir og mikið fjör.”

Marta á marga uppáhaldsstaði á Íslandi og nefnir til að mynda Snæfellsnes og Akureyri. „Svo finnst mér dagsferðir sniðugar. Það er til dæmis mjög gaman að fara í sjósund í Guðlaugu á Akranesi, fara til Hveragerðis og labba upp í Reykjadal og rúnta um Stokkseyri og Eyrarbakka og fara á kajak.

Annars finnst mér áfangastaðurinn ekki vera stóra málið heldur félagsskapurinn. Ef maðurinn minn og börnin mín eru með í för leiðist mér aldrei.”

FELIX BERGSSON ÚTVARPSMAÐUR OG LEIKARI

FALDAR PERLUR Á AUSTFJÖRDUM

Felix Bergsson, útvarpsmaður og leikari, og eiginmaður hans Baldur Þórhallsson stjórn-málafræðingur eiga von á tveimur barnabörnum í heiminn í sumar. Felix sér fram á ljúfar stundir heima við.

„Planið er bara að vera heima. Við eigum von á tvöfaldri fjölgun í fjölskyldunni í júní og ætlum því að einbeita okkur að því að taka vel á móti þeim nýju fjölskyldumeðlimum og sitja og horfa á þau sem allra, allra mest. Svo kannski drekkum við kaffið úti á palli eða grillum.”

Felix langar mikið að kanna hálandi Íslands betur og heimsækja til dæmis Veiðivötn. „Ég hef líka aldrei skoðað mig almennilega um í Þjórsárdal en þar munu til dæmis vera fossar sem maður á alls ekki að láta fara fram hjá sér.”

Aðspurður um eftirlætisstað á Íslandi nefnir Felix firðina, bæði í vestri og austri. „Ef fólk hefur aldrei farið á Hornstrandir mæli ég eindregið með því og að sama skapi mæli ég með heimsókn á Austfirði. Þar eru magnaðar gönguleiðir og ýmsar faldar perlar. Ég nefni sem dæmi Stóruð undir hinum stórkostlegu Dyrfjöllum.



MYND/HEIÐA

Svo kannski drekkum við kaffið úti á palli.

Svo er alltaf gaman að heimsækja Suðurlandið og við fjölskyldan erum stolt af því að hafa opnað nýjan möguleika með Hellunum við Hellu sem eru bara klukkutíma frá Reykjavík og eru algjörlega magnaðir.”

SIRRÝ ARNARDÓTTIR STJÓRNENDAPJÁLFARI, RITHÖFUNDUR OG FYRRVERANDI FJÖLMÍÐLAKONA

VERÐUR AÐ HEIMSÆKJA ÞINGVELLI NOKKRUM SINNUM Á ÁRI

Sumarið hefst á því að ég kenni masterklass í Framsækni – öruggri tjáningu við Háskólann á Bifröst í júní og mun nota náttúruna og umhverfið þar í kennslu. Það er tilhlökkunarefni,” segir Sírý Arnardóttir stjórnendapjálfa, rithöfundur og fyrrverandi fjölmíðlakona.

„Það stóð til að fara loksins á Þjóðlagahátíðina á Siglufirði í byrjun júlí en við hjónin höfum lengi ætlað en alltaf verið bókuð á öðrum stað þegar hátíðin er haldin og svo var henni frestað um ár. Svo ekkert verður af því að sinni.”

Sírý segir Suðureyri á Vestfjörðum vera í miklu uppáhaldi, og hyggur á ferðalag þangað í ágúst.

„En ég á að vera með upplestra úr bæði barna- og fullorðinsbókum mínum og fyrirlestur á einleikjahátíðinni Act alone á Suðureyri í byrjun ágúst og hlakka mikið til að fara þangað. Bæði að fylgjast með allri dagskránni og líka að koma þangað.

Við Kristján Franklín fórum nefnilega fyrir stuttu síðan um Vestfirði en slepptum Suðureyri af einhverri furðulegri ástæðu og sáum eftir því. Nú er stefnan tekin aftur vestur og sérstaklega á Suðureyri.

Og svo ætla ég að fara í mun



MYND/STEFÁN

styttri ferð en það er að heimsækja Friðheima á Suðurlandi og borða frægu tómatsúpuna og skoða ræktunina hjá þessu heiðursfólki, sem ég hef reyndar tekið viðtöl við en ekki farið og skoðað staðinn. Ég hef alltaf verið á leiðinni en ekki farið þangað – nú er tími til þess á næstunni.”

Sírý bendir á að það megi ekki gleyma stöðum sem eru stutt frá Reykjavík en eru algjör paradís eins og til dæmis. Hótel Glymur í Hvalfirði. „Ég hef verið bæði á hótelinu og í litlu villunum sem tilheyrja hótelinu og þar er útsýni úr heita pottinum yfir Hvalfjörðinn og Saurbæjarkirkju. Fossinn og fallegar gönguleiðir í nágrenninu. Þetta er

perla rétt við borgina sem ég mæli með.

Svo er frábær gönguleið í Borgarfirði beint á móti golfvöllinum á Hamri – þessi staður heitir Einkunnir og er skógur, vatn, hamrar og algjör draumur sem of fáir virðast vita um. Þetta sést ekkert frá veginum en er alveg meiriháttar útivistarsvæði. Stutt að fara til dæmis fyrir borgarbúa.

Ég verð að heimsækja Þingvelli nokkrum sinnum á ári og það er á dagskrá. Svo langar mig aftur að ganga Fimmvörðuháls við tækifæri. Svo er ég komin með gróðurhús í garðinum svo ég hlakka líka til að vera heima, með græna fingur.”

Svarið við stærstu morðráðgátu Noregs leyndist í hlöðunni

Undarleg morðhrina fór af stað í smábæ þar sem íbúarnir áttu sér einskis ills von. Fyrstu fórnarlömbin voru háöldruð systkini, en morðinginn stal sparifé þeirra.

SAKA MÁL

Ótrúleg atburðarás í smábænum Tistedal vatt hratt upp á sig eftir að lík tóku að dúkka upp víða í bæjarfélagi sem telur aðeins um 2.000 manns. Engan grunaði að morðinginn væri fimm barna heimilisfaðir sem hafði alls enga siðferðiskennnd og gerði nánast hvað sem var fyrir nokkra seðla. Morð var engin fyrirstaða.

Aase Helene, 78 ára, og bróðir hennar, hinn 74 ára gamli Arne Odvar Nordby, bjuggu í Tistedal, sem er lítill bær í Østfold í Noregi. Þann 3. september 1991 fundust systkinin látin á heimili sínu. Ljóst var að þau höfðu verið myrt, stungin til bana.

Aðstæður á vettvangi bentu til að Aase hefði verið myrt á undan bróður sínum sem virtist hafa reynt að komast undan morðingjanum. Lík Aase fannst í húsinu en lík Arne, sem þjáðist af parkinsonsjúkdómnum, fannst undir nokkrum trékössum nokkra metra frá veginum. Sparifé þeirra, 60.000 krónur, var horfið.

Aftan á kjól Aase fundust tvær rauðar rendur sem bentu til að morðinginn hefði þurrkað af hnífnum í hann að morðunum loknum. Lögreglan lagði mikla vinnu í rannsókn málsins.

700 vitni voru yfirheyrð og tveir lágu lengi undir grun, en voru síðan hreinsaðir af honum. Um 2.000 manns bjuggu í bænum og enginn virtist hafa séð neitt eða heyrt.

Lík fundust

Í ágúst 1992 hvarf Per Rød, 71 árs íbúi í Tistedal, sporlaust.

Hann fannst ekki þrátt fyrir leit, fyrr en bíll hans fannst við göngustíg utan við bæinn og riffill hans var horfinn af heimili hans. Reiðhjólíð hans var einnig horfið. Lögreglan taldi að hann hefði týnst í skóglendi og gerði ekki frekari leit að honum við heimili hans.

Þann 23. mars 1993 voru strákar að leita að boltanum sínum við heimili hans. Í safnhaug í garðinum töldu þeir sig sjá trjágrein en við nánari skoðun kom í ljós að þetta var



hönd Pers, sem var grafinn í haugnum, sem stóð upp úr.

Réttarmeinafræðingar komust að þeirri niðurstöðu að líkið hefði legið í safnhaugnum í um sjö mánuði eða allan þann tíma sem Pers hafði verið saknað. Hann hafði verið sleginn í höfuðið og stunginn að minnsta kosti einu sinni í hálsinn.

Á Þorláksmessu 1992 fannst Karl Johan Hagevik, 54 ára verslunareigandi, myrtur í hvítri Volvo 240 bifreið. Hann hafði verið skotinn í hnakkann með haglabyssu um 20 mínútum eftir að hann lokaði verslun sinni. Við hlið hans var poki með innkomu dagsins, 79.000 krónum.

Lögreglan taldi líklegt að morðinginn hefði ætlað að

komast yfir peningana en hefði tekið vitlausan poka, en í honum voru tveir lítrar af mjólk og smávegis af kjóti. Lögreglan gat rakið slóð morðingjans nokkurn spöl. Fótspor fundust og bátur með blóðslettum á. Síðar fundu kafarar samfesting, öryggisskó með rauðum reimum og hanska, í ánni í Tista.

Bankarín

Fimm dögum eftir morðið á Hagevik höfðu fjölmiðlar eftir talsmanni lögreglunnar að hún væri ekki viss um að hér hefði sami maður verið að verki og myrti Aase og Arne.

Nú voru þrjú óupplýst morðmál í bænum en fáar vísbendingar til að vinna út frá. Íbúar fundu til óör-

Það koman að heimili systkinanna Aase og Arne var skelfileg. Norska lögreglan áttaði sig þó ekki á að þetta var bara byrjunin.

MYND/TV2.NO

og smátt tókst að tengja málin öll saman og sýnt þótti að sami maður hefði verið að verki og rændi bankann í Lådby. Snemma morguns þann 30. apríl 1993 var Roger handtekinn. Lögreglan fínkembdi heimili hans en lét fátt uppi um árangurinn og sagði fátt við hann. Honum var ekki sagt strax að skóreimarnar sem fundust í ánni væru frá sama framleiðanda og reimarnar á skíðaskónum hans og hann fékk heldur ekki að vita að límband, sem fannst í blóðuga bátnum, var sömu tegundar og var á hátölurum heima hjá honum.

Nokkrum dögum síðar fann lögreglan sönnunargagn sem reyndist skipta gríðarlegu máli og varð Roger endanlega að falli. Í hlöðu við heimili tengdafaforeldra hans í Svíþjóð fannst reiðhjól Pers Rød. Það hafði verið tekið í sundur og falið undir heyi.

Ískaldur siðblindingi?

Rannsóknin leiddi í ljós að Roger hafði glímt við mikla fjárhagserfiðleika eftir að hann neyddist til að hætta að vinna af heilsufarsástæðum. Hann hafði notað miklu meiri peninga en hann fékk greidda frá almannatryggingum.

Í maí játaði Roger að hafa rænt bankann og myrt Per og Karl Johan. Hann dró þessa játningu síðar til baka og sagðist hafa verið beittur þrýstingi af nafngreindum manni, þekktum morðingja og kynferðisbrotamanni, sem hafði svipt sig lífi skömmu áður. Rannsóknin leiddi einnig í ljós að líklega hafði Roger myrt tvær manneskur í Svíþjóð, en hann var ekki ákærður fyrir það.

Mál hans fór fyrir dóm á vormánuðum 1994. Fyrir dómi var honum lýst sem ísköldum, siðblindum morðingja sem gat ekki sett sig inn í örlög fórnarlambanna.

Roger var fundinn sekur um morðin fjögur, bankarín og rán. Hann var dæmdur í 21 árs fangelsi, sem er þyngrsta refsingin samkvæmt norskum lögum, auk fimm ára öryggisgæslu að fangelsisdvöl lokinni.

Honum var sleppt 2006 en þá var hann 68 ára og heilsuveill. Hann flutti til Skedsmo og fékk heimahlyningu þar næstu fimm árin, eða þar til hann fannst látinn. ■

yggis og lögreglan sætti harðri gagnrýni.

Þann 15. apríl 1993 var bankarín framið í Lådby, sem er 5 kílómetra frá Tistedal. Ræninginn var vopnaður haglabyssu. Lögreglan tengdi málið ekki við morðin. Til að reyna að varpa ljósi á málið lét lögreglan ríkisútvarpinu hljóðupptöku úr bankanum í té, í þeirri von að hlustendur þekktu rödd bankaræningjans.

Það bar árangur því margir íbúar í Tistedal þekktu röddina og töldu að hér væri Roger Haglund á ferð en hann var skapmikill fimm barna faðir sem bjó í bænum.

Lögreglan hóf þá rannsókn af fullum krafti á hvort Roger tengdist morðunum og smátt

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.

STÓRKOSTLEG REYNSLA AÐ FRJÓSA NÆSTUM Í HEL

Flugsvikahrappurinn Ralph var ekki allur þar sem hann var séður. Helen Klaben lét þó blekkjast af gylliboði um ódýra flugferð, sem endaði með ósköpum.

LÍFSHÁSKI

Unnur Regína
Gunnarsdóttir



Helen Klaben var 21 árs gömul þegar hún ákvað að ferðast um Ameríku. Hún hafði svo sem ekki séð eða gert margt og gat ekki talist mikil ævintýramanneskja. Hún hélt nú samt af stað í þetta ferðalag og tók að sér íhlaupastörf hér og þar.

Í febrúar árið 1963 var Helen stödd í Fairbanks, Alaska. Stefnan var tekin á Mexíkó, með vinum sem hún hafði kynnst á ferðalaginu. Ætlunin var að fljúga frá Fairbanks til San Francisco og koma sér þaðan til Mexíkó. Flugmiðinn kostaði sitt og Helen hafði heyrt útvarpsauglýsingu frá flugmanni sem hafði rellu til umráða og var að leita að einhverjum sem vildi deila kostnaði af flugi frá Fairbanks til San Francisco.

Helen gat ekki staðist þetta, þar sem hún myndi þurfa að greiða helmingi minna fyrir þetta en flugmiða hjá flugfélagi. Þannig kynnst hún Ralph Flores, 42 ára rafvirkja sem var á milli starfa í Fairbanks.

Hann hafði ákveðið að fljúga aftur til fjölskyldu sinnar í San Francisco. Vélin hans var rella frá árinu 1941 og þó að Ralph hefði einhverja reynslu var hún fjarri því sem flugmaður ætti að hafa. Hans áætlun var að fylgja þjóðveginum suður.

Helen var vörud við að ætla fljúga yfir þetta svæði um hávetur en Ralph virkaði traustvekjandi og róaði hana.

Bensínlaus og hrædd

Saman flugu þau frá Fairbanks til Whitehorse og gekk sá leggur ferðarinnar vel. Vegna erfiðra veðurskilyrða urðu Ralph og Helen að vera í Whitehorse næstu tvo dagana.

Þann 4. febrúar sýndu veðurspár að veðrið væri að skána svo Ralph og Helen héldu af stað snemma morguns í miklu frosti. Helen treysti Ralph en var samt



Kvikmynd var gerð um lífsreynslu Helen, en hún hefur lýst reynslunni sem stórkostlegri.

MYND/GETTY

stressuð og minnti sjálfa sig oft á að hann væri flugmaðurinn og vissi hvað hann væri að gera. Þau flugu í gegnum þykka skýjabakka og Helen varð áhyggjufyllri eftir því sem ókyrrðin jókst.

Næstu tvo tímuna flugu þau inn og út úr slæmu veðri. Ralph vissi ekki hvar hann var og sá ekki þjóðveginn og reyndi hann að lækka flugið og finna op í skýjunum.

Helen var með kortið og reyndi að finna út hvar þau væru. Klukkan þrjú um nótt, týnd í skýjunum, hringdi viðvörðunarbjalla. Vélin var bensínlaus. Hún byrjaði að svífa rólega til jarðar og þegar þau komu niður úr skýjunum sá Helen fjallshlíð sem þau nálgudust óðfluga.

Helen sagði við sjálfa sig að þetta væri búíð, nú myndi hún deyja. Það síðasta sem hún mundi eftir að hafa hugsað var „Hvað ætti ég að gera við fæturna á mér?“ Hvernig undirbýr maður sig fyrir að hrapa?“

Helen rankaði fyrst við sér,

um háltíma eftir að flugvélin hafði hrapað í fjallshlíðinni. Þau höfðu hrapað í óbyggðum Yukon. Vinstri handleggur Helen var brotinn og hægri fótur hennar fastur á milli sætis hennar og veggs flugvélarinnar.

Ralph var líka lifandi en hann var meðvitundarlaus. Andlitið á honum var alblóðugt, kjálki hans og rifbein brotin. En þau voru bæði á lífi.

Enginn matur

Ralph komst fljótt til meðvitundar og hjálpaði Helen að losa sig úr vélinni. Þau kveiktu eld og sváfu í flugvélinni. Það var nístandi frost og Helen og Ralph voru ekki með mikið af hlýjum fötum meðferðis. Þau útbjuggu skýli inni í braki vélarinnar og áttuðu sig fljótt á að þau væru þarna ein og gætu ekkert gert nema bíða björgunar.

Þau höfðu litlar sem engar vistir í vélinni og kláruðu þær á fyrstu 10 dögum. Þau bræddu snjó og drukku

og borðuðu próteinpillur sem Ralph hafði meðferðis. Það gerði ekki mikið annað en að valda þeim magaverk.

Ralph stappaði stórt SOS í snjóinn og gerði allt sem í hans valdi stóð til að halda þeim á lífi.

Helen Klaben og Ralph Flores voru týnd í 49 daga og lifðu af í umhverfi sem gaf ekkert af sér.

Nú dögum eftir að leit að þeim var hætt, var Chuck Hamilton að fljúga yfir Yukon að með vistir í veiðikofa. Hann var að horfa á útsýnið og náttúruna þegar hann sá stórt SOS í snjónum. Fljótlega sá hann brakið og Helen Klaben og Ralph Flores fundust loks.

Lestu hraðar

Tólf árum eftir lífsreynsluna var hringt í Helen og hún spurð út í slysið í tilefni þess að verið var að kvikmynda söguna. Hún lýsti reynslunni sem stórkostlegri þrátt fyrir að hún hefði verið skelfilega erfið. „Það er er stórkostlegt að lifa slíkt af. Það er í raun

frábært að hafa lifað þetta. Ekki margt fólk er svo heppið að geta sagt að það sé með slíka lífeynslu á bakinu til að deila með heiminum.“

Helen lifði í raun á eigin líkamsfitu því nánast enginn matur var um borð. Tannkrem og tyggjó höfðu þau um tíma en líkamsfita hennar hélt henni á lífi. Helen missti 20 kíló á 40 dögum en hún var bara 64 kíló fyrir svo ekki var af miklu að taka.

Áhugavert er að Ralph var mjög strangtrúaður mormóni og sagði við Helen að ef hún myndi lesa Biblíuna og fela sig í hendur Jesú yrði þeim bjargað, hún las hana alla og þeim var bjargað þremur dögum síðar.

Hann suðaði í henni að lesa hraðar. Þau urðu nánir vinir eftir þetta, en hann dó 1997 og hún 2018. ■

Saga þeirra er löng og ströng og þið getið heyrt meira um hana á mánudaginn á vef DV í formi hlaðvarpsins **HÁSKI**, þar sem Unnur Regína Gunnarsdóttir fer yfir málið.



Vilt þú koma skjalamálunum í lag?

1 SYSTEMS OneRecords Mála- og skjalakerfi

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

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

1 SYSTEMS OneQuality



1 SYSTEMS OnePortal Self-Service



Gæða-
stjórnun á
stóran þátt í góðum
árangri fyrirtækja.

OneQuality er lausn sem
auðveldar allt vinnferli við útgáfu og
utanumhald gæðahand- bókar og
skjala.

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



MoReq2

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



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



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

Una í eldhúsinu

Með hækkandi sól er tilvalið að eyða minni tíma í eldhúsinu og meiri tíma í að njóta. Hér koma skotheldar hugmyndir frá Unu Guðmundsdóttur, matgæðingi DV.



Bruschetta

Bruschetta er einfaldur og góður forréttur til að bera fram og mér þykir hann einstaklega sumarlegur. Frábært meðan beðið er eftir aðalréttinum á sólríkum degi.

- 1 snittubrauð skorið í þunnar sneiðar**
- 3 hvítlauksrif**
- 1 askja piccolo tómatar**
- 1 poki mozzarella-perlur**
- ½ búnt fersk basilíka**
- Ólífuolía**
- Parmesan-ostur**

Skerið snittubrauð niður í þunnar sneiðar og raðið í eldfast mót.

Setjið góða ólífuolíu yfir sneiðarnar með skeið, sirka ½ tsk. og pressið hvítlauksrifin og setjið yfir sneiðarnar.

Setjið í ofninn á 200 gráður í um 5-7 mínútur.

Sneiðið tómata og mozzarella-ostinn niður og leggið á hverja sneið að vild.

Setjið sneiðarnar aftur í ofninn í um 4-5 mínútur.

Takið úr ofninum og stráið parmesan-osti yfir ásamt ferskri basilíku.



MYNDR/ANTON BRINK



Granateplakaka

Þessi ferska og góða kaka er mjög einföld og tilvalin sem eftirréttur þegar maður þarf að grípa í eitt-hvað fljótlegt og gott. Kakan inniheldur aðeins 4 hráefni og slær alltaf í gegn.

- 5 Jonagold-epli**
- 1 peli rjómi**
- 1 pakki Lu-kanilkef**
- 1-2 granatepli**

Byrjið á því að mylja Lu-kanilkef niður í form. Afhýðið eplin og rífið þau niður með rifjárnri og leggið yfir kexmylsnuna. Peytið rjóma og smyrjið yfir eplin. Hreinsið granateplakjarnana (rauðu berin) úr kjarna granateplanna og stráið þeim yfir rjómann. Geymið í kæli yfir nótt eða í hið minnsta 4-5 klukkustundir til að kexið nái að blotna vel.

Kjúklingasalat með sumarlegum blæ

Hérna er uppskrift að einstaklega góðu og sumarlegu salati sem einfalt er að skella í eftir vinnu fyrir vinina, nú eða fjölskylduna alla, fullorðna jafnt sem börn. Með hækkandi sól og betra veðri er tilvalið að skella kjúklingi á grillið og fá hið einstaka grillbragð, blandað saman við ferskt salat.

- 1 pakki kjúklingalundir**
- 1 krukka af Stonewall kitchen sósunni Coconut Curry Simmering Sauce**
- Góð salatblanda**
- ½ agúrka**
- 2-3 tómatar**
- Handfylli af kasjúhnetum**
- ½ granatepli – innvolsið**
- Nokkrir hvítlauks-brauðteningar – keyptir tilbúnir**
- Parmesan-ostur til að strá yfir salatið í lokin**



Byrjið á að marínara lundirnar í Coconut Curry sósunni í að lágmarki 1 klst. Setjið lundirnar á grillið og eldið vel í gegn.

Skerið niður tómata og gúrkuna, takið innvolsið úr eplinu og saxið

niður hneturnar. Blandið saman við salatið.

Þegar kjúklingalundirnar eru tilbúnar eru þær lagðar yfir salatið og svo er toppurinn að strá smá parmesan-osti yfir og brauðteningum.

Brúnkukrem og smjörkrem

Þóra Sigurðardóttir, ritstjóri Matarvefs Mbl.is og gleðibomba, gerir allt með stæl. Hvort sem það er lambalæri eða fagurmótadur líkami.

Þorbjörg
Marínósdóttir
tobba@dv.is



Þóra er ævintýragjörn í eðli sínu enda hefur hún breytt hreysi í höll, rekið veitingastað í tjaldi og búið á Bahamaeyjum, svo fátt eitt sé nefnt. Aðspurð um hvað hún myndi aldrei borða svarar hún: „heiladingul, augu og eistu... og bara innmat almennt. Annars er ég fremur opin fyrir flestu. Nema skordýrum. Þó ég hafi meira að segja borðað beltisdýr.“

Matarblæti Þóru eru einfalt, sykrað og heiðarlegt. „Kökudeig og -krem. Svo virðist sem bakaraofnar séu algjört aukaatriði í mínu lífi. Ég lagaði meira að segja marengs um daginn og át deigið – segir maður deig? Það var sóttkví og ég átti engin sætindi. Smákökudeig er líka stórkostlegt. Ég veit ekki hvort þetta er vandamál en þetta þykir stórfurðulegt á sumum bæjum. Mér finnst þetta eðlilegt og ég geri alltaf aukadeig fyrir mig. Svona smá alla vega.“

Er satt að þú stefnir á að keppa í fitness?

„Það var planið. Mig grunar samt að matarást mín hafi



Þóra ætlar að keppa í fitness áður en hún deyr, þá mun smjörkremið víkja fyrir brúnkukremi. MYND/ÞSEND

töluvert hamlandi áhrif á frammistöðu mína en það er gott að hafa plan í lífinu og stórar áskoranir. Þegar ég ákvað að byrja loksins að stunda líkamsrækt af alvöru var eins gott að setja markmiðið hátt þannig að fitness varð fyrir valinu, enda veit ég fátt fallegra en vel mótaðan og vöðvamikinn líkama. Ég væri alveg til í að keppa – þó

það væri bara öldungamót í litlu héraði í Wales. Skiptir ekki öllu en myndin af mér í bikiníinu með brúnkukremið færi innrömmuð upp á vegg.“

En getur Þóra lagt smjörkreminu og tekið upp græn-kálið?

„Ég hef reynt en hef takmarkaðan sjálfsga í mataræði. Ég er samt búin að taka töflufundinn með einkakokk-

inum og það er búið að setja saman matseðil samkvæmt fyrirmælum einkaþjálfarans. Þannig að þegar sá gállinn er á mér þá gæti ég tekið mataræðið alla leið og það yrði algjör veisla.“

Þú stýrir stærsta matarvef landsins en hefur sagt að þú sért enginn spes kokkur. Hvernig gengur það?

„Það gengur bara stórkost-

Matseðill Þóru

Morgunmatur

Ég bý við þann mikla munað að vera gift matreiðslumanni sem elskar að elda. Ég er því vakin með ferskum grænmetissafa sem ég drekk meðan verið er að laga kaffið. Við erum að tala um pressukönnukaffi með 36% rjóma sem búið er að hrista nokkuð duglega. Bollinn hitaður upp – allt útpælt. Með þessu borða ég ristaða súrdeigsbrauðsneið sem er lögðrandi í smjöri og umami-salti.

Hádegi

Salat eða súpa. Eitthvað létt.

Kvöldmatur

Kvöldmat borðum við fjölskyldan alltaf saman og þar erum við í fremur einföldum fjölskyldumat sem allir í fjölskyldunni geta borðað. Þítur eru í miklu upphaldi þessa dagana en að öðru leyti erum við fremur hefðbundin þegar kemur að þessu.

Ég held að þessi uppskrift komi upphaflega frá vini mínum Sigurði Gíslasyni sem vill svo skemmtilega til að er kokkur. Hér erum við með kolagrillað lamb sem er í miklu upphaldi hjá mér og þetta indverska tvist er skemmtilegt.

lega enda elska ég mat og að borða hann. Segja frá honum og öllu sem honum tengist. Ég hef átt og rekið veitingastaði og flestir af bestu vinum mínum eru kokkar. Svo bý ég svo vel að þurfa aldrei að elda heima hjá mér. Ég geri hins vegar frábærar pítsur og yfirlíðsvaldandi bearnaisesósu. Ég masteraði þetta tvennt og hef haldið mig við það. Það má því segja að ég sé með mjög mikla sérhæfingu í matargerð. Nánast eins og skurðlæknir sem sérhæfir sig í aðgerðum á ökkla.“ ■

Kolagrillað lambainnrælari með indversku kryddi og fylltu naanbrauði

- 800 g lambainnrælari
- 3 smásaxaðir laukar
- 3 smásaxaðir hvítlauksgeirar
- ½ smásaxaður rauður chili
- 2 msk. smásaxað ferskt engifer
- 100 ml kókosolía
- 1 tsk. masalakrydd
- 1 tsk. malað broddkúmen (cumin)
- ½ tsk. cayennepipar
- 2 tsk. salt
- 1 tsk. svartur pipar

Svitaðu lauk, hvítlauk, engifer og chili í kókosolíu á pönnu í 5 mín. Bættu öllu kryddinu út í, eldaðu í 2 mín. og kældu.

Skerðu u.þ.b. 1 cm rifur á 10 stöðum í innrælærivöðvanum, nuddaðu

kryddblöndunni duglega í sárin og láttu liggja í 30-60 mín.

Grillaðu lambið í u.þ.b. 20 mín. í heildina. Snúðu á um 2-3 mínútna fresti og gættu þess að hafa ekki of mikinn hita. Eftir grillun er mikilvægt að láta kjötið hvíla í 5 mínútur áður en það er skorið.

Naanbrauð, fyllt með þurrkuðum ávöxtum og hnetum

- 3 bollar hveiti
- 1 bolli volgt vatn
- 2 tsk. ger
- 1 tsk. sykur
- 1 tsk. salt

1 bolli hreint jógúrt eða sýrður rjómi

Blandaðu vatni, geri, salti og sykri saman. Settu því næst jógúrt út í og hrærðu saman. Að síðustu er hveitinu blandað saman við og deigið hnoðað. Skiptu deiginu í 4 parta, hnoðaðu kúlur og láttu hefast í hálf-tíma. Flettu deigið þunnt út.

Fylling

- 150 g smásaxaðir þurrkaðir ávextir
- 30 g kókosflögur
- 50 g saxaðar pistasíuhnetur
- 50 g kasjúhnetur
- Kókosolía

Flettu naandeigið út, settu fyllinguna ofan á og brjóttu deigið yfir. Rúllaðu aðeins yfir með kókukefli. Verði ykkur að góðu!



MYND/ÞSEND

SVONA HELDUR ÞÚ „babyshower“

Samkomubann út og steypiboð inn! Nú styttest í að bjóða megí í gott partí. Hér er farið yfir allt sem þú þarft að vita fyrir boðið.

Dorbjörg
Marínósdóttir
tobba@dv.is



Babyshower, barnasturta eða steypiboð – hvað sem þið kjósið að kalla þessar sykrudu og litríku samkomur, þá eru þær vissulega skemmtilegar og kærkomin gleði fyrir oft ansi þreyttar konur. Nú eru án efa margar þrútnar og félagsþyrstar, óléttar konur að skrída undan samkomubanni. Hvernig væri

að henda í eitt sykursjokkerað partí eftir að samkomubanni lýkur, fyrir góða vinkonu?

Ég hef svo góðar konur í kringum mig að ég fékk slíkt leyniboð í bæði skiptin sem ég var ólétt og get með sanni sagt að þau glöddu mig ákaflega mikið. Sjálf hélt ég slíkt boð um daginn og þá kom í ljós að fæstum af gestunum hafði verið boðið í slíkt boð áður og ekki var vitneskjan um skipulagninguna mikil. Hér koma því nokkrir punktar. ■

Gjafahugmyndir

Fyrir mömmuna

- Gjafabréf í dekur, til dæmis nudd eða fótstnyrtingu
- Kampavínsflaska
- Bók
- Náttslöppur / náttföt
- Gjafabréf á veitingahús
- Snyrtivörur / spa-pakki, svo sem krem, skrúbbur, maski, naglalakk eða eitthvað slíkt
- Skartgripur – eins handa móður og barni

Fyrir barnið

Spyrjið endilega m a k a / m ó ð u r viðkomandi hvað vanti á heimilið.

- Fatnaður
- Gjafabréf í barnavöruverslun
- Sæng (ef slíkt er ekki til)
- Rúmföt
- Kerrupoki
- Tuskudýr með „white noise“ hljóði



Hugmyndir að veitingum

- Brauð
- Salöt
- Pestó
- Heitir réttir
- Fersk ber
- Melónusalat
- Vegleg kaka í fallegum pastellit
- Aðrar kökur / gúmmulaði
- Freyðivín til að skála í – það fæst æðislegt freyðandi te á Coocoo's Nest
- Rjómaís
- Ostar
- Kaffi
- Safi
- Sóðavatn
- Mímósúr

SKIPULAGNINGIN

1 Boðið er háleynilegt!

Komist verðandi móðir að því að þetta standi til mun hún án efa reyna að skipta sér af og koma sér í stressandi hlutverk!

2 Útbúið gestalista

Gætið þess að vinkonur úr vinnu, æsku og kvenkyns fjölskyldumeðlimir séu á listanum. Gott er að fá maka og/eða systkini viðkomandi til að fara yfir listann og sjá hvort einhvernt vantar. Oftast dugur að gera Facebook event og hringja í þá sem ekki eru á Facebook eins og ömmu. Auðvitað má bjóða karlmönnum en oftast er ekki þetta kvenna-hittingar þar sem konur deila sinni reynslu af styttingu legháls og tilfallandi pissi í sjónvarpssófann.

3 Staðsetning

Finnið einhvern í hópnum sem er til í að halda boðið en um leið þarf þetta að vera á heimili sem auðvelt er að plata viðkomandi á. Til dæmis þykjast vera að mæta í bröns eða sækja barn þangað.

4 Veitingar

Langauðveldast er að biðja alla um að koma með eitthvert smá-ræði. Sniðugt er að gera lista og biðja fólk að skrá hvað það ætlar að koma með svo ekki komi allir með það sama. Sjá dæmi um lista hér til hliðar. Veitingarnar eru yfirleitt í brönsstíl.

5 Gjöf

Hagstæðast og oft skemmtilegast er að allir sem vilja taka þátt í gjöf leggi til dæmis 2.500 krónur inn á einhvern einn af gestunum sem sér um að kaupa gjöf. Þannig er hægt að safna dágóðri fjárhæð og kaupa eitthvað veglegt. Gaman er að kaupa eitthvað handa bæði móður og barni. Hugmyndir að gjöfum má sjá hér til hliðar. Úr þeim potti má þá taka smá peninga til að kaupa skraut.

6 Skraut

Eftir góðan bæjarrúnt má með sanni segja að bestu kaupin séu líklega í Söstrene Grene, eða Systragreninu

eins og eiginmaður vinkonu minnar kallar verslunina. Eins er gaman að lána á milli ef einhverjar vinkonur eiga skraut. Skrautið þarf ekki að vera mikið. Nokkrar blöðrur, skilti með kyni barnsins, skrautborðar til að hengja á vegg eða pappírskrá og fallegar servéttur. Ekki missa ykkur á Pinterest! Þar eru margar góðar hugmyndir en það er óþarfi að gera þetta að brúðkaupsveislu! Þá eru líka minni líkur á að fólk nenni að standa í þessu aftur. Þessi stund snýst jú um samveru, gleði – jú, og auðvitað gúmmulaði!

Einnig er skemmtileg hugmynd að hafa krukku á staðnum og dreifa miðum og biðja fólk að skrifa hugmyndir að barnanöfnum og stinga í krukkuna. Það er svo skemmtilegt að lesa oft ansi skrautlegar nafnahugmyndirnar sem koma upp úr krukkunni.

Klassískar súkkulaðibollakökur

- 1 2/3 bolli sykur eða hrásykur
- 1 3/4 bolli hveiti
- 3/4 bolli ósætt kakó
- 1 1/2 tsk. lyftiduft
- 1 1/2 tsk. matarsódi
- 1 tsk. salt
- 2 egg
- 1 bolli mjólk
- 1/2 bolli olía (ég notaði kókosolíu)
- 2 tsk. vanilludropar
- 1 bolli soðið vatn

Forhitið ofninn í 175 gráður. Smyrjið kökumótið með smjöri eða olíu. Annaðhvort má gera eina væna tertu eða bollakökur.

Í stóra skál skal blanda saman sykri, hveiti, kakói, matarsóða, lyftidufti og salti. Hrærið saman.

Næst fara egg, mjólk, olía og vanilla saman við. Hrærið vel. Að lokum fer vatnið út í. Deigið verður nokkuð þunnt.

Hellið deiginu í formið eða formin og bakið sirka 15 mínútur fyrir bollakökur en 35-40 mínútur ef þið gerið tertu. Baksturinn fer eftir þykkt tertunnar. Gott er að nota prjón eða tannstöngul til að stinga í tertuna. Hún er tilbúin þegar prjóninn

Ófáar óléttar konur hafa lýst yfir dálæti á smjörkremi.

kemur deiglaus út. Kælið kökuna í 10 mínútur áður en hún er tekin úr mótinu. Látið tertuna kólna alveg áður en kremið er sett á, en það má nota nánast hvaða kremuppskrift sem er.



Nýtt tækifæri til náms

Háskólabrú Keilis býður upp á frumgreinanám í fremstu röð þar sem kröfur fullorðinna nemenda eru í fyrirrúmi. Nú hafa rétt um tvö þúsund einstaklingar lokið náminu og hafa lang flestir þeirra haldið áfram í háskólanám bæði hérlendis og erlendis.

Boðið er upp á Háskólabrú Keilis í samstarfi við Háskóla Íslands og gildir námið til inntöku í allar deildir hans sem og flesta aðra háskóla hérlendis.

Kynntu þér Háskólabrú í stað- og fjarnámi, bæði með og án vinnu á www.haskolabru.is

„Ég trúði því í raun ekki að ég ætti eftir að fara aftur í nám. Mig langði mikið, en ég trúði því bara eiginlega ekki að ég gæti það. En ég hafði rangt fyrir mér - hér fann ég sjálfstraustið til þess að takast á við námið.“

Þorbjörg Guðmundsdóttir lauk Háskólabrú Keilis 2016



Keilir
Miðstöð vísinda,
fræða og atvinnulífs

Ekki afsaka þig í atvinnuviðtali

Listin að koma fram er ekki öllum í blóði borin og mörgum vex hún í augum. Fyrir þá sem vilja tileinka sér hana er nú komin út bókin Framkoma.

Erla Dóra
Magnúsdóttir
erladora@dv.is



Edda Hermannsdóttir, hagfræðingur og yfirmaður markaðs- og samskiptasviðs Íslandsbanka, gaf nýverið út bókina Framkoma, þar sem farið er yfir ýmis hagnýt ráð varðandi framkomu.

„Þegar ég byrjaði í fjölmiðlum fór ég að taka saman punkta sem voru að gagnast mér vel og hef undanfarin ár þjálfað starfsfólk bankans í framkomu. Ég hef leitað í erlent efni um framkomu en fannst vanta efni á íslensku og að það væri til nokkurs konar handbók með ráðum og æfingum fyrir þá sem eru að koma fram.“

Hefði viljað æfa framkomuna

Edda er hagfræðingur að mennt en fékk snemma áhuga á fjölmiðlum. 25 ára gömul endaði hún sem spyrill í spurningakeppninni Gettu betur, án nokkurrar fjölmiðlareynslu. En þarna fékk hún fjölmiðlabakteríuna og eftir Gettu betur gerðist hún blaðamaður og síðar aðstoðarráttgjafi á Viðskiptablaðinu áður en hún færði sig yfir til Íslandsbanka.

Lærð eða meðfædd?

Framkoma er oft talinn einn af þessum hæfileikum sem einstaklingar eru annaðhvort fæddir með eða ekki. Edda segir það ekki svo.

„Við gefum okkur oft að þetta sé meðfæddur hæfileiki og hugsum það þegar við fylgjumst með þjóðarleiðtogum eða öflugum fyrirlesurum flytja erindi af miklu öryggi. En þar að baki eru oftast stífar æfingar, en auðvitað verðum við betri því oftast sem við komum fram. Það er hins vegar vel hægt að þjálfva upp þessa hæfileika en það krefst tíma og vinnu. Ég myndi segja að rétt blanda af æfingum og réttum þanka-gangi komi manni lengst. Maður þarf alltaf að muna hvers vegna við erum að segja þessa sögu og hvað við viljum skilja eftir okkur.“

Styrkleikar í atvinnuumsókn

Atvinnuleysi og uppsagnir hafa verið áberandi í samfélaginu síðustu mánuði og því líklega fleiri Íslendingar en nokkru sinni áður í virkri atvinnuleit. Í bókinni fer Edda yfir ýmis hagnýt atriði hvað varða gerð ferilskráa og



Edda Hermannsdóttir kennir Íslendingum framkomu.

MYND/ADSEND

„Það góða við Ísland er líka að það er auðvelt að nálgast flesta.“

hvernig skuli bera sig að í atvinnuviðtali.

„Í bókinni er farið yfir mikilvægi þess að leggja áherslu á styrkleika okkar í atvinnuumsókn og við eigum að hugsa ferilskrá á þann hátt að hún gefi skýra mynd af því sem við erum góð í. Við þurfum auðvitað að vera heiðarleg en algeng mistök eru að byrja að afsaka okkur og segja frá

því sem við erum ekki nógu góð í eða gætum verið betri í.“ Edda bendir á að einnig þurfi að aðlaga ferilskrá sína því starfi sem sótt er um, og ekki sé nauðsynlegt að tína til atriði sem hafi enga þýðingu fyrir starfið. „Það getur verið að sumarstarfið fyrir 15 árum eigi mögulega alls ekki neitt sérstaklega vel við þessa atvinnuumsókn.“

Ef allt gengur vel og umsækjandi kemst í atvinnuviðtal segir Edda að gott sé að vera búin að undirbúa sig vel. „Það er gott að vera búin að skrifa niður þá þætti sem við viljum koma að og passa að hafa það ekki nema nokkur atriði. Þá hjálpar mikið að taka sértæk dæmi þar sem þessir kostir hafa komið vel að notum og fara þá líka yfir það sem hefði betur mátt gera.“

Gott tengslanet skiptir máli

Í bókinni er einnig fjallað um mikilvægi góðs tengslanets, sem getur skipt máli bæði í leik og starfi.

„Við Eva Laufey, systir mín og fjölmiðlakona, höfum oft gert grín að því að besta leiðin til að tengjast fólki sé bara að senda því tölvupóst og segjast vera systkini þess en þannig kynntumst við á

unglingsárunum. En kannski er betra að leggja það ekki of mikið í vana sinn.“

Edda bendir á að í dag er auðveldara en nokkru sinni fyrr að byggja upp tengslanet. Það þarf bara að gefa sér tíma í það. „Það hafa líklega aldrei verið til jafn margir hópar og félagasamtök fyrir þá sem hafa áhuga á slíku. Það er líka gott að gefa sér tíma til að mæta á viðburði sem tengjast áhugasviði og fagi og reyna þar að hitta og kynna fólki. Það þarf að passa að tala ekki aðeins við þá sem maður þekkir heldur vera móttækilegur fyrir nýjum samtölum. Það góða við Ísland er líka að það er auðvelt að nálgast flesta og ef maður hefur áhuga á einhverju verkefni eða viðfangsefni sem einhver er að fást við þá á maður ekki að hika við að senda tölvupóst eða reyna að tengjast þeirri manneskju.“

Það nægir þó ekki að mynda tengslin því þeim þarf að viðhalda líka. „Við þurfum síðan að gefa okkur tíma til að rækta tengslanetið og taka frá tíma í það. Einn morgunbolli fyrir vinnu og af til, hádegismatur eða hittast eftir vinnu. Ég myndi segja að rétt blanda af því að gefa sér tíma, sýna öðrum áhuga og vera forvitin, samhliða því að vilja styðja og efla fólk í kringum sig skili góðu tengslaneti.“

Framkoma sem saga

Eddu finnst mikilvægt að hugsa um framkomu sem nokkurs konar sögu. „Við erum alltaf að segja einhverja sögu og við viljum að fólk hlusti, eða muni eftir því sem við segjum. Þá skiptir miklu máli að búa yfir sannfæringarkrafti. Í dag er mikið offramboð af efni og því er krefjandi að ná athygli fólks og það skiptir gríðarlegu máli að koma efni frá okkur á hnitmiðaðan hátt. Við verðum líka alltaf að spyrja okkur hvers vegna þetta efni skipti máli, við hverja erum við að tala og hvers vegna skiptir það máli núna?“

Með því að spyrja sig þessara spurninga er svo hægt að koma skilaboðum sínum betur til þeirra sem hlusta.

„Ráðið sem ég gef öllum sem koma fram er að ákveða fyrir fram hvaða 3-4 atriði skipta mestu máli. Við viljum oft segja frá svo ofboðslega mörgu og miklu en þegar við stígum á svið eða förum í fjölmiðlaviðtal til dæmis þá gleymum við aðalatriðunum. Einblínum alltaf á það sem skiptir mestu máli.“ ■

KORTA leitar eftir kraftmiklu og drífandi starfsfólki

KORTA er ört stækkandi þjónustufyrirtæki sem sérhæfir sig í greiðslumiðlun. Fyrirtækið starfar á grundvelli leyfis frá Seðlabanka Íslands og sinnir færsluhirðingu fyrir alþjóðlegu greiðslumiðlunarkerfi Visa og Mastercard. Mikil framþróun er í greiðslumiðlun og fjártækni. Við leitum að fólki sem vill starfa í krefjandi umhverfi og taka þátt í áframhaldandi uppbyggingu fyrirtækisins á þeim vettvangi. Mikil áhersla er lögð á frumkvæði, metnað og öguð vinnubrögð.

Viðskiptastjóri – Sölusvið

KORTA leitar eftir kraftmiklum og drífandi viðskiptastjóra. Starfið felur í sér markaðssetningu og sölu á greiðslumiðlun, þjónustu og samskipti við viðskiptavinum, ásamt greiningu vaxtatækifæra og vöruþróun.

Menntunar- og hæfniskröfur

- » Háskólamenntun sem nýtist í starfi er kostur
- » Reynsla af markaðs- og sölustörfum er æskileg
- » Þekking og reynsla af störfum á fjármálamarkaði eða færsluhirðingu kostur
- » Mjög góð hæfni í mannlegum samskiptum
- » Greiningarhæfni og tölvulæsi

Hugbúnaðarsérfræðingur

Öflugur og úrræðagóður einstaklingur óskast í þróunarteymi til að taka þátt í þróun og útfærslum á greiðslulausnum fyrirtækisins, ásamt sjálfvirknivæðingu á SDLC ferlinu.

Menntunar- og hæfniskröfur

- » B.Sc. í tölvunarfræði eða sambærileg menntun sem nýtist í starfi
- » Þekking á PCI DSS staðlinum er kostur
- » Þekking á Kubernetes og Docker, ásamt Datadog eða ELK
- » Þekking á rekstri Linux og Windows þjóna
- » Kunnátta í Java, Spring-Boot, Unit testing, Continuous integration og SQL reynsla

Kerfisstjóri

Við leitum að öflugum og úrræðagóðum einstaklingi í þróunarteymi til að taka þátt í kerfisrekstri, hönnun og uppbyggingu innviða fyrirtækisins. KORTA starfar eftir PCI DSS staðlinum, sem byggir á öflugu öryggi í rekstrarumhverfi.

Menntunar- og hæfniskröfur

- » B.Sc. í tölvunarfræði eða sambærileg menntun/reynsla sem nýtist í starfi
- » Góð þekking á sjálfvirknivæðingu rekstrarumhverfa
- » Góð þekking á Docker, Kubernetes ásamt Datadog eða ELK
- » Yfirgripsmikil þekking á rekstri Linux netþjóna
- » Þekking á rekstri Windows netþjóna
- » Þekking á PCI DSS staðlinum er kostur

Sérfræðingur í áhættustýringu

KORTA leitar að starfsmanni í áhættustýringu. Um er að ræða fjölbreytt og spennandi starf í alþjóðlegum og áhugaverðum geira. Starfið krefst frumkvæðis og hæfileika til að laga sig að fjölbreyttum og krefjandi verkefnum. Í starfinu felst einkum vöktun og greining áhættu, ásamt öðrum tilfallandi verkefnum.

Menntunar- og hæfniskröfur

- » Háskólamenntun sem nýtist í starfi
- » Þekking og reynsla af störfum á fjármálamarkaði eða færsluhirðingu kostur
- » Hæfni í gagnagreiningu (þekking á forritun er kostur)
- » Þjónustulund og færni í mannlegum samskiptum
- » Nákvæmni og sjálfstæði í vinnubrögðum
- » Mjög gott vald á íslensku og ensku

Umsóknir skulu sendar á netfangið jobs@korta.is merktar heiti starfs sem sótt er um. Hverri umsókn skal fylgja ítarleg ferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni.


Umsóknarfrestur er til og með **22. maí 2020**. Allar umsóknir og fyrirspurnir verða meðhöndlaðar sem trúnaðarmál og þeim svarað.

KORTA

Suðurlandsbraut 30, 108 Reykjavík / 558 8000 / korta@korta.is / korta.is



HELGAR KROSSGÁTAN

		HRÚÐUR MORGUNN		VAFATRIÐI ERGJA		SEINKA		GEIFLA		LEIÐINDA- PESI
	MJÖG								2	SPIL
SKRUGGA						FYRSTUR				
						PJÁTUR				
DERRINGUR	6						ELLEGAR			
BLUNDA					TALIN JARÐEFNI					
AGNÚI							ÓBRIGÐULL		FLEYGUR	
MAGNA										
	SKELLUR ÞUS		EKKI		VINNU		DULSTIRNI RÍKI Í SA-ASIU		3	
OFMAT					EFNI	7		TUNGU- MÁLS		JAPLA
GORTA					GREMJA					
			4	SKRIFA ÖR- SKYGNA			ERFIÐ NÍÐA			
JAFNHLIÐA							VALDA BRÁÐRÆÐI			
FRÆHIRSLA					JURTA HÆTTA			KJÓSUM		LISTI
		FLYTJA	DVALI Í RÖÐ				FORKUR ÁLIT			
							ÁLEGG STEINBÍTS- BRÖÐIR		5	
DORM	ERTA DEILA			BLÓÐ- HLAUPINN		SJÁVAR- SPENDÝR SLAGA				FERÐALAG
			LASLEIKI	LOFA MÆTTIR				NÆÐI	TÍMABIL GERVIEFNI	
HIRSLA					SKERÐING					HANDFYLLI
BYRJANDI	MARG- FRÓÐUR BÁTSTAFN			1			AÐ- FINNSLUR SKAP			
					KORNLJÁR			SNÍKJUDÝR GET		
KUBBS							SITJA EINN AÐ ÖLLU			
RÁNFUGL					HLUNN- FARA					



Verðlaunahafi síðustu helgarkrossgátu

Halldóra Ingibergsdóttir, Garðabæ

Rétt svar við gátu vikunnar skal senda á krossgata@dv.is ásamt nafni, símanúmeri og heimilisfangi.



Verðlaun fyrir rétt svar er bókin Dýrbítar eftir Óskar Magnússon.

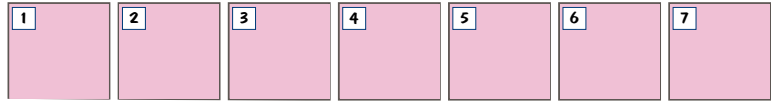
Þegar mannlík og tvö hundshræ finnast á víðavangi í Fljóts-
hlíð þarf Stefán Bjarnason verjandi að takast á við útsendara CIA, íslensk lögreglufyrvöld, úrvalslið rannsóknarlögreglumanna, ríkissaksóknara, íslenska og erlenda ráðherra, flugfreyjur, mannræningja og ógæfumenn.

Inn í söguna blandast einkamál hans, veikleiki fyrir falletum konum, lævis og lauslåt vitni, ljóðelskur sendiherra, harðger dómari og herskáir bændur af Njálu-slóð.

Dýrbítar er sjálfstætt framhald Verjandans um Stefán Bjarnason hæstaréttarlögmán, hörkuspennandi skáldsaga og sakamáladrama sem leysist á óvæntan hátt í réttarsal fyrir harðfylgi Stefáns verjanda.

SUDO KU

Lausnarorð þessarar helgarkrossgátu er:



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

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

Lausn síðustu helgarkrossgátu

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

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.

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

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**
- frábær
 - lítið
 - traðka
 - ísskápur
 - frálag
 - telja
 - ílát
 - birta
 - keyra
 - óreiða
 - óvil

- skrælna
- sjúkdómur
- á fæti
- hljóðfæri
- þekking
- meginæð
- dýr
- hlýða
- á ný
- rándýr
- drabb
- glápa

- LÓDRÉTT**
- kími
 - sýnishorn
 - grýtur
 - ágætis
 - klippari
 - skjön
 - orðfimi
 - svipað
 - heiti
 - ota

- eyðileggja
- feykir
- salerni
- spergill
- snjóhrúga
- krydd
- aldin
- tryggingafé
- undireins
- óskert
- rölt

STAFARUGL

Leynigesturinn í síðasta stafarugli var hinn skeleggi fréttamaður **BJÖRN (INGI)** en hann hefur getið sér það til frægðar að spyrja æ ofan í æ sömu spurninganna að því er mörgum finnst á margfrægum daglegum fundum almanna. Þar er hann búinn að svara þessum spurningum.

En þá er upp runnin fyrsta vika rýmkunar á samkomubanninu og landinn líkt og belja að vori æstur í að komast út um allar köppagrundir (þó með 2 metra millibili) og fleira og fleira má nú loksins gera þótt ekki sé annað en fara í klippingu sem sumum hefur þótt æði bagalegt að geta ekki og því margir orðnir ansi háprúðir.

Í þessari viku er því viðeigandi að tína til 20 orð yfir það sem æði marga hefur dreymt um og geta nú loksins gert eða er vonandi á næsta leiti auk nokkurra hluta sem margir munu ekki sakna en aðrir uppgötvað sem algera snilld.

Líkt og venjulega eru það 20 orð sem finna á en aðeins gefin upp 19 þeirra og það 20. er leyngestur vikunnar. Til að gefa fólki smá vísbendingu þá hefur viðkomandi bjargað sálartetri margra undanfarið en öðrum finnst nú nóg komið af því góða en því lauk um síðustu helgi.

sund líkamsrækt klipping tannlæknir	nudd ferðast tjalda skóli	félagsheimili heimsóknir barnaafmæli heimsending	heimavinna leikskóli dagamma vinnustaður	fjarfundur kaffihús íþróttir
-------------------------------------	---------------------------	--	--	------------------------------

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

NÝTT Á NÁTTBORÐIÐ

LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskilóð 39 | Opið alla virka daga 10-18 | Lau, 11-16 | www.forlagid.is

Fegurðardrottningar sem leituðu á önnur mið

Margar íslenskar fegurðardrottningar hafa kosið að vera áfram í sviðsljósinu og notað keppnirnar sem stökkpall á annan vettvang.

Guðrún Ósk
Guðjónsdóttir
gudrunosk@dv.is



Fyrsta fegurðarsamkeppnin var haldin á Íslandi árið 1950 þegar myndhöggvarinn Kolbrún Jónsdóttir var valin ungfrú

Ísland. Stúlkan sem er valin fegurst hverju sinni fer og keppir í keppnum erlendis, eins og Ungfrú heimi og Ungfrú alheimi.

Hér má líta nokkrar fegurðardrottningar sem hafa verið áberandi í íslensku þjóðfélagi fyrir meira en aðeins fegurðina. ■



SKJÁSKOT/TÍMARIT.IS

BRYNDÍS SCHRAM

Bryndís Schram var kjörin fegurðardrottning Íslands árið 1957. Þá var hún aðeins nítján ára gömul og stundaði nám við Menntaskólann í Reykjavík. Síðan þá hefur Bryndís Schram verið umsjónarkona Stundarinnar okkar, leikkona og iðin í leikhúsgagnrýni.

HRAFNHILDUR HAFSTEINSDÓTTIR

Hrafnhildur Hafsteins var nítján ára þegar hún var valin ungfrú Ísland árið 1995. Hrafnhildur er hæfileikarík og hefur unnið hin ýmsu störf svo sem verið framkvæmdastjóri Félags kvenna í atvinnulífinu (FKA) í þrjú ár. Í dag er hún markaðs- og gæðastjóri hjá Hjallastefnunni. Hrafnhildur er gift tónlistarmanninum Bubba Morthens og saman eiga þau alls sex börn.



SKJÁSKOT/TÍMARIT.IS



SKJÁSKOT/TÍMARIT.IS

LINDA PÉTURSDÓTTIR

Árið 1988 var Linda Péturs kjörin ungfrú Austurland, ungfrú Ísland og að lokum ungfrú heimur. Eftir að Linda setti kórónuna upp í hillu sneri hún sér að heilsugeiranum og stofnaði líkamsræktarstöð fyrir konur undir nafninu Baðhúsið. Seinna meir stækkaði hún

veldið ásamt Sævari bróður sínum og við bættust Prekhúsið og Sporthúsið. Haustið 2018 tók Linda við stjórn Miss World á Íslandi. Í dag starfar hún sem lífsstíls- og megrunarráðgjafi á lindape.com þar sem hún selur einnig fatnað og silkigrímur sem hún hannar.



MYND/ADSEND

ÞESSAR KEPPTU LÍKA

Magnaðar og metnaðarfullar konur sem þú vissir ekki að kepptu í Ungfrú Ísland:

Sigríður Margrét Oddsdóttir, fyrrverandi forstjóri SkjásEins, já og nú framkvæmdastjóri Lyfju.

Ingibjörg Dögg Kjartansdóttir, ritstjóri Stundarinnar.

Andrea Róbertsdóttir, athafnakona og femínisti.

Alexía Björg Jóhannesdóttir, leikkona.

Bryndís Ásmundsdóttir, leik- og söngkona.



RAGNHILDUR STEINUNN JÓNSDÓTTIR

Ragnhildur Steinunn var 21 árs þegar hún var kjörin ungfrú Ísland árið 2003. Síðan þá hefur hún verið ein ástsælasta sjónvarpskona þjóðarinnar og er í dag aðstoðardagskrárstjóri Ríkissjónvarpsins.

Ragnhildur þakkar þó ekki keppninni fyrir afrek sín og sagði í viðtali við Vísi árið 2013 að keppnin hefði ekki skapað nein sérstök tækifæri fyrir sig, frekar að keppnin hefði verið henni til trafala. Ragnhildur er lærður sjúkraþjálfari, hefur gefið út bækur, er fjögurra barna móðir og hin íslenska ofurkona.



MYND/VALGARDUR



SKJÁSKOT/TÍMARIT.IS



SKJÁSKOT/TÍMARIT.IS

MANUELA ÓSK

Manuela Ósk var var átján ára gömul þegar hún var valin fegursta kona Íslands árið 2002. Hún var eftirminnileg lokakvöldið, í rauðum kjól sem hnefaleikakappinn Mike Tyson gaf henni. Undanfarið árf hefur Manuela getið sér gott orð sem samfélagsmiðlastjarna, framkvæmdastjóri og eigandi Miss Universe Iceland. Hún sló í gegn í Allir geta dansað á Stöð 2 í haust og fann ástina í örmum Jóns Eypórs Gottskálkssonar dansara.



SKJÁSKOT/TÍMARIT.IS

BIRNA BRAGADÓTTIR

Birna Braga er engin smá kona. Hún var kosin ungfrú Norðurlönd 1994 og keppti fyrir hönd Íslands í Miss World. Hún varð fyrir því óláni að vera rænd í Suður-Afríku þar sem keppnin fór fram. Þjófarnir stálu þjóðbúningi, kvöldklæðnaði, skarti og snyrtivörum. Allt kom þó í leitirnar daginn eftir, nema skartgripirnir. Birna er mikill meistari og lét athyglina ekki stíga sér til höfuðs og sagði meðal annars í viðtali við Morgunblaðið eftir að keppni lauk, aðspurð um hvernig væri að koma

aftur niður á jörðina: „Ég hef alltaf haldið mig þar.“ Birna er afrekskona í íþróttum og synti nýverið yfir Ermarsund ásamt vinkonum sínum í hópnum Marglyttunnar. Birna hefur meðal annars starfað sem framkvæmdastjóri Sandhotel, starfsþróunarstjóri Orkuveitu Reykjavíkur og við mannauðs-, fræðslu- og þjónustustjórn hjá Icelandair, en í dag er hún meðeigandi og ráðgjafi hjá Capacent. Birna er með MBA-gráðu frá Háskólanum í Reykjavík og BA-gráðu í félagsfræði frá Háskóla Íslands.



KOLBRÚN PÁLÍNA HELGADÓTTIR

Kolbrún Pálína, fjölmiðlakona og framleiðandi, vann Ungfrú Ísland.is 2001 en hún var krýnd af söngvaranum Sir Bob Geldof. Kolla, eins og hún er kölluð, er meðal annars menntaður einkaþjálfari og förðunarmeistari og starfaði við hvoru tveggja um hríð samhliða fyrirsætustörfum hérlendis og erlendis áður en blaðamennskan tók við. Kolla hefur bæði starfað sem blaðakona á DV, ritstjóri Nýs Lífs, Lífsins á Fréttablaðinu sem og Eftirvinnu, sérblaði Viðskiptablaðsins. Kolbrún er einn höfundar sjónvarpsþáttanna Ást sem sýndir voru í Sjónvarpi Símans á síðasta ári.



MYND/VILHELM



MYND/ANTON BRINK

FANNEY INGVARSDÓTTIR

Fanney Ingvars var ungfrú Ísland árið 2010. Síðan hefur hún látið til sín taka sem áhrifavaldur og bloggari á Trendnet.is. Fanney var framkvæmdastjóri Ungfrú Íslands um tíma áður en hún sneri sér að öðrum verkefnum. Hún hefur hannað fatalínu í samstarfi við Gallerí 17 og skartgripalínu með My Letra.



MYND/TANJAYR.IS

TANJA ÝR ÁSTÞÓRSDÓTTIR

Tanja Ýr var kosin ungfrú Ísland árið 2013 og keppti fyrir hönd Íslands í Ungfrú heimi. Í kjölfarið stofnaði Tanja Ýr fyrirtækið Tanja Yr Cosmetics og hannaði gerviaughnár. Fyrstu aughnárin skírði hún eftir vinkonum sínum úr Ungfrú heimi. Síðan þá hefur Tanja Ýr stofnað fleiri fyrirtæki og notið mikilla vinsælda sem áhrifavaldur.



MYND/JÓHANNA

ARNA ÝR JÓNSDÓTTIR

Arna Ýr var kjörin ungfrú Ísland árið 2015 og keppti fyrir hönd Íslands í Miss Universe Iceland árið 2017. Hún var krýnd Miss Euro árið 2016. Arna Ýr byggði upp stóran fylgjendahóp á samfélagsmiðlum og var að gera það gott sem áhrifavaldur þegar hakkari lokaði síðunni hennar í byrjun árs 2020. Arna Ýr stofnaði fyrirtæki fyrir stuttu og selur taublejgur fyrir börn.

Fjölskylduhornið

Kristín Tómasdóttir, hjónabandsráðgjafi svarar spurningum lesenda um málefni er varða fjölskylduna, börnin og ástina í

Fjölskylduhorni DV. Að þessu sinni svarar Kristín spurningu lesenda sem á vinkonu í ofbeldissambandi.

Sérfræðingur svarar



VIL EKKI VITA AF HENNI MEÐ ÞESSUM MANNI

Hæhæ. Ég veit ekki alveg hvað ég á að gera, eða hvort ég geti gert eitthvað en ég á mjög góða vinkonu sem er í ofbeldissambandi. Hún hefur sagt okkur vinkonunum frá ofbeldinu og gert margar tilraunir til að komast út úr sambandinu en sögast alltaf aftur inn og þá vill hún ekkert lengur tala um ofbeldið og þá er bara allt í gúddi og við vinkonurnar eigum bara að láta eins og við vitum ekki neitt og umgangast ofbeldismanninn eins og ekkert hafi í skorist. Ég vil ekki missa vinkonuna frá mér og vita af henni einni með þessum manni.



MYND/GETTY

Sæl, kæra vinkona

Þetta er snúin staða og því miður ekki nein einföld lausn til. Það gæti verið farsælt að aðgreina annars vegar vinkonuhlutverkið og hins vegar stöðuna sem vinkona þín er í. Sennilega hefur hún aldrei þurft jafn mikið á þér að halda svo þú gerir líklega mest með því að vera til staðar fyrir hana og grípa hana þegar hún hrasar.

Óbærilegar aðstæður

Varðandi hennar stöðu þá er mikilvægt að vita að ef einhver er í hættu þá hringjum við í lögregluna. Þó svo að þú vitir ekki hvort það sé eitthvert atvik í gangi þá getur þú tilkynnt um að þig gruni að á þessu heimili eigi sér stað viðvarandi ofbeldi. Ef börn eru á heimilinu ber þér skylda til að tilkynna um það til barnaverndarnefndar.

Hvort tveggja er gert með því að hringja í 112. Þetta gildir ekki bara ef börnin eru sjálf í hættu á að verða fyrir ofbeldi heldur er ofbeldi gagnvart móður skilgreint sem ofbeldi gagnvart barni. Það eru óbærilegar aðstæður fyrir börn að lifa við ótta og hræðslu við foreldri, en því miður gleymast stundum börnin við svona aðstæður.

Skaðaminnkandi nálgun

Þá er ofboðslega mikilvægt

að reyna að halda í trúnað vinkonu þinnar þegar hún segir frá, þakka henni traustid. Þannig nærð þú mikilvægum upplýsingum, getur metið hættuna og tilkynnt nafnlaust til lögreglu um leið og þú telur ástandið hættulegt.

Annað varðandi hættuna, hefur vinkona þín skipulagðar flóttaleiðir? Er hún alltaf með símann á sér? Þetta eru öryggisatriði sem geta bjargað mannlífum og með því að koma þeim upplýsingum á framfæri til vinkonu þinnar, gætir þú verið að beita verulega skaðaminnkandi nálgun við sorglegar aðstæður.

Ég skil vel að þig langi til að segja vinkonu þinni að fara frá honum, en því miður skilar það sjaldnast árangri. Við getum aldrei sagt neinum að skilja, heldur þarf fólk að

finna kraft og löngun hjá sjálfu sér.

Eitt af því sem gerir heimilisofbeldismál flókin er að sá sem verður fyrir ofbeldinu verður ódómbær á aðstæður sínar, sér ekki ofbeldið eða finnst jafnvel eins og það sé verðskuldað. Í slíkum tilfellum skiptir ekki máli hvað þér finnst, eða hvernig þú vilt að hún bregðist við, heldur að hennar innsæi og upplifun er önnur og því er erfitt fyrir þig að breyta.

Aldrei rétt að þegja

Það er aldrei rétt að þegja yfir ofbeldi, en ef vinkona þín lokar á alla umræðu er mikilvægt að nota glufurnar þegar þær skapast. Þá skiptir máli að vera ekki dæmandi eða ásakandi „ætlarðu ekki að fara að koma þér frá hon-

um?“ eða „hvað ætlarðu að láta þennan fávita bjóða þér þetta lengi?“. Slíkur ásökunartónn kallar á varnarviðbrögð hjá vinkonu þinni og þannig myndast stærri gjá á milli ykkar.

Segðu henni heldur hvað þér þyki vænt um hana og að þú sért til staðar. Þú getur nálgast hana með litla fræðslumola um einkenni heimilisofbeldis, ofbeldis-hringinn og hvernig ofbeldið getur stigmagnast. Eins gæti verið gott að skapa hjá henni von, með því að nefna dæmi þar sem aðrir hafa komist út úr svona aðstæðum. Á YouTube má finna slíkt efni sem nefnist „Þekktu rauðu ljósin“.

Þá gætir þú bent henni á að það er alltaf hægt að sækja aðstoð í bæði Kvennaathvarfinu og Bjarkarhlíð.

Þess á milli væri farsælt að eiga með henni ánægjulegar stundir þar sem umræðuefnið er ekki stöðugt aðstæður hennar. Það skapar trú á að hún geti átt innihaldsríkt líf og það gefur henni samburð sem mögulega hjálpar henni að meta aðstæður sínar.

Þú getur alltaf sett mörk

Þú getur alltaf sett mörk og ef þú vilt ekki umgangast mann vinkonu þinnar, þá er það þitt val. Það getur enginn neytt þig til þess að vera í samneyti við ofbeldismann og þar mátt þú alveg vera skýr. Það skiptir þó alltaf máli hvernig við orðum líðan okkar og þú þarft að vanda orðavalið svo þú fælir ekki vinkonu þína frá þér.

Við þurfum svo alltaf að veita og meta hagsmuni, ef þú ert ekki hrædd við að hann geri þér eitthvað og vinkona þín vill að þið hittist öll saman, þá er spurning hvort vegur þyngra, þín andstyggð á manninum eða vilji vinkonu þinnar? Getur verið að með samveru þinni sé hún að hlífa sjálfri sér við ofbeldi mannsins?

Ég er að sjálfsögðu ekki að setja ábyrgðina á þig varðandi ofbeldið, en mögulega varpar þetta ljósi á aðstæður sem þú hafðir ekki velt fyrir þér.

Vinkonur eru gulls ígildi og í erfiðum aðstæðum geta vinkonur komið til bjargar. Ég heyri að vinkona þín á gott bakland í ykkur vinkonum sínum og þegar á reynir verður það skýrara. Haldið áfram að skapa von, trú og góðar stundir, vera til staðar og sýna henni stuðning. Með kærleika ykkar vinnst þetta vonandi á endanum. ■

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 í fullum trúnaði.

SPÁÐ Í... stjörnurnar



LESID Í TAROT **Gísli Marteinn**

STJÖRNUSPÁ **Vikan 08.05. – 14.05.**

Þakklátur og gefst aldrei upp

Elsku krúttlegi, fljótandi Fiskurinn, Tinni okkar Íslendinga, hann Gísli Marteinn Baldursson, fær spá að þessu sinni. Lúna Fírenza, spákona og tarotmeistari DV, lagði spilin fyrir hann.

Fiskurinn á marga vini enda á hann samleið með mörgum. Hann er með þægilega nærveru og er afslappaður, skemmtilegur, góður og aðlagast að stæðum vel. Hans helsti ókostur er að finnast hann vera fórnarlamb aðstæðna, eða að treysta fólki sem er ekki treystandi, enda vilja Fiskarnir sjá það góða í öllum.

Ás í mynt

Lykilorð: Nýr fjárhags- eða atvinnumöguleiki, birtingarmynd, gnægð

Ferskur blær fylgir fyrsta spilin þínu og er í takt við þetta fallega vor sem okkur berst í ár. Þú mátt gera ráð fyrir því að ná markmiðum þínum. Til að nýta þessa orku sem best skalt þú vera skipulagður og nákvæmur í áætlunum þínum.

Stríðsvagninn

Lykilorð: Stjörn, viljastyrkur, velgengni, framkvæmdir, ákveðni

Þetta spil helst vel í hendur við spilið hér á undan og er lýsandi fyrir viljastyrk þinn til að sigrast á hindrunum. Þessi einstaklingur sem birtist hér er einhver sem ætlar sér að halda ótrauður áfram, alveg sama hvað. Þú dregur vagninn áfram og ert ekki hræddur við að erfða.

Tía í bikurum

Lykilorð: Kærleikur, friður, jafnvægi, farsæl sambönd
Friðardúfan flýgur inn í spilin þín í dag. Mér finnst eins og þetta spil standi fyrir farsælu ástarsambandi. Eins og ástin blómstri sem aldrei fyrr og þið finnið fyrir nýrri nánd í ykkar núverandi sambandi. Einhver frjósemi eða fæðing er í vændum en það getur líka verið tilfinningalega.



MYND/STEFÁN

Skilaboð frá spákonunni

Þetta er svo falleg spá hjá þér að það eina sem ég get sagt við þig að þessu sinni er að þakka fyrir það sem þú hefur og þau tækifæri sem lífið hefur gefið þér og það jafnvel í formlegu bréfi. Þakklætið er svo mikilvægt og ætti að vera mantra manns á morgni hverjum.



Svona eiga þau saman

Stækka fjölskylduna

Fegurðardrottningin og áhrifavaldurinn Fanney Ingvarsdóttir og unnusti hennar Teitur Páll Reynisson eiga von á öðru barni sínu. DV lék forvitni á að vita hvernig þau passa saman ef lítið er til stjörnumerkjanna.

Fanney er Vog og Teitur er Tvíburari. Vogin er kröfuhörð og daðurgjörn. Hún notar daður til að vera samþykkt og elskuð af öðru fólki. Það truflar ekki Tvíburann sem kann að meta frelsið sem það gefur honum í staðinn.

Tvíburinn er framsækinn og félagslyndur. Bæði merkin eru mjög forvitin um annað fólk og eiga mjög auðvelt með samskipti. Þau elska að deila hugmyndum um allt og ekkert, fara á menningarlega viðburði og jafnvel vinna að einhverju verkefni saman.

Ástfanginn Tvíburari vill koma þér til að hlæja eða sjá heiminn í öðru ljósi. Ástfangin Vog sættir sig ekki við hvað sem er og er mjög viðkvæm fyrir ímynd maka síns.

Vogin elskar að bjóða í partí og Tvíburinn er félagsvera. Þau eru því par sem á mörg vinaþör. Það er gaman að vera í kringum þau, enda halda þau skemmtilegustu matarboðin. ■



MYND/SKJÁSKOT INSTAGRAM

Fanney Ingvarsdóttir

24. september 1991

Vog

- Samviskusöm
- Málamiðlari
- Órlát
- Sanngjörn
- Óákveðin
- Forðast átök

Teitur Páll Reynisson

24. maí 1988

Tvíburari

- Forvitinn
- Mikil aðlögunarhæfni
- Fljótur að læra
- Skipulagður
- Taugaóstyrkur
- Ákvarðanafællinn

Hrútur

21.03. – 19.04.

Elsku Hrúturinn deyr ekki ráðalaus og virðist laða að sér fólk sem vill fá álit hjá honum, jafnvel fá hann með sér í einhvers konar samstarf. Farðu inn í vikuna og gerðu strangar kröfur því þú ert með eftirsóknarverða hæfileika.

Naut

20.04. – 20.05.

Núna hafa öldurnar róast. Þú finnur það með hverjum deginum hvað þú ert að verða aftur þú sjálf/ur. Allt virðist falla hægt og rólega í réttan farveg. Nú máttu sofa á verðinum. Þessi vika er góður tími til þess að slaka vel á.

Tvíburar

21.05. – 21.06.

Þetta er vikan þegar þú færð innblástur til að starta þessu hliðarverkefni sem kosmósið er visst um að muni fylla vasa þína. Finndu alla vega nafn á hugmyndina eða komdu heimasíðu á laggirnar. Það er ágætis byrjun fyrir þessa viku.

Krabbi

22.06. – 22.07.

Krabbinn er vinsæll félagskapur þessa vikuna. Síminn stoppar ekki. Allir vilja koma út að leika! Farðu út og leiktu þér eins og enginn sé morgundagurinn. Þessir gömlu góðu leikir eins og „yfir“ og „snúsnú“ eru alltaf ávisun á gleði.

Ljón

23.07. – 22.08.

Hæ, móðir Teresa! Þú finnur mikla löngun til að gefa til baka og gleðja einhvern. Þú hugsar oft um það en lætur aldrei verða af því, en þessa vikuna gerir þú það. Þú ert einn stór gleðigjafi. Farðu og dreifðu þessu konfettí á allt og alla (umhverfisvænu konfettí að sjálfsögðu).

Meyja

23.08. – 22.09.

Það reynir á diplómátíska hæfileika þína þessa vikuna. Það stefnir allt í mögulegar fjölskylduerjur sem þú nennir engan veginn að taka þátt í eða hafa í kringum þig. Dragðu djúpt andann og hafðu í huga að þetta fer vel ef þú sprittar spilin þín rétt.

Vog

23.09. – 22.10.

Elsku Vog. Þú ert sveimhugi og ávallt með stjörnur í augunum. Þú færð mikinn innblástur þessa vikuna. Skrifðu niður draumana þína. Einnig færðu tækifæri til að vera stærrí manneskjan í ákveðnu máli sem þú munt verða mjög stolt/ur af. „Take the high road, baby!“

Sporðreki

23.10. – 21.11.

Það birtir til hjá Sporðrekanum og hann nær fókusi á ný. Þú sérð allt miklu skýrara en síðustu vikur og auðvelt verður fyrir að taka erfðar ákvarðanir því nú er þetta borðleggjandi. Þú veist hvað þú vilt!

Bogmaður

22.11. – 21.12.

Þú ert í rauðrófu rómans stuði og elskar allt og alla. Þú ert sérstaklega þakklát/ur fyrir fólkið þitt. Bjóddu þínum/þinni heittelskaða/uðu á stefnumót. Njóttu augnabliksins.

Steingeit

22.12. – 19.01.

„I see dead people...“ Þetta er vikan sem þú kafar djúpt inn í yfirnáttúrulega heiminn. Þú finnur mikla löngun til þess að byrja að hugleidda og finna þína innri rödd. Mögulega kikkar innsæið inn og þú færð skilaboð að handan í draumi.

Vatnsberi

20.01. – 18.02.

Þvílíkur dugnaður alltaf í þér! Þú hefur unnið hörðum höndum og það jafnvel fyrir lítið. Núna er tími fyrir þig að uppskera það sem þú sáðir. Það getur verið bæði andlegt og veraldlegt en njóttu vel. Þú átt það skilið.

Fiskur

19.02. – 20.03.

Einfarinn þú hefðir ekkert móti því að það væri enn þá samgöngu-bann. Allavega eina viku í viðbót. Taktu þinn tíma. Þú þarft ekki að svara öllum viðburðum sem þér er boðið á þessa vikuna. Vertu bara áfram í þinni búbbli. Nægur tími til að vera félagslynd/ur seinna meir, það er hvort eð er bara gluggaveður. Hvað er að þessu fólki sem er að bjóða í grillveislu?

ÁSTIN HITTI BEINT Í MARK

Metnaðarfullar fótboltakonur og -menn hafa fundið ástina og nú er bara að vona að ástin beri ávöxt og komandi kynslóðir beri fótboltagenið góða. Afram Ísland!

Hörður Snævar
Jónsson
hoddi@433.is



Þegar lífið leikur við knattspyrnufólk innan vallar fer boltinn oftar en ekki einnig að rúlla utan vallar, þannig hefur boltaást-

in blómstrað. Stelpurnar í A-landsliði kvenna hafa margar hverjar nælt sér í álitlega menn með góða leggi.

Hér gefur á að líta hugguleg boltapör og nú er bara að vona að ástin beri ávöxt og litlir boltapeyjar og markadrottningar líti dagsins ljós. ■



SARA BJÖRK GUNNARSDÓTTIR & ÁRNI VILHJÁLMSOON

Sara Björk Gunnarsdóttir, fyrirlíði íslenska landsliðsins í knattspyrnu, fann ástina í örmum Árna Vilhjálmssonar, atvinnumanns í knattspyrnu. Samband þeirra er nýtilkomið. Sara er búsett í Þýskalandi og leikur með Wolfsburg. Árni leikur í Úkraínu og hefur flakkað á milli landa síðustu ár. Sara verður þrítug seinna

á þessu ári en Árni er fjórum árum yngri. Bæði léku með Breiðabliki áður en þau héldu í atvinnumennsku í fótbolta. Sara var áður í sambandi með sjúkrahjálfa Wolfsburg. Sara er fyrirlíði íslenska kvennlandsliðsins og hefur spilað 131 A-landsleik á meðan Árni hefur spilað einn A-landsleik fyrir Ísland.



ELÍSA VIÐARSDÓTTIR & RASMUS STEENBERG CHRISTIANSEN

Daninn Rasmus fann ástina þegar hann mætti til Íslands árið 2010 og hóf að spila fyrir ÍBV, Elísa var þá að stimpla sig inn í kvennalið ÍBV sem lykilmáður. Rasmus hélt aftur út til að spila í atvinnumennsku en kom aftur til Íslands árið 2016. Hann hefur síðan verið í herbúðum Vals líkt og Elísa,

en þau hafa gert það gott í boltanum hér heima. Elísa kemur af miklum knattspyrnuættum því systir hennar er ein besta knattspyrnukona þjóðarinnar, Margrét Lára Viðarsdóttir. Elísa hefur spilað 38 A-landsleiki fyrir Ísland, en saman á þetta kröftuga par eitt barn.



FANNNIS FRÍÐRIKSDÓTTIR & EYJÓLFUR HÉÐINSSON

Ástin kviknaði hjá þessu öflugna knattspyrnufólki á síðasta ári. Fannnis hefur leikið 109 A-landsleiki fyrir Ísland en Eyjólfur lék fimm leiki á sínum landsliðsferli. Bæði hafa þau

verið í atvinnumennsku í fótbolta en njóta nú ástarinnar hér á Íslandi. Eyjólfur er fæddur árið 1985 og er fimm árum eldri en Fannnis. Í dag spilar Eyjólfur með Stjörnunni ásamt

því að koma að þjálfun hjá félaginu á meðan Fannnis spilar fyrir Íslandsmeistara Vals. Eyjólfur ólst upp í Breiðholti, en Fannnis er úr Vestmannaeyjum.



GLÓDÍS PERLA VIGGÓSDÓTTIR & KRISTÓFER EGGERTSSON

Glódís Perla hefur lengi verið í sviðsljósinu hér á landi, en hún hefur verið ein besta knattspyrnukona Íslands síðustu ár. Þrátt fyrir að vera aðeins 24 ára gömul hefur þessi öflugri varnarmaður spilað 84 A-landsleiki. Glódís hélt í atvinnumennsku árið 2015 og hefur síðan leikið í Svíþjóð. Kristófer hafði spilað í neðri deildum hér á landi og spilað með HK í næstefstu deild árið 2016. Hann elti svo ástina yfir hafið og hefur spriklað í neðri deildum þar í landi.

SELMA DÖGG BJÖRGVINSDÓTTIR & SÖLVI GEIR OTTESEN

Boltinn rúllar hjá þessu sjóðheita pari, en Sölvi kom aftur heim til Íslands árið 2018 eftir að hafa spilað í 14 ár sem atvinnumaður. Párið eignaðist sitt fyrsta barn í síðasta mánuði en líklega verður Selma ekki á vellinum næstu mánuði eftir barnsburð. Selma hefur spilað með Val og FH hér

á landi og lék fjölda leikja með FH í næstefstu deild á síðasta ári. Sölvi er 36 ára gamall og hefur búið víða á ferli sínum, hann lék meðal annars í Svíþjóð, Kína og Taílandi. Sölvi lék 28 A-landsleiki fyrir Ísland á ferli sínum en Selma lék fyrir yngri landslið Íslands á ferli sínum.

Garða- og
tómstundakerrur
frá:
155.900 kr.



BRENDERUP GÆÐAKERRUR Í BÍLANAUST

Brenderup kerrur leysa allar tegundir flutninga enda er úrvalið mjög fjölbreytt. Þær eru fyrir löngu búnað að sanna sig við íslenskar aðstæður sem harðgerðar, öruggar og vel smíðaðar kerrur með góða aksturseiginleika. Komdu í Bílanaust og fáðu upplýsingar um Brenderup kerrur.



Tækjakerrur
frá:
1.359.900 kr.



lönaðarkerrur
frá:
319.900 kr.



Bílanaust
Á FULLRI FERÐ

STÓRVERSLUN
DVERGSHÖFÐA 2
110 Reykjavík
S. 535 9000

Vatnagörðum 12
104 Reykjavík
S. 535 9000

Dalshrauni 17
220 Hafnarfirði
S. 555 4800

Hafnargötu 52
260 Reykjanesbæ
S. 421 7510

Hrísmýri 7
800 Selfossi
S. 482 4200

Furuvöllum 15
600 Akureyri
S. 535 9085

Sólvangi 5
700 Egilsstöðum
S. 471 1244

www.bilanaust.is



fuzzy

Íslensk hönnun: Sigurður Már · Íslensk framleiðsla



SAND KORN

Ferðaskrifstofur skella í lás

Heimfaraldur COVID-19 hefur leikið ferðabjónustuna á Íslandi grátt. Á undanförunum tveimur vikum hefur Ferðamálastofa felld úr gildi fimm ferðaskrifstofuleyfi þar sem ferðaskrifstofufrekstri fyrirtækja hefur verið hætt. Fyrirtækin eru: IceLine Travel ehf., Benjamin Hardman Studio ehf., Iceland Up Close, E-níu flutningar eða GTI Gateway og Saga Travel ehf.

Öll fyrirtækin voru tryggingaskyld vegna sölu pakkaferða og samantengdrar ferðatilhögunar og viðskiptavinum ofangreindra fyrirtækja er bent á að lýsa kröfum í tryggingarfé sem fyrst, eða helst fyrir lok júní. Slíkt er hægt að gera rafrænt í gegnum þjónustugátt á vefsíðu Ferðamálastofu.



Lítt þekkt ættartengsl

Drífa Snædal, formaður Alþýðusambands Íslands, hefur verið áberandi í verkalyðsbaráttunni undanfarið. Álíka áberandi í þessum slag á árum áður var stjórnmálamaðurinn Ögmundur Jónasson, sem árum saman var formaður BSRB og gegndi því samhliða þingstörfum. Líklega vita ekki margir að Drífa og Ögmundur eru skyld. En móðir Drífu, Sigríður Stefánsdóttir, og Ögmundur eru systkinabörn. ■



Eru þetta verkalyðs-
vensl?

LOKI

HEIMA ER BEST

12 MÁN
VAXTALAUSAR
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
Svefnsófi
Verð áður kr. 249.900
NÚ AÐEINS KR. 224.910

EITT MESTA ÚRVAL LANDSINS
AF HEILSUDÝNUM

20-50% AFSLÁTTUR NÝTT OUTLET **20-50% AFSLÁTTUR**

Gerðu frábær kaup

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