

Hann vill ráða einn en ég vil dreifa valdinu

Einar Hermannsson býður sig fram til formanns SÁÁ á móti Þórarni Tyrfingssyni. Einar byrjaði í neyslu 11 ára gamall en hefur verið edrú í aldarfjórðung.
– sjá síðu 12



UPPÁHALDS

GRILLUPPSKRIFTIR



Berglind Guðmundsdóttir, rithöfundur og matarbloggari á Gulur, rauður, grænn og salt, kallar ekki allt ömmu sína. Hún ætlar ekki að láta grillsumarið mikla fram hjá sér fara og deildi með DV uppáhaldsgrilluppskriftum sínum.

1 Kjúklingur fyrir heimska

„Það fyrsta sem kemur í hugann er uppskriftin Kjúklingur fyrir heimska – þessi uppskrift er svona eins og lóan – sól og sumar er í vændum um leið og þessi fer á grillið. Þessi réttur er einfaldur og góður. Uppskriftina fékk ég fyrir mörgum árum en þá hét hún „chicken for dummies“ – sem ætti kannski frekar að þýða sem „kjúklingur fyrir byrjendur“ – en við breytum víst ekki nafninu úr þessu.

2 Sweet chili-laxinn

Annað sem mér dettur í hug er „Sweet chili-laxinn“ sem er grillaður á teini – en þessi réttur er frábær leið til að fá krakkana til að borða fisk og jú, jú, vissulega okkur full-orðna fólkið líka. Bragðast eins og sælgæti.

3 Lambakórónur

Svo þykja mér lambakórónur hinn besti matur og aftur erum við með eitthvað sem er einfalt í gerð. Stutt á grillið, ólífuolía, salt og pipar – kannski smá chili-flögur og veislumáltíð tilbúin án mikillar fyrirhafnar.

4 Grænmeti

Grillað grænmeti í öllum regnbogans litum er snilldin ein og í raun frábær réttur einn og sér, en líka sem forréttur, smáréttur eða meðlæti með öðrum mat. Þá dreypi ég vel af góðu Olifa hennar Ásu Regins yfir grænmetið og krydda með góðu íslensku sjávarsalti.

5 Rosa bomba

Í eftirrætt er svo gott að setja súkkulaðikaramellur, sykurlúða, súkkulaði og fersk ber í ísform og pakka inn í álpappír og grilla þar til þetta er farið að mýkjast. Rosa bomba.“



MYND/VILHELM

Syfjað siðferði



Kosningabarátta getur súrnað ansi hratt, þrátt fyrir háleit markmið um háttvísi allra aðila. Nú þegar forsetakosningar fara fram um helgina er áhugavert að velta fyrir sér kosningahlaupinu sem við þreytum trekk í trekk með ýmsum hætti í gegnum lífið. Strax í grunnskóla keppast börn við að bjóða sig fram sem formann nemendaráðs eða barist er um atkvæði þeirra. Loforð, upptal og ef vel gengur, upplapp. Á unglingsárum fer tíminn í alls kyns framboð sem oft eru misgáfuleg eins og embættin sem sóst er eftir.

Það verður snemma ljóst hvernig týpa tranar sér fram. Fer hún í manninn eða mál-efnið? Þykir hún líkleg til að standa við rjómablönduð loforð

um betri tíð? Er frítt súkkulaði í allar kennslustofur raunhæft? Eða alls konar fyrir aumingja?

Mennirnir tveir sem keppa um titilinn forseti Íslands að þessu sinni eru eins ólíkir og dagur og nótt en auðvelt væri að taka saman tjúlluðustu ummæli forsetaframboðsins og sögulegra kappæðna í skemmtilega en virkilega óþægilega myndasögu.

Nálægðin í svo litlu samfélagi sem við búum í gerir allt persónulegra. Allir hafa sína sögu að segja af frambjóðendum og fara þær hátt á samfélagsmiðlum. Menn hringja á ritstjórnina með dólgi á síðustu metrunum og súrinn ágerist. Lífróðurinn gerir vart við sig.

Á sama tíma á sér stað annar slagur í Efstaleitinu. Einar Hermannsson sækist eftir formannssæti SÁÁ í kosningum samtakanna í næstu viku. Í forsíðuviðtali lýsir hann formannsslagnum sem óskemmtilegum og kemst vel að orði þegar hann segir að það sé leiðinlegt að lesa óhróður um bæði sjálfan sig og Þórarin Tyrfingsson, mótframbjóðanda sinn, og ekki sé síður leiðinlegt hvernig ýmsum rangfærslum sé haldið fram. Áður en kvöldu tekur fer siðferðið að syfja og mörk milli manns og málefnis taka að renna saman. Það er óþolandi.

Nýtum kosningaréttinn á öllum vígstöðvum með opin augu og hlýtt hjarta.

Framsókn sér um sína

SVART HÖFÐI

Svarthöfði hefur lengi dáðst að Lilju Dögg Alfreðsdóttur. Það markaði tímamót í sögu Framsóknarflokksins þegar Sigmundur Davíð sótti hana í Seðlabankann og gerði að ráðherra til að milda ásynd flokksins, skömmu áður en hann sagði af sér embætti forsætisráðherra vegna Wintris-málsins. Lilja hefur verið ljúf sem lamb og brætt hjörtu allra. Ítrekað hefur hún verið valin vinsælasti ráðherrann. Ítrekað mætir hún í viðtöl með bros á vör, í fallettri dragt og hárið óaðfinnanlegt.

Það hryggir Svarthöfða að nú sé verið að ráðast að hinni ljúfu Lilju úr öllum áttum. Konukind úti í bæ hélt að hún gæti klekkt á Lilju með því að kæra hana til kæruneftar jafnréttismála

eftir að Lilja réði flokksfélaga sinn í Framsókn sem ráðuneytisstjóra frekar en blessaða konuna. Meðlimir kæruneftar voru sammála um að taka Lilju niður og sögðu hana hafa brotið jafnréttislög. Þvílík firra. Kona að brjóta jafnréttislög! Hún Lilja hans Svarthöfða síns? Nei, takk. Svona vitlesu vill Svarthöfði ekki heyra. Við Framsóknarmenn verðum að standa saman.

En Lilja kom með krók á móti bragði og ætlar að fara í mál við kellinguna til að láta ógilda úrskurð kæruneftar. Hún skal sko læra að maður fokkar ekki í Lilju. Það er heilög skylda Framsóknarmanna að ota sínum tota og koma sínu fólki að. Fólki sem er flokknum þóknarlegt.

Það er gleðiefni að Lilja sé farin að sýna klærnar. Svona er best að gera þetta – byggja

„Þvílík firra.
Kona að brjóta
jafnréttislög!“

upp traust og taka síðan til óspilltra (!) málanna. Ekki er langt síðan Lilja skipaði annan flokksbróður í alls konar nefndir sem hann fékk vel greitt fyrir. Þeirra á meðal var nefndin sem komst að þeirri niðurstöðu að það væri Framsóknarmaður sem yrði besti ráðuneytisstjórinn. Lilja valdi vitanlega Framsóknarmann til

að stýra Fjölmiðlanefnd þrátt fyrir að einhver kona með sérfræðipekkingu væri til í stöðuna.

Kosningar eru á næsta ári og enginn veit hvort Lilja verður áfram ráðherra. Því liggur á að koma Framsóknarmönnum fyrir í sem flestum bitastæðum stöðum. Framsóknarflokkurinn sér um sína. ■

Tillögurnar okkar í COVID-19

Samfylkingin hefur lagt fram lausnir á Alþingi fyrir heimili og fyrirtæki

Hærrí atvinnuleysisbætur

- Atvinnuleysisbætur hækki úr 289.510 kr. í 314.720 kr.
- Hlutfall tekjutengdra atvinnuleysisbóta af meðaltali heildarlauna hækki tímabundið úr 70% í 100%
- Framfærsla með hverju barni hækki um 50% (samþykkt)

Námsmenn og heimsfaraldurinn

- Námsmönnum tryggður réttur til atvinnuleysisbóta í sumar
- Aðgengi námsmanna að geðheilbrigðisþjónustu verði bætt
- Starfsnám iðnnema verði tryggt með auknu fjármagni
- Menntastofnunum verði gert kleift að taka við fleiri nemendum

Sveitarfélög og COVID-19

- Aukið fjármagn til sóknaráætlana landshluta
- Framkvæmdasjóður aldraðra verði styrktur
- Byggðar verði fleiri almennar leiguíbúðir
- Átak verði gert í íslenskukennslu atvinnuleitenda af erlendum uppruna

Aukin fjárfesting

- Hærrí álagsgreiðslur til framlínufólks, óháð vinnustað
- Aukið fjármagn í nýsköpun, sprotastarfsemi og tækniþróun
- Aukið fjármagn í verklegar framkvæmdir um allt land
- Fjölgun listamannalauna og stórsókn í kvikmyndagerð
- Aukið fjármagn til SÁÁ og íþróttamála
- Hærrí greiðslur til eldri borgara, öryrkja og fjölskyldna langveikra barna
- Aukið fjármagn til grænmetisræktar og skógræktar
- Beinir styrkir til lítilla fyrirtækja
- Aukinn stuðning til fjölmiðla
- „Allir vinna“ náí til kvennastétta

Skilyrði fyrir stuðningi ríkisins

- Fyrirtæki með tengsl við skattaskjól fái ekki stuðning skattgreiðenda
- Krafa um loftslagsbókhald og áætlun til næstu fimm ára um minni losun gróðurhúsalofttegunda
- Fyrirtæki endurgreiði stuðning eftir því sem afkomubati leyfi
- Pak á laun stjórnenda

Allar tillögur Samfylkingarinnar nema ein voru felldar. Það skiptir máli hverjir stjórna.

MEST LESIÐ

Á DV Í VIKUNNI

1 Hjón á Nýja-Sjálandi flæmd í burtu af íslenskum nággranna: „Hver vill sitja og horfa á þetta allan daginn?“ Íslendingur ofsótti nággranna sína, henti kattasandi á lóð þeirra og reisti vegg fyrir útsýnið.

2 Fimm ára drengur var einn á ráfi um nótt – Lögreglan gerði skelfilega uppgötvun heima hjá honum. Drengurinn fannst á ráfi í New Jersey. Í ljós kom að móðir hans hafði verið drepin af unnusta sínum.

3 „Það er eiginlega búið að segja við mig að ég geti ekki átt börn“ Svala Björgvinsdóttir söngkona var í innilegu viðtali við Mannlíf, opnaði sig um skilnaðinn og nýja sambandið.

4 Eitt furðulegasta tilboðið á Íslandi – 50% afsláttur ef þú uppfyllir eitt skilyrði Veitingastaðurinn Rakang býður þeim sem hafa farið í magaminnkunaraðgerð upp á afslátt.

5 Björn Ingi bendir á ótrúlega staðreynd um Víði – „Gæti það ekki nálgast að vera met?“ Við vinnslu á bók sinni um COVID-19 komst Björn Ingi að því að Víðir Reynisson fór einn daginn í 21 viðtal.

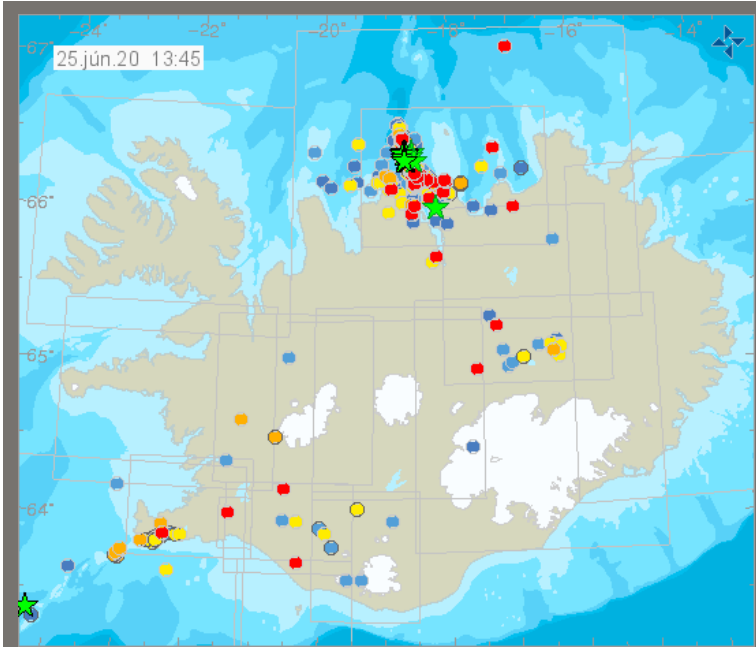
6 Tollverðir urðu kjaftstopp þegar þeir fundu þennan farm Við landamæraeftirlit í Noregi fundust ríflega 800.000 sigarettur sem faldar voru með málmplötum.

7 Vændiskona segir gifta stjórn hafa barnað sig – „Hann skammaðist sín“ Bresk vændiskona fullyrðir að stjarna í ensku úrvalsdeildinni sé barnsfaðir hennar.

8 Ekki lengur hægt að taka handfarangur í flug Ícelandair – Fáeinar undantekningar Vegna COVID-19 hefur Ícelandair hert reglur um handfarangur. Lækningatæki eru leyfð.

9 Fyrir 10 árum spáði hann miklum hörmungum 2020 – Hugsanlega höfum við bara séð upphafið á þeim Próunarlíffræðingurinn Peter Turchin rannsakar hvernig krísur og hörmungar herja á samfélag.

Í FRÉTTUM ER ÞETTA HELST...



Enn þá skelfur Norðurland

Skjálftahrina gengur enn þá yfir Norðurland og hafa yfir 5.000 skjálftar orðið síðan 19. júní. Stærsti skjálftinn til þessa var á sunnudagskvöld, 5,8 að stærð, og voru upptök hans norðaustur af Siglufirði. Enn mælist mikið af minni skjálftum á svæðinu og áfram eru líkur á því að fleiri stærri skjálftar muni verða.



Flugfreyjur semja

Margra vikna kjaradeilu Ícelandair og Flugfreyjufélags Íslands er nú loks lokið. Aðfaranótt fimmtudags var skrifað undir nýjan kjarasamning til fimm ára. Í fréttatilkynningu segir að samningurinn sé „í samræmi við þau markmið sem lagt var upp með um að auka vinnuframlag og sveigjanleika fyrir félagið en á sama tíma verja ráðstöfunartekjur flugfreyja og flugþjóna.“



2.000 manns mega koma saman

Á upplýsingafundi almannavarna á miðvikudag var tilkynnt um næsta skref í að aflétta samkomu- og fjöldatakmörkunum. Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir hyggst leggja fram tillögu til heilbrigðisráðherra um að þann 13. júlí megi tvö þúsund manns koma saman. Þá er til skoðunar að lengja afgreiðslutíma á veitingastöðum, börum og skemmtistöðum.

Lík í smábátahöfn

Um miðjan dag á sunnudag fannst lík karlmanns í berginu við smábátahöfnina í Gróf í Keflavík. Fyrr um daginn hafði mikill viðbúnaður verið á svæðinu en allt tiltækt slökkvilið var kallað út, ásamt sjúkrabílum, lögreglu og björgunarsveitum. Að sögn Ólafs Helga Kjartanssonar, lögreglustjóra á Suðurnesjum, er andlát mannsins ekki rannsakað sem sakamál.

14 ára pilti meinað að spila fótbolta

Lance Campbell, faðir 14 ára pilts í FH, er ósáttur eftir að syni hans var meinað að spila í leik FH og Hauka. Sonur hans var sammingsbundinn erlendis þangað til í maí og er ekki kominn með leikheimild hér á landi en hefur fengið að spila með FH á undanþágu. Lance segir félagið ræna son sinn því tækifæri að mæta vinum sínum.

Hjúkrunarfræðingar sáttir

Fyrirhuguðu verkfalli hjúkrunarfræðinga, sem hefjast átti á mánudagsmorgun, var afstýrt á síðustu stundu. Seint á sunnudagskvöld lagði ríkisáttasemjari fram miðlunartillögu í kjaraviðræðum Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga og ríkisins. Samkomulag hefur náðst um öll meginatriði kjarasamnings, þar á meðal um breytt vinnufyrirkomulag í dagvinnu og vaktavinnu en enn á eftir að semja um afmörkuð atriði sem varða laun.

Meira á
www.fjallalamb.is

Vertu viss um að velja
besta kjötið á grillið!



FERÐASUMARIÐ MIKLA



FERÐALAGIÐ BYRJAR Í BÍLANAUST



FARANGURSBOX



ÞVERBOGAR



REIÐHJÓLAFESTINGAR



HLÍÐARSPEGLAR



TRAPPA



DÚKUR Í FORTJALD



KÆLIBOX



BÓNVÖRUR



NEYSLUGEYMAR



HLEÐSLUTÆKI



STRAUMBREYTI



Á FULLRI FERÐ

STÓRVERSLUN
DVERGSHÖFÐA 2
110 REYKJAVÍK
S. 535 9000

Vatnagarðar 12
104 Reykjavík
S. 535 9000

Dalshrauni 17
220 Hafnarfirði
S. 555 4800

Hafnargata 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

FÆR GRÓFAR MORÐHÓTANIR

Dísa Dungal hefur orðið fyrir linnulausu áreiti af hálfu nethrellis síðustu mánuði. Hún hefur tilkynnt áreitið til lögreglunnar en lítið er þó hægt að aðhafast í málinu.

Auður Ösp
Guðmundsdóttir
audur@dv.is



Dísa Dungal stendur ráðalaus gagnvart ókunnugum einstaklingi sem hefur ítrekað búið til gerviaðgang á samfélagsmiðlinum Instagram þar sem hann notast við nafn og myndir af Dísu. Undir nafni hennar hefur hann síðan birt viðurstyggilegar hótanir og gróf ummæli. Á Íslandi eru engin lög eða ákvæði sem varða auðkennisþjófnað og því er réttindastaða brotaþola afar veik.

Keppir í Miss Universe Iceland

Dísa starfar sem einkapjálfari og jógakennari hjá Hreyfingu en hún er með mastersgráðu í íþrótt- og heilsufræði frá Háskóla Íslands.

Heilbrigður lífsstíll er ekki það eina sem hún hefur áhuga á en á síðasta ári stökk hún út í djúpu laugina og skráði sig til þátttöku í fegurðarsamkeppninni Miss Universe Iceland. Hún lét ekki staðar numið eftir þá keppni því að í október síðastliðnum fékk hún óvænt símtal þar sem henni var boðið að taka þátt í keppninni Miss Multiverse í Punta Cana í Dóminíska lýðveldinu. Sú keppni er með allt öðru sniði en um er að ræða raunveruleikabátt þar sem þátttakendur, stúlkur hvaðanæva úr heiminum, takast á við áskoranir sem reyna á innri styrk þeirra og persónuleika. Keppnin var mikið ævintýri og Dísa kom heim til Íslands reynslunni ríkari. Þessa dagana býr hún sig undir að taka þátt í Miss Universe Iceland í annað sinn.

Grófar morðhótanir

Það var eftir að Dísa kom heim frá Dóminíska lýðveldinu að nethrellirinn umræddi byrjaði að áreita hana á samfélagsmiðlinum Instagram. Dísa heldur úti reikningi á miðlinum undir nafninu @disadungal þar sem hún deilir myndum úr lífi sínu, meðal annars af þátttöku í fyrrnefndum keppnum. Fylgjendahópurinn er í kringum fjögur þúsund manns.

„Eftir að ég kom heim tók ég eftir því að einhver var að búa til „fake“ aðgang og „tagga“ mig. Einhver var að taka nafnið mitt og stela myndum af mínum aðgangi. Ég tók þessu ekki alvarlega í fyrstu. Þetta var allt á ensku, bjagaðri ensku. Síðan byrjaði hann að áreita og skrifa athugasemdir undir mínu nafni, alls kyns hótanir og móðganir. Ég tók alltaf skjáskot af þessu.“



Dísa hefur enga hugmynd um hver nethrellirinn er eða hvar hann er staddur í heiminum.

MYND/ANTON BRINK

Dísa segist hafa tilkynnt málið til stjórnenda Instagram, en inni á miðlinum er gerviaðgöngum tafarlaust eytt ef tilkynning berst. Það hafði þó lítið að segja; einstaklingurinn lék sama leikinn og bjó alltaf til nýjan aðgang í hvert skipti sem Dísa tilkynnti hann.

„Ég lokaði síðan fyrir athugasemdir inni á síðunni minni, þannig að einungis þeir sem ég sjálf er að fylgja gætu kommentað hjá mér. Það sem hann gerði þá var að búa til gerviaðgang þar sem hann notaði myndir af mínum fylgjendum, vinkonum og þátttakendum í Miss Universe Iceland, og byrjaði svo að hóta bæði þeim og mér.“

Hún segir að hótanirnar hafi verið virkilega grófar. „Yfirleitt morðhótanir, eins og „I'll slaughter you with knife“ eða „I'll bomb you“.

Það undarlega er að nethrellirinn virðist vera mun virkari í áreitinu á virkum dögum heldur en á fríðögum og helgidögum. „Það er greinilega brjálæðislega mikill tími sem hann eyðir í þetta. Í heilán mánuð var hann alla virka daga frá átta til fimm að gera ekkert nema að áreita mig, bjó til tvo til þrjá aðganga á dag, kommentin voru öll í rugli og fylgjendur mínir skildu ekkert hvað væri í gangi. Ég hef fengið endalaust af skilaboð-

um frá fólki sem er ýmist að benda mér á þetta eða spyrja mig hvað sé eiginlega í gangi.“

Líkt og fyrr segir hefur Dísa enga hugmynd um hver nethrellirinn er eða hvar hann er staddur í heiminum.

„Þetta er svo ofboðslega óþægileg staða, að hafa nákvæmlega enga hugmynd um hver þetta er. Kanski einhver geðsjúklingur sem ætlar að koma og drepa mig?“

Engin lög ná yfir auðkennisþjófnað

Dísa tilkynnti málið til lögreglunnar fyrr á árinu en var meðal annars tjáð að snúið væri að aðhafast nokkuð, ekki síst ef um erlendan einstakling og erlenda IP-tölu er að ræða.

Hún segir málið hafa tekið mikið á sig og valdið henni hugarangri og undirliggjandi kvíða, enda ekkert annað en andlegt ofbeldi. „Ég sjálf gerði mér ekki grein fyrir því hversu mikil áhrif þetta var að hafa á mig. Ég var bara að reyna að hrista þetta af mér, eins og svo margir gera,“ segir Dísa, sem fyrir tilstilli góðrar vinkonu leitaði til Bjarkarhlíðar og hefur fengið þar hjálp og stuðning.

Lögin eru máttlaus

Dísa segist áður hafa orðið fyrir áreiti af hálfu eltiðrellis og sú reynsla hafi tvímælaust haft þau áhrif að hún sé

nú staðráðin í að leita réttar síns. Hún hefur undanfarnar vikur verið í stöðugu sambandi við netglæpadeild lögreglunnar. Þá hefur hún lesið sér mikið til um mál af þessu tagi og kynnt sér lög og reglur. Hún vill gera allt sem hún getur til að upplýsa málið. „Ég er auðvitað ekki lögfræðingur en ég þarf bara að gera þetta, annars breytist ekkert.“

Hún segist vilja vekja athygli á sinni sögu í von um að benda á hversu veik réttarstaðan er þegar einstaklingur verður fyrir áreiti af þessu tagi. Og það geti komið fyrir hvern sem er. Hún bendir á að saga hennar sé ekkert einsdæmi. Margir þolendur upplifa sig sem berskjaldaða og varnarlaus. Hún segist alltaf hvetja þolendur til að segja frá og deila líðan sinni með öðrum. „Ef þér líður eins og þú sért að verða fyrir ofbeldi, þá er þetta ofbeldi.“

Þá segir Dísa að vöntun sé á aðgengi að upplýsingum fyrir þá sem verða fyrir áreiti á netinu. Þolendur upplifi sig oft týnda og ringlaða. „Það væri svo gott ef að það væri hægt finna skýrari leiðbeiningar um hvernig maður á að bregðast við, hvaða skref sé best að taka og hvaða úrræði séu í boði.“

Hún segir vont að horfa upp á hvað regluverkið sé bindandi hér á landi. „Ég vildi óska að

yfirvöld myndu grípa inn í og gera lögreglunni kleift að rannsaka þessa glæpi. Við vitum að það eru til ótrúlega snjallir og færir hakkarar þarna úti sem gætu unnið með lögreglunni. Það verður að endurskoða þessi lög.“

Dísa bendir einnig á hversu mikilvægt það er að varpa aldrei ábyrgðinni yfir á þolendur. Þolendum eigi aldrei að líða eins og þeir sjálfir séu ástæðan fyrir ofbeldinu. „Ég var til dæmis spurð af hverju ég væri ekki bara búin að loka aðganginum mínum á Instagram, þar sem ég er að deila til dæmis módelmyndum af mér þar. En er þá ekki verið að gefa í skyn að ég sé vandamálið og að þetta sé mér að kenna? Þetta hristir rosalega upp í mér af því að það er ekki ég sem er vandamálið, heldur hann. Auk þess þá er Instagram mitt „platform“ sem ég nota til að tengjast fólki og tala við fólk og í tengslum við keppnirnar. Við eigum öll rétt á að hafa þennan vettvang.“

Hún segist vilja sjá meiri stuðning við þolendur. „Ég er viss um að það er margar konur þarna úti sem þora ekki að stíga fram af því að þær eru hræddar um að það verði gert lítið úr þeim. Mig langar að það komi fram að það er engin skömm að verða fyrir ofbeldi. Skömm liggur hjá gerand-anum.“ ■

Ávísun á frábært sumar

Neðangreind stéttarfélög bjóða félagsmönnum sínum gistingu í sumar, á kjaraverði í krafti fjöldans, í samstarfi við íslensk hótél og gistiheimili.

Kíktu á **felag.is** eða orlofsvef þíns stéttarfélags og skoðu frábær tilboð á mörgum af betri hótélum og gistiheimilum landsins.

Kauptu ferðaávísun og njóttu Íslands á sérkjörum.



Keahótel



Íslandshótel



Gistiheimilið Hvoll



Hótel Ísland



Hótel Laugarbakkí



Hótel Ísafjörður



Hótel Bifröst



Hótel Heydalur



SÁÁ HLUFI AF ÞJÓÐARSÁLINNI

Frá stofnun SÁÁ hafa um 27.000 manns nýtt sér þjónustu samtakanna og allir þekkja einhvern sem hefur farið í áfengis- og vímuefnameðferð. Að jafnaði eru yfir 500 manns á biðlista eftir meðferð á Vogu. Samtökin eru á 43. starfsári.

Heimir Hannesson
heimir@dv.is



Þann 30. september 1977 sögðu dagblöðin frá yfirvofandi formannslag í Heimdalli, velgengni sælgætisgerðarinnar Ópals, en bæði bláu og rauðu „Ópaltöflurnar“ voru þá uppseldar, Framsóknarfélag Rangárvallasýslu skoraði á Einar Ágústsson að fara í framboð og örlítil frétt í Vísi sagði frá stofnfundi Samtaka áhugamanna um áfengisvandamálið næsta dag. Með fyrirsögninni „99 mætir borgarar skora á menn að mæta“ hófst saga SÁÁ á Íslandi 1. október 1977.

Á næstu árum leigðu samtökin ýmsar fasteignir í Reykjavík, gerðu afnotasamning við ríkið um Staðarfehl í Dölum og árið 1983 vígðu samtökin sjúkrahúsið Vog í Grafarvogi. Bygging húsnæðisins kostaði samtökin 45 milljónir króna og var framkvæmdin fjármögnuð að megninu til með sjálfsaflafé, fengnu úr söfnunum og happdrætti. Ein milljón kom úr hendi ríkissjóðs. Var þannig grunnur lagður að starfsemi og rekstrarformi samtakanna næstu áratugina.

Nú á 43. starfsári samtakanna er Vogur enn hornsteinn meðferðarúrræða við fíknisjúkdómi á Íslandi.

600 manns árlega í sína fyrstu meðferð

Á Vogu er veitt sérhæfð og einstaklingsbundin meðferð við fíknisjúkdómi, byggð á læknisfræðilegum greiningum, afeitrunar- og lyfjameðferð og sálfélagsglegri meðferð í kjölfarið. Meðaldvöl er þar um 10 dagar. Meðferð á Vík á Kjalarnesi tekur við eftir afeitrunardvöl á Vogu. Þar fer fram 28 daga löng viðtalsmeðferð.

Til viðbótar við sjúkrahúsin Vog og Vík reka samtökin göngudeildina Von í Reykjavík og aðra á Akureyri.

Um 600 manns innrita sig árlega í sína fyrstu meðferð á Vogu, alls staðar að af landinu, og hefur sá fjöldi verið nokkuð stöðugur um árabíl. Mun fleiri leggjast inn á Vog ár hvert, eða 1.700 einstaklingar í 2.200 innlagnir, en 60 rúm eru þar til skiptanna. Rúmlega 500 manns hafa verið á biðlista eftir innlögn á Vogu hverju sinni undanfarin misseri.

Allir þekkja einhvern

Frá stofnun SÁÁ hafa um 27.000 einstaklingar nýtt sér



Vogur tók við 2.137 innlögnum í fyrra. 60 rúm eru á sjúkrahúsinu.

MYND/ERNIR

SÁÁ STOFNFUNDUR
í Háskólabíó 1. október 1977 kl. 14
Stutt ávörp og ræður flytja:

Fundarstjóri: Eggert G. Þorsteinsson alþingismaður Skúli Johnsen borgarfekkari
Pétur Sigurðsson alþingismaður Hilmar Helgason verslunarmaður
Jóhannes Magnússon bankafulltrúi Matthías Bjarnason heilbrigðisráðgjafi
Vilborg Helgadóttir hjúkrunarkona Indriði Indriðason stórtemplari

Við undirritaðir borgarar skorum á aðra borgara að gerast félagar og taka þátt í störfum SÁÁ:

Aðalheiður Bjarnfreðadóttir, formaður Söknar
Adda Bára Sigfusadóttir, veðurfræðingur
Andreas Ingebjörnsson, forstöðuvikna
Albert Guðmundsson, alþingismaður
Arni Gunnarsson, ríftstjóri
Arni Vilhjálmsson, prófessor
Asgeir Ólafsson, forstjóri
Birgir Isaksson, borgarstjóri
Bjarni Bjarnason, endurskoðandi
Blarni Jakobsson, formaður Ísju
Blörgullur Guðmundsson, forstjóri
Björgvin Guðmundsson, borgarfulltrúi
Blörn Bjarnason, formaður Landsamb. íðverkal.
Blörn Jónsson, forseti ASÍ
Blörn Ólafsson, frýggingayfirleiknir
Brynhildur K. Andersen, húsmóðir
Brynsdóttir Bjarnason, hágræðingur
Dávid Óddsson, borgarfulltrúi
David Schiving Thorsteinsson, framkvæmdastjóri
Eðvarð Sigurðsson, alþingismaður
Ewald Berntsen, forstöðumaður
Einar Guðmundsson, skiptastjóri
Eiríkur Tómasson, hdl.
Erla Wigtund, húsmóðir
Erlendur Einarsson, forstjóri SIS
Erling R. Guðmundsson, sjómáður
Eyjólfur Jónsson, skrifstofustjóri
Eysteinn Jónsson, fyrr. ráðgjafi
Garðar Jóhann Guðmundsson, prentari
Garðar Sigurgeirsson, barnstjóri
Garðar Þorsteinsson, styrjamaður
Grímur Grímsson, söknarprestur
Guðlaugur Bergmann, verslunarmaður
Guðlaugur Gíslason, formaður Styrir.fél. Íslands
Guðmundur H. Garðarsson, formaður VR
Guðmundur J. Guðmundsson, formaður Dagsbrónar
Guðmundur Jóhannsson, félagsráðgjafi
Guðmundur A. Jóhannsson, prentisgjafi
Guðrún Erlendsdóttir, hri.
Guðrún Haraldsdóttir, húsmóðir
Gunnar Hústey, verkamaður
Gunnar Möller, framkvæmdastjóri
Hallgrímur Gröndal, söknarprestur
Haraldur Sigurðsson, bókarí
Harsteinn Pálsson, forstjóri
Hilmar Guðlaugsson, murrari
Hilmar Jónsson, formaður Sjómannafél. Rvíkur
Indriði Indriðason, stórtemplari
Jóhannes Nordal, seðlabankastjóri
Jóhannes Magnússon, bankafulltrúi
Jóhannes Þorpe, deildarstjóri
Jón Björnsson, iðverkamaður
Jón Kjartansson, forstjóri
Jón Hákon Magnússon, forstjóri
Jón Skúla, post- og símaáskafstjóri
Jónas Jónsson, dagskrárfulltrúi
Jónas Þorsteinsson, forseti Farm. og fiskim.samb. Ís.
Jónína Þorfrónsdóttir, kennari
Karl Sigurðsson, hjólmástarmaður
Kornel Guðmundsson, hótelstjóri
Kristján Magnúsdóttir, húsmóðir
Kristján Benediktsson, borgarfulltrúi
Kristján Ottósson, formaður Félags bíttkamma
Kristján Ragnarsson, formaður LIU
Magnus Tófi Ólafsson, alþingismaður
María Guðmundsdóttir, skrifstofustjóri
Markús Örn Antonsson, borgarfulltrúi
Matthías Bjarnason, ráðgjafi
Matthías A. Mathiesen, ráðgjafi
Ólafur Ólafsson, alþingismaður
Ólafur Jóhannsson, ráðgjafi
Ómar Ragnarsson, frettamaður
Óskaf Vignatsson, formaður Sjómannasamb. Ís.
Páll Björnsson, háfnögumaður
Páll Gíslason, yfirleiknir
Páll Sigurðsson, ráðgjafi
Páll Stefánsson, auglýsingastjóri
Pjetur B. Maack, forstöðumaður
Ragnar Júlíusson, skólastjóri
Ragnhildur Helgadóttir, alþingismaður
Sigríður Halldórsdóttir, hönskald.
Sigríður Asgeirsdóttir, hágræðingur
Sigríður Elínarsdóttir, bláskip
Sigríður Haukur Guðjónsson, söknarprestur
Sigríður Ingimundardóttir, forstjóri
Sverrir Garðarsson, formaður FÍH
Valdís Daníelsdóttir, húsmóðir
Valur Júlíusson, leiknir
Vigdís Finnbogadóttir, leiðsöfnastjóri
Vignundur Möller, f.v. skrifstofustjóri
Vilborg Helgadóttir, hjúkrunarkona
Vilhjálmur Heiðar, yfirleiknir
Vilhjálmur Hjálmarsson, ráðgjafi
Þora Vilhjálmsson, hástarfretardómari
Þora Einarsson, formaður Verndar
Þorleifur Guðmundsson, skiptastjóri
Þorunn Valdemarsdóttir, formaður Vkt. Framsóknar
Þorvaldur Veigar Guðmundsson, formaður Læknaf. Rvíkur
Þorvaldur Garðar Kristjánsson, alþingismaður

Stofnfundur SÁÁ fór fram 1. október 1977. Fjöldi „mætra borgara“ hafði skorað á fólk að mæta. Ráðherrar, þingmenn, leikarar og fjöldi annarra mætti á fundinn.

MYND/TÍMARIT.IS

meðferðarúrræðin. Hjá fámenntri þjóð má því ætla að allflestir þekki einhvern sem hefur nýtt sér meðferðarúrræði SÁÁ. Samkvæmt tölum SÁÁ frá 2018 höfðu 7,4% þálfandi Íslendinga farið í meðferð á Vogu, 10,1% karla og 4,6% kvenna. Það er því ekki furða að Vogur og meðferðarúrræði SÁÁ eigi sér vissan sess í íslenski þjóðarsál. Birtist sú staða e.t.v. með bestum hætti í ódauðlegum leik Ladda sem Salómons í Stellu í orlofi, sem á leið sinni í meðferð hér á landi villist „með í ferð“ með Stellu. Þessi hlýi meðbyr í samfélaginu hefur gert samtökunum kleift að afla sér fjár til rekstursins með ýmsum hætti. Álfasala SÁÁ fer t.d. fram á hverju ári og ýmsar styrktarleiðir eru í boði. Auk þess selja samtökin edruafmælskort og batagjafir.

Til viðbótar við áður nefndar styrktarleiðir eru samtökin einn eigandi Íslandsspila. Mikill styr hefur staðið um þessa ráðstöfun, en 9,5% eignarhlutur samtakanna aflar SÁÁ um 50 milljóna árlega. Þykir mörgum það ekki réttlæt看legt að samtök sem eiga að veita skjól gegn, og meðferð við, fíknisjúkdómum, sé einn örfárra einkaleyfishafa spilakassa á Íslandi.

Vantar hálfan milljarð árlega

Rekstrarkostnaður SÁÁ nemur á hverju ári rúmum einum og hálfum milljarði og er ríkisframlagið um milljarður. Eftir stendur um 600 milljóna gat, sem SÁÁ þarf að fylla upp í eitt síns liðs á hverju ári.

SÁÁ hefur gagnrýnt hið opinbera fyrir þetta bil sem samtökin þurfa að brúa á hverju ári og segja að með þessu sé SÁÁ að niðurgreiða lögbundinn heilbrigðisrekstur hins opinbera. Hafa forsvarsmenn SÁÁ haldið því fram að eðlilegra væri að sjálfsaflafé rynni í uppbyggingu og nýsköpun í starfsemi. „Tækifæri sem við höfum til söknar glatast, á meðan sértekjur og fjáraflanir SÁÁ renna að mestu leyti í niðurgreiðslu á lögbundinni heilbrigðisþjónustu, sem veitt hefur verið í áratugi. Fjáraflanir SÁÁ ætti fremur að nýta til uppbyggingar og nýsköpunar á þjónustu sem skortir í samfélaginu,“ segir í greinargerð samtakanna um þjónustu SÁÁ.

Engin önnur sambærileg meðferðarúrræði standa til boða á Íslandi og því umræða



Við viljum Vilko!

**-á vörum
Íslendinga
í yfir 50 ár**

-einfaldara getur
það ekki verið!



um SÁÁ samofin almennri umræðu um fíknisjúkdóm og meðferð við honum hér á landi. Það kemur því ekki á óvart að ýmsar skoðanir séu hafðar uppi um útfærslu og aðferðafræði SÁÁ.

Víkingadeild á Vík

Á undanförunum árum hafa gagnrýnisráðir t.d. beinst að kynja- og aldursskiptingu á Vogu og Vík. Sagði Stundin árið 2017 frá dæmi um konu, sem þurfti frá að hverfa af Vogu áður en meðferð hennar var lokið vegna kynferðislegrar áreitni, sem hún varð fyrir á sjúkrahúsinu. Enn fremur hefur styr staðið um aldursskiptingu á Vogu. Árið 2018 hætti SÁÁ tímabundið að taka við ósjálfráða ungmennum, eftir að lögregla hóf rannsókn á kynferðisbroti gegn 16 ára stúlku á ókynjaskiptum ungmennagangi Vogs. Ungmennadeild er nú starfrækt á Vogu og er enn ókynjaskipt. Afeitrun ólögráða ungmenna fer, frá síðustu mánaðamótum, fram á geðdeild Landspítalans, en í fyrra voru 14 komur ólögráða einstaklinga á Vog.

Skýr vilji er hjá starfsmönnum Vogs til að aðgreina þessa ólíku þjóðfélagshópa meðan á meðferð stendur á Vogu, en sú viðleitni er þó þeim takmörkunum háð að meðferðin fer fram í einu og sama húsinu. Aðeins einn matsalur er til staðar og blandast hópar því þar, sem og í fyrirlestrasölum sjúkrahússins. Reynt er að viðhalda skiptingunni í borðsal og fyrirlestrasal, með konuborðum og karlaborðum, en til þess að ganga lengra þarf að reisa vegg, eða nýtt húsnæði. Ungmennin borða sínar máltíðir í starfsmannaadstöðu. Frekari aðskilnaður takmarkast af húsakosti Vogs.

Á Vík er um tvö hús að ræða og því umtalsvert meiri skipting milli fólks af ólíku kyni og aldursbili. Er þar starfrækt kvenna- og karlmeðferð auk sérúrræða fyrir endurkomumenn, svokölluð „víkingadeild“, og sérstök meðferð fyrir karlmenn eldri en 55 ára.

Að sögn heimildarmanna DV skýrast ólíkar þarfir og meðferðarúrræði ekki af kyni og aldri, heldur einnig af því við hvers kyns fíknisjúkdóm er að eiga. Meðferð við áfengisneyslu sé allt annars eðlis en meðferð við fíkn í sterk verkjalyf sem sprautað er í æð. Slíkt fólk þurfi t.a.m. á miklu eftirliti að halda fyrst um sinn vegna hættu á ofneyslu, en langflestir slíkir sjúklingar eru undir áhrifum vímuefna, eða í fráhvörfum þegar þeir leggjast inn á Vog.

Strandar á fjármagni

Skortur á meðferðarúrræðum við öðru en áfengisfíkn hefur einnig verið gagnrýndur, en utan áfengis- og vímuefnameðferða, veita samtökin nú aðeins viðtalsmeðferð við spilafíkn. Hafa spilafíklar sem DV hefur rætt við haft á því orð að meðferðarúrræði séu ekki næg. Einn sagðist „vonsvikinn yfir því hvernig



Vogur var vígður 29. desember 1983. Vilhjálmur P. Vilhjálmsson, þáverandi framkvæmdastjóri SÁÁ, og Björgólfur Guðmundsson, þáverandi formaður SÁÁ, fluttu ræður. Báðir áttu þeir eftir að láta til sín taka í íslenskum stjórnmálum og viðskiptalífi svo um munaði.

MYND/TÍMARIT.IS

Kostnaður við rekstur SÁÁ 2019



Samtals: 1,7
milljarðar

- Framlag ríkissjóðs til rekstursins
- Par af sjálfsaflafé

Kostnaður við rekstur Vogs 2019



Samtals: 1,2
milljarðar

- Framlag ríkissjóðs til rekstursins
- Par af sjálfsaflafé

Tekjur SÁÁ af spilakössum Íslandsspila



samtökin hafa hagað sér gagnvart virkum spilafíklum, með þátttöku í rekstri Íslandsspila.“

Uppbyggingu SÁÁ á þjónustuúrræðum er hvergi nærri lokið. Segir m.a. í greinargerð SÁÁ að í framtíðarsýn samtakanna sé endurhæfingarskrá fyrir ungar mæður í bata og börn þeirra, útrýming biðlista eftir afeitrunarmeðferð á Vogu, búsetuúrræði fyrir virka neytendur og viðbót-úrúrræði ráðgjafa og sálfræðinga á göngudeildum SÁÁ. Þykir mörgum það sjálfsagt fögur framtíðarsýn, en umræðan um frekari uppbyggingu hlýtur alltaf að stranda á því sama, peningum.

Rekstur Vogs kostar um milljarð á ári hverju og framlag ríkisins til rekstrarins er um 800 milljónir. Veigamestur í útgjöldum sjúkrahússins er launakostnaður, eða um 70%. Utan launakostnaðar og húsnæðiskostnaðar, sem er um 13% útgjalda, veiga lyfjakaup

Vogs þungt, en þau nema um 52 milljónum á ári.

Meðferðarheimilið í Vík á Kjalarnesi er talsvert ódýrara í rekstri, enda um færri innlagnir að ræða og einungis 20 stöðugildi, samanborið við 66 á Vogu. Árlegur rekstrarkostnaður Víkur er 374 milljónir króna og koma 232 milljónir frá hinu opinbera.

Göngudeildir kosta SÁÁ um 200 milljónir, og kostar hið opinbera einungis helming þeirrar fjárhæðar. Göngudeildir sinna viðtalsþjónustu fyrir fíknisjúklinga og fjölskyldur þeirra, grunnmeðferð fyrir þá sem ekki þurfa á innlögn að halda, dagmeðferð, eftirfylgni og stuðningi við sjúklinga að meðferð lokinni, spilafíknarmeðferð og ungmennameðferð. Að auki sinnir göngudeildin foreldrahópum og fræðslu, auk þess sem hún stendur fyrir opinni fyrirlestraröð alla vikuna. Þessu starfi sinna starfsmenn í einungis 13 stöðugildum.

Starfsmenn SÁÁ

86
stöðugildi

Tískubylgjur í neyslumynstri

Þörfin fyrir meðferðarúrræði hefur tekið miklum stakskiptum undanfarin ár og þarf flóra meðferðarúrræða SÁÁ að þróast, samhliða sviptingum eða „tískubylgjum“ í neyslumynstri áfengis og annarra vímuefna. Þessar sviptingar hafa verið þó nokkrar frá stofnun SÁÁ, sem í upphafi einblíndi á áfengisvandann. Fíkniefnavandinn var nýr af nálíni þegar SÁÁ var stofnað árið 1977, enda var fíkniefnadeild lögreglu þá aðeins sex ára gömul og aðeins um áratug frá því að fyrsta fíkniefnamál Íslandssögunnar kom upp.

Amfetamínframboð varð til hér á landi upp úr 1980 og var nokkuð stöðugt, þar til það stórjókst með tilkomu E-pillunnar árið 1995. E-pillu-neysla var talsverð, þar til fór að draga úr henni aftur um 2009. Kókaín gerði víðreist á Vesturlöndum upp úr 1980,

en ekki var hægt að tala um faraldur fyrir en nýlega. Haldlagt kókaín og amfetamín á síðasta ári var margfalt það sem haldlagt var árin á undan. Síðustu ár hefur kastljósið svo einna helst beinst að svokölluðu læknadópi, sterkum og löglegum verkjalyfjum sem skyld eru morfíni. Má þar nefna Contalgin, Oxycodone, Tramadol og Fentanyl. Það síðastnefnda þykir sérstaklega hættulegt, enda um 50-100 sinnum sterkara en morfín.

Eins og áður sagði hafa meðferðarúrræði SÁÁ þurft að bregðast við þessum sveiflum og aðlaga starfsemi sína neyslumynstri samfélagsins hverju sinni. Um þessar mundir er það fyrst og fremst meðferð við óþióíðafíkn. Meðferð við slíkri fíkn felst í greiningu við komu á Vog og svokallaðri viðhaldsmeðferð. Í henni felst að meðhöndla fíknina á viðkvæmu stigi og trappa neytendur niður, með lyfjum á borð við Methadone. Slíkt krefst lyfjakaupa og sérfræðipækkingar. Læknir þarf að ávísa slíkum lyfjum og hjúkrunarfræðinga er þörf í eftirfylgd og rannsóknir nauðsynlegar á styrk efnanna í líkamanum. Kostnaður við þessa meðferð nemur 81 milljón á ári og er ríkisframlagið aðeins 25 milljónir. Athygli vekur að lyfjakaup SÁÁ vegna viðhaldsmeðferðar óþióíðafíknar, kostuðu samtökin rúma 31 milljón í fyrra, sem er meira en allt framlag ríkissjóðs til starfseminnar.

Ólík sýn á framtíð samtakanna

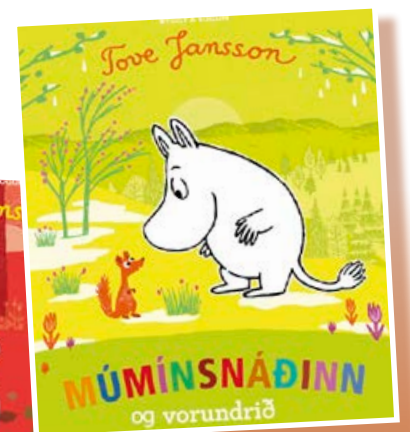
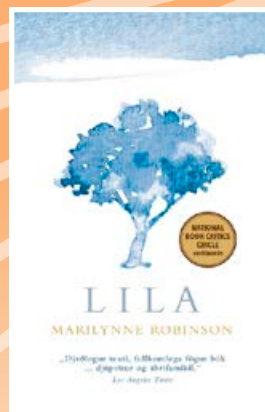
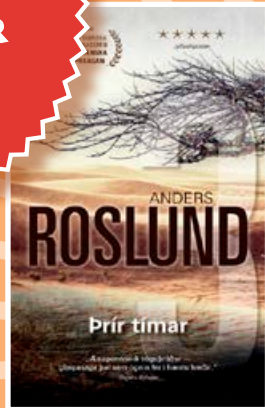
Á heimasíðu SÁÁ kemur fram að á næstu 10 árum muni 6-7.000 einstaklingar sem í dag eru 6-25 ára, koma í meðferð til SÁÁ í fyrsta sinn. Á sama tíma mun samþæfing fjöldi einstaklinga sækja í endurinnlögn á Vogu í afeitrun og meðferð, vegna áður greindrar fíknar. Það er því ljóst að núverandi skipan mála mun ekki duga til frambúðar og breytinga er þörf á fjármögnunarmódeli samtakanna. Aðrir hafa gengið enn lengra og lagt til að rekstur sjúkrahúsa SÁÁ verði slitinn algjörlega frá rekstri grasrótarsamtakanna, með það að markmiði að tryggja rekstur sjúkrahússlutans til frambúðar. Þær hugmyndir hafa þó mætt talsverðri tregðu á meðal annarra, sem segja að með slíku skrefi væri verið að færa eiginlega meðferðarhlutann yfir til hins opinbera.

Ekki liggur fyrir formleg afstaða SÁÁ í þessum málum, en ætla má að á aðalfundi samtakanna, þriðjudaginn 30. júní, verði þessi andstæðu sjónarmið gerð um tilkynnti nýverið að hann myndi ekki gefa kost á sér aftur. Koskið verður á milli tveggja formannsframbjóðenda og í 16 stjórnarsæti. Hafa formannsframbjóðendurnir tveir, Þórarinn Tyrfingsson og Einar Hermannsson, lýst yfir mjög ólíkri sýn á framtíð SÁÁ. ■

SUMARLESNINGIN

Ný bók frá Uglu er ávísun á gott sumar fyrir alla fjölskylduna. Góða ferð!

FRÍ
HEIMSENDING
AFSLÁTTUR
15%



Þessar bækur og margar fleiri eru fáanlegar í vefverslun Uglu:

www.ugloutgafa.is

15% AFSLÁTTUR OG FRÍ HEIMSENDING



Ugla



Mikil andstaða er við framboð Þórarins meðal starfsfólks á Vogu og líkir Einar því við að einhver mæti í parti þegar enginn vill að hann komi.

MYND/ERNIR

Ég var bara týndur krakki

Einar Hermannsson býður sig fram til formanns SÁÁ á móti Þórarni Týrfingssyni. Einar byrjaði í neyslu aðeins 11 ára gamall en fór ekki í meðferð fyrir en hann var orðinn 27 ára og hefur verið edrú síðan. Hann hefur tveggja áratuga stjórnunarreynslu, hefur ástríðu fyrir félagsmálum og leggur áherslu á samstarf.



Erla
Hlynsdóttir
erlahlyns@dv.is



Ég hef alltaf haft áhuga á félagsmálum og byrjaði að taka virkan þátt í félagsstarfi SÁÁ fyrir tæpum áratug,“ segir Einar Hermannsson, sem býður sig fram til formanns SÁÁ. Einar etur kappi við Þórarin Tyrfingsson, sem bæði er fyrrverandi formaður SÁÁ og fyrrverandi yfirlæknir á Vog, en nýr formaður verður kjörinn á aðalfundi samtakanna þriðjudaginn 30. júní.

Mikil ólga hefur verið innan samtakanna að undanfögnu. Valgerður Rúnarsdóttir, yfirlæknir á Vog, sagði upp störfum í marsmánuði vegna djúpstæðs ágreinings við sitjandi formann, Arnþór Jónsson, og í kjölfarið sögðu þrír sig úr framkvæmdastjórn félagsins, þeirra á meðal Einar.

Eftir að Valgerður sagði upp steig fjöldi fólks fram og lýsti yfir stuðningi við hana og það starf sem hafði verið byggt upp. Starfsfólki misbauð og lýsti yfir vantrausti á formann og það sem eftir var af framkvæmdastjórn. Nokkru síðar ákvað Valgerður að draga uppsögnina til baka í von um að ró kæmist á starfsemi spítalans. Ljóst þótti að Þórarinn myndi bjóða sig fram til formanns en áður en það var tilkynnt formlega tilkynnti Einar um sitt framboð. Valgerður hefur síðan lýst yfir stuðningi við Einar.

Starfsfólk er óöruggt og hrætt

Einar segist hafa tekið endanlega ákvörðun um framboð á fundi þar sem átti að kjósa nýtt fólk inn í staðinn fyrir þá sem höfðu sagt sig úr framkvæmdastjórninni. „Þetta var afskaplega undarlegur fundur og þegar spurningum

„Það var ekki eðlilegt hvernig ég hagaði mér drukkinn og ekki heldur ódrukkinn.“

var beint að þeim sem voru eftir í framkvæmdastjórninni svaraði ekkert þeirra heldur stóð Þórarinn upp og svaraði fyrir hópinn. Þá sá ég hvar vandinn lá.“

Hann vill taka skýrt fram að honum finnst þessi kosningabaráttan ekki sú skemmtilegasta, leiðinlegt sé að lesa óhróður um bæði sjálfan sig og Þórarin, og leiðinlegt hvernig ýmsum rangfærslum sé haldið fram.

„Ég ber mikla virðingu fyrir Þórarni Tyrfingssyni. Sá maður þarf ekki að sanna eitt eða neitt fyrir neinum. Hann helgaði SÁÁ megnið af starfsframa sínum og skilaði góðu starfi,“ segir Einar. Þrjú ár eru síðan Þórarinn sagði skilið við yfirstjórn samtakanna, þá sjötugur, og var kvaddur með virktum. Hann er þó sagður hafa haldið áfram sem skuggastjórnandi og staðið að baki Arnþóri í hans formannstíð.

„Auðvitað þykir Þórarni vænt um SÁÁ og vill sjá hag þeirra sem bestan út frá sínum forsendum. Við sem sitjum hinum megin við borðið höfum aðra sýn og viljum sjá starfið vaxa. Ég er alls ekki einn. Við erum yfir fimmtíu manns sem höfum hist reglulega og mótað saman hvernig við viljum sjá framtíð SÁÁ. Frá því ég bauð mig fram hef ég fengið alls konar símtöl, frá stjórnáráðgjöfnum bæði til hægri og vinstri, frá prestum og frá fólki utan af landi sem ætlar að koma sérstaklega í bæinn til að kjósa. Við finnum fyrir miklum meðbyr. Það verður að höggva á þann hnút sem upp er kominn í stöðunni. Starfsfólk er óöruggt og hrætt, stjórnin hefur verið klofin í tvennt og fimm af þeim átta sem áttu sæti í framkvæmdastjórn hættu á þessu ári. Þetta er ekki staða sem hægt er að bjóða veikum alkóhólistum upp á.“

Spurður hver sé helsti munurinn á honum og Þórarni segir Einar: „Hann vill ráða einn en ég vil dreifa valdinu.“

Talar sex tungumál

Einar er 52 ára gamall, býr í Grafarvogi ásamt eiginkonu sinni og eiga þau hvort um sig tvö börn úr fyrri samböndum. Þau eiga þrjú barnabörn og það fjórða er á leiðinni. Síðustu tuttugu ár hefur Einar verið framkvæmdastjóri AFA JCDecaux á Íslandi, sem meðal annars sá um rekstur á strætóskýlum og auglýsingasölu. Þetta er alþjóðlegt fyrir-

tæki sem veltir 350–400 milljörðum króna á ári en Einar keypti reksturinn hér á landi fyrir tveimur árum og hefur síðan verið í eigin rekstri.

Hann segist alinn upp hjá Ícelandair þar sem hann byrjaði ungur á varahlutalagnum en vann sig fljótt upp og hafði undir lokin verið í flestum deildum, þar á meðal tekjustýringardeild. Auglýsingamaðurinn heillaði alltaf og hann kveðst einfaldlega hafa verið réttur maður á réttum stað þegar honum bauðst að verða framkvæmdastjóri hjá AFA JCDecaux.

„Þegar ég var sex ára flutti fjölskyldan til Lúxemborgar því pabbi var að vinna hjá Cargolux eins og fjöldi annarra Íslendinga. Ég bjó úti til fimmtán ára aldurs og eitt af því sem ég græddi á því er að nú tala ég sex tungumál,“ segir Einar, en tungumálin eru þýska, franska, lúxemborgska, enska, danska og auðvitað íslenska.

Einar var aðeins 25 ára gamall þegar hann var orðinn formaður starfsmannafélags Flugleiða. Frönskukunnáttan kom sér vel þegar hann varð forseti Alliance française og hann hefur einnig verið mjög virkur í starfi Fjölnis, meðal annars setið í stjórn og meistaraflokksráði.

„Það sem heillar mig mest við félagsstörfun er að vinna með öðru fólki og sjá eitthvað skapandi gerast,“ segir hann.

Einar er óvirkur alkóhólisti en það er þó engin skylda til að vera í SÁÁ enda stendur skammstöfunin fyrir: Samtök áhugafólks um áfengis- og vímuefnavandann.

Fjölskyldusjúkdómurinn alkóhólisti

„Í október á þessu ári hef ég verið edrú í 25 ár. Ég var 27 ára gamall þegar ég fór í meðferð á Vog og hef verið edrú síðan. Ég fór þó á minn fyrsta AA-fund 17 ára gamall. Þá hafði ég vitað í minnst tvö ár að ég ætti við vandamál að stríða. Það var ekki eðlilegt hvernig ég hagaði mér drukkinn og ekki heldur hvernig ég hagaði mér ódrukkinn út af afleiðingum þess hvernig ég lét undir áhrifum. Það tók mig tíu ár til viðbótar þar til ég áttaði mig á að ég gæti ekki ráðið við þetta í eigin mætti. Það er mikill alkóhólisti í fjölskyldunni. Við erum fjögur systkinin, og svo mamma og pabbi. Fimm af okkur sex hafa nýtt sér þjónustu SÁÁ.“

Hann byrjaði ungur að nota vímuefni. „Ég byrjaði rosa-lega snemma, ellefu ára gamall. Ég var bara týndur krakki í lífinu. Ég byrjaði á því að sniffa. Ég sniffaði þynninn sem var notaður í leiðréttingarborða á ritvélum. Ég notaði þetta mjög mikið, fór oft að sniffa í frímínútu í skólanum. Ég byrjaði síðan í hassneyslu og áfengi. Ég flutti einn heim frá Lúxemborg þegar ég var að verða sextán ára gamall. Í rauninni var ég sendur heim og þótti með góða fjarveru. Ég átti að búa hjá bróður pabba og ætlaði að taka mig á en hann var fljótur að henda mér út því það var ekki hægt að umgangast mig á þessum tíma.“

Drakk flösku af vodka eftir vinnu

Einar segist fljótt hafa byrjað að vinna við að steikja hamburgara langt fram á nótt á veitingastaðnum Smiðjukaffi sem var í Kópavogi. „Ég fór oft ekki heim fyrr en fjögur, fimm á morgnana. Þá tók ég oft með mér eina flösku af Tindavodka og drakk þar til ég sofnaði. Það er ekki eins og ég hafi verið að fara í partí. Þetta var bara neysla.“ Þegar hann kynntist fyrri konunni sinni hætti hann í öllu nema áfenginu en drakk mjög illa. „Ég drakk alltaf tvo, þrjú daga í röð því ég þoldi ekki þynnuna. Ég segi stundum að ég hafi á tímabili átt minn eigin klefa á lögreglustöðinni á Hverfisgötu því ég var alltaf í einhverju rugli.“

Pabbi Einars er í dag óvirkur alkóhólisti og sama má segja um son hans, Orri, sem er einn stofnenda Áttunnar. „Orri hefur talað opinberlega um þessi mál. Hann hefur nú verið edrú í rúm þrjú ár. Þetta er fjölskyldusjúkdómur. Pabbi hætti þegar hann var tæplega fertugur, ég hætti 27 ára og Orri hætti 23 ára. Það jákvæða er hér að það er alltaf gripið inn í fyrr og meðgöngutími sjúkdómsins styttri áður en farið er í meðferð. Þetta er eitt af því mikilvæga sem SÁÁ getur gert fyrir fjölskyldur.“

„Ógnarstjórn“ Þórarins

Vogur er í raun hryggjarstykkið í starfsemi SÁÁ og vakti mikla athygli á dögnum þegar mikill meirihluti starfsfólks meðferðarsviðs sendi frá sér yfirlýsingu í tengslum við formannskjörið. „Við starfsfólk meðferðarsviðs SÁÁ viljum ekki Þórarin Tyrfings-

son sem formann SÁÁ. Okkur þarf ekki að bjarga, starfsandinn er almennt góður og það eitt að fyrrverandi formaður haldi öðru fram er dæmigert fyrir hans stjórnunarstíl, viðhorf og sjónarmið,“ sagði í yfirlýsingunni. Undir hana rituðu 57 starfsmenn en vegna „ötta við viðbrögð Þórarins Tyrfingssonar, sem sýnir kannski í einföldustu myndinni þá ógnarstjórn sem var við lýði þegar hann var við stjórn“, komu einhverjir starfsmenn fram undir nafnleynd.

Spurður út í yfirlýsinguna segir Einar hana ríma vel við það sem hann hafi heyrt frá starfsmönnum, að þeir séu einfaldlega hræddir. En hræddir við hvað? „Ég þori ekki að fara nákvæmlega með það en þeir eru hræddir við afleiðingar þess að koma fram undir nafni ef hann kemst síðan til valda.“

Einar viðurkennir að hann átti sig ekki alveg á framboði Þórarins þegar þessi mikla andstaða er við hann hjá starfsfólkinu. „Ef ég vissi af partíi en heyrði að enginn þar vildi fá mig þá myndi ég ekkert mæta. Ég nota líka oft líkingar úr knattspyrnunni. Í klefanum fyrir leikinn verða allir að vera sammála um hvernig eigi að sækja fram, og allir þurfa að vera á sömu línu um hvernig á að verjast. Þannig vinna liðsheildir. Ef þjálfarinn er hins vegar búinn að missa klefann getur hann ekkert gert. Mér finnst eins og Þórarinn sé að koma inn eins og þjálfari sem er búinn að missa klefann.“

Stutt í léttleikann

Aðspurður hvaða kostum hann hafi yfir að búa sem nýttist í starfi formanns SÁÁ segir hann: „Ég er fylgjandi valdreifingu, teymisvinnu og ég tel mig geta tekið gagnrýni. Fólk segir oft við mig að það sé stutt í léttleikann hjá mér, sem ég tel að skipti líka máli þegar maður er að eiga við svona alvarlega hluti.“

Hann grípur aftur til líkingamáls. „Þegar þú ferð í hjartaaðgerð þá viltu fá hjartalækni sem er með góða menntun, nýtir sér nýjustu tækni og vinnur með teyminu sem kemur að aðgerðinni. Það er aldrei bara einhver einn hjartalæknir sem kemur og sker þig upp. Þetta er teymisvinna. Þannig er það líka með SÁÁ.“

Einar ítrekar mikilvægi þess að hæft fagfólk sinni því veika fólki sem leitar á Vog. „Sjúkrahúsið Vogur er í samskiptum við bráðadeildir, heilsugæsluna, fangelsismálayfirvöld, félagsmálaráðuneytið, heilbrigðismálaráðuneytið, landlækni og fleiri aðila. Það þarf að viðhafa vönduð vinnubrögð til að geta á árangursríkan hátt unnið með öllum þessum aðilum, svo við tölum nú ekki um til að afeitra veika alkóhólista.“

Hann segir að eitt af því sem hingað til hafi ekki mátt ræða innan samtakanna sé nauðsyn



Einar vill að SÁÁ hætta rekstri spilakassa og leggur það að jöfnu við ef samtökin myndu fá hluta af hagnaði áfengissölu.

MYND/ERNIR

„Þá tók ég oft með mér eina flösku af Tindavodka og drakk þar til ég sofnaði.“

félagslegra úrræða, heilbrigðisþjónusta sé ekki nóg ein og sér. „Ef við tökum dæmi af einstæðri ungri konu með lítið barn og á erfitt með að sækja fundi þegar hún kemur úr meðferð er aukin hætta á að hún falli aftur í sama farið. Eins líka með unga krakka sem hafa ánetjast hassneyslu og eru eftir á í þroska og félagsfærni. Þeim þarf að sinna félagslega eftir meðferðina. Mér finnst mikilvægt að auka þessa hlið og vera ófeiminn við að starfa með fagfólki utan samtakanna. Samvinna er af hinu góða og mun meira

af fólki með menntun í fíknifræðum en áður sem hægt er að leita til.“

Einar bendir á að þegar hann kom inn í félagsstarfið, í tíð Gunnars Smára Egilssonar sem formanns, var öflugt félagsstarf í grasrótinni. „Það voru tónleikar, bíósýningar og alls konar klúbbar starfræktir. Ungt fólk í SÁÁ hafði vettvang til að hittast og gera eitthvað skemmtilegt með edrú jafnöldrum. Allt þetta er farið og verður að endurvekja.“

Vill hætta rekstri spilakassa Spilafíkn hefur verið mikið í

umræðunni síðustu vikur en tveir aðilar hafa leyfi til að reka spilakassa, Happprætti Háskóla Íslands og Íslandsspil. Íslandsspil er í eigu Rauða krossins, Slysavarnafélagsins Landsbjargar og SÁÁ, sem á minnsta hlutinn, eða 9,5%. Einar hefur verið varamaður í stjórn Íslandsspila fyrir hönd SÁÁ, aldræi setið stjórnarfund en þó sótt tvo aðalfundi. „Frá því ég tók sæti í framkvæmdastjórn SÁÁ hef ég alltaf verið á móti því að samtökin taki þátt í rekstri spilakassa en hef kannski ekki verið nógu

harður í því að við ættum að ganga út. Í seinni tíð hef ég kynnt mér þetta betur, rætt við spilafíkla og fólk í bata. Þetta er grimmur sjúkdómur sem, eins og alkóhólistinn, fer ekki í manngreinarálit. Það kom að þeim tímamarki sem mér fannst nóg komið og nái ég kjöri sem formaður mun ég beita mér í þá veru að við drögum okkur út. Ég geri það þó ekki einn heldur þarf 48 manna aðalstjórn samtakanna að samþykkja það. Ég vil byrja þá vegferð að við gefum þennan hlut frá okkur og séum ekki að stuðla að því að búa til spilafíkla. Ég legg þetta að jöfnu við ef við myndum fá hluta af hagnaði áfengissölu. Mín afstaða er að við eigum ekki að taka þátt í rekstri spilakassa.“

Ein af þeim rangfærslum sem upp hafa komið að undanförunu er að Valgerður yfirlæknir vilji láta loka legudeild á Vogu í sumar en ekkert er til í því, og raunar sendu Sjúkratryggingar Íslands frá sér yfirlýsingu í vikunni til að áréttu þetta. Þá hefur því verið haldið fram að Einar og hans fólk vilji færa SÁÁ til ríkisins. „Það er algjörlega út í hött. Við viljum faglega stjórn og að sjálfsögðu þykir okkur eðlilegt að vera í samstarfi við annað fagfólk.“

Einar telur að sú neikvæðni og það niðurrif sem hefur einkennt umræðuna um SÁÁ að undanförunu muni sannarlega hafa skaðleg áhrif til skamms tíma. „Um leið og ró kemst á og hægt verður að vinna að uppbyggingu tel ég að til lengri tíma hafi þetta ekki skaðleg áhrif. En ef átökin halda áfram verður þetta önnur saga. Ef við gefum okkur að Þórarinn komist til valda má reikna með miklum árekstrum á milli meðferðarsviðs og formanns, sem síðan hefði gríðarleg áhrif á þetta mikilvæga meðferðarúrræði fyrir alkóhólista á Íslandi.“

Hann bendir á að SÁÁ séu ekki bara mikilvæg samtök fyrir fíkla heldur líka aðstandendur. „Það er enginn fegnari en aðstandandi þegar alkóhólisti fer í meðferð. Mæður sofa betur á nóttunni og fá hugarró yfir því að sonur þeirra eða dóttir sé á spítala þar sem er vel hugsað um þau í staðinn fyrir að þau séu á götunni. Samfélagið allt vill vegferð SÁÁ sem mesta enda skipta samtökin allar fjölskyldur máli. Það er oft talað um að þeir sem leggi okkur mest lið séu ömmurnar. Hversu fallett er það? Þær eru ekki að leggja inn milljónir en hver fimmhundruðkall skiptir máli. Það eru ömmurnar sem þykir vænt um SÁÁ því þær vita hvernig við getum hjálpað.“

Spurður hvort hann sé vongóður um sigur í formannskjörinu segir Einar: „Já, ég er vongóður. Ég tel mig hafa raunhæfan möguleika. Ég held að ég sé hluti af breiðfylkingu sem er fær um að taka SÁÁ áfram sem bæði öflugt grasrótartfélag og öflugur heilbrigðisstofnun.“ ■

EVY
TECHNOLOGY

UVA

5 stjörnur



**ALLT AÐ 6 TÍMA
SÓLARVÖRN**

**beauty
shortlist
AWARDS
2018**

WINNER



www.bast-i-test.se/solkram

ÞOLIR SJÓ, SUND, ÍÞRÓTTIR OG LEIK

Viðbætt kollagen, silkeextrakt, C- og E-vítamín fyrirbyggir og lagfærir sólaskaða í húð.

- Húðin verður fallega sólbrún, mjúk og rakafyllt. Best í test þrjú ár í röð.
- Ofnæmisprófað er gott gegn sólarexem og sólarofnæmi. Þægilegt að bera á húðina, vatnsheld ekkert klístur eða fituáferð.
- Engin paraben, engin ilm-eða nanaóeindir. Engin hormónatruflandi efni.
- Meðmæli húðlækna.

**Grunnformúlan er
læknisfræðilega skráð**



Trausti Salvar
Kristjánsson
traustisalvar@eyjan.is



Jón Þór Ólafsson, þingmaður Pírata, er nýr formaður stjórnskipunar- og eftirlitsnefndar Alþingis eftir að Þórhildur Sunna Ævarsdóttir sagði af sér formennsku í nefndinni. Taldi hún meirihlutann hafa dregið persónu sína í svaðið og notað hana sem blóraböggul til að koma sér hjá skyldum sínum í máli Kristjáns Þórs Júlíussonar sjávarútvegsráðherra, sem væri þaulreynd kúgunar- og þöggunartaktík.

Traustið áunnið

Brynjar Níelsson, þingmaður Sjálfstæðisflokksins, lýsti yfir vantrausti á Jón Þór sem formann, um leið og valið lá fyrir. Þá greiddi Þorsteinn Sæmundsson, Miðflokki, atkvæði gegn Jóni Þór í atkvæðagreiðslu um formannskiptin, en þingmenn meirihlutans ýmist sátu hjá, eða tóku ekki þátt vegna fjarveru.

Það liggur því beinast við að spyrja Jón Þór hvort hann telji sig njóta trausts sem formaður nefndarinnar.

„Ég veit nú ekki með það. Við sjáum bara hvernig þetta þróast. Þórhildur Sunna lýsti persónulegum árásum á sig, til að gera henni erfiðara um vik að sinna sínu hlutverki. Ég þarf að vinna mér inn traustið og ég trúir ekki öðru en að ef málefnaleg sjónarmið fái að ráða, muni ég gera það. En annars snýst þetta bara ekki um traust, heldur að nefndin fái að starfa eftir lögum. Það er bara ekkert annað í boði, það er þannig sem ég mun starfa sem formaður, að ganga úr skugga um að nefndin sinni sínu lögbundna hlutverki, sem er meðal annars að hafa eftirlit með ráðherrum.“

Þá nefnir Jón Þór einnig að í gildi sé samningur milli stjórnarmeirihlutans og stjórnarandstöðunnar um skiptingu nefndarformanna, sem staðið hefði verið við:

„Annaðhvort gátu menn staðið við þann samning eða brotið hann. Og menn eru nú yfirleitt ekki að brjóta slíkt skriflegt samkomulag, það hefði þá haft aðrar afleiðingar.“

Þórhildur á réttri leið

Þórhildur Sunna var sjálf gagnrýnd fyrir framgöngu sína af meirihlutunum, hún væri ómálefnaleg og óbilgjörn. Jón Þór vék sér fimlega undan því að svara hvort hann sjálfur hygðist breyta um áherslur í sinni nálgun:

„Samkvæmt gögnum málsins get ég ekki séð annað en að Þórhildur Sunna hafi einfaldlega framfylgt lögum og reglum nefndarinnar. Þær eru kýrskýrar, að rannsaka skuli verklag ráðherra. Hún var ekki að gera þetta eitthvað upp á sitt einsdæmi og draga það upp úr hattinum að rannsaka Kristján Þór. Lögin einfaldlega kveða á um það, þegar slík mál koma upp,“ segir Jón Þór.



Jón Þór segir að það skipti verulegu máli að stjórnarandstaðan fái formannsembætti í nefndum Alþingis.

MYND/VILHELM

MÁLI KRISTJÁNS ÞÓRS ER EKKI LOKIÐ

Jón Þór Ólafsson er nýr formaður stjórnskipunar- og eftirlitsnefndar Alþingis. Hann segir spurningum enn ósvarað en meirihlutinn hafnaði því að fá sjávarútvegsráðherra og Helga Seljan fyrir nefndina.

Spurningum ósvarað

Hann nefnir vinskap Kristjáns Þórs við forstjóra Samherja, Þorstein Má Baldvinsson, en fyrirtækið er nú til rannsóknar vegna meintra mútumála í Namibíu. Hann segist þegar byrjaður að skoða gögn málsins:

„Ég mun rannsaka það og er þegar byrjaður á því. Máli Kristjáns Þórs er ekki lokið. Þar er mörgum spurningum enn ósvarað. Kristján þarf að svara því hvernig hann hefur verið að meta hæfi sitt. Það liggur ekki fyrir.“

Þá þarf einnig að skoða verkferlana við mat á hæfi ráðherra, því eftir að Samherjamálið kom upp var reglunum um verkferlana breytt, og þá þarf að vita hvernig reglurnar voru þar á undan. Því þá má kannski sjá hvort menn hafi verið að breyta reglum og verkferlum, til þess að gera hlutina þægilegri fyrir ráðherra.

Það eru óskir um að fá Kristján Þór fyrir nefndina,

„Kristján þarf að svara því hvernig hann hefur verið að meta hæfi sitt.“

til að varpa ljósi á þetta. Því hafnaði meirihlutinn. Hann hafnaði líka að fá Helga Seljan fyrir nefndina, sem gæti vafalaust upplýst um eitt og annað varðandi þetta mál,“ segir Jón Þór, en fréttamaðurinn Helgi Seljan er meðal þeirra sem upplýstu um Samherjamálið í Kveikspætti RÚV.

Engin sekt sönnuð

Aðspurður hvort Jón Þór telji

að Kristján Þór hafi óhreint mjöl í pokahorninu gagnvart Samherja, segir hann ekkert benda til þess:

„Það er ekkert sem ég hef séð hingað til sem bendir til þess. En nefndin getur ekki sagt til um það nema að sjá öll gögn málsins og rannsaka það til hlítar. Það sem þetta mál snýst auðvitað um er að það er ákveðinn freistnivandi til staðar hjá sjávarút-

vegsráðherra, sem á að hafa almannahagsmuni að leiðarljósi.“

Hættan sem er til staðar er sú að verið sé að draga vagn sérhagsmuna. Þess vegna er það hlutverk og skylda nefndarinnar, ekki síst í svona stóru og umfangsmiklu máli sem varðar eitt stærsta sjávarútvegsfyrirtæki landsins og yfirstjórn þess í meintu mútumáli sem teygir sig til margra landa, að upplýsa um málið eins og henni frekast er unnt, samkvæmt þeim reglum sem nefndin starfar eftir. Það hefur enn ekki verið gert. Meirihlutinn vildi þvert á móti loka fyrir frumkvæðisrannsókn sem var sérstaklega hafin af minnihlutunum, og tók yfir verkstjórnina í óþökk minnihlutans. Nú vill meirihlutinn loka málinu án þess að það sé upplýst.“

Stenst ekki lög

Jón Þór segir lagabókstafinn afar skýran í málinu:

„Meirihlutinn vill loka málinu með bókun, áður en minnihlutinn fær svör við þeim spurningum sem hann vill bera upp. Ég get ekki séð hvernig sú málsmeðferð samræmist tilgangi og lagabókstaf nefndarinnar.“

Þá rifjar Jón Þór upp reynslu sína af Landsréttarmálinu fyrir um einu og hálfu ári, en þá var hann óbreyttur nefndarmaður í stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd:

„Menn voru að þvæla þessu fram og til baka og nota alls kyns trix til að stöðva það mál og afgreiða það út af borðinu. Ég hef því persónulega reynslu af svona vinnubrögðum, en ég mun auðvitað fylgja þessu eftir, innan þess ramma sem lög og reglur segja til um, það er skylda mín sem formanns.“ ■



Útfararstofa Íslands

Flestir þurfa einhvern tímann að horfast í augu við dauðann. Að missa ástvin eða ættingja er eitt það erfiðasta sem við göngum í gegnum. Tilfinningar eru margvíslegar. Sorgin er eðlileg viðbrögð. Óhjákvæmilega þarf þá að huga að þeim þáttum er snúa að útför þess látna.

Spurningarnar eru margar. Þá er gott að geta leitað til aðila sem hafa þekkingu og reynslu á þeim þáttum. Við hjá Útfararstofu Íslands búum yfir þessari reynslu og höfum starfað við útfararþjónustu um árabil.



Kristín
Ingólfssdóttir

Sverrir
Einarsson

Margrét Ásta
Guðjónsdóttir

Skrifstofa Útfararstofu Íslands er til húsa í Auðbrekku 1, 200 Kópavogi.

Þar er einnig góð aðstaða sem prestar og aðstandendur geta rætt saman í næði.

Skrifstofan er opin frá 8.00 til 17.00 virka daga, en þjónusta er allan sólarhringinn og um helgar.

Sími: 581-3300 og 896-8242

www.utforin.is

BORGARFULLTRÚAR OF MARGIR MIÐAÐ VIÐ FYRIRKOMULAGIÐ NÚ

Traust á borgarstjórn er farið veg allrar veraldar. Borgarstjórn sinnir ekki eftirlitshlutverki sínu, fundir hafa lengst úr hömlu og ítrekað sýður upp úr á borgarstjórnarfundum.

Á ÞINGPÖLLUM

Björn Jón
Bragason

eyjan@eyjan.is



Því verður seint haldið fram að í borgarstjórn Reykjavíkur sé heilbriggt starfsumhverfi. Ein samfélagsmiðlastjarnan, Hrafn Jónsson, komst svo að orði um ástandið þar í vikunni: „Hver einasta frétt um hvert einasta mál virkar á mann eins og angi af tráma, einelti og ömurlegum samskiptaháttum; alveg þannig að ég mundi frekar vilja saga af mér fótinn en koma nálægt einhverri vinnu þarna.“

Í Þjóðarpól Gallup er reglulega spurt um traust almennings til ýmissa stofnana samfélagsins. Síðustu tvö árin hefur borgarstjórn Reykjavíkur rekið lestina og í nýjustu könnuninni kváðust aðeins 17 prósent aðspurðra bera traust til hennar. Þetta litla traust er áhugavert að skoða í ljósi fjölgunar borgarfulltrúa, en tala þeirra fór úr 15 í 23 í síðustu kosningum.

Fjölgun borgarfulltrúa

Aldrei hafa jafnmargir listar náð manni inn í borgarstjórn og í kosningunum 2018, eða átta alls. Hér hefur orðið mikil breyting á síðasta áratug, en fram til 1994 var Sjálfstæðisflokkur með hreinan meirihluta í borgarstjórn, ef kjörtímabilið 1978–1982 er undanskilið, og árin 1993–2006 fór Reykjavíkurlistinn með völd í borginni.

Samfylking, Viðreisn, Píratar og Vinstri græn mynda nú meirihluta, en það hefði ekki reynst mögulegt ef borgarfulltrúum hefði ekki verið fjölgað úr 15 í 23, því þá hefðu Vinstri græn ekki náð inn manni. Óbreytt tala borgarfulltrúa hefði einnig haft í för með sér að Flokkur fólksins hefði ekki fengið neinn kjörinn, en Sjálfstæðisflokkur hlotið sex menn, Samfylking fimm og Viðreisn, Píratar, Sósíalistaflokkur og Miðflokkur sinn fulltrúann hver.

Af hverju var verið að fjölga fulltrúunum?

Þegar lögfest var að borgarfulltrúar skyldu að lágmarki vera 23, var gjarnan vísað til þess að sveitarstjórnir nágrannalandanna væru venju-



Borgarfulltrúar eru nú orðnir 23 talsins, en ekki verður séð að fjölgun þeirra hafi haft góð áhrif á starfsemi borgarstjórnar, nema síður sé.

MYND/
SIGTRYGGUR ARI

lega mun stærri en hér á landi.

Þetta er rétt og borið saman við hin Norðurlöndin ættu borgarfulltrúar í Reykjavík að vera á bilinu 43–61 talsins, ef tekið er mið af íbúafjölda. Þarna lágu því lýðræðissjónarmið til grundvallar.

Hér var þó ekki tekið með í reikninginn að þessar fjölmennu sveitarstjórnarsamkomur Skandinavíu hafa ekki eins virkt hlutverk og sveitarstjórnir hér á landi. Þær mætti jafnvel frekar kalla íbúafing. Þá verja sveitarfélögin á hinum Norðurlöndunum að meðaltali um 60–70 prósentum af útgjöldum hins opinbera, meðan það hlutfall er um 35 prósent hér á landi.

Á hinum Norðurlöndunum tíðkast heldur almennt ekki að sveitarstjórnarfulltrúar séu í fullu starfi eins og reyndin er orðin í Reykjavíkurborg. Lengst af voru borgarfulltrúar allir í hlutastarfi. Ég hef áður velt því upp hér í þessum pistlum, að atvinnumennskan sé ef til vill mesta meinsemd íslenskra stjórnsmála. Dugmiklir einstaklingar ætla ekki að fórna þeim árangri sem þeir hafa náð í starfi fyrir þátttöku í stjórnsmálum – enda ætlast til þess að þeir ýti öllu öðru til hliðar.

Ef við skoðum starfstíla borgarfulltrúa árið 1962, sem dæmi, leit listinn svo út: tveir læknar, arkitekt, bankastjóri, húsfreyja, hæstaréttarlögmaður, iðnverkamaður, kennari, lögfræðingur, próffessor, rafvirkjameistari, skólustjóri og veðurfræðingur. Þetta er að

mínu viti góður þverskurður af starfsstéttum borgarinnar.

Óboðlegt ástand

Við öllum blasir að átök hafa magnast í borgarstjórninni síðustu misserin. Fundir hafa lengst úr hömlu og ítrekað sýður upp úr. Það er eins og fulltrúarnir kjósi margir að koma sér fyrir í skotgröfum líkt og tíðkast á Alþingi, án þess að gera sér grein fyrir því að eðli borgarstjórnar er allt annað.

Borgarstjórn Reykjavíkur hefur mikilvægu eftirlitshlutverki að gegna að lögum, en ekki verður séð af fundargerðum að því sé sinnt. Fjölgun borgarfulltrúa hefur einnig haft verulegan kostnað í för með sér.

Bein kosning til hverfaráða?

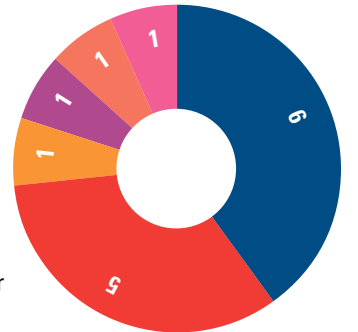
Á vegum Reykjavíkurborgar starfa níu hverfaráð og í hverju þeirra eiga sæti sex fulltrúar. Það gerir 54 fulltrúa einstakra hverfa. Þessi hverfaráð hafa þó lítil sem engin eiginleg völd. Þau eru nánast eingöngu umsagnaraðili um mál, sem eru á borðum annarra nefnda borgarinnar.

Til að auka valddreifingu í höfuðborginni mætti taka upp beina kosningu til þessara ráða og fela þeim eiginleg völd um málefni síns hverfis. Um leið má spyrja hvort ekki væri rétt að fækka fulltrúum í borgarstjórn enn frekar, jafnvel niður í ellefu. Ætla má að umræður yrðu þar með markvissari og borgarstjórn gæti sinnt eftirlitshlutverki sínu betur. Borgarfulltrúarnir yrðu þá aftur

Ef borgarfulltrúum hefði ekki verið fjölgað

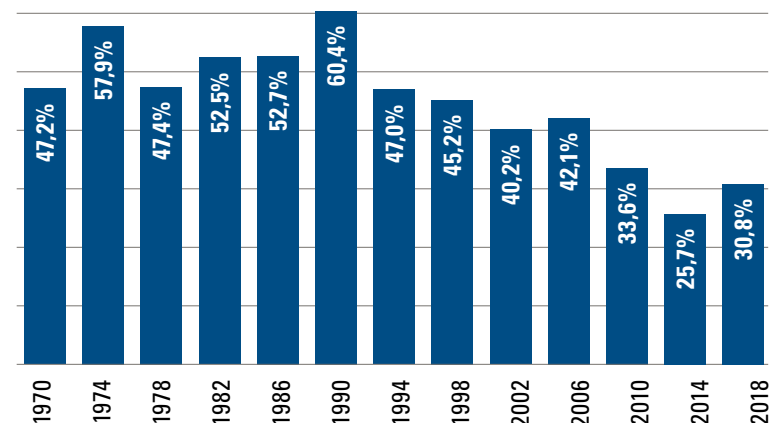
Svona hefðu sæti borgarfulltrúa skipst, hefði þeim ekki verið fjölgað um átta í síðustu kosningum. Þá hefðu hvorki VG né Flokkur fólksins náð inn manni og ekki verið hægt að mynda núverandi meirihluta.

■ Sjálfstæðisflokkur ■ Píratar
■ Samfylkingin ■ Sósíalistaflokkur
■ Viðreisn ■ Miðflokkurinn



Forstuhlutverki glatað

Fylgi Sjálfstæðisflokks í borgarstjórnarkosningum síðustu hálfu öld.



í hlutastarfi og sinntu þessu verkefni, ekki ósvipað og um stjórnarsetu í stóru hlutafélagi væri að ræða.

Til að ná fram markmiðum um aukin lýðræði, mætti hugsa sér nýjan vettvang borgar- og hverfisráðsfulltrúa, einhvers konar „borgarþing“, sem kæmi þá saman kannski tvisvar á

ári og ræddi stefnumörkun í stórum málum.

En hvað sem framtíðarskipan þessara mála líður, blasir við að fjölgun borgarfulltrúa hefur ekki skilað tilætluðum árangri og brýnt að leita nýrra leiða til að störf borgarfulltrúa geti orðið til meiri heilla fyrir borgarbúa en nú er raunin. ■



Vilt þú koma skjalamálunum í lag?

1 SYSTEMS OneRecords Mála- og skjalakerfi

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

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

1 SYSTEMS OneQuality



Gæða-
stjórnun á
stóran þátt í góðum
árangri fyrirtækja.

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

1 SYSTEMS OnePortal Self-Service



OnePortal er vefgátt sem gerir fyrirtækjum og sveitarfélögum kleift að veita íbúum þjónustu allan sólahringinn, allt árið um kring. Rafrænin innri ferlar eru tengdir við þjónustugátt fyrir íbúa eða viðskiptavinum, 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 viðskiptavinum og íbúa þeirra



Frosti Friðriksson hefur sýnt magnaðan styrk í gegnum allt ferlið.

MYND/ADSEND

ÞÁ BYRJAR EINHVER ATBURÐARÁS SEM LÍKIST MARTRÖÐ

Frosti Friðriksson var aðeins tveggja og hálfra viku gamall þegar hann gekkst undir opna hjartaaðgerð í Svíþjóð, þann 16. júní síðastliðinn. Síðustu vikur hafa verið mjög erfiðar en foreldrarnir sjá loksins ljós fyrir enda ganganna.

Guðrún Ósk
Guðjónsdóttir
gudrunosk@dv.is



Friðrik Jónsson og Rannveig Guðmundsdóttir eignuðust son, þann 31. maí síðastliðinn. Drengurinn fékk nafnið Frosti Friðriksson og sveif fjölskyldan um á bleiku skýi. Þar til þann 10. júní, þegar ljósmóðir tók eftir að Frosti andaði skringilega og ráðlagði þeim að fara í skoðun. Í kjölfarið tók við atburðarás sem Friðrik lýsir sem martröð. Frosti var með ósæðarþrengingu og þurfti að ferðast til Svíþjóðar til að gangast undir opna hjartaaðgerð. Hann fór í gegnum aðgerðina eins og hetja og er fjölskyldan nú á heimleið.

Kom í ljós fyrir tilviljun
Fyrstu vikuna eftir að Frosti

„Ég man tilfinninguna sem helltist yfir mig, mér varð sjóðheitt, öll þyngd hrundi niður í fætur og mér varð óglatt.“



ÓSÆÐARÞRENGING

Ósæðarþrenging (*e. coarctation of the aorta*) einkennist af þrengingu í nærhluta ósæðar, oftast beint á mótí tengingunni við fósturslagrásina, það er fyrir neðan uppruna vinstri neðanviðbeinsslagæðarinnar.

kom í heiminn var allt fullkomið. Hann var algjör draumur, drakk og svaf til skiptis. Ásta Hlín Ólafsdóttir, ljósmóðir hjá Björkinni, var í sinni síðustu heimsókn þegar veikindi Frosta komu í ljós.

„Þetta uppgötvaðist fyrir algjöra tilviljun. Ásta var hjá okkur í síðustu heimsókninni og ætlaði bara að útskrifa okkur, þegar að við ákváðum að baða Frosta. Hún tók þá eftir að hann andaði skringilega og að hann væri eitthvað öðruvísi en þegar hún kom síðast. Hún tók myndband af honum sem hún sendi lækni á Barnaspítalanum og sagði okkur að fara með hann og láta skoða þetta. Saklaus aukaskoðun bara,“ segir Friðrik.

„Þegar þangað var komið tók hjúkrunarfræðingur á mótí okkur og tók einhverjar mælingar. Þá byrjaði einhver atburðarás, sem líktist hreint

út sagt martröð. Það kom lækni inn til okkar og svo annar hjúkrunarfræðingur. Svo bara kom fleira og fleira fólk og andrúmsloftið þyngdist. Það var ákveðið að færa okkur um stofu og líktist sú stofa bara risa skurðstofu. Þar var hann tengdur við alls konar tæki og mæla. Æðaleggur í hausinn og ég veit ekki hvað. Okkur var boðið og ráðlagt að fara í herbergi við hliðina á stofunni, herbergi fyrir foreldra. Þarna var þetta orðið svo mikið og okkar vitneskja engin, svo að við urðum dauðhrædd,“ segir Friðrik.

„Ég man tilfinninguna sem helltist yfir mig. Mér varð sjóðheitt, öll þyngd hrundi niður í fætur og mér varð óglatt. Svo man ég óljóst eftir fleiru, þar til að allt var búið að róast aðeins. Þá komum við inn á stofuna aftur þar sem hjartalæknir að nafni Ing-

ólfur tók á móti okkur. Hann útskýrði stöðuna fyrir okkur, að Frosti væri með þrengingu í ósæð sem veldur því að blóðflæði í neðri hluta líkamans takmarkast og hjartað fer að vinna rosa yfirvinnu og gerir alla líkamsstarfsemi erfiðari. Þess vegna andaði hann skringilega.“

Ferðalag til Svíþjóðar

Ingólfur hjartalækni sagði þeim að Frosti þyrfti að gangast undir aðgerð.

„Við tóku sjö dagar á vökudeildinni á Barnspítalanum þar sem Frosti fékk lyf til að virkja fósturæð í hjartanu og gera hann stöðugan og sterkan fyrir ferðalagið. Hjúkrunarfræðingarnir á vökudeildinni eru svo yndislegir og frábærir. Stórt „shoutout“ á starfsfólk Barnspítala Hringins, við gerum okkur ekki eiginlega grein fyrir því hvað starf þeirra er mikilvægt og mikið, fyrr en maður þarf á þeim að halda,“ segir Friðrik.

„Vikan leið eins og mánudur, svefnleysi, ráf, eirðarleysi, hræðsla, grátur, lítið borðað og algjör bugun. Það er hræðilegt sem foreldri að upplifa sig svona algjörlega vanmáttugan gagnvart því að geta ekkert gert til að hjálpa. Maður þarf að leggja allt sitt traust í hendur á fólki sem maður þekkir ekkert.“

Friðrik, Rannveig og Frosti litli flugu út til Kaupmannahafnar með lækni og hjúkrunarfræðingi, þeim Sveini og Elínu.

„Þau fóru með honum í gegnum flugvöllinn, sátu með honum í fluginu og fluttu hann svo á spítalann í Lundi með sjúkrabíl og afhentu hann svo starfsfólki spítalans,“ segir Friðrik.

„Þá tók í raun við annað áfall. Við vorum komin í annað land, með öðru fólki, þekktum engan og töluðum ekki tungumálið. Þá varð þetta líka einhvern veginn allt mjög raunverulegt. Hann var að fara í opna hjartaaðgerð, tveggja og hálftrar viku gamall. En það er nákvæmlega sama sagan með fólki sem tók á móti okkur í Svíþjóð og heima. Snillingar. Yndislegt fólk og allt af vilja gert, allt útskýrt fyrir okkur, lækni og teiknaði meira að segja mynd af aðgerðinni fyrir okkur,“ segir Friðrik.

„Líkami barna er magnaður, núna nokkrum dögum eftir aðgerðina er Frosti nánast búinn að jafna sig. Laus við allar snúrur og tæki. Bataferlið býið að ganga smurt og hér er allt eins og best verður á kosið. Heimferð er á næsta leiti,“ segir hann.

Ferlið sem fer í gang er rosalegt

Veikindi Frosta komu þeim í opna skjöldu, þar sem Rannveig og Frosti höfðu verið í eftirliti alla meðgönguna og Frosti fór til hjartalækni eftir fæðingu.

„Það var býið að vera eftirlit alla meðgönguna, vegna þess að hann er með gat á

milli hólfa (VSD), svo vorum við líka búin að fara til hjartalækni þegar hann var tveggja daga gamall og svo í fimm daga skoðun. Þá sást ekkert og vandamálið í raun ekki byrjað. Svo var það bara fyrir tilviljun að við áttum eftir að kaupa bala, þannig við biðum með að baða hann þar til í útskriftarheimsókninni hjá Ástu og þá sá hún að eitthvað var ekki rétt. Þannig að fyrir grunlausa foreldra er ógerlegt að koma auga á svona,“ segir Friðrik.

„Ferlið sem fer í gang þegar svona kemur upp er rosalegt. Maður þarf ekkert að hugsa í raun, það er býið að hugsa fyrir öllu, enda er maður ekki í neinu ástandi til að fara að bóka flug og hótél og alls konar. Við fengum félagsráðgjafa og sálfræðing. Flug og hótél var bókað fyrir okkur og svo var bíll sem sótti okkur á flugvöllinn í Kaupmannahöfn og keyrði okkur til Svíþjóðar. Við áttum bara að vera með vegabréf og reyna að halda geðheilsu. Þegar það kemur að börnum virðist heilbrigðiskerfið okkar vera með allt upp á tíu.“

Pakklátur

Friðrik á dóttur úr fyrra sambandi, Hrafninnu, sem verður sex ára í júlí. Hann hefur reynt að útskýra þetta fyrir henni, svo hún skilji ástandið en hafi ekki áhyggjur. „Hrafninnu veit að það er eitthvað í gangi. Ég útskýrði þetta bara þannig fyrir henni að litli bróðir fæddist með svolítið bilað hjarta og hér í Svíþjóð eru sérfræðingar sem eru búnir að læra allt sem hægt er um lítil barnahjörtu og þeir ætla að laga hjartað,“ segir Friðrik, sem er sjálfur með hjarta fullt af þakklæti í garð heilbrigðisstarfsfólksins sem hefur átt hlut í því að hjálpa Frosta.

„Öll samskipti sem við höfum átt við starfsfólk hafa verið frábær. Ég vil koma sérstökum þökkum til ljósmæðranna í Björkinni og þá sérstaklega Ástu, ef ekki hefði verið fyrir hana hefði þetta allt saman farið á mun verri veg. Barnspítala Hringins og þá sérstaklega Vökudeildinni. Við þökkum innilega fyrir stuðninginn og skilaboðin og erum snortin að sjá hvað við höfum mikið af yndislegu fólki í kringum okkur,“ segir Friðrik.

Friðrik er einnig mjög þakklátur Neistanum, styrktarfélagi hjartveikra barna, og ætlar að sýna stuðning á móti og hlaupa tíu kílómetra til styrktar félaginu í Reykjavíkumaraþoninu í ágúst. Þú getur heitið á Friðrik á hlaupastyrkur.is.

Friðrik og Rannveig eru bjartsýn á framtíðina. „Venjulega finna börn sem fara í svona aðgerðir ekki fyrir þeim í daglegu lífi þegar þau eldast. Þetta hefur ekki áhrif á íþróttaiðkun og þess háttar,“ segir Friðrik og bætir við að Frosti hlakki mikið til að losna af spítalanum og koma heim til Íslands að hitta alla. ■



„Hér er býið að umturna Saga Class-farrýminu fyrir Frosta,“ segir Friðrik.

MYNDIR/ADSENDAR

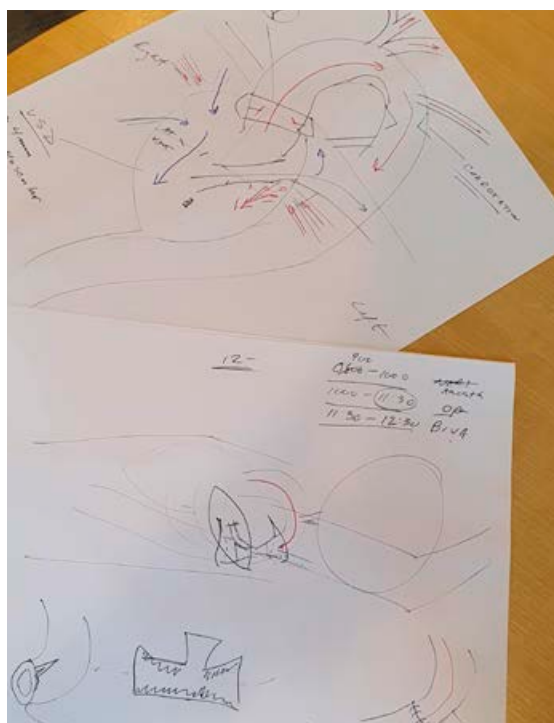
Það er hræðilegt sem foreldri að upplifa sig svona algjörlega vanmáttugan gagnvart því að geta ekkert gert til að hjálpa.



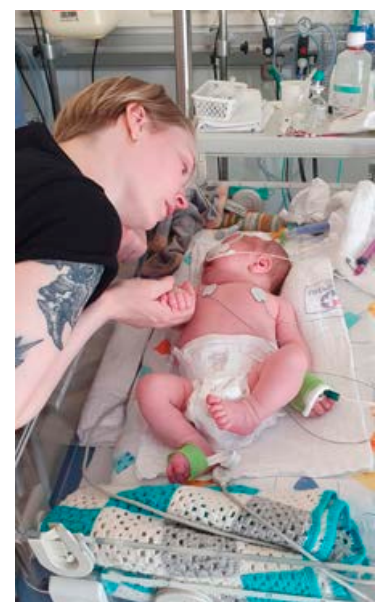
Hrafninnu að hitta litla bróður sinn í fyrsta skipti.



Friðrik vill koma sérstökum þökkum til ljósmóðrinnar Ástu, sem kom fyrst auga á veikindi Frosta.



Myndirnar sem skurðlæknirinn teiknaði fyrir Friðrik og Rannveigu. Hann útskýrði hvert skref og fór yfir allan undirbúninginn og báru þau fullt traust til hans eftir þetta.



Fallegt augnablik á milli mæðgina.

Morðið á Ashley Turner í Keflavík

Í ágúst 2005 var framið hræðilegt morð á varnarliðssvæðinu á Keflavíkurlugvelli. Aðkoman var slík að talað var um blóðbað. Málið er enn þann dag í dag óupplýst.

SAKAMÁL

Hin bandaríska Ashley Turner var tvítug og flugliði í þyrlubjörgunarsveit Keflavíkurlugvallar, þegar hún var myrt á hrottalegan hátt. Grunur féll strax á samstarfsmann hennar, annan hermenn á varnarliðssvæðinu, sem áður hafði verið sakadur um að stela frá henni peningum. Þrátt fyrir fjölda sannana var hann sýknaður fyrir rétti.

Audur Ösp
Guðmundsdóttir
audur@dv.is



Ashley Turner fæddist í Frederick í Maryland-fylki árið 1985, en foreldrar hennar, þau Lawrence og Lisa Turner, voru báðir í sjóhernum. Ashley fylgdi í fótspor þeirra og gekk til liðs við flugher Bandaríkjanna ári eftir að hún útskrifaðist úr menntaskóla.

Að lokinni herþjálfun starfaði hún í tæknideild björgunarsveitar varnarliðsins. Hún þótti góður hermaður og ferill hennar var til fyrirmyndar. Hún var mikill dýravinur og stefndi á nám í dýralækningum eftir herinn.

Stal þrjátíu þúsund krónum

Bandaríkjamaðurinn Calvin Eugene Hill starfaði einnig sem hermaður á varnarliðssvæðinu í Keflavík á þessum tíma. Hann bjó í sömu blokk og Ashley. Átta mánuðum áður en Ashley var myrt komu upp deilur á milli hennar og Calvins, eftir að í ljós kom að Calvin og annar hermaður höfðu stolið kreditkort og peningum af henni. Ránsupphæðin var rúmlega 30 þúsund krónur.

Um það leyti sem morðið var framið var Calvin að bíða eftir að fara fyrir rétt vegna þjófnaðarins. Þrátt fyrir þjófnaðinn og deilurnar var Ashley ekki boðið að skipta um gististað og þurfti því að búa áfram í sama húsi og Calvin.

Fyrirhugað var að hún myndi bera vitni gegn honum nokkrum dögum síðar, en hinum hermanningnum hafði verið vísað úr landi. Á þessum tíma átti Calvin í ástarsambandi við Vannie Youbanphout, íslenskan ríkisborgara af taí-lenskum ættum.

Varnarliðið á Keflavíkurlugvelli greindi í gær frá nafni stúlkunnar sem var myrt í Maurablokkinni svokölluðu á varnarliðssvæðinu aðfaranótt mánudags. Hin látna hét **Ashley Turner** og var frá bænum Frederick í Maryland-ríki. Faðir hennar segir mikla sorg ríkja á heimili Turner-fjölskyldunnar.



Varnarliðið rannsakar enn morðið á hinni tvítugu Ashley Turner sem var stungin ítrekað af rúmlega tvítugum varnarliðsmanni aðfaranótt mánudags. Sá er í varðhaldi en íslenski stúlkun, sem einnig var yfirheyrð vegna málsins, hefur verið sleppt. DV ræddi við Lawrence W. Turner, föður Ashley, í gærkvöld.

„Hér ríkir mikil sorg og það má segja að heimili okkar sé undirlagt af sorg,“ sagði Lawrence Turner við DV í gær. Hann sagði að hann og fjölskyldan hefðu fundið fyrir miðum stuðningi frá samfélaginu í Frederick.

„Það hafa allir staðið þétt við bak- id á okkur og eynt okkur mikla sam- ið og hlynug,“ sagði Turner. Hann sagðist lítið hafa heyrt frá bandaríska hermum og sagði að þar hefðu menn einfaldlega verið að vinna.

Fallgilt land
Turner sagði eiginkonu sína

Lisu hafa komið einu sinni til landsins og hrifst mjög af því. „Hún sagði mér að landið væri afskaplega fallegt og ég vonast til að geta heimsótt Ísland einhvern tíma í framtíðinni undir skemmtilegri kringumstæðum,“ sagði Turner.

Átti ekki að vera á Íslandi
Samkvæmt heimildum bandaríska stáðarblaðsins Frederick News-Post átti Ashley Turner ekki að vera á Íslandi. Vitr hennar sögðu hana eingöngu stadda á landinu til að bera vitni gegn bana- manni sínum sem var sakadur um

að hafa stolið greiðslukorti hennar og tekið út af því háar fjárhæðir.

Fyrirmyndarferill

Ashley Turner gekk í bandaríska herinn strax að loknu framhaldsskólansmi og að þjálfun lokinni starfaði hún í tæknideild björgunarsveitar varnarliðsins. Samkvæmt yfirlýsingu frá varnarliðinu var Ashley góður hermaður og ferill hennar í Bandaríkjaher til fyrirmyndar. Minningarathöfn um hana verður haldin næstkomandi miðvikudag á Keflavíkurlugvelli.

Ashley Turner Faðir hennar segir mikla sorg ríkja á heimili.

Ashley Turner þótti góður hermaður og ferill hennar var til fyrirmyndar.

MYND/
TÍMARIT.IS

þess. Calvin var fluttur á herstöð bandaríska hersins í Þýskalandi þar sem hann var áfram yfirheyrður.

Calvin var í kjölfarið ákærður fyrir morðið og ljóst var að hann ætti yfir höfði sér lífstíðardóm, eða jafnvel dauðarefsingu ef hann yrði fundinn sekur. Hann neitaði ávallt sök.

Réttað var yfir honum fyrir herrétti í Bolling-herstöðinni í Washington í Bandaríkjunum. Hann neitaði áfram sök, en játaði þó að hafa stolið frá Ashley.

Lögmenn Calvins héldu því fram við réttarhöldin að morðið hefði ekki verið rannsakað nægilega vel, og horft hefði verið fram hjá öðrum mögulegum gerendum.

Einn af þeim sem lögmennirnir bentu á í því samhengi var kærasti Ashley, en hann átti yfir höfði sér dóm fyrir fíkniefnabrot, meðal annars fíkniefnasölu. Lögmennirnir sögðu Ashley hafa vitað af fíkniefnavanda sem hann glímdi við. Vísað var til framburðar vitna sem sögðust hafa séð Ashley og kærasta hennar rífast fyrir utan krá, kvöldið áður en morðið var framið.

Dómur fellur

Kviðdómur í málinu fundaði í rúmlega fimm klukkustundir áður en niðurstaðan lá fyrir. Kviðdómendur voru sam- mála um að lögreglan hefði ekki rannsakað nægilega vel hverjir aðrir hefðu hugsanlega banað Ashley, heldur eingöngu beint sjónum sínum að Calvin.

Calvin var því sýknaður af ákæru um morð, en hann var þó sakfelldur fyrir að hafa stolið frá Ashley. Hann var í kjölfarið lækkaður í tign innan hersins.

Þegar dómur féll mátti heyra Calvin gefa frá sér hátt andvarp. Fjölskylda Ashley var hins vegar slegin.

„Við erum afar vonsvikinn,“ sagði Larry Turner, faðir Ashley í samtali við fréttamenn, skömmu eftir að dómur féll. „Ég er hræddur um samfélagið. Það gengur morðingi laus. Dóttir mín er dáin og einhver var valdur að dauða hennar.“

Bandarísk yfirvöld hafa gefið út að málið verði ekki rannsakað frekar.

Ljóst er að ef engin ný sönnunargögn koma fram, sem benda til að einhver annar gæti verið morðingi Turner, eða staðfesta sekt Hills, mun engum verða refsað fyrir morðið. ■

„Dóttir mín er dáin og einhver var valdur að dauða hennar.“



Blóð upp um alla veggi

Atburðarás sunnudagskvöldsins 14. ágúst 2005 er óljós. Seint um kvöldið fundu varnarliðsmenn Ashley, þar sem hún lá í blóði sínu í sófa í stigagangi á fyrstu hæð „maurablokkarinnar“ svokölluðu.

Hún var meðvitundarlaus og hafði verið stungin margsinnis í höfuð og háls og var með margvíslega áverka um allan líkamann. Staðurinn bar merki þess að mikil átök hefðu átt sér stað: Blóð var upp um alla veggi og gólfið, eins og fram kom í frétt DV um málið á sínum tíma.

Varnarliðsmenn hringdu í herlögregluna og rokið var með Ashley á hersjúkrahúsið á svæðinu, en það var um seinan. Hún var úrskurðuð látin á staðnum.

Með blóðblett á skónum

Grunur féll strax á Calvin Eugene Hill. Þegar herlögreglan bankaði upp á hjá honum var hann enn í herbergi sínu og hafði ekki reynt að komast undan. Á öðrum skónum hans var blóðblettur.

Fyrr um kvöldið hafði Calvin verið með kærustu sinni. Hann eldaði handa henni kvöldmat og þau settust svo upp í sófa til að horfa á bíómynd.

Við yfirheyrslur hjá lögreglu sagði kærastan að Calvin hefði farið út úr íbúðinni á meðan myndin var í gangi, og sagði að hann væri að fara að hitta yfirmann sinn. Þegar

hann kom til baka byrjaði hann strax að þvo fötin sín. Þá tjáði kærasta hans lögreglunni að hnifur hefði horfið úr eldhúsinu á meðan Calvin var í burtu.

Bandarískir sérfræðingar voru sendir til landsins til að rannsaka vettvanginn, og eftir að í ljós kom að engir Íslendingar tengdust málinu, tók herinn yfir rannsókn



www.krokur.net

522 4600

Taktu Krók á leiðarenda

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

Krókur býður m.a. uppá:

- Starfsmenn sem eru þjálfaðir og reyndir í bíla- og tækjaflutningum



KRÓKUR

á þinni leið

Vesturhraun 5 210 Garðabær

**DANSKA KRÁIN**

„Danska kráin býður upp á alvöru „bodega“ stemningu eins og í Kaupmannahöfn, þar sem ólíklega þykkur þverskurður samfélagsins kemur saman.“ Á kránni er hægt að sitja úti, en þar er einnig að finna ýmis spil og oft lifandi tónlist.

Staðsetning
Ingólfsstræti 3

Tilboð
Milli kl. 16 og 19 er 2 fyrir 1 af öllu á krana og léttvíni, ásamt freyðivíni og vel völdum snöfsum á spottprís.

**APÓTEKIÐ**

„Ég hef verið að fara á Apótekið, þar er Eiríkur bauks í miklu uppáhaldi. En það er svona „post corona“, því það lokaði allt nema þeir. Fyrir kóróna, þá var það aðallega Kaffibarinn – því það er svo góður staupasteinn eftir vinnu og áður en haldið er heim í djöfulgang – og svo hefur Forréttabarninn verið einn af uppáhalds, en hann er lokaður, svo tekur Marina við kl. 22, sem er mjög hentugt.“

Annar viðmælandi tók í sama streng og lofaði Apótekið. „Apótekið hefur klárlega vinningin þegar kemur að „happy-hour“. Þar eru langbestu kokteilarnir og „whiskey sour“ hjá þeim snillingum er tjúllaður. Það er algjör snilld að dropa inn með vinahóp og fá sér smá að borða, eins og trufflufranskar eða mini-vöflubita með bleikju, á meðan þú sötrar uppáhalds-kokteillinn þinn í fallegu umhverfi á besta stað í miðbænum.“

Staðsetning
Austurstræti 16

Tilboð
Allir kokteilar eru á 1.590 kr. milli kl. 16-18

**NORDICA**

„Á Hótel Hilton Nordica er að finna skemmtilegan hótélbar með góðum tilboðum. Nordica er ekki í alfaraleið, en það setur smá útlandastemningu í daginn að drekka góðan drykk á hótélbar.“ Á Nordica er líka að finna spa, svo það er tilvalið að kíkja í afslöppun eða ræktina og vinna sér inn gott karma fyrir kroppinn áður en kíkt er í drykk.

Staðsetning
Suðurlandsbraut 2

Tilboð
Milli kl. 17.00 og 19.00 alla daga. 50% afsláttur af bjór, sterku víni og völdum kokteilum.

Girnilegustu gleðistundir borgarinnar

Nú þegar veðrið er tekið að leika við landsmenn og möguleiki er á að umgangast vini og vínanda í öðru formi en sem sótthreinispritt, er um að gera að viðra sig. En hvert er best að halda og hvar leynast bestu tilboðin og drykkirnir? DV hafði samband við vel valið fólk, með vel stillta bragðlauka, og tók púlsinn á bestu börnunum.

**VEÐUR**

„Veður er með hættulega góðan „cocktail-hour“ milli 19 og 21,“ sagði einn álitsgjafinn. Veður er staðsettur beint á móti Kaldabar og hefja ófáir flipparar kvöldið á kokteíl þar, áður en haldið er í harðari partístemningu hinum megin við götuna.

Staðsetning
Klapparstígur 33

Tilboð
Milli 14 -19:35 á bjór og víni frá 700-900 kr. Freyðivín 1.000 kr. Kokteilar frá 19-21 á 1.800 kr. Freyðivínsfimmtudagur allan daginn, glas 1.000, flaska 5.000, kampavín 10.000 kr.

ROK

„Það toppar ekkert kampavíns-„happy hour“ á Roki. Veröndin er algjör pottur og hægt að dást að Hallgrímskirkju um leið og maður skolar niður hágæða kampavíni, á verði sem sést ekki annars staðar.“ Á Roki má gjarnan sjá þekktar og vel tengdar konur úr atvinnulífinu gera sér glaðan dag, en staðurinn er í meðal annars í eigu Hrefnu Bjarkar Sverrisdóttur framleiðanda og sambýliskonu Magnúsar Scheving.

Staðsetning
Frakkastígur 26a

Tilboð
Milli kl. 16 og 19, Moet kampavínsflaska með lakkris og melónum á 7.900 kr. eða glas á 1.990.



THE COOCOO'S NEST OG LÚNA FLÓRENS

„Cocoo's og smáréttur klikkar aldrei og mjög kósý andrúmsloft. Hægt að sitja úti eða inni, eða á Blómabarnum Lúnu, sem er systurstaður The Cocoo's Nest.“ Staðurinn er einkar vinsæll meðal listamanna og sjást Rassi Prump og helstu rapparar landsins gjarnan á staðnum. Listasýningar eru opnaðar á staðnum á tveggja vikna fresti og hægt er að kaupa sér blóm með kokteilnum, svo ekki sé minnst á matinn góða eða græna ofurdjúsin sem hægt er að fá með skoti af áfengi, sé fólk í stuði. Staðurinn býður einnig upp á ítalskan „happy-hour“ eða „aperitivo“, sem þýðir að borgað er fullt verð fyrir drykkinn, en gjarnlegur smáréttur fylgir með.

Staðsetning
Grandagarður 23

Tilboð
Afsláttur af öllum drykkjum, eða borgað fullt verð fyrir drykkinn og smáréttur að hætti kokksins fylgir með.



RÖNTGEN.

„Gott úrval af skemmtilegum náttúruvínunum á fallegum stað. Þeir vanda sig við að hafa blóm í vösum og kerti á borðum. Snemkvöldssólin laumast inn um gluggana.“ Röntgen hefur getið sér gott orð meðal listamanna, sem áður dvöldu löngum stundum á Snaps og Kaffibarnum. Stemningin er afslöppuð og alls kyns skemmtilegir viðburðir í boði sem hægt er að fylgjast með á Facebook-síðu staðarins.

Staðsetning
Hverfisgata 12

Tilboð
Alla daga til kl. 20.
Viking gylltur og Viking Rökr: 800
Einstök White Ale og Pale ale: 900
Hanastél vikunnar: 1.800
Glas af víni húsins (hvítt, rautt, rósa- eða freyðivín): 900
Allar vínflöskur: 15% afsláttur
Flaska af víni húsins og snackplatti: 4.500 kr.



KAFFIBRENNSLAN

„Kaffibrennslan er með leynilega góðan og ódýran „happy“. Sérstaklega fínt ef það er sól.“ Kaffibrennslan skartar líka tryllt góðri, grillaðri samloku með osti og sinnepi sem passar ákaflega vel með bjór, vilji fólk tríta sig aðeins og útbúa mjúka lendingu fyrir veigarnar.

Staðsetning
Laugavegur 21

Tilboð
Milli 16 og 20 alla daga, Gull á 600 kr., Brío og Classic á 700 kr. og léttvín hússins 750 kr. glasið.



JUNGLE COCTAIL BAR

„Staðurinn er mjög vel staðsettur og umkringdur góðum veitingahúsum og því tilvalið að kíkja í drykk fyrir mat á Jungle. Á Jungle eru verðlaunabarpjónar og yfirleitt gott pláss.“ Þar er hægt að kaupa kokteila í flöskuvís, en þá hristir barþjónninn kokteil og hellir í flösku sem borðið getur svo deilt saman. Eða ekki!

Staðsetning
Austurstræti 9

Tilboð
Milli kl. 17 og 20 eru kokteilar af seðli á 1.500 kr., bjór á krana 800 kr, vín í glösum 1.000 kr. og kampa-vínglas á 1.800 kr.

VÍNBARINN PORT 9

„Auðvitað svalirnar á Port 9. Góð vín í miklu úrvali og besti vertinn tekur fallega á móti manni.“ Hér er átt við veitingamanninn Gunnar Pál Rúnarsson, betur þekktan sem gourmet-grallarann Gunna Palla, en hann hefur einnig getið sér gott orð fyrir ljúffengar veitingar, sem hann kokkar upp á mettíma í minnsta eldhúsi landsins. Svalirnar sem álitsgjafinn talar um eru leynisvalir og þarf að biðja starfsmann vínbarsins um leiðbeiningar til að finna þær.

Staðsetning
Veghúsastígur 9

Tilboð
Milli kl. 16 og 19 alla daga. Húsvín 1.100 kr. glasið, bjór 800 kr., freyðivín 1.250 kr. og kampavínglas á 1.950 kr.



Álitsgjafar

Magnús Sigurbjörnsson, stafrænn ráðgjafi
Sigríður Thorlaciosa, söngkona
Steingerður Sonja Þórisdóttir, blaðakona
Linda Björk Ingimarsdóttir, matarbloggari
Kristín Ýr Gunnarsdóttir, almannatengill
Sverri Bollason, verkfræðingur og matgæðingur
Hrönn Sveinsdóttir, bíóstjóri
Íris Björk Tanya Jónsdóttir, hönnuður
Kristín Soffía Jónsdóttir, listakokkur og borgarfulltrúi





Á ferð um landið

VESTFIRÐIR

Kalla mætti Vestfirði týnda landsfjórðunginn. Þetta er eini landshlutinn sem þjóðvegur eitt fer alveg fram hjá og umferð er umtalsvert minni en um aðra landshluta. Óspillt náttúra, einstök náttúruundur og fáfarnar slóðir eru það sem laðar fólk að.



MYND/PJETUR



MYND/FACEBOOK

SJÁVARSMIÐJAN Í REYKHÓLASVEIT

Hjá Sjávarsmiðjunni býðst gestum að baða sig í þörungum og njóta stórfenglegs útsýnis yfir Breiðafjörð á meðan. Húðin drekkur í sig kraftmikil og næringarrík efni þarans á meðan maður slappar af í heitu vatni og fersku sveitalofti Barðastandarsýslu. Sjávarsmiðjan framleiðir einnig húðvörur úr þörungum úr Breiðafirði. Eiga þær að mýkja húðina, auka teygjanleika og hægja á öldrun hennar. Staðsetning Sjávarsmiðjunnar í Reykhólasveit gerir laugarar að hinum fullkomna áningarstað, á leiðinni áfram til Patreksfjarðar.



MYND/WESTFJORDS.IS

LÁTRABJARG

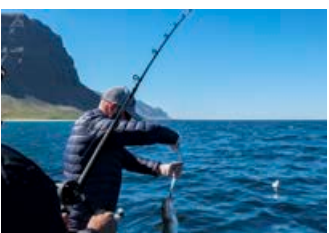
Látrabjarg er án efa einn fallegasti staður landsins. Bjargið er gríðarstórt fuglabjarg og er alfríðað. Látrabjarg er stærsta sjávarbjarg Evrópu. Jafnframt er það vestasti punktur álfunnar og elsti hluti Íslands. Þar má gera ráð fyrir að sjá álkur, sem hvergi eru fleiri í heiminum, langvíur, stuttnefjur, fýla og mikið af lunda. Leitun er því að betri stað fyrir fuglaskoðun. Vegurinn frá Patreksfirði að Látrabjargi er jafnframt þrælskemmtilegur og liggur hann frá Mikladal í Patreksfirði og fram hjá Breiðavík og Breiðavíkirkirkju. Í Breiðavík er jafnframt rekið hótél sem opið er allt árið.



MYND/FACEBOOK

HEITAR LAUGAR Í TÁLKNAFIRÐI

Tálknafjörður er eitt fárra sveitarfélaga Vestfjarða með nægjanlegan jarðhita til að kynda húsín í bænum, sundlaug og „Pollinn“. Pollurinn er náttúrulaug í Sveins-eyrarhlíðum, rétt utan þorpsins Tálknafjarðar. Nafnið er kannski ekki beint lýsandi, en laugin samanstendur af fjórum steiptum laugum. Nafnið stafar auðvitað af því að fyrst um sinn voru reistir steingarðar sem stífluðu rennsli heitrar uppsprettu, svo að úr varð pollur. Hvernig sem því líður, er Pollurinn án efa einn fallegasti sundstaður landsins. Pollurinn í Tálknafirði heldur úti síðu á Facebook, þar sem hægt er að kynna sér stöðu sundlaugamála í Tálknafirði.



MYND/BEFFATOURS.IS

SJÓSTÖNG OG HVALASKOÐUN

Vestfirðir eru hinn fullkomni vettvangur til að láta reyna á sjómennsku. Ýmis ferðabjónustufyrirtæki í þorpum á sunnanverðum Vestfjörðum bjóða upp á ferðir á sjóstöng og í hvalaskoðunar. Dýpt Arnarfjarðar, Tálknafjarðar og Patreksfjarðar hentar vel í slíka starfsemi, því stutt er að fara á nægilegt dýpi til að sjá hvali og næla sér í þorsk í Instagram-klassa. Beffa Tours á Bíldudal er eitt fyrirtækjanna, en þau bjóða upp á daglegar ferðir á sjó í hvalaskoðun og sjóstangveiðiferðir samkvæmt samkomulagi.



MYND/WIKICOMMONS

RAUÐISANDUR

Meðfram 10 kílómetra strandlengju liggur rauðleit sandströnd sem kölluð er Rauðisandur. Liturinn sveiflast úr gulum í rauðan með breyttum birtuskilyrðum, og kemur sennilega til af brotnum hörpudisksskeljum. Frá Patreksfirði er aðeins um hálf tíma akstur að Rauðasandi, um nokkuð brattan veg. Útsýnið er yfir til Snæfellsness á góðum degi og út til Látrabjargs. Á sandinum er rekið franskt kaffihús og er það nauðsynleg viðbót við fallega náttúru, að stoppa í franska súkkulaðiköku á kaffihúsinu.



MYND/WIKICOMMONS

DYNJANDI

Í Dynjandisvogi inn af Arnarfirði leynist Dynjandi og er af mörgum talinn fallegastur fossa Íslands. Fossinn er stærsti foss Vestfjarða og er í ánni Dynjandisá. Fossinn fellur niður 100 metra, í þó nokkuð mörgum þrepum, sem verða til við lagskiptingu bergsins í hraunlög. Fossinn gengur stundum undir nafninu Fjallfoss og hét eitt skipa Eimskipafélagsins eitt sinn því nafni, eftir Dynjanda, þó Fjallfoss sé reyndar rangnefni. Fossinn er mjög aðgengilegur, en veglegt bílastæði er við hann og við það stendur tjaldsvæði og myndarleg salernisaðstaða. Aðeins eru um 60 kílómetrar til Bíldudals frá fossinum.



MYND/VEGAGERÐIN.IS

KEYRA HRAFNSEYRARHEIÐI Í SÍÐASTA SINN

Hrafnseyrarheiðin var opnuð af Vegagerðinni eftir vetrarlokun nú í maí, í síðasta sinn. Með opnun Dýrafjarðarganga í haust verður þessi gullfallegi fjallvegur aflagður og fer því hver að verða síðastur að keyra heiðina, sem í aldaradír hefur skipt Vestfjörðum í norður- og suðurfirði. Opnun hennar er því vorboði fyrir vestan, og fagnaðarefni þegar Vegagerðinni tekst að stinga í gegn. Vegurinn yfir heiðina liggur frá Hrafnseyri, fæðingarstað Jóns Sigurðssonar, og yfir til Brekkudals við Þingeyri í Dýrafirði. Vegurinn er víða brattur og krókóttur og lofthæddum hollast að loka augunum á köflum. Sagt er að heimamenn muni sakna vorboðans – en ekki vegarins.

Sveppate og Sodastream

Ófá æði hafa gripið um sig á Íslandi seinustu áratugi. Í tímavélinni þessa vikuna rifjum við upp nokkur eftirminnileg „æði“ Íslendinga í mat og drykk.

TÍMAVÉLIN

Íslendingar eru nýjunga-gjarnir og slá sjaldnast feilnótu þegar kemur að því sem er „nýjasta nýtt“. Hráfæði, súrdeigsbrauð, Nocco-orkudrykkurinn og piparlakkrísduft eru einungis örfá dæmi um dellur sem hafa gripið um sig hér á landi undanfarn misseri þegar kemur að mataræði.

Óhætt er að segja að matarmenning Íslendinga hafi tekið miklum breytingum í gegnum tíðina. Hver man ekki eftir því þegar fetaostur var mál málaanna? Eða á níunda áratugnum, þegar matur þótti ekki hæfur á veisluborðið ef hann var ekki hjúpaður hlaupi? Sumar dellur hafa setið eftir á meðan aðrar hafa fallið í gleymiskunnar dá.

Kokteilsósa

Árið 1982 sungu Stuðmenn um „pinkstöffið“ í laginu Franskar (sósa og salat) og áttu þar að sjálfsögðu við hina klassísku kokteilsósu, sem festi sig í sessi í matarmenningu Íslendinga á sjöunda áratugnum.

„Þegar ég byrjaði í þessum bransa, þá var ítalskt salat og kokteilsósa með nánast öllum réttum. Allir vildu það sama,“ sagði Bjarni Árnason, eigandi Brauðbæjar, í samtali við Helgarpóstinn í ágúst 1979.

„Ég hef fengið nóg af þeirri sósu, eftir að hafa skammtað gestum þúsundir lítra af kokteilsósu á þessu ári,“ sagði Einar Árnason, veitingamaður á Esju, í samtali við Helgarpóstinn, í desember sama ár.

„Um tíma buðu ýmsir grillstaðir þessa sósu með öllum mat. Börn og unglingar virðast vera hrifin af þessari sósu, enda virðast foreldrar og veitingamenn hafa slegið því föstu að þetta sé uppáhaldssósa unga fólksins,“ ritaði Sigmar B. Hauksson í Vísi í mars 1981, en hann var ekki þar hrifinn af þessu æði og kallaði kokteilsósuna „smurolúsósu“.

Það virðist þó vera nokkuð um misskilning hvað varðar uppruna bleiku sósunnar. Magnús Björnsson og Valgerður Sigurðardóttir, kona hans, opnuðu veitingastaðinn Ask í Reykjavík árið 1966, en þau höfðu áður rekið mat-



Sveppateið átti að vera allra meina bót og á mörgum íslenskum heimilum var Mansjúriusveppurinn ræktaður.

MYNDIR/TÍMARIT.IS

stofu í Keflavík. Í grein sem birtist í Helgarpóstinum í júlí 1980 var því haldið fram að kokteilsósan væri algjörlega íslenskt fyrirbæri og hefði orðið til á Aski.

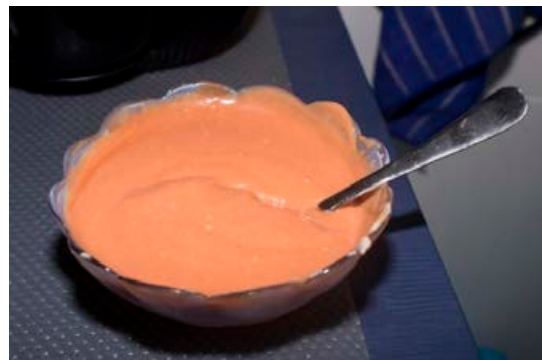
„Við höfðum verið með remúlaðisósu með djúpsteiktum fisk í Keflavík og það var nokkuð vinsælt. En einnig buðum við uppá hrásalat, og með hrásalatinu fylgdi sósa, Thousand Island Dressing, sem er alþekkt salatsósa erlendis. Fólki líkaði þetta vel, en það alltaf um meiri sósu, og jafnvel án salatsins. Við fórum því að gera tilraunir með sósuna og úr varð þessi kokteilsósa,“ sagði Magnús í viðtalinu.

Nanna Rögnvaldardóttir, matgædingur og rithöfundur, lagðist í rannsóknarvinnu árið 2014 og birti í kjölfarið grein á vefsíðu sinni, þar sem hún bendir á að kokteilsósan hafi fyrst komið til sögunnar á Hótel Höll árið 1947, þar sem boðið var upp á rauðsprettu með kokteilsósu. „Mér sýnist að það sé með engu móti hægt að segja að þau hjónin hafi fundið upp kokteilsósuna en kannski einhverja ákveðna gerð hennar.“

Sodastream

Kolsýrt vatn og heimatilbúinir gosdrykkir voru þambaðir óspart hér á landi á níunda áratugnum, þökk sé Sodastream-tækjunum.

„Gjöfin sem gefur arð. Sodastream tækið er tilvalin jólagjöf fyrir alla fjölskylduna. Gerið sjálf gosdrykkina og sparið meira en helming,“



Það er varla til sá Íslendingur sem finnst kokteilsósa vond.

segir í auglýsingu fyrir Sodastream sem birtist í íslenskum dagblöðum í desember 1982.

Í auglýsingu Vikunnar árið 1982 segir:

„Svona einfalt er það. Þú getur valið um fimm bragðtegundir: Appelsín, Cola, GingerAle, Límonadi og Tonic. Úr hverri bragðflösku færðu 35 flöskur af gosdrykkjum. Sodastream gosdrykkjagerðin þín sparar þér ekki aðeins peninga, heldur líka pláss, svo ekki sé minnst á þægindin.“

Öll almennileg íslensk heimili áttu Sodastream-tæki, þó svo að flest tækin hafi endað í geymslunni að lokum, við hliðina á bláu fótanuddtækjunum. Í nóvember 1987 gerði DV úttekt á gosdrykkjamarkaðnum á Íslandi þar sem fram kom að salan á Sodastream hefði minnkað, að minnsta kosti var hún ekki jafngóð og áður. Sodastream-tækin eru þó enn fánleg hér á landi og virðast seint ætla að hverfa.

Herbalife

„Herbalæf-æðið er enn ekki runnið af þjóðinni. Lífs-elexírinn sá á að megra jafnt

á landi og ekki þarf að leita lengi til að finna auglýsingar þar sem „undraefnið“ er dásamað.

Upphafsmáður æðisins var Jón Óttar Ragnarsson, fyrrverandi sjónvarpsstjóri og stofnandi Stöðvar 2, sem hafði kynnst Herbalife-vörum og sölukerfinu í Bandaríkjunum.

„Ég varð þrumu lostinn. Eftir að hafa tekið vítamín og næringarefni alla ævi og aldrei fundið mun fer ég á Herbalife og það breytir lífi mínu,“ sagði Jón Óttar meðal annars í samtali við Frjálsa verslun árið 1999.

Á öðrum stað bætti hann við:

„Í dag höfum við um 300 virka umboðsmenn hér á landi, sem eru jafnframt forstjórar (supervisorar) með eigið Herbalife fyrirtæki. Á þeirra vegum eru um 4.500 Íslendingar að nota Herbalife. Það er takmark okkar á næstu 12-18 mánuðum að ná til 20 þúsund Íslendinga. Bara þeir sem eru of feitir eru um 80 þúsund. Þar af þurfa um 20 þúsund lífsnauðsynlega að grenna sig.“

Sveppate

Árið 1995 byrjuðu Íslendingar að rækta forljótan og bragðvandan svepp heima hjá sér í heilsubótarskyni. „Á undanföllum mánuðum hefur nýtt æði gripið Íslendinga, þ.e. neysla svokallaðs Mansjúriutes. Teið er unnið úr Mansjúriusveppi og á að gefa fólki betri heilsu, þykir raunar allra meina bót, og lengir lífið. Íslendingar, sem hafa drukkið teið um nokkurt skeið, telja sig finna mikinn mun á líðan sinni.“ Þannig hófst grein sem birtist í DV í maí 1995. „Óhætt er að fullyrða að varla finnst vinsælli drykkur á Íslandi þessa dagana,“ ritaði blaðamaður einnig.

Mansjúriusveppinn þurfti fólk að rækta heima hjá sér. Það reyndist oft heilmikil kúnt: sveppurinn mátti til að mynda ekki komast í snertingu við málma og þá mátti ekki henda honum í ruslið. Sveppurinn átti meðal annars að fjarlægja hrukkur og koma í veg fyrir ákveðnar tegundir krabbameins.

Það voru þó ekki allir hrifnir af þessari nýjung og greint var frá tilfellum erlendis þar sem sveppurinn olli alvarlegum sýkingum og jafnvel dauða. Seinna meir varaði Landlæknisembættið við neyslu á Mansjúriusveppnum. ■

Una í eldhúsinu

Una Guðmunds á unabakar.is töfrar hér fram gott laugardagskvöld. Kökuna er líka tilvalið að bjóða upp á í sunnudagskaffinu og bjóða ömmu og afa í kaffi.



Taco í salatblöðum – lágkolvetna

Það er tilvalið að bera fram sýrðan rjóma og auka salsasósu með þessu gúmmelaði.

2 límónur

2 lárperur

Kínakálshaus

eða stór, stökk kálblöð til þess að bera taco-blönduna fram á.

Rifinn ostur

500 g nautahakk

1 gul paprika

1 rauð paprika

1 rauðlaukur

1 dós gular baunir

1 rautt chillí

Hreinsið fræin innan úr ef þið viljið ekki hafa réttinn of sterkan.

1 dós / krukka salsasósa

1 bréf taco-kryddblanda

Salt og pipar

Agúrka

Tómatar

Ferskt kóríander

Steikið nautahakk á pönnu upp úr olíu, saltið og piprið að vild, blandið svo taco-kryddinu saman við hakkið ásamt ½ dl af köldu vatni. Leyfið að malla aðeins á pönnunni.

Saxið niður grænmetið, paprikur, chillí, rauðlaukinn og setjið saman við nautahakkið ásamt gulu baununum og salsasósunni og leyfið að steikjast vel saman í um 20 mínútur.

Rétt áður en rétturinn er borinn fram er gott að setja rifinn ost saman við hakkið og leyfa honum að blandast vel saman við, einnig að kreista safa úr límónu yfir.

Leggið salatblöðin (betra að þau séu heldur stór) á diska og setjið taco-blönduna á þau, skerið lárperurnar í sneiðar og leggið yfir ásamt fersku köldu grænmeti, til dæmis gúrku og tómotum. Toppíð með kóríander.



MYNDIR/AÐSENDAR

Sígild sjónvarpskaka

Sjónvarpskakan klikkar seint og er alltaf jafn gómsæt. Bæði hef ég verið að bera hana fram í hringlaga formi eins og sést hér á myndinni, en einnig er hægt að baka hana í aflöngu formi, eða skera hana niður í sneiðar og taka með í nestisboxi í útileguna.

Kakan

4 egg

250 g sykur

3 tsk. vanilludropar

230 g hveiti

3 tsk. lyftiduft

180 ml mjólk

50 g smjör

Byrjið á því að þeyta saman egg og sykur þar til blandan verður létt og ljós og setjið vanilludropana saman við.

Sigtið hveitið og lyftiduftið ofan í blönduna og hrærið saman við.

Bræðið smjör í potti við vægan hita ásamt mjólkinni og leyfið aðeins að kólna áður en blöndunni er hellt saman við deigið.

Smyrjið form vel að innan með smjöri og hellið blöndunni í, hægt er að hafa aflangt form eða hringlaga, en ég nota yfirleitt hringlaga form sem er 20 x 8 cm.



Kakan er svo sett í miðjan ofninn á 180 gráður og bökun þar til hún er gullinbrún, í um 30 mínútur.

Á meðan kakan er í ofninum að bakast er tilvalið að blanda kókos-toppinn.

Kókosfylling á toppinn

100 g smjör

150 g kókosmjöl

180 g púðursykur

60 ml mjólk

Blandið saman smjöri, mjólk og púðursykri í potti á vægum hita og passið að hræra vel í blöndunni.

Næst er kókosmjölinu blandað saman við og hrært vel með sleif.

Kókosfyllingunni er svo smurt ofan á kökuna volga og kakan borin fram.

Njótið.

VILTU VINNA

ÞRÁÐLAUS HEYRNARTÓL?

PÓSTAÐU MYND AF ÞÍNU BROSI Á INSTAGRAM
OG MERKTU MEÐ MYLLUMERKINU

#EXTRABROS



[EXTRABROS.IS](https://www.extrabros.is)



Simmi Vill flokkar sig sem alætu sem elskar að prófa nýja hluti.

MYND/SIGTRYGGUR ARI

Ég er alæta og finnst mjög gaman að prófa nýja hluti

Athafnamaðurinn Sigmar Vilhjálmsson, betur þekktur sem Simmi Vill, er mikill áhugamaður um mat og eldamennsku. Hann ætlar að nýta sumarið og grilla í góða veðrinu. Hann deilir hér uppskrift að gómsætu meðlæti.

Guðrún Ósk
Guðjónsdóttir
gudrunosk@dv.is



Venjulegur dagur byrjar snemma, morgunmatur með sonum mínum og farið í ræktina. Síðan tekur við óvissuferð dagsins sem er vinnutengd, enda veit ég aldrei hvað bíður mín þó að það séu ákveðnir þættir festir niður. Ég reyni að enda alla

daga á kvöldmat með sonum mínum, þá viku sem þeir eru hjá mér, og síðan er misjafnt hvort það er frekari vinna sem bíður mín, sófinn eða fjallanga," segir Simmi.

Fer millileiðina í öllu

Simmi fylgir engu ákveðnu mataræði heldur finnur hann millivegin.

„Ég trúir á að fara millileið í öllu, hvort sem það er mataræði eða annað. Ég er þó

alltaf frekar lágkolvetnamegin í lífinu. Annars snýst þetta um að borða allt og hafa það í hófi," segir hann og bætir við að hann hafi mjög gaman af eldamennsku.

„Ég lít á matreiðslu og mat sem áhugamál.“

Uppáhaldsmáltíð Simma er sú máltíð sem hann hefur á diskunum á hverjum tíma. „Ég er alæta og finnst mjög gaman að prófa nýja hluti," segir hann. ■

Gómsætt grillmeðlæti

Uppskriftin mín er salat og sósa, sem hentar öllum grillmat.

við eftir smekk. Salatið hentar með öllu grillkjöti.

Brokkólísalat

2 bollar ferskt brokkólí
Rauðlaukur
4 sneiðar eldað beikon
Rifinn gráðaostur, eftir smekk
Hnetur að vild
Salt og pipar

Hvítlauks-ostasósa

6 msk. majónes
eða
3 msk. majónes á móti 3 msk. af sýrðum rjóma
Einn hvítlauksgeiri
Heill poki af rifnum pizzaosti
Salt og pipar

Skerið ferska brokkólíið og rauðlaukinn smátt. Eldið beikonið þar til það er stökkt og saxið.

Saxið hvítlaukinn mjög smátt. Blandið öllu vel saman. Saltið og piprið eftir smekk.

Rífið gráðaost eftir smekk og blandið öllu saman í skál ásamt hnetunum. Að lokum er salti og pipar bætt

Þessi sósa er sérlega góð inn í heita kartöflu, því osturinn bráðnar.



MYND/ADSEND

Matseðill Simma Vill

Morgunmatur

Engiferskot og baunasafi (kaffi).

Millimál nr. 1

Epli og kaffi.

Hádegismatur

Lágkolvetna hlöllabátur eða mömmumatur.

Millimál nr. 2

Kaffibolli eða tveir.

Kvöldmatur

Dagamunur, en það er alltaf heitur matur í kvöldmat.

LÁTTU ÞÉR

FRÁBÆRT ÚRVAL AF RÚMUM,
SÓFUM OG HVÍLDARSTÓLUM

LÍÐA VEL

LUR.IS

Dönsk
gæði

Lama®

Danskt handverk
síðan 1939



RICCARDO rafstillanlegur tungusófi

Öll sæti
og bak
stillanlegt

BRUNSTAD

Brunstad
hvíldarstóll



ISABELLA hægindasófi.
Sjá nánar á lur.is

Öll sæti
stillanleg



SITTING VISION
hvíldarstólar

Stillanleg
rúm

Svefnsofar í miklu úrvali.



Margar
stærðir

BUGATTI®
ITALY



ERMES hægindasófi. Sjá nánar á lur.is

Öll sæti
stillanleg



GRACE hægindastóll

Stillanlegur
höfuðpúði



ORACOL tungusófi

CALIA
ITALIA

CALIA
ITALIA



JACOB stóll frá Calia Italia

RÚM • SÓFAR • HVÍLDARSTÓLAR • HEILSUKODDAR • LJÓS • HÚSGÖGN • GJAFAVÖRUR • BORIÐ • SÆNGUR



VERIÐ VELKOMIN Í HEIMSÓKN

SUÐURLANDSBRAUT 24, 108 REYKJAVÍK
Opíð alla virka daga 10-18. Lau. 11-16

554 6969 | lur@lur.is | www.lur.is

LUR
BETRI HVÍLD

Fjölskylduhornið

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

DV. Að þessu sinni svarar Kristín spurningu sem margir kannast við. Hvað ef maki minn er of kassalagaður og lífið er dálítið leiðinlegt?

Sérfræðingur svarar



KONAN MÍN ER OF KASSALÖGUÐ

Kæra Kristín. Ég er rúmlega fertugur maður. Ég elska konuna mína og börnin, en þoli ekki þessa grjóthörðu og afsakaðu, hundleiðilegu, rútínu. Ég vil ekki ala börnin mín upp sem vélmenni án allrar sköpunargáfu. Konan mín er mjög kassalöguð og yfirleitt virkar það vel að við blöndum saman hugmyndum okkar um lífið, en hún er oft of kassalöguð að mínu mati. Börnin eiga að fara að sofa kl. 8, þrátt fyrir glampanði sól. Hvernig segi ég henni að hún verði að velja sér baráttur og leyfa sér að lifa aðeins meira? Ekki tuða yfir skótauinu alla daga. Opna kannski bara freyðivín á mánudegi og leyfa börnunum að vaka aðeins lengur. Það er sumar!

Blessaður

Gaman að fá spurningu frá karlmanni. Það verður að segjast að oftar koma þær frá konum.

Mér leikur að sjálfsögðu forvitni á að vita hvað þið hafið reynt varðandi þetta. Þó svo að konan þín sé kassalöguð, eins og þú orðar það, þá gæti það einmitt hentað henni vel að kíkja aðeins út fyrir kassann sinn og þar gætir þú komið sterkur inn. Sömuleiðis hljómar það vel að maður, sem vill gjarnan opna freyðivín á mánudegi, fái stundum skýran ramma.

Hvernig var lífið ykkar í Covid? Þá fór einmitt rútína flestra í vaskinn og margir þurftu að finna nýjar leiðir til þess að halda fjölskyldu og vinnu gangandi. Getur verið að það hafi hentað þér vel og núna þegar allt er komið aftur í fastar skorður þá þrengi að þér og þú sjáir að svona þarf þetta ekki að vera? Í staðinn fyrir að bölvu rútínunni er tækifæri til þess að skoða hvað er gott utan þessa stífa ramma, sem getur kryddað hið hefðbundna hversdagslíf.

Þið eruð samspil

Þegar hópur fólks býr saman þarf að vera eitthvað skipulag svo allir fái að njóta sín. Þó svo að það myndi henta þér vel að hafa enga rútínu, þá leyfi ég mér að fullyrða að slíkt gæti valdið öðrum



MYND/GETTY

fjölskyldmeðlimum kvíða. Eiga þau þá að haga lífi sínu eftir því í hvernig stuði þú ert hverju sinni? Nei, ég segi svona, rútínun þarf að vera, en það breytir því ekki að það sé hægt að gera undantekningar á henni, eða breyta henni þannig að hún verði ögn skemmtilegri.

Þú spyrð hvernig þú eigir að segja konunni þinni að hún sé of kassalöguð. Þarna þarf ég að minna þig á að þið eruð samspil og fjölskyldan þín er kerfi, þar sem hver og einn liður getur haft gríðarlega mikil áhrif. Í stað þess að segja konunni þinni hvernig hún á að vera, gætir þú gert tilraunir með því að gera eitt-hvað nýtt sjálfur. Samkvæmt fræðunum gæti það haft þau áhrif á konuna þína að hún myndi þá skyndilega gera eitt-hvað öðruvísi en hún er vön.

Dass af einlægni

Ef ég tek dæmi af fjölskyldu þar sem aldrei er beðist afsökunar. Allt í einu einn daginn tekur einn fjölskyldumeðlimur upp á því að segja fyrirgefðu, þá hefur það áhrif á þann sem fær afsökunarbeiðnina og mögulega hefur það aftur áhrif á viðkomandi, sem biður einhvern annan í

Ég vil ekki ala börnin mín upp sem vélmenni án allrar sköpunargáfu.

fjölskyldunni fyrirgefningar síðar meir.

Hvað myndi gerast ef þú myndir til dæmis taka upp á því að opna freyðivín einn mánudaginn, segja konunni að þér þætti vænt um að eiga afslappaða stund og að þú þurfir á því að halda að leggja hefðbundna rútínu til hliðar? Gæti það verið áhrifaríkara en að segja konunni þinni að hún sé ferköntuð? Án þess að ég vilji fullyrða það, þá finnst mér það líklegt.

Þegar þör byrja saman gera þau oft með sér samkomulag

um hvernig þau vilja hafa hlutina. En það gleymist að undirrita samkomulagið og bera það undir alla hlutað-eigandi. Mér finnst ykkar vandi hljóma sem tilefni til að taka upp þessa gömlu samninga. Hvernig vill konan þín hafa hversdagslífið, hvernig liður henni í því og hvað þarf hún til þess að það geti orðið afslappaðra og skemmtilegra? Sömuleiðis getur þú sagt henni frá líðan þinni og þörfum. Ekkert flókið, eða nokkuð sem þarf að móðga eða særa. Þetta er bara verkefni for-

eldra, það er að halda öllum boltum á lofti, grípa þá og sjá til þess að þeir haldi áfram að snúast. Ég er viss um að með góðu samtali, smá freyðivíni og dassi af einlægni, verður það leikur einn hjá ykkur. Gangi ykkur vel. ■

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.

AKUREYRI

Það er

eitthvað

við hana



visitakureyri.is

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.

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

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

- svelt
- gláður
- samkvæmt
- sjúkt
- þótti
- urga
- skrá
- hrinding
- spyr
- taumur
- stæla

LÓÐRÉTT

- men
- að baki
- bolur
- augnaráð
- arða
- þískra
- afgangur
- smábátur
- skaf
- vís

LÓÐRÉTT

- hljóðfæri
- þarflaus
- hlaða á
- bryðja
- hrópa
- harmóníum
- heilan
- bragsmiður
- nafnbætur
- sá
- blykúla

STAFARUGL

Leynigeturinn í síðasta stafarugli var það sem maður kemst víst ekki hjá því að nota, hvert svo sem ferðinni er heitið, það er **FARARTÆKI**. Vissulega ferðast sumir fótgangandi en þó vart án þess að nota eitthvert farartæki frá heimili sínu að þeim stað sem gangan skal hafin.

En hvað um það. Ég hitti fólk á förnum vegi sem upp-tendrað sagði mér að það væri sjálfsagt búið að ferðast tvo hringi kringum landið, svo víða væri það búið að ferðast þótt ekki væri lengra liðið á sumarið. Uppveðruð og ákõf þyrsti þau í meira. Nú, hví? spurði ég eins og

api. „Jú, við vissum ekki að það væru til svona margir staðir og margt æðislegt að skoða. Við höldum að við værum búin að heimsækja og sjá allt það helsta og fátt merkilegt eftir að sjá, en það reyndist nú öðru nær.“ Þau slepptu mér ekki fyrir en þau voru búin að skrifa niður 20 staði, sem ég bara yrði að heimsækja.

En hér eru 19 nöfn af lista þeirra hjóna, sem þau bók-staflega heimtuðu að ég heimsækta. Ég læt ykkur eftir að meta hvort þið viljið það líka. Mörg þessara nafna verð ég að viðurkenna að hafa aldrei heyrt áður.

| | | | | |
|---|---|---|---|------------------------------------|
| Prælavogur Dufansdalur Ausufjall Drekavatn | Byrgisárvík Hundavogur Brimilsgjá Dagmálavík | Gervidalur Afvíksá Ánavatn Arnarbýlisá | Fótadalur Blundsvatn Býskálará Fúlidalur | Dritfell Fitjavatn Hestdalur |
|---|---|---|---|------------------------------------|

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



GÖNGUM INN Í SUMARIÐ



Göngusérkortin með grænu röndinni sýna leiðir sem síminn þinn veit ekki einu sinni um og koma þér örugglega á áfangastað



LANDSINS MESTA ÚRVAL BÓKA

Bókabúð Forlagsins | Fiskislóð 39 | www.forlagid.is | Opíð alla virka daga 10–18 | laugardaga 11–16

HINAR RAUNVERULEGU HÚSFREYJUR ÍSLANDS



Hanna Rún Óladóttir

MYND/ADSEND

Unnur Óladóttir

MYND/ADSEND

Gerður Arinbjarnardóttir

MYND/STEFÁN

Ástrós Traustadóttir

MYND/FACEBOOK

Manuela Ósk Harðardóttir

MYND/ANTON BRINK

Arna Ýr Jónsdóttir

MYND/HANNA

Nýlega komu nokkrar þáttaraðir af vinsælu raunveruleikabáttunum The Real Housewives á streymisveituna Netflix. Það er því vert að spyrja: Ef þættirnir kæmu til Íslands, hverjar yrðu stjórnurnar?

Nú geta allir Íslendingar með Netflix-aðgang horft á fyrstu tvær þáttaraðir af The Real Housewives of Beverly Hills, The Real Housewives of Atlanta og The Real Housewives of New York City.

Sjónvarpsstöðin Bravo framleiðir þættina og hefur komið samtals 71 þáttaröð frá tíu mismunandi borgum.

Þættirnir eru ákaflega vinsælir og er vinsælt að spegla sig í persónum þáttanna, líkt og tíðkaðist með Desperate Housewives. Hver kannast ekki við að hafa tekið persónuleikapróf og endað sem Bree eða Gabriella?

Hvaða íslensku konur fengju hlutverk?

Hvernig skyldu þekktar ís-

lenskar konur takast á við hlutverkin ef þættirnir væru framleiddir á Íslandi? Hvaða þekktu konur myndu hreppa hlutverk og hvaða drama-bolti myndi rúlla af stað? Við setjum okkur í stellingar og ráðum landslið áhrifakvanna í þáttinn. Stjórnurnar eru systurnar Hanna Rún Bazev Óladóttir og Unnur Óladóttir, Gerður í Blush, Manuela Ósk Harðardóttir, Arna Ýr Jónsdóttir og Ástrós Traustadóttir.

Sögupráðurinn sem hér er spunninn er ekkert nema hugarsmiði blaðamanns. Þetta er gert í góðlátlegu gríni sem er innblásið af raunveruleikabáttunum, sem eiga það til að vera ákaflega dramatískir á köflum, enda þess vegna svona gifurlega vinsælir. Þessi kvennahópur var valinn því þær eru allar frábærar, metnaðarfullar og skara fram úr á sínu sviði. ■

SÖGUPRÁÐURINN

HVÍTVÍN OG TAUBLEYJUR

Húsfreyjurnar hittast heima hjá Örnunni Ýr, sem heldur kynningu um taublejjur og býður upp á hvítvín. Þær fá sér aðeins of mikið í tána og byrja að rifast um taublejjur og einnota blejjur. Það endar með að Manuela þarf að grípa inn í, enda eina sem er edru á svæðinu.

KAMPAVÍN OG SPA

Eftir allt þetta drama ákveður Manuela að bjóða húsfreyjunum í líkamsmeðferðir í Even Labs. Þær ræða málin, drekka kampavín og sættast.

BLUSH OG ERÓTÍSK TRIKK

Í annarri þáttaröð af RHOBH vildi Brandi Glanville bjóða húsfreyjunum í vínsmökkun og tottkennslu. Hún ætlaði að fá fyrrverandi klámstjórnu til að halda sýnikennslu og kenna húsfreyjunum nokkur góð ráð þegar kæmi að munnmökum. Hins vegar varð ekkert úr því, þar sem sumum þótti það óviðeigandi. En íslenski húsfreyjuhópurinn er öðruvísi og býður Gerður húsfreyjunum í kynlífstækjaverslun sína, Blush, og fær íslenska erótíska leikarann Stefan Octavian til að kenna dömunum nokkur trikk.

HRYLLILEGT MATARBOÐ

Frábært matarboð verður að innihalda smá drama. Það hafa verið ófá matarboð í The Real Housewives þáttunum sem hafa allra helst minnt á martraðir. Eins og í lokabætti The Real Housewives of New Jersey þegar Teresa veltir borðinu í átt að Danielle og kallar hana hóru. Dramað í þáttaröð íslensku húsfreyjanna nær hámarki þegar Hanna Rún ákveður að halda matarboð og býður upp á kokteila. Ástrós og Hanna Rún byrja að rökkræða um atvik sem átti sér stað í dans-

inum fyrir nokkrum árum. Ástrós telur Hönnu Rún hafa stolið af sér sigrinum. Unnur Óla er með systur sinni í liði og hraunar yfir Ástrós. Rifriðið um taublejurnar byrjar aftur og allt fer í háloft. Eftir kvöldið lofar Hanna Rún eiginmanni sínum að halda aldrei matarboð framar.

FERÐALAG

Í hverri þáttaröð er venjan að allar húsfreyjurnar fari saman í ferðalag, eins og til Amsterdam, Tyrklands, Marokkó og meira að segja Íslands. Húsfreyjur Orange County komu til Íslands árið 2017 og endaði ein stórstjarna þáttarins, Vicki Gunvalson, á bráðamóttöku. Hún hélt hún væri að fá hjartaáfall og sóttu bráðaliðar hana á Hótel Rangá. Lydia McLaughlin, önnur stjarna þáttanna, sagði í samtali við RadarOnline á sínum tíma: „Ég veit ekki hvort þú hefur farið á neyðarmóttökuna á Íslandi, en það var ekki ein af ánægjulegustu stundum lífs míns.“

Íslensku húsfreyjurnar myndu hlýða Víði og ferðast innanlands. Systurnar Unnur Óla og Hanna Rún myndu sjá um að skipuleggja hringinn í kringum landið með hjálp Manuelu, sem hefur farið með fjölda vina sinna utan frá að skoða Ísland. Þegar allur hópurinn ferðast saman er drama nánast óhjákvæmilegt og það sama á við um íslenska húsfreyjuhópin. Gerður hvetur Örnunni Ýri til að leggja öll spilin á borðið og ræða við þær sem særðu hana. Hanna Rún og Ástrós sættast og stíga léttan dans saman eftir nokkur rauðvínsglós. Unnur Óla verður fúl út í systur sína, fyrir að skilja sig eftir á Hótel Geysi meðan hópurinn fór að skoða Geysi. En ferðin endaði með að vera nokkuð vel heppnuð.

TENGLANET HÚSFREYJANNA

SYSTURNAR UNNUR OG HANNA RÚN BAZEVI ÓLADÆTUR Fjölskyldutengsl geta oft gert þættina skemmtilegri, en dramatískari á sama tíma. Í RHOBH fáum við að fylgjast með systrunum Kyle Richards og Kim Richards og er systrasamband þeirra stormasamt á köflum. Hanna Rún er einn sigursælasti dansari Íslands og tveggja barna móðir. Unnur Óla hefur unnið fjölda titla í fitness-keppnum og er einnig einkabjálfi. Hanna Rún og Unnur eru dætur Óla Jóhanns Daníelssonar, eiganda Gullsmiðju Óla.

VINKONUTENGL

Gerður Arinbjarnardóttir, eigandi kynlífstækjaverslunarinnar Blush.is, er vinkona Unnar. Þær eiga báðar syni á svipuðum aldri.

Ástrós Traustadóttir er ekki í innsta hring hópsins, en þekkir Hönnu Rún úr dansinum. Báðar hafa komið fram í dansþáttunum Dans, dans, dans og Allir geta dansað. Þær hafa einnig keppt ótal mörgum sinnum hvor á móti annarri á dansmótum.

FYRRVERANDI FEGURÐARDROTTNINGAR

Fyrrverandi fegurðardrottningar hafa einnig verið mjög sterkir karakterar í þáttunum. Candace Dillard var Miss United States árið 2013 og er ein húsfreyjanna í The Real Housewives of Potomac. Lizzie Rovsek kom fram í níundu þáttaröð af The Real Housewives of Orange County og var krýnd sem Miss Kentucky á sínum tíma. Kenya Moore í RHOA keppti fyrir

hönd Bandaríkjanna í Miss Universe árið 1992. Eins og Arna Ýr gerði fyrir hönd Íslands árið 2017.

Manuela Ósk var valin Ungfrú Ísland árið 2002. Manuela er einnig framkvæmdastjóri Miss Universe á Íslandi og góðvinkona Örnunni Ýrar.

FYRIRTÆKJAREKSTUR

Margar þeirra húsfreyja sem koma fram í þáttunum eru konur sem hafa stofnað eigin fyrirtæki og er oft sýnt frá rekstrinum í þáttunum.

Arna Ýr stofnaði nýlega vefverslun sem selur taublejjur. Gerður á og rekur kynlífstækjaverslunina Blush.is og Manuela er einn eigandi Even Labs, sem býður upp á nýstárlegar líkamsmeðferðir.

SPÁÐ Í... stjörnurnar



LESID Í TAROT **Jón Jónsson**

STJÖRNUSPÁ **Vikan 26.06. – 02.07.**

Ljúft að vera til

Í þessari viku segjum við frá því hvaða starf myndi henta hverju og einu stjörnumerki best. Svo að þessu sinni voru dregin spil fyrir sjarmatröll Íslands, hann Jón Jónsson, tónlistarmann og Sporðdreka.

Sporðdrekin er kraftmikið og ástríðufullt merki. Þeir vita hvað þeir vilja og eru reiðbúnir að vinna hörðum höndum að þeirri útkomu sem þeir sækjast eftir. Helsti kostur þeirra er hugrekki, og hversu tryggir þeir eru. Þeir geta virkað yfirþyrmandi og ákveðnir, því þeir eru svo pottþéttir á sínu. Þeim finnst ekki leiðinlegt að hafa rétt fyrir sér og hafa litla þolinmæði fyrir vitleysingum.

Myntás
Lykilorð: Nýir fjárhags- eða atvinnumöguleikar, gnægð, vöxtur
Það kemur nú ekki á óvart að Myntás sé fyrsta spilið þitt, því þú ert alltaf að vinna í einhverju. Þú ert með skrilljón hugmyndir, en átt erfitt með að halda athygli. Það kemur ekki að sök, því þegar maður er með marga anga úti, eru meiri líkur á að fiska. Þú ert jafnvel að fara snúa þér að öðru, innflutningi eða fjárfestingu, sem mun vekja lukku.

Sverðriddari
Lykilorð: Andlegur skýrleiki, vitsmunalegur kraftur, vald, sannleikur
Þú ert að kafa dýpra inn á við, sem er góð æfing, góður tími til þess að halda dagbók, og svo fæ ég á tilfinninguna meira um skriftir, eins og þú sért að vinna í að skrifa ljóðabók eða einhvers konar handrit.

Sjö í mynt
Lykilorð: Langtímasýn, sjálfbær árangur, þrautseigja, fjárfesting.
Ja, héra hér, það er nú meiri lukkan sem umvefur þig. Ef þér hefur fundist einhver stöðnun hjá þér, þarftu ekki að hafa frekari áhyggjur af því. Þú ert búinn að vinna vel og munt uppskera eftir því. Þér finnst eins og þú þurfir að jarðtengja þig.



MYND/STEFÁN

Skilaboð frá spakönunni



Til þess að láta óskir rætast er mjög sterkur leikur að skrifa þær niður, og vertu nákvæmur í því sem þú óskar þér. Gott er að fókusera á eitt í einu og sjá það skýrt fyrir sér, því þá munt þú draga það að þér.

Svona eiga þau saman

Forsetahjónin

Forsetakosningarnar eru á morgun, þann 27. júní, og sækist Guðni Th. Jóhannesson eftir áframhaldandi forsetaumboði. Guðni Th. er giftur Elizu Reid og taldi DV tilvalið að sjá hvernig hjónin eiga saman, ef litið er til stjörnumerkjanna.

Guðni, sem á einmitt afmæli í dag, er Krabbi og Eliza er Naut. Það er yfirleitt ávisun á farsælt ástarsamband þegar þessi tvö merki fella hugi saman. Krabbinn og Nautið eiga margt sameiginlegt og ofar öllu þrá þau öryggi. Þau myndu aldrei svíkja hvort annað og hafa sömu markmið – ást, fjölskyldu og heimili.

Hjónin veita öðrum pörum innblástur. Þó svo að það sé mikið að gera hjá þeim, þá finna þau alltaf tíma til að sinna sambandinu og fjölskyldunni.

Samskipti eru einn af styrkleikum parsins, þó svo að hvorugt merkið tali mikið. Þau eiga auðvelt með að skilja hvort annað og gefa hverju orði mikla merkingu. Krabbinn og Nautið standa þétt saman á jafningjagrundvelli. Þau hika ekki við að styðja við bakið hvort á öðru þegar þess þarf, en framar öllu byggist sambandið á gagnkvæmri virðingu. ■



MYND/ERNIR

MYND/VALLI

Guðni Th. Jóhannesson
26. júní 1968
Krabbi
■ Frjó hugsun
■ Tilfinningaríkur
■ Heiðarlegur
■ Gedfældur
■ Svartsýnn
■ Óöruggur

Eliza Jean Reid
5. maí 1976
Naut
■ Áreiðanleg
■ Polinmóð
■ Trygglynd
■ Ábyrg
■ Þrjósök
■ Ósamvinnuþýð

Hvaða starf hentar þínu stjörnumerki best?

♈ Hrútur
21.03. – 19.04.

Hrúturinn er fæddur leiðtogi! Hvort sem það eru fjármál, markþjálfun eða íþróttir, þá ertu svo sannarlega með orkuna og rétta viðhorfið til að hvetja fólk áfram. Þú átt auðvelt með að sjá heildarmyndina og ert skipulögð/lagður!

♉ Naut
20.04. – 20.05.

Nautið sækist eftir að hafa það notalegt og er einnig heimakært. Það myndi henta þér afar vel að vera rithöfundur, þú ert líka týpan sem finnst margt verra en að vera tímabundið á atvinnuleysisbótum, ég sagði tímabundið! Þú þráir rólegheit og tíma til að ná áttum.

♊ Tvíburar
21.05. – 21.06.

Tvíburinn er með fleiri en einn persónuleika og því sjáum við þig best sem leikara, þar sem þú færð útrás fyrir að þykjast vera ekki þú sjálf/ur. Það skiptir þig máli að það sé smáleikur í þínu starfi og lífið sé ekki of alvarlegt. Þú myndir einnig sóma þér sem útvarpsstjarna eða leiðsögumaður.

♋ Krabbi
22.06. – 22.07.

Þú átt auðvelt með að halda ró þinni undir álagi og ert mjög yfirveguð/aður. Þú værir góður kennari, leiðbeinandi eða jafnvel sjúkralíði. Ef þú ert ekki leiðbeinandi í starfi þá færðu útrás fyrir því annars staðar í lífinu, því fátt gleður þig meira en að hjálpa fólki.

♌ Ljón
23.07. – 22.08.

Ljónið þarf oftast einhverja listræna útrás, hvort sem það er í hönnun eða tónlist. Ef ekki í starfi, þá sinnirðu listrænum áhugamálum. Stjörnmál gætu einnig heillað þig, þar sem þú nýtur þess að láta heyra í þér. Skapandi hugsun er fín til að leysa vandamál.

♍ Meyja
23.08. – 22.09.

Meyjan er fullkomunarsinni og hefur gaman af því að drekka í sig upplýsingar og nota heilabúið. Ýmis þjónustustörf myndu henta þér, en einnig bókhald eða skurðlækningar.

♎ Vog
23.09. – 22.10.

Það kemur ekki á óvart að það henti Voginni að vera lögfræðingur eða sálfræðingur. Þú ert metnaðarfull/ur og vilt sjá framför í þínu starfi, og ert alls ekki mikið fyrir stöðnun. Þér finnst mikilvægt að hafa hreint í kringum þig og vilt ekki drasl úti um allt, hvort sem það er andlegt eða líkamlegt – eða bara venjulegt drasl!

♏ Sporðdreki
23.10. – 21.11.

Þú ert villta spilið svokallaða og er líklegust/astur til að vera ekki í hefðbundnu starfi. Sjálfskapað starf, þar sem þú færð að ráða og blanda saman hugmyndum, væri hentugt. Ef ekki, þá er mjög líklegt að þú sinnir meira en einu starfi. Þú myndir skalla stimpilklukku!

♐ Bogmaður
22.11. – 21.12.

Þú ert mikill leiðtogi og átt auðvelt með að aðlagast aðstæðum og hvetja fólk í kringum þig. Þú hefur gaman af ferðalögum, því væri ekki svo vitlaust að búa til starf í kringum það að ferðast.

♑ Steingeit
22.12. – 19.01.

Steingeitin er góðhjörтуð og kemst óhjákvæmilega frá því að reyna að bjarga heiminum. Þú værir góður yfirmaður því þú værir vinur starfsmanna þinna. Þú hefur gaman að því að koma með nýjar hugmyndir og myndir njóta þín í nýsköpun og frumkvöðlastarfi.

♒ Vatnsberi
20.01. – 18.02.

Hér er svipað flæði og hjá Steingeitinni. Þú ert ekki líklegust/astur til að þéna mest, en ef þú sinnir starfi þar sem þú getur látið gott af þér leiða þá mun það fylla líf þitt... Bara ekki af peningum.

♓ Fiskur
19.02. – 20.03.

Fiskurinn er afar listrænn og til í alls konar skapandi störf. Þú ert góður hlustandi, því gætir þú mögulega sinnt einhverju starfi sem felst í að rækta sál og jörð. Garðyrkja á vel við þig og allt sem felur í sér að næra og horfa á lífið dafna. Þú værir góður jógakennari.

SANDRA LEIKJAHÆST Í SÖGU EFSTU DEILDAR KVENNA

Reynsluboltarnir í ár halda áfram að bæta leikjum í safnið og gefa ekkert eftir inni á vellinum með ástríðu, metnað og vinnusemina að vopni.

Sóley
Guðmundsdóttir
soley@dv.is



úthald getur spilað stóran þátt í árangri, en reynslan skiptir sköpum þegar fram í sækir.

Tíu leikjahæstu fótboltakonurnar í Pepsi Max-deildinni í ár eru reynsluboltar sem vert er að taka eftir, en þær munu halda áfram að setja sitt mark á íslenskan fótbolta. ■

Kempurnar í Pepsi Max-deild kvenna gefa ekkert eftir og halda áfram að gera það gott. Metnaður og



MYND/GETTY



MÁLFRÍÐUR ERNA SIGURÐARDÓTTIR

VALUR

238 leikir í efstu deild

Önnur lið
Breiðablik

Málfríður er uppalin í Val og hefur spilað á Hlíðarenda alla tíð, fyrir utan tvö tímabil, árin 2015 og 2016, sem hún spilaði með Breiðabliki. Fyrra árið með Blikum varð Málfríður Íslandsmeistari og það síðara varð hún bikarmeistari með Kópavogslíðinu. Með Val hefur Málfríður sjö sinnum fagnað Íslandsmeistaratitli og sex sinnum bikarmeistaratitli.



SANDRA SIGURÐARDÓTTIR

VALUR

283 leikir í efstu deild

Önnur lið
Stjarnan
Þór/KA/KS

Sandra er uppalin fyrir norðan og skipti yfir í Stjörnuna árið 2005. Hún varð þrisvar Íslandsmeistari og þrisvar bikarmeistari, áður en hún skipti yfir í Val. Með Val varð Sandra Íslandsmeistari í fyrra. Sandra er leikjahæsti leikmaður í sögu efstu deildar kvenna.



ARNA SIF ÁSGRÍMSDÓTTIR

ÞÓR/KA

199 leikir í efstu deild

Önnur lið
Valur

Arna Sif er yngsti leikmaðurinn á listanum, fædd árið 1992. Arna hefur alla tíð leikið með Þór/KA, fyrir utan tvö tímabil með Val árin 2016 og 2017. Arna fagnaði Íslandsmeistaratitli með Þór/KA árið 2012, sem var fyrsti titill í sögu félagsins.



DÓRA MARÍA LÁRUSDÓTTIR

VALUR

240 leikir í efstu deild

Dóra María er uppalin í Val og er það eina íslenska liðið sem hún hefur spilað fyrir. Dóra María var í gullaldarliði Vals. Þær urðu Íslandsmeistarar sex sinnum á sjö árum, á árunum 2004-2010. Dóra María fagnaði Íslandsmeistaratitli í fyrra með Val. Dóra varð bikarmeistari á sínu fyrsta ári með Val og hefur hún fagnað þeim titli samtals sex sinnum.



VESNA ELÍSA SMILJKOVIC

FYLKIR

217 leikir í efstu deild

Önnur lið
Valur
ÍBV
Þór/KA
Keflavík

Vesna er fædd í Serbíu og kom fyrst til Íslands árið 2005 og samdi við Keflavík. Hún spilaði með Keflavík í fjögur ár. Árið 2009 fór hún norður á Akureyri þar sem hún spilaði með Þór/KA í tvö ár. Vesna samdi við Eyjakonur árið 2011 og spilaði með liðinu í fjögur ár. Árið 2015 skipti Vesna yfir í Val, þar sem hún fagnaði sínum fyrsta Íslandsmeistaratitli í fyrra. Fyrir tímabilið í ár skipti Vesna yfir í Fylki, þar sem hún dregur meðalaldur liðsins töluvert upp. Vesna er elsti leikmaður deildarinnar, fædd árið 1983. Vesna fékk íslenskan ríkisborgararétt árið 2014.



LAUFEY BJÖRNSDÓTTIR

KR

226 leikir í efstu deild

Önnur lið
HK/Víkingur
Valur
Fylki
Breiðablik
Þór/KA/KS

Laufey er reynslumikill leikmaður sem hefur spilað með sex mismunandi félagsliðum. Hún hóf ferilinn fyrir norðan í sameinuðu liði Þórs/KA/KS. Eftir eitt tímabil fyrir norðan samdi Laufey við Breiðablik. Hún varð Íslands- og bikarmeistari með Breiðabliki árið 2005. Árið 2008 samdi Laufey við Fylki og spilaði hún með liðinu í fjögur ár. Árið 2012 skipti Laufey yfir í Val, þar sem hún upplifði mikla titlaþurrð í sögu Vals. Laufey spilaði með HK/Víkingi sumarið 2018, en skipti yfir í KR eftir sumarið og spilar nú með Vesturbæjarliðinu.



ÁSGERÐUR STEFANÍA BALDURSDÓTTIR

VALUR

239 leikir í efstu deild

Önnur lið
Stjarnan
Breiðablik

Ásgerður er uppalin í Kópavogi en skipti ung yfir í Stjörnuna. Fyrsti titillinn kom þó með Breiðabliki, þegar þær urðu meistarar í 1. deild. Þessi titill var sá fyrsti af mörgum. Með Stjörnunni varð Ásgerður fjórum sinnum Íslandsmeistari og þrisvar bikarmeistari. Eftir mörg góð ár í Stjörnunni ákvað Ásgerður að leita á önnur mið og skipti yfir í Val. Hún varð Íslandsmeistari með Val á síðustu leiktíð, sem var hennar fyrsta með félaginu.



SONNÝ LÁRA ÞRÁNSDÓTTIR

BREIÐABLIK

185 leikir í efstu deild

Önnur lið
Haukar
Afturelding/Fjölnir
Fjölnir

Sonný Lára hóf ferilinn með Fjölni árið 2002 en spilaði sinn fyrsta leik í efstu deild árið 2004. Hún spilaði með Fjölni og sameinuðu liði Aftureldingar/Fjölnis til ársins 2009. Hún spilaði eitt tímabil með Haukum árið 2010, en fór aftur í Fjölni ári síðar. Sonný spilaði með Fjölni í 1. deild í þrjú ár áður en hún fór í Breiðablik árið 2014, þar sem hún spilar í dag. Sonný hefur fagnað tveimur Íslandsmeistaratitlum og tveimur bikarmeistaratitlum með Breiðabliki.



HALLBERA GUÐNÝ GÍSLADÓTTIR

VALUR

194 leikir í efstu deild

Önnur lið
Breiðablik
ÍA

Hallbera er uppalin á Akranesi þar sem hún hóf ferilinn með ÍA. Hún spilaði sinn fyrsta leik með meistaraflokki árið 2002. Fyrsti leikur Hallberu í efstu deild var árið 2005 með ÍA. Eftir tímabilið árið 2005 skipti Hallbera yfir í Val. Með Val fagnaði hún fimm Íslandsmeistaratitlum og fjórum bikarmeistaratitlum á árunum 2006-2011, áður en hún hélt út í atvinnumennsku. Árið 2014 spilaði Hallbera aftur með Valskonum. Hún spilaði með Breiðabliki árin 2015 og 2016, þar sem hún fagnaði einum Íslandsmeistaratitli og einum bikarmeistaratitli. Nú hefur Hallbera leikið með Val frá árinu 2018 og fagnaði hún Íslandsmeistaratitli með liðinu í fyrra.



FANNDÍS FRÍÐRIKSDÓTTIR

VALUR

203 leikir í efstu deild

Önnur lið
Breiðablik

Fanndís hóf feril sinn í Breiðabliki árið 2005. Hún varð tvöfaldur meistarar á sínu fyrsta tímabili í meistaraflokki, 15 ára gömul. Hún fagnaði aftur Íslandsmeistaratitli árið 2015 með Breiðabliki. Árið 2016 varð Fanndís bikarmeistari með Kópavogslíðinu. Í dag spilar Fanndís með Val, þar sem hún hefur verið frá árinu 2018. Hún fagnaði Íslandsmeistaratitli með Val í fyrra.

Startaðu ferðasumarið með **TUDOR**

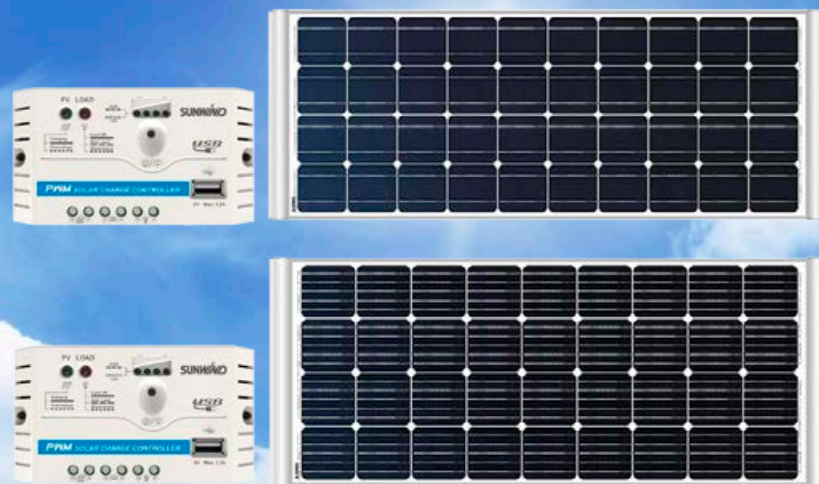
Rafgeymar í húsbíla og hjólhýsi fyrir ferðalagið í sumar



Veldu öruggt start með **TUDOR**

Sólarrafhlöður

fyrir húsbíla og hjólhýsi



SUMARTILBOÐ

Pakkarnir innihalda:

125w sólarrafhlaða m/festingum, 5m kapall, sjörnstöð 10A,

185w sólarrafhlaða, m/festingum, 5m kapall, stórnstöð 20A

Ferðumst betur innanlands í sumar



Sólarrafhlöður, rafgeymar og fylgihlutir. 35-315w



12V LED-Ljós

12V LED-Perur



Gasskynjari m/rafhlöðu
Engar snúrur - Ekkert vesen
15 ára ending!



Kaffikanna og Vöflujárn
fyrir gashellur



12V Ísskápar 50-110 lítra

Gas-Vatnshitarar
11-14 lítra



Gas-Hellur



Gas-Ofnar



Gas-Ísskápar 52-173 lítra



SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM



Gas-Helluborð



Gas-Eldavélar



fuzzy

Íslensk hönnun: Sigurður Már · Íslensk framleiðsla



SAND KORN



MYND/ÞSEND

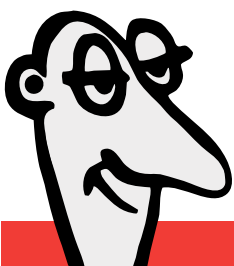
Hann heitir Sveinn

„Hann heitir Sveinn Waage,“ ítrekaði forseti Íslands, Guðni Th. Jóhannesson, í frægum kappræðum á Stöð 2, þegar hann bar til baka ásakanir Guðmundar Franklínssonar um kostnað framboðsins á Facebook. Vísaði Guðni þar til fréttar sem birtist á DV.is um að ekki yrði neinum fjármunum eytt í birtingar á vegum framboðsins að sögn Sveins. Sveinn sem er annálaður grínari og var snögger til og lét framleiða stuttermabol með skilaboðunum „Hann heitir Sveinn Waage og var einu sinni fyndnasti maður Íslands“.

Sveinn segir að bolirnir verði til sölu á eBay og borgaðar verði 3 evrur með hverjum bol og frí heimsending sé innanlands.

Ráðherra úr að ofan

Í miðbæ Reykjavíkur var dýrlegur afmælisfögnuður um síðustu helgi. Þar mættu allir sem einhvers mega sín. Forstjórar, bankadólgar, stjórnáamenn og hagsmunagæslumenn sem heiðra vildu félagá sinn og afmælisbarn. Veislan var utan dyra og innan og gestir léku við hvurn sinn fingur. Svo vel tókst veislan að ráðherra einn í ríkisstjórninni ákvað að tímabært væri að fara úr að ofan og stíga dans. Veislugestur af kvenkyni ákvað þá að trompa óundirbúið atriðið, fór úr kjólnum og steig eggjandi dans. Sumarkvöld í Reykjavík láta ekki að sér hæða og fá ýmsa til að gera það sem þá alltaf dreymdi um. Hagsmunagæslufólk er greinilega skemmtilegra en það lítur út fyrir að vera.



Verið að fá sér?

LOKI

HEIMA ER BEST

VAXTALAUSAR 12 mánað GREIÐSLUR

FRÍR FLUTNINGUR UM ALLT LAND
*NEMA ÚTSÖLUVÖRUR

KYNNTU ÞÉR VÖRUÚRVALIÐ OG VERSLAÐU Í RÓLEGHEITUM Í VEFVERSLUN OKKAR

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.

UM FJÓRÐUNGUR LANDSMANNA SEFUR Á DÝNU FRÁ SVEFN & HEILSU*

*Samkvæmt könnun frá Gallup.

Svefn & heilsa
★★★★★

BALDURSNES 6 - AKUREYRI

LISTHÚSIÐ - REYKJAVÍK

LISTHÚSIÐ - REYKJAVÍK

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