

Sjarmafanturinn í Vatnsmýrinni

Kári Stefánsson, forstjóri Íslenskrar erfðagreiningar, segir mikilvægt að koma á fót stofnun í faraldsfræði því ekki sé hægt að stóla á meðvirkni einkafyrirtækis til lengdar.

– sjá síðu 10

UPPÁHALDS

SJÓNVARPSEFNI



Teitur Atlason fulltrúi hjá Neytendastofu elskar gott sjónvarpsefni og er smekkur hans ákaflega fjölbreyttur og hress eins og hann sjálfur. Hans fimm uppáhaldspættir eru langt frá því að vera fyrrisjäänlegir.



1 Tiger King

Bestu þættir um versta fólk sem finna má í Oklahoma.



2 Breaking Bad

Walter White og Jessie Pinkman mynda besta vinapar í sjónvarpssögunni. Frábærar andstæður. Frábær leikur. Frábærir þættir.

3 Dallas

Ekkert haggar greiðslunni á Bobby Ewing. Lyktin af brunnu tefloni fyllir vitin og innan úr þokunni mætir Punk Anderson í ljósbláum jakkafötum.

4 Kveikur

Sjónvarpsefni sem breyta Íslandssögunni í hverri viku.



5 Svampur Sveinsson

Súrasta barnaefni á jörðinni. Frábær húmor á yztu nöf. Eins og Gúmmíbangsarnir á chrysal meth.



MYND/ANTON BRINK

Rauð viðvörðun



Það er mikill órói í samfélaginu. Bannsett lúsmýið er komið á kreik og iðar fólk í skinninu undan biti sem heldur fyrir því vöku. Óróinn í umhverfinu nær langt umfram það sem nokkurt sterakrem eða vífta getur tekist á við. Veirufjandinn er að sækja í sig veðrið og vanlíðanin í þjóðfélaginu eykst samhliða.

Í forsíðuviðtali blaðsins segir forstjóri Íslenskrar erfðagreiningar, Kári Stefánsson, að það sé ekki ástæða til þess að óttast veiruna heldur úrræðaleysið, sé ekki brugðist strax við og komið á fót stofnun í faraldsfræði til að taka slaginn í næsta kafla.

Ragnar Freyr Ingvarsson læknir sem fór fyrir COVID-19

teymi Landspítalans sagði í viðtali við DV 22. maí að mikilvægt væri að semja við heilbrigðisstéttina fyrir næsta slag. Nú er svo komið að búið er að fletta blaðsíðunni og sýktar persónur og leikendur farin að flæða inn líkt og jafnvel löskuðustu spámenn gátu séð fyrir. Enn hefur ekki verið lokið við samninga við hjúkrunarfræðinga og lækna og lögreglumenn eru samningslausir.

Þríeykið fræga, Alma Möller landlæknir, Þórólfur Guðnason sóttvarnalæknir og Víðir Reynisson yfir-lögregluþjónn, tilheyra sem dæmi öll starfsstéttum sem eru samningslausar. Það hlýtur að teljast snar-galið og kallar í raun á rauða viðvörðun strax.

Ög hvað svo? Er eðlilegt að treysta á greiðvirkni einkafyrirtækja og einstaklinga sem enn hefur ekki verið samið við? Hvað má gera ráð fyrir að með-virknin standi lengi?

Það er gott fólk víða og þeir sem stjórna landinu eru mestmegnis gott fólk. En mikið væri nú dá-samlegt ef forgangsroðunin væri í lagi og það væri einhver á vakt þegar skellurinn kemur af alvöru þunga. Þegar næsta stórslys verður, að það sé fólk til að sinna því sem á að vera það allra mikilvægasta í heiminum, að bjarga mannlífum og tryggja öryggi fólks. Geyma mætti alls kyns ómerkilegt gelt og um-ræður um fatnað fram yfir heimsenda. ■

Setjum þingmenn í skólabúninga

SVART HÖFÐI

Á dauða sínum átti Svart-höfði von frekar en að klæðaburður þingmanna yrði honum eitthvert hjartans máls. En þar sem málið virðist sífellt dúkka aftur upp í umræðu í pontu á Alþingi þá hreinlega getur Svart-höfði ekki setið á sér lengur.

Fyrir rúmlega viku var klæðaburður þingmanna til umræðu, ekki bara í stuttum skotum í ræðum þingmanna heldur í löngu máli í heilan hálf tíma. Steingrímur J. Sigfússon, forseti Alþingis, sem sennilega á fataskáp fullan af sömu jakkafötunum, gerði athugasemd við klæðaburð Björns Levís Gunnarssonar, þingmanns Pírata, fyrir að vera ekki í jakka.

Það fannst honum algjörlega

út í hött. Hann sjálfur hafði þurft að kaupa sér fin föt áður en hann byrjaði á þingi og því væri alveg eðlilegt að aðrir þingmenn léku það eftir. Steingrímur telur sig greinilega vera einhvern tískufrömuð eða áhrifavald. Ef hann getur verið í jakka, þá ættu aðrir að geta það.

Svo má ekki gleyma umræðunni um árið þegar Elín Hirst mætti í gallabuxum.

Klæðaburðurinn sýnir, að mati Steingríms, þinginu þá virðingu sem það á skilið. Einmitt, Steini minn, eru það fötin sem skapa manninn þarna inni á þinginu? Misvitirir nöldrara í falletjum gjafaumbúðum í boði kjósenda. En tengsl þingmanna við fyrirtæki grunuð um stórfellda spillingu? En þeir sem hafa sagt af sér embætti sökum misgjörða? En þingmenn sem voru í forsvari

fyrir ríkisstjórn sem var ekki stætt að klára kjörtímabilið? En þingmenn sem hafa verið sakaðir um áreitni, um einelti? Nei, það eru ekki gjörðir sem draga úr trúverðuleika þingsins, svo lengi sem viðkomandi er tilbúinn að vera í jakka.

Þessi umræða, um virðingu Alþingis, hefur birst Svart-höfða áður af álíka vettvangi. Nú úr leikskólum og grunnskólum þar umræða skapast reglulega um ágæti skólabúninga.

Hjallastefnan hefur tekið þetta upp og kannski ætti Alþingi að gera þetta bara líka. Svart-höfði sér fyrir sér samstarf við til dæmis Henson þar sem allir þingmenn gætu fengið galla í stíl. Allir eins og allir jafnir á hinu háa Alþingi.

Hvað með að hafa þetta bara valfrjálst og leyfa kjósendum að taka ákvörðun um

hvort svona „dress-code“-þingmennska hentar þeim? Það gæti verið á stefnuskrám flokka: „Auk þess lofum við að vera alltaf í jökkum í pontu.“

Jú, eða bara að fylgja Hjalla-stefnunni og taka upp þingmannabúninga. Búa bara þarna til opinberan embættis-klæðnað. Jafnvel mætti brúka fermingarkuflana svona til að viðhalda ógeðslega hallærislegum heilögum brag á þingmennskunni. Þá gæti Steingrímur væntanlega ekki kvartað. Eða kannski er hann bara bitur yfir reikningnum frá Herragarðinum og vill að aðrir þurfi að greiða álíka gjald í tilgerðarmennsku.

Hver veit. En Svart-höfði styður skólabúninga á Alþingi. Ef þingmenn ætla að haga sér eins og leikskólabörn, þá geta þeir líka klætt sig eins og leikskólabörn. Og hana nú. ■

AKUREYRI

Það er
eitthvað
við hana



visitakureyri.is

MEST LESIÐ

Á DV Í VIKUNNI

1 Sakamálið: Blóðbað á herstöðinni í Keflavík Hin bandaríska Ashley Turner var myrt á hrottalegan hátt árið 2005

2 Eigendur Bræðraborgarstígs 1 gætu bókfært 90 milljóna hagnað vegna brunans Kristinn Jón Gíslason er eigandi félagsins HD verks ehf. sem á Bræðraborgarstíg 1.

3 Vikan á Instagram: „Erfitt að vera Kim Kardashian fjöl-skyldunnar“ Fastur liður á mánudagsmorgnum þar sem við skoðum Instagram-myndir sem hafa slegið í gegn.

4 Vinsælustu fegrunaraðgerðirnar á Íslandi í dag Hannes Sigurjónsson lýtalæknir segir frá hvaða fegrunaraðgerðir eru vinsælastar.

5 Óhugnanleg ummæli rétt fyrir slysið á Kjalarnesi Vegkaflinn hafði ítrekað verið kallaður dauðagildra, síðast rúmum hálf tíma fyrir slysið, í íbúahópi á Kjalarnesi.

6 Afhjúpur ástæðuna fyrir því að hún hætti með ríka kærastanum sem sagði alltaf já Fjölmiðlakonan Jana Hocking segir kærastann hafa leyft henni að komast upp með allt.

7 Þorvaldur í miklum vanda á Tenerife – Óttaðist dimman fangaklefa og barsmíðar Þorvaldur Jóhannsson, eldri borgari frá Seyðisfirði, lenti í hremmingum í upphafi útgöngubanssins.

8 „Þá byrjar einhver atburðarás sem líkist martröð“ Frosti Friðriksson fór í hjartaaðgerð í Svíþjóð aðeins tveggja og hálfra viku gamall.

9 Íbúi hússins á Bræðraborgarstíg vandar eigandanum ekki kveðjurnar – Eigandinn hugsanlega ábyrgur Andor Tibor Vasile horfði á eftir meðleigjanda sínum stökkuva út um glugga brennandi hússins.

10 Ásakanir um kosningasvindl og ritskoðun – Bubbi hættur í SÁÁ ef Þórarinn vinnur Gríðarleg átök voru í aðdraganda aðalfundar SÁÁ.

Í FRÉTTUM ER ÞETTA HELST...



Umdeilt myndband KSÍ

Ný ásýnd landsliðs Ísland í knattspyrnu var kynnt í vikunni ásamt nýju myndmerki í sérstöku myndbandi sem auglýsingastofan Brandenburg birti á miðvikudaginn. Myndbandið hefur farið þveröfugt ofan í marga landsmenn sem þykir þar mikið gert úr þjóðrembingi í ætt við öfgahægrihreyfingar. Í myndbandinu má finna myndbrot frá eldgosum, tölvuteiknaðar myndir af landvættunum og svo að sjálfsgöðu mynd af Íslendingum hvetja knattspyrnumennina sína áfram.

Áfram Paradís á Íslandi

Bíó Paradís við Hverfisgötu mun hefja starfsemi að nýju eftir að hafa verið lokað frá 1. maí. Samkomulag hefur náðst við eigendur hússins og uppfærslur hafa verið gerðar á samstarfs-samningum kvikmyndahússins við ríki og borg. Mennta- og menningarmálaráðuneytið spilaði þar stórt hlutverk og fékk fyrir miklar þakkir frá framkvæmdastjóra kvikmyndahússins, Hrönn Sveinsdóttur.

Einar hafði betur

Einar Hermannsson hafði betur gegn Þórarni Tyrfingssyni á aðalfundi SÁÁ og hlaut í kjölfarið afgerandi kosningu í formannsembættið. Mikil átök hafa átt sér stað innan samtakanna. Fjöldi starfsmanna skrifaði undir yfirlýsingu þar sem þeir lögðust gegn því að Þórarinn Tyrfingsson kæmist aftur að sem formaður samtakanna. Hans tími hefði einkennst af erfiðum samskiptum og yfiringangi og væri kominn tími á nýja forystu.



Engir peningar fyrir sálfræðinga

Mikilvægt skref í heilbrigðismálum var tekið á þingi í vikunni þar sem sálfræðipjónusta var færð undir Sjúkra-tryggingar Íslands þegar frumvarp Þorgerðar Katrínar Gunnarsdóttur, þingmanns Viðreisnar, var samþykkt. Því munu Sjúkra-tryggingar niðurgreiða sálfræðipjónustu einstaklinga. Hins vegar eru ekki komnar fjárheimildir til málaflöksins og segir Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra að peningarnir séu hreinlega ekki til.

Storytel kaupir Forlagið

Storytel AB, móðurfélag Storytel á Íslandi, hefur fest kaup á 70 prósentu hlut í Forlaginu, stærstu bókaútgáfu landsins. Útgefendur eru uggandi yfir þessari þróun og hvaða áhrif það kemur til með að hafa á íslenska bókaútgáfu að stærsta útgáfa landsins sé nú í eigu erlendra aðila. Rithöfundasambandið fundar í dag vegna málsins.

COVID-19 ógnin eykst

Eftir að landamæri landsins voru opnuð ferðamönnum hefur staðfestum tilfellum COVID-19 sjúkdómsins fjölgað í samfélaginu. Vegna þessa hefur ekki þótt tímabært að ráðast í frekari tilslakanir á samkomubanni og eru landsmenn hvattir til að huga vel að sóttvörnum og gefa ekkert eftir þar. Til stóð að heimila skemmtistöðum að starfa lengur á kvöldin en til 23.00 en nú hefur verið afráðið að bíða með slíkar tilslakanir, eigendum skemmtistaða til lítillar gleði.

Vertu viss um að velja besta kjötið á grillið!

Meira á
www.fjallalamb.is

FERSKT
fiskmeti



Lax úr fiskborði
með sítrónusmjöri
eða trufflu- og
hvítlaukspipar

3.098 kr./kg

30%
afsláttur



ÚR
**KJÖT-
BORÐI**

Grisahnakki
1.498 kr./kg
Áður 2.098 kr./kg

GOTT á grillið

ÚR
**KJÖT-
BORÐI**



25%
afsláttur

Grisealundir
1.898 kr./kg
Áður 2.498 kr./kg

ÚR
**KJÖT-
BORÐI**



Hamburgarar
í lausu 115 g
310 kr./stk.

ÚR
**KJÖT-
BORÐI**



Lambainnræri
2.998 kr./kg
Áður 3.598 kr./kg



GOTT
á grillið

Blómkál
á grillið

Afgreiðslutímar

Mánudaga-miðvikudaga	09:00 - 18:00
Fimmtudaga	09:00 - 18:30
Föstudaga	09:00 - 19:00
Laugardaga	10:00 - 16:00
Sunnudaga	Lokað



FJARÐARKAUP

EINSTÖK VERSLUN

Kjötborð okkar er rómað fyrir góða vöru og framúrskarandi þjónustu. Við bjóðum upp á fyrsta flokks ferskt kjöt, sérvalið af fagmönnum. Við tryggjum þér ferskleika, gæði og úrval. www.fjardarkaup.is

FULLMANNNAÐUR BÍLL Á VETT- VANGI HEYRIR TIL UN DANTEKNINGA

Umtalsverðrar óánægju gætir meðal slökkviliðsmanna. Eru bílar slökkviliðsins sagðir hættulega undirmannaðir. Brunaeftirliti er virkilega ábótavant og þykir ómarkvisst.

Heimir
Hannesson
heimir@dv.is



Talsverður styr hefur staðið um slökkviliðið eftir fjölmarga stóra bruna um allt land undanfarið og athyglin ekki síst beinst að brunaeftirlitinu sem slökkvilið fer með. Í maí kviknaði í íbúðarhúsnæði á Akureyri og var einum bjargað þar út af reykköfum slökkviliðs. Síðar í maí kviknaði í frystihúsinu í Hrísey og fóru slökkviliðsmenn frá Akureyri með ýmsum leiðum út í eyna. Í júní kviknaði í gaskúti á Akureyri og logaði mikill eldur á svölum húss. Í lok júní brann svo Bræðraborgarstígur 1 með þeim afleiðingum að þrír létust og fjölmargir slösuðust.

Bruninn á Bræðraborgarstíg hleypti af stað talsverðri umræðu um stöðu slökkviliðsins á höfuðborgarsvæðinu og mönnun þess, en líka stöðu brunaeftirlits á landsvísu.

Óánægja slökkviliðsmanna með undirmönnun beinist fyrst og fremst að yfirstjórn slökkviliðsins og Jóni Viðari Matthíassyni slökkviliðsstjóra. Slökkviliðsmönnum þykir undirmönnun stöðva alvarleg og að hún hafi bitnað á öryggi þeirra á vettvangi með óafsakanlegum hætti í brunanum á Bræðraborgarstíg í síðustu viku.

Reiði slökkviliðsmannanna beinist ekki síst að orðum Jóns um að lögreglan hafi verið á staðnum og er sá skilningur lagður í orð Jóns Viðars að það hafi á einhvern hátt átt að koma til móts við hversu fáir slökkviliðsmenn voru á staðnum. Miðað sé við að fimm menn séu á hverjum dælubíl á þremur stöðvum slökkviliðsins í Reykjavík og Hafnarfirði, og að fjórir séu á dælubíl slökkvistöðvarinnar í Mosfellsbæ. Þegar útkallið kom um brunann á Bræðraborgarstíg fóru fjórir dælubílar af stað og voru þeir allir undirmannaðir. Þrír menn voru í tveimur bílanna og tveir í hinum tveimur.

Gríðarlega erfiðar aðstæður
Við slökkviliðsmönnum blasti erfiður vettvangur. Aðkoma var þröng fyrir stóra dælubíla slökkviliðsins og ekki mikið athafnarými fyrir slökkviliðsmenn. Reyndasti reykkafari slökkviliðsins var á einum dælubílnum og bjó hann sig



Einn reykkafari slökkviliðsins fór a.m.k. þrjár ferðir inn í logandi hús á Bræðraborgarstíg. MYND/ANTON BRINK

sjálfur undir reykköfun þegar hann kom á vettvang. Alla jafna hefði sá átt að stýra aðgerðum á vettvangi og hafa þar með yfirsýn yfir verkefni slökkviliðsmanna á vettvangi. Enginn sinnti því hlutverki þar til Jón Viðar slökkviliðsstjóri mætti sjálfur á vettvang og tók yfir vettvangsstjórn.

Jón Viðar segir í samtali við blaðamann að það sé ekki endilega birtingarmynd manneklu að slökkviliðsstjóri hafi verið kominn í hlutverk varðstjóra á vettvangi. Eðlilegt þótti að reyndasti reykkafari slökkviliðsins færi í það verkefni.

Eftir fyrstu ferð reykkafara varð mönnum ljóst að sömu menn myndu þurfa að fara aftur inn. Þegar upp var staðið hafði, samkvæmt heimildum DV, að minnsta kosti einn reykkafari farið þrjár ferðir inn. Segir Jón Viðar það vera afbrigðilegt, en ekki óeðlilegt í svo viðamiklu útkalli.

Hann hafi þó tekið ákvörðun um að hætta svokallaðri lífbjörgun þegar loft og gólf voru tekin að hrynja og ekki lengur hægt að tryggja öryggi slökkviliðsmanna á vettvangi. Jón Viðar segir að vel megi gagnrýna þá ákvörðun, en þarna hafi hreinlega ekki

annað verið hægt að gera. „Í slíkri ákvarðanatöku þarf að meta ætlaðan árangur af slíkum aðgerðum í samhengi við áhættuna sem slökkviliðsmenn þurfa að taka,“ segir Jón.

Heimildarmenn DV segjast ekki hafa upplifað að öryggi þeirra væri tryggt við vinnu á Bræðraborgarstíg en einn slökkviliðsmaður féll niður fjóra metra. Hann hafði þá farið oftast en einu sinni inn í reykköfun en sömu menn voru á vakt frá því að útkallið hófst klukkan 15.13 þar til önnur vakt mætti klukkan 21. Einn heimildarmanna DV segir að hann og félagar hans séu sárir



Jón Viðar
Matthíasson
slökkviliðsstjóri
Slökkviliðs höfuð-
borgarsvæðisins

yfir viðmóttinu sem þeir mæta og þeirri staðreynd að undirmönnun sé orðið nýja normið. „Það er undantekning ef það fer fullmannaður bíll á vettvang.“

Slökkviliðsmenn nýttir á sjúkrahúsi

Reykköfun reynir gríðarlega á líkamlega. Segir Jón Viðar að slíkt væri ekki á færi meðalmanna úti í bæ. „Þarna var gríðarlegt hitaálag og menn voru að klára kútasettin fljótt.“ „Kútasettin“ sem Jón talar um eru súrefniskútar reykkafara. Endist kútasett að öllu jöfnu í um 15-30 mínútur, eftir hitaálagi, og má því ætla að þrjár ferðir í reykköfun þýði 45-90 mínútna dvöl í brennandi húsi.

„Það er ljóst að menn lögðu gríðarlega mikið á sig í þessari aðgerð,“ segir Jón og segist hafa heyrt af því að sömu menn hafi klárað þrjú kútasett við reykköfunina.

Varðandi mönnun dælubíla segir Jón það vera rétt sem komið hafi fram. Það hafi verið stefna slökkviliðsins í brunavarnaáætlun að samnýta mannskap slökkviliðs og sjúkraflutninga. „Slökkviliðsmenn eru krossmenntaðir slökkviliðsmenn og sjúkraflutningamenn og er mannskapurinn nýttur á víxl,“ segir Jón og bendir á að slíkt sé samkvæmt áætlun slökkviliðsins sem er samþykkt af stjórn Slökkviliðs höfuðborgarsvæðisins bs.

Hins vegar hafi tíðni þess að slökkviliðsmenn séu nýttir í forgangsrúttum á sjúkrahúsum aukist. Þegar útkallið á Bræðraborgarstíg barst slökkviliðinu hafi talsverður fjöldi slökkviliðsmanna verið í slíkum útköllum. Tveir bílar voru í erfiðu sjálfsvígsmáli að sögn Jóns, sá þriðji að sinna meðvitundarlausu ungmenni, og sá fjórði í gjörgæsluflutningi á milli spítala. Spurður hvort þetta sé ekki hrein og klár birtingarmynd manneklu og fjárskorts segir Jón Viðar að staðan sé vissulega tilefni til þess að „rýna í endurskoðunarákvæði brunavarnaáætlunar“.

FERÐASUMARIÐ MIKLA



FERÐALAGIÐ BYRJAR Í BÍLANAUST



FARANGURSBOX



ÞVERBOGAR



REIÐHJÓLAFESTINGAR



HLIÐARSPEGLAR



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



westfalia
AUTOMOTIVE

DRÁTTARBEISLI

Hágæða beisli, föst eða losanleg, fyrir flestar gerðir fólksbíla og jeppa. Upplýsingar um verð og afgreiðslutíma hjá Bílanaust.



Bílaust
Á FULLRI FERÐ

Hafnargötu 52
260 Reykjanesbæ
S. 421 7510

Hrísmýri 7
800 Selfossi
S. 482 4200

Furuvöllum 15
600 Akureyri
S. 535 9085

Sólvangi 5
700 Egilsstöðum
S. 471 1244

STÓRVERSLUN
DVERGSHÖFÐA 2
110 Reykjavík
S. 535 9000

Vatnagörðum 12
104 Reykjavík
S. 535 9000

Dalshrauni 17
220 Hafnarfirði
S. 555 4800

www.bilanaust.is



Reykkafarar gegna lykilhlutverki í björgun fólks úr brennandi húsum.

MYND/ANTON BRINK

Allt tiltækt lið kallað út

Allt tiltækt lið slökkviliðs var kallað út í eldsvoðann í síðustu viku og menn á frívakt einnig. Hins vegar hafi einhver mannskapur sem kallaður var út farið í að sinna sjúkraflutningum. Enn fremur hafi tilkynning um annan eldsvoða borist slökkviliði undir lok aðgerða á Bræðraborgarstíg og hafi þurft að bregðast við því.

Slökkviliðsmönnum er alla jafna ekki boðin áfallahjálp eða utanaðkomandi aðstoð eftir útköll sem þetta heldur byggist félagsstuðningur þeirra fyrst og fremst á því að þeir sjái hver um annan, segir heimildarmaður DV innan slökkviliðsins. Menn séu þjálfaðir í að veita áfallahjálp og að hlúa hver að öðrum. Er það mat manna að slíkt fyrirkomulag hafi gefist vel.

Brotalamir í brunavörnum

Talsverð umræða hefur einnig skapast um ástand brunavarna í kjölfar brunans. Sagði DV frá því fyrr í vikunni að brunavörnum og eftirliti með byggingu mannvirkja og notkun þeirra væri á höndum 122 mismunandi aðila á landinu. Má þar nefna 38 slökkvilið, 74 byggingafulltrúa, tíu heilbrigðiseftirlit og Húsnæðis- og mannvirkjastofnun. Sú síðastnefnda, HMS, má segja að gegni eftirlitshlutverki með öllum ofangreindum, sé nokkurs konar eftirlitsaðili eftirlitsaðila.

Brunaefirlit HMS á nú að senda á Sauðárkrók þar sem stofnunin er þegar með starfsemi. Er það í takt við stefnu ríkisstjórnarinnar um að fjölga ríkisstörfum á landsbyggðinni. Heimildarmenn DV innan raða slökkviliðs segjast uggandi yfir þeim bollaleggingum, enda sterk starfsemi brunaeftirlits HMS nauðsynleg slökkviliðum um allt land. Hafa þessir sömu heimildarmenn einnig bent á að missir verði að Davíð Snorrason sem ekki ætlar að fylgja með stofnanaflutningum norður á land.

Davíð þykir hafa eftl starf Brunaeftirlits HMS til muna og sagt er að himinn og haf sé á milli starfs stofnunarinnar í þessum málaflökki nú og áður en Davíð tók við. Óttast menn að stofnanabekking muni tapast við flutningana og að það muni bitna á brunavörnum um allt land. Jón Viðar Matthíasson sagði við DV að samstarf slökkviliðs við HMS og Davíð hefði verið til fyrirmyndar. „Við munum sakna samvinnu okkar og Davíðs,“ sagði Jón. Mikilvægt sé að koma í veg fyrir að þekking hverfi við flutninginn, sér í lagi ef enginn starfsmaður brunaeftirlits HMS ætli sér að fylgja stofnuninni norður.

Ýmsar aðrar brotalamir virðast vera á brunaeftirlitskerfinu hér á landi. Má til að mynda nefna að ekki öll slökkvilið landsins skila eftirlitsskýrslum eins og lög og reglugerðir gera ráð fyrir og eftirlitsmenn eru á mörgum stöðum mun færri en eiga að vera. Í höfuðborginni er einn eftirlitsmaður fyrir hverja 44 þúsund íbúa, þrátt fyrir að reglugerð segi að einn skuli vera fyrir hverja 10 þúsund. Engin formlegur samstarfsvettvangur er á milli eftirlitsaðilanna sem allir stunda eftirlit með sömu mannvirkjunum en hver með sinni starfsemi.

Ein skoðun á dag alla daga ársins

Eftirlitsáætlanir eiga samkvæmt reglugerð að taka til allra mannvirkja sem falla í vissa nýtingarflokka byggingareglugerðar. Er það til dæmis mannvirki sem hýsa sambýli, fangelsi og aðra staði þar sem fólk er læst inni af einum eða öðrum ástæðum, gistiheimili og hótél, stór iðnaðarhúsnæði og mannvirki sem kunna að reynast slökkviliði erfið viðureignar ef upp kæmi eldsvoði. Á höfuðborgarsvæðinu eru þetta um 3.200 mannvirki sem þarf að skoða ýmist árlega eða á fjögurra ára fresti. Samanlagt gera það um 1.200 skoðanir á ári sem reiknast niður á eina mannvirkja-

skoðun á hvern eftirlitsmann, hvern einasta virka dag ársins.

Íbúðarhúsnæði er að jafnaði ekki skoðað af slökkviliði nema á byggingarstigi og hefur slökkviliðið engin úrræði til þess að bregðast við rangri nýtingu húsnæðis. Það fellur undir verksvið byggingarfulltrúa. Hin hliðin á þessum sama peningi er svo þegar iðnaðarhúsnæði er nýtt sem ósamþykkt íbúðarhúsnæði. Þar hefur slökkvilið fulla heimild til að skoða eignirnar, enda er umráðafólki iðnaðarhúsnæðis óheimilt að meina slökkviliði inngöngu. Hins vegar hefur slökkvilið ekkert að segja um hugsanleg brot á nýtingu húsnæðisins. Það er á forræði byggingarfulltrúa.

306 mannvirki á svörtum lista slökkviliðs

Slökkvilið höfuðborgarsvæðisins hefur tekið saman lista yfir iðnaðarhúsnæði nýtt sem ósamþykkt íbúðarhúsnæði á höfuðborgarsvæðinu. Á listanum er nú 306 heimilisföng, þar af 130 í Reykjavík, 81 í Hafnarfirði og 64 í Kópavogi.

Þvingunarúrræði slökkviliðs eru til staðar í lögum um brunavarnir en þeim er afar sjaldan beitt og leiðir fram hjá þeim. Samkvæmt heimildarmanni DV innan slökkviliðs nægir að gangast við brotum á eldvörnum og lofa úrbótum til þess að fá dagsektir felldar niður.

Viss pattstaða er því í þessum málaflökki hér á höfuðborgarsvæðinu þar sem brunaeftirlitið sinnir eftirliti með brunavörnum húsnæðis, byggingafulltrúi sveitarfélaganna sinnir eftirliti með ástandi byggingar og nýtingu hennar og að sama máli koma líka heilbrigðiseftirlitið, vinnueftirlitið og Húsnæðis- og mannvirkjastofnun. Einhverjar stofnanir eru á vegum ríkis og aðrar á vegum sveitarfélaga.

Ein höndin er upp á móti annarri, verkefni skarast og allir bera ábyrgð og þegar allir bera ábyrgð, ber enginn ábyrgð, segir heimildarmaður DV. ■

Öflug virkni fyrir glóandi húð

FORMA / G LE SAGE



Glóandi & heilbrigð húð með náttúrulegri, íslenskri virkni

Húð, hár og neglur eru öflugar og náttúrulegar þaratöflur úr íslenskum þörungum. Töflurnar eru stútfullar af **steinefnum og vítamínum** sem hafa ríkuleg áhrif á húð, hár og neglur.

Astaxanthin er öflugt andoxunarefni sem hefur frábæra og styrkjandi virkni á húðina, eykur náttúrulega eiginleika hennar til þess að **verjast sólinni og útfjólubláum geislum** hennar. Astaxanthin bætir rakastig, mýkt og teygjanleika húðarinnar og dregur úr fínum hrukkum, blettum og freknum.



Fæst í öllum helstu matvöruverslunum, apótekum og heilsuvöruverslunum.

 **ICEHERBS**
NATURAL SUPPLEMENTS

Störukeppnin við Kára Stefáns

Kári Stefánsson, taugalæknir og forstjóri Íslenskrar erfðagreiningar, er ýmist álitinn þjóðargersemi eða fantur. Sjálfur segir hann hið síðarnefnda vera nær sannleikanum en á tveimur fundum okkar kemur þó annað og meira í ljós.

Þorbjörg
Marínósdóttir
tobba@dv.is



Kári er vissulega ekki alltaf auðveldur í taumi. Að bóka hann í viðtal er eitt og sér ákveðin spennufíkn. Kári bugtar sig ekki og beygir fyrir neinum og hann verður ekki alinn upp, úr þessu. Biðin eftir honum er áhugaverð. Í litlu rými fyrir framan skrifstofu hans í Íslenskri erfðagreiningu í Vatnsmýrinni biðum við ljósmyndarinn og hlustum á nokkuð hávær og hvöss orðasamskipti.

Kári er í símanum.

Rítarinn hans er afskaplega elskuleg kona sem býður upp á kaffi. Það er enginn lúxus þar, hvítir fantar, uppáhellingur af gamla skólanum og bananar og skyr. Það er ljóst að forstjórinn er ekkert dekurdyr.

Dimmur valdsmannslegur rómurinn lækkar. Það verður allt hljótt í nokkrar mínútur áður en kallað er ákveðið: „Kom inn.“

Að lifa unglingsárin af

Góðan daginn, hvernig hefur þú það í dag? Er fyrsta spurningin til Kára.

„Hvern andskotann kemur þér það við?“

Störukeppnin er byrjuð.

Örfáum sekúndum seinna kemur einlægt bros og örlítill hlátur.

Kári er hávaxinn maður. Persónuleiki hans er þó stærri og flæðir út í allt rýmið.

„Þú hefur 28 mínútur,“ segir Kári og vísar í að hann eigi von

á fólki. Myndatakan hefur étið upp tíma svo nú þarf að kryfja hátt í tvo metra á met tíma.

Kári hefur haft þá tilhneigingu að segja fólki óspart til syndanna, hvort sem það eru æðstu ráðamenn þjóðarinnar eða starfsmenn á plani. Eins og hann sé að reyna að ala þjóðina upp, eitt mannsbarn í einu.

Er hann meðvitað að segja fólki til syndanna?

„Við eigum þetta öll til. Ég er ekki viss um að ég sé meira í því en aðrir. En það er tiltölulega flókið að búa í samfélagi við annað fólk. Eitt af því sem gerist er að maður heldur að maður geti hjálpað fólki eitthvað en langoftast er það misskilningur. Menn verða að sjá um sig sjálfir.“

Sjálfur segist hann ekki hafa verið alinn upp við mikla tilsögn. Kári er næstingstur fimm systkina en hann er sonur alþingismannsins Stefáns Jónssonar og Sólveigar Halldórsdóttur húsmóður.

„Það var flókið verkefni fyrir móður mína að sjá um þessa hjörð. Í þá daga gengu menn svo miklu meira sjálfala. Maður þvældist út um allt og átti bara að vera komin heim í mat. Þú sérð það að þegar ég er að alast upp, þá er sveitabær á Klambratúni. Þegar við vorum að spila fótbolta þar komu af og til beljur og skitu í markið svo við urðum að hætta. Þetta hefur breyst pínulítið.“

Almennt segist hann ekki halda að það sé hættulegra að vera barn í Reykjavík í dag. „Ég held að Reykjavík sé tiltölulega barnvænn staður

Það er ekki hægt að stóla endalaust á meðvirkni okkar í að koma og hlaupa í skarðið þegar það vantar eitthvað.

í dag. Ég hugsa að það sé hættulegra að vera unglundur í Reykjavík. Ég held að framboð á alls konar eitri sé meira í dag en þegar ég var að alast upp og er ég þó ekki að bera blak af brennivíninu. Í sjálfu sér er stórfurðulegt að nokkur manneskja skuli lifa unglingsárin af.“

Kári ætlaði aldrei að verða læknir og sagði sex ára gamall við móður sína að hann ætlaði að verða garðyrkjumaður.

„Ég hefði kannski orðið hamingjusamari ef ég hefði orðið garðyrkjumaður,“ segir hann en það er engum hnöppum um það að hneppa að hann er einn farsælasti læknir og vísindamaður sem Ísland hefur af sér alið. Kári fór í framhaldsnám í Bandaríkjunum og starfaði þar lengi, bæði sem prófessor við læknadeildina í Harvard og sem yfirlæknir í taugameinalækningum við Beth Israel-sjúkrahúsið í Boston.

Búið að skima 70 þúsund

Í ljósi núverandi heimsfaraldurs verður það því að teljast gæfuspor að Kári sé ekki að fást við skrautrunna og rósir í stað skimana og rannsóknna.

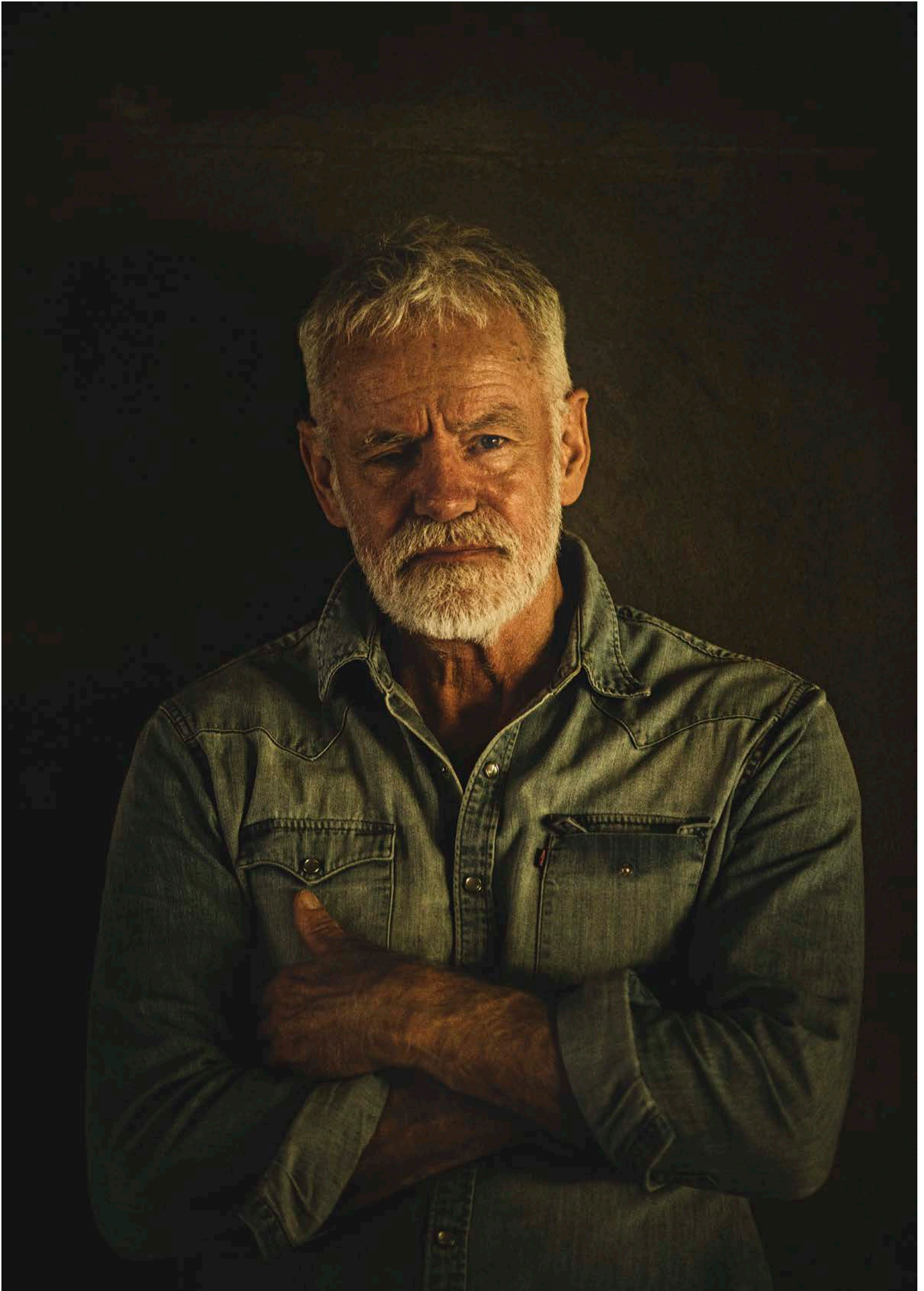
„Ég held að við höfum verið mjög heppin þegar það kemur að því að fara þessa hófstíllu leið í að hemja faraldurinn. Við skimuðum víða og vissum nokkuð vel hvað var að gerast og gátum hagað aðgerðum eftir því.“

Það er hins vegar rangt að segja að við höfum verið vel undir þetta búin sem samfélag. Íslenska heilbrigðiskerfið var illa í stakk búíð til að takast á við þetta, eins og heilbrigðiskerfi um allan heim. Ástæðan fyrir því að þetta gekk upp er að við vorum hér [Íslensk erfðagreining, innsk. blm.] og komum inn í þetta með ansi mikinn slagkraft og ég held að það sé mjög mikilvægt að við lærum af því og það verði búin til einhver aðstaða í heilbrigð-

iskerfinu sem tekur við því sem við höfum gert í þessum faraldri, þegar það kemur að næsta faraldri.“

Kári segir að aðbúnaður heilbrigðiskerfisins hafi ekki verið nægilega sterkur. Vísar hann meðal annars í að greiningar- búnaður á Landspítalanum hafi bilað með þeim afleiðingum að Íslensk erfðagreining sá um að greina stóran hluta sýnanna.

„Það er búið að skima núna 70 og eitthvað þúsund manns og af því höfum við skimað yfir 80 prósent af því að það var ekki til staðar sá slagkraftur í heilbrigðiskerfinu sem þurfti. Og þá er ég ekki að gagnrýna heilbrigðiskerfið hér því öll heilbrigðiskerfi heimsins voru á þessum stað. Það var enginn undir þetta búinn. En ég held því fram að við verðum að læra af þessu. Við verðum að setja saman stofnun eða aðstöðu í kringum sóttvarnalækni sem getur



Kári Stefánsson er 71 árs en hefur náð að svindla á lífsklukkunni með reglulegri líkamsrækt.



Kári vinnur mikið en segist vera farinn að horfa til þess að minnka við sig.

MYND/VALLI

Ég held að það sé mjög mikilvægt að vera meðvitadur um slóð sína.

sinnt þessu. Núna erum við til dæmis að skima á landamærunum og það lendir í fanginu á okkur því heilbrigðiskerfið hefur ekki aðstöðu til að sinna þessu.“

Kári segir mikilvægt að skapa slíka aðstöðu sem fyrst því einkarekið fyrirtæki geti ekki verið hryggjarstykkið í svo mikilvægu verkefni til lengdar. „Það verður að vera það frumkvæði og þekking til staðar, líkt og við höfum. Landspítalinn getur ekki tekið meira til sín. Það væri langsníðugast að búa til einhvers konar stofnun í faraldsfræði sem væri sköpuð í kringum sóttvarnalækni. Það væri sjálfsgagt að við myndum hlúa að slíkri stofnun og vera eins konar bakhjarl en dagvinnan okkar er allt önnur er þetta.“

Ástandið óábyrgt

Samskiptaörðugleikar hafa gert vart við sig milli Kára og ráðamanna landsins í kring-

um COVID-19 faraldurinn, þá einkum heilbrigðisráðherra, svo úr varð að Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra varð að stíga inn og falast eftir aðstöð Kára og Íslenskrar erfðagreiningar.

Aðspurður hvernig samband hans sé við stjórnvöld í dag segir Kári að hann sé í feikilega góðu sambandi við þríeykið Þórólf, Ölmú og Víði. „Þetta er gott fólk sem leyfir sér þann munað að brosa þó að það gangi töluvert á. En samband mitt við þann hluta ríkisstjórnarinnar sem stendur að þessu er dálítið skringilegt. Þeir eiga erfitt með að sætta sig við það að það sem við erum að gera sé gert hér en ekki á vegum Landspítalans.“

Ég fór í viðtal við Kjarnann á fimmtudaginn og svo boðaði Katrín Jakobsdóttir mig á blaðamannafund á föstudaginn. Þar var hún með skrifaða ræðu sem átti að vera einhvers konar þakkarræða til

okkar en af því að ég hafði gagnrýnt hana í þessu viðtali þá notaði hún ekki þann hluta ræðunnar,“ segir Kári og segir skort á vilja hjá þeim sem ráða til þess að viðurkenna að þeir þurfi aðstoð.

„Þetta er skortur á vilja til þess að viðurkenna nákvæmlega hvar við stöndum. Þó ég sitji hérna og sé að gagnrýna Katrínu Jakobsdóttur finnst mér hún ofsalega fín og ég ber mikla virðingu fyrir henni.“ Hann gerir hlé á máli sínu og segir svo íbygginn: „Þú verður að segja frá þessu eins og ég er að segja þetta.“

Já, það þýðir nú lítið að laga þig til. Við höfum þig bara eins og þú ert.

„Ég er ekki að kvarta í sjálfu sér. Ég vil bara að menn búi sig í þann stakk að þeir geti tekið við þessu verkefni.“

Hann segir að það sé erfitt verkefni fram undan að hemja veiruna en að það sé ekki ástæða til þess að vera hrædd við hana. „Ég er hins vegar skíthræddur um að stjórnvöld geri sér ekki grein fyrir því að það er ekki til innan heilbrigðiskerfisins sú geta sem þarf að vera til staðar til að geta tekist á við svona faraldur þannig að það verður að setja það saman.“

Það er ekki hægt að stóla endalaust á meðvirkni okkar í að koma og hlaupa í skarðið þegar það vantar eitthvað. Þannig að þeir verða að setja eitthvað saman í grænum hvelli. Þetta er mjög óábyrgt eins og þetta er núna. Getan til að takast á við þetta verkefni þarf að heyra undir stjórnvöld, ekki vera hjá einkafyrirtæki.“

75% minni líkur á smiti

Landamæraskimunin er mörgum ofarlega í huga og hefur hún verið gagnrýnd fyrir gloppur og falskt öryggi. „Það eina sem þú ert að gera með því að skima á landamærunum er að minnka líkurnar á að smit berist til landsins. Það kemur ekki í veg fyrir það. Mjög snemma í sýkingunni, í einn til tvo sólarhringa, þá er ekki hægt að nema veiruna með þessu prófi. En þess ber að geta að það er mesta magnið af veirunni í nefkoki og munnkoki áður en einkenni byrja. Þannig að þetta er ekki nema örstutt stund sem veiran er í skjóli og finnst ekki.“

Kári segir þrjá valmöguleika blasa við íslensku þjóðinni. „Við getum ákveðið að opna ekki landið og setið eftir í fall-egri einangrun á litlu skeri í Norður-Atlantshafi. Það gæti verið dálítið gaman, en erfitt. Svo gætum við opnað og gert ekkert og sá þriðji er að opna og skima til þess að minnka líkurnar á að fólk komi smitað inn í landið.“

Og taktu eftir því að af þessum 12.000 manns sem er búið að skima þá höfum við náð þremur sem voru mjög illa smitandi og misstum einn. Ef við getum byggt eitthvað á þessari takmörkuðu reynslu sem við höfum þá er það að við erum með skimun að minnka líkurnar á að smitandi einstaklingur komi inn um 75 prósent Sem er mjög gott.“ (innsk. blm. viðtalið fór fram 29. og 30. júlí og endurspeglar tölurnar það).

Í því hringir síminn. Þórólfur og Alma eru mætt á hans fund.

„Þú getur komið aftur á morgun,“ segir Kári.

Skrifstofudyrnar opnast skyndilega og hann kallar nokkuð hvasst: „Lokaðu dyrnum!“

Elskuleg aðstoðarkona hans til 19 ára er fljót að loka, hún þekkir sinn mann.

Þú ert ekki hægt. Hvernig er hægt að vinna með þér?

„Láttu ekki svona. Hún er besti vinur minn,“ segir Kári og rýkur út.

Situr eftir með skömm

Daginn eftir er Kári brosmildur og hlýjan frá honum er áþreifanleg. Kári er nefnilega alls konar. Hann getur verið dúnmjúkur og dásamlegur í samskiptum eða hvasst og erfíður.

„Fólk hérna innanhúss þekkir mig. Það þolir það að ég hækki röddina.“ Hann viðurkennir þó að stundum gangi hann of langt og sér reynist það erfitt. Hann segist vel geta beðist afsökunar þegar svo er en eftir sitji skömmin sem fylgir því að særa fólk.

Sögurnar sem ganga um bræðisköst Kára eru margar kómískar. „Þessar dramatískuustu bera vott um sköpunarkraft íslensku þjóðarinnar. Það er fært í stílinn.“

Þú hefur þá ekki rifbeinsbrotið mann í körfubolta líkt og ein sagan segir?

„Nei, ég hef aldrei rifbeinsbrotið mann í körfubolta. En ég vildi að ég hefði rifbeinsbrotið ýmsa menn á vellinum en ég hef ekki gert það.“

Ertu þá ekki fantur á vellinum?

„Nei, ef þú horfir á leik í NBA sérðu hvað þetta er lík-

ÍBÚÐIR TIL SÖLU Í SKEKTUVOGI

Byggingarnar í Skektuvogi eru í kjarna með fjórum húsum og sameiginlegum bílakjallara.
Vandaðan söluvef verkefnisins er að finna á tgverk.is/vogabyggd/

Hér er um að ræða skjólsæla perlu á höfuðborgarsvæðinu í nálægð við hafið og náttúruna.
Hjóla- og göngustígar liggja rétt hjá meðfram ströndinni sem og upp í Elliðaárdal.

OPÍÐ FIMMTUDAGINN 9. JÚLÍ
HÚS FRÁ 17:00 – 18:00



SKEKTUVOGI 2
ÍBÚÐ 401

ÍBÚÐIR TIL SÖLU Í VINASTRÆTI

OPÍÐ MIÐVIKUDAGINN 8. JÚLÍ
HÚS FRÁ 17:00 – 18:00



VINASTRÆTI 16
ÍBÚÐ 205

VINASTRÆTI 14–16

- Vel hannaðar 2 – 4 herbergja íbúðir í lyftuhúsnæði
- 68,3 m² – 128 m²
- Einstök hönnun á byggingunni sem unnin var af arkitektastofunni Arkís
- Listaverk eftir Sigurð Árna Sigurðsson á norðurhlið byggingarinnar
- Tvö bílastæði í bílakjallara fylgir flestum íbúðum
- Innbyggður ísskápur og uppþvottavél í öllum íbúðum
- Parket á öllum íbúðum
- Aukin lofthæð í öllum íbúðum
- Tvö baðherbergi í flestum íbúðum
- Afar fullkomið loftræstikerfi sem tryggir góða innivist
- Þjónusta og verslanir á jarðhæð
- Húsið er með álklæðningu sem tryggir lágmarks viðhald



TRAUSTUR BYGGINGARAÐILI SÍÐAN 1998

PG verk hefur sett sér umhverfisstefnu og markmið og gerir árlegt umhverfisuppgjör

Nánari upplýsingar veita Borgir fasteignasala: aegir@borgir.is, ragnhildur@borgir.is eða í síma 588 2030

PG Verk: Hrefna K Porvaldsdóttir — hrefna@tgverk.is eða í síma 824 8448

amleg íþrótt. Ég kemst ekki nálægt því hvernig þessir menn spila en ég get alveg tekið á móti fólki og hef gaman af því. Til þess er leikurinn gerður.“

Fíkn ekki hegðunarvandamál

Kári hefur aðstoðað fjölda fólks við að vinna sig út úr fíknivanda í gegnum tíðina en hann hætti sjálfur að drekka fyrir mörgum árum. „Það er svolítil tilhneiging til þess að líta á þetta sem hegðunarvandamál frekar en sjúkdóm. En maður verður býsna illilega var við að þetta er ekki hegðunarvandi þegar maður horfir á skyldmenni sín deyja af þessu á ungum aldri. Mér finnst þetta stórt og ógnvekjandi og hræðilegt heilbrigðisvandamál.“

Aðspurður hvort hann hafi sjálfur verið vondur með víni segir Kári að hann hafi frekar orðið leiðinlegur. „Ég verð mjög fljótlega þögull og sest út í horn. Ég tók ekki ákvörðun um að hætta að drekka. Ég hætti bara. Vín og ég fórum bara ekkert sérstaklega vel saman og ég held að þetta sé ágætis lausn fyrir mig og fólkið í kringum mig.“

Þú varst þá ekki búinn að vera blindfullur heima í margar vikur áður en þú hættir?

„Ég held að ég hafi aldrei verið fullur tvo daga í röð á ævinni.“

Þú hefur þá aldrei farið á þjóðhátíð í Vestmannaeyjum í pollagalla?

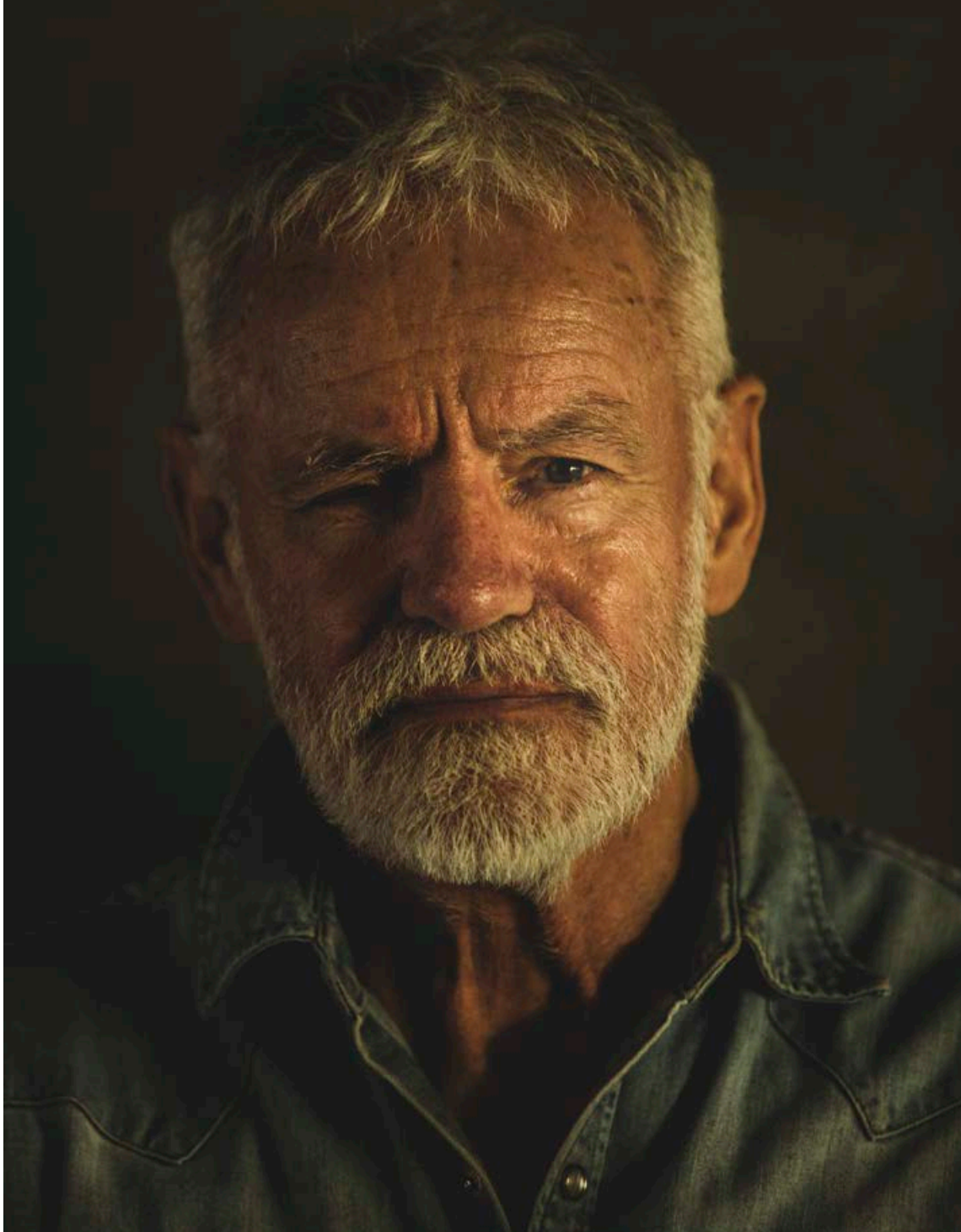
„Nei,“ segir hann og munnvikin rísa góðlátlega.

Hefur ítreakað rangt fyrir sér Þegar Kári er spurður út í sinn mesta sigur á lífsleiðinni er fátt um svör. Hann er fljótur að tina til ósigrana en virðist að vissu leyti ekki skynja umhverfi sitt og sigrana sem vitnisburðir um þýða veggi skrifstofu hans.

„Ég get ekki bent á neinn sérstakan persónulegan sigur minn en vinnan hérna hjá okkur hefur gengið alveg ótrúlega vel vegna þess að hér er ótrúlegur hópur af skringilegu, skýru og skapandi fólki sem, þegar það kemur saman sem teymi, á sér enga líka í þessum heimi. Við getum sagt að það sé minn mesti sigur að hafa fengið að vera hluti af þessum hópi í 24 ár.“

Kári segir galdurinn liggja í þessari skrítnu blöndu af fólki sem nálgast vinnu sína á allt annan hátt en tíðkast annars staðar. „Þau nálgast vinnuna sem teymi en ekki einstaklingar og þetta fólk er svo ótrúlega heiðarlegt. Það sem fólk áttar sig ekki á er að það sem vísindamaður getur alls ekki verið án er heiðarleiki. Ég hef séð menn sem eru ekkert sérstaklega vel gefnir eða skapandi ná langt í vísindum af því að þeir eru stálheiðarlegir.“

Þegar þú spyrð spurninga í vísindum, áður en þú færð svarið, verður þú að fara yfir að minnsta kosti 20 krossgötur þar sem óskhyggja getur



Kári segir dramatískar sögur um sig bera vott um sköpunargáfu landsmanna.

MYND/VALLI

Ég vildi að ég hefði verið öðru fólki betri maður, samferðafólki mínu betri maður.

dregið þig í alls konar áttir og þú verður að vera heiðarlegur við sjálfan þig. Þú verður að geta tekist á við þá staðreynd að þú hafir bara rangt fyrir þér. Kenningar þínar voru vitlausar.“

Vísindamaðurinn á móti mér er engin undantekning í því og fer ekki í felur með að hafa ítreakað haft rangt fyrir sér. „Ég man ekki eftir einni einustu kenningu sem ég hef sett fram sem hefur verið rétt. Gögnin eru alltaf að auðmýkja mann.“

Fer aldrei í samkvæmi

„Mér hafa orðið á alls konar mistök í mínu lífi. Ég vildi að ég hefði verið öðru fólki betri maður, samferðafólki mínu betri maður. Ég held að það sé mjög mikilvægt að vera meðvitaður um slóð sína. Ég hef verið ákafur í mínu lífi og leyft ákefðinni að búa til meiri árekstra en ástæða

hefur verið til. En svo er það með ákefðina að það er mjög erfitt að koma sumum hlutum í verk án hennar.“

Kári virkar líklega á marga sem maður sem erfitt er að nálgast. Það eru ekki miklar líkur á að rekast á hann í veislu eða á kaffihúsi.

„Staðreyndin er sú að ég er einfari. Ég er mjög sjaldan innan um annað fólk. Fyrir utan vinnu, næstum því aldrei. Ég fer aldrei í samkvæmi.“

Hættu!

„Það er satt.“

Mætir þú ekki á árshátíðina hérna?

„Nei. En ég fer einstaka sinnum í bíó með konunni minni. Ekki oft. Við förum af og til út að borða en bara tvö ein og á alla Sinfóníutónleika. Ég hef mjög lítinn áhuga á samkvæmum og forðast annað fólk eins og ég get. Mér bara kemur það ekki við.“

Hann segist þó hafa tekið

sitt tímabil sem unglingur þar sem hann datt í það um helgar en hann hafi aldrei verið samkvæmismaður. Mér líður best úti í horni með bók, að skrifa eða horfa út í himingeiminn.“

Þjóðargersemi og tískumógúll

Kári hefur verið mikið í fjölmiðlum upp á síðkastið í tengslum við COVID-19 og aðkomu sína að því. Hann hefur verið kallaður þjóðargersemi og tískumógúll en nýlega birtist grein um fatasmekk hans. „Mér finnst það býsna heimskulegt. Gjörsamlega fáránlegt. Út í hött.“ Hann segist þó geta hlegið að slíku.

„Ég spái mjög lítið í því hvernig ég klæði mig. Ég fer lítið nema á Sinfóníutónleika. Mér finnst mjög gott að sitja í Eldborgarsalnum og hlusta á klassíska tónlist. Mér finnst það alveg dýrðlegt. Og ef þú

ert að velta fyrir þér þjóðargersemum þá finnst mér Víkingur Heiðar eitthvað það stórkostlegasta sem við eigum þessa dagana. Hann er ótrúlegur.“

Kári er engu að síður oft reffilegur í klæðaburði. Hann neitar því þó að það sé úthugsað. „Ef mér er ekki þröngvað til þess að skipta um fót, sem kemur af og til fyrir, að mér sé sagt að ég sé í skítugum gallabuxum, þá gerir ég það ekkert endilega. Nú, ef ég er rekinn í það, þá geri ég það, því ég er svo hlýðinn eins og þú veist. En annars skiptir klæðnaður mig ekki miklu máli.“

Vit á að vera bara heima

„Ég ætla að spila fyrir þig eitt lag að gamni sem mér finnst mjög interessant,“ segir Kári og Bob Dylan tekur yfir og í tækinu hljómar *I dreamed I saw St. Augustine*.

„Hann er að yrkja um heilagan Ágústínus og að Dylan dreymdi að hann væri skrímsli sem drap hann. Að vissu leyti þá getur þú hlustað á þennan texta eins og hann sé svona „concrete“ og hann sé bara að yrkja um það. En ég held að hann sé fyrst og fremst að tala um hvernig maður er sífellt að eyðileggja það góða í sjálfum sér. Maður fæðist með ákveðna eiginleika, ákveðna getu, ákveðna drauma. Svo vaknar maður upp nokkrum áratugum síðar og kemst að þeirri niðurstöðu að það er maður sjálfur sem hefur eyðilagt þetta allt saman með því hvernig maður hefur verið, hvernig maður hefur hegðað sér, hvernig maður hefur breytt. Mér finnst þetta alveg magnað ljóð og söngur eins og svo margt sem Dylan gerði á þessum tíma, eins og mér finnst hann ómerkilegur í dag.“

Verður maður ekki að geta líka talað sig upp og séð fegurðina í því sem maður er, maður er þó það?

„Jújú, en maður þarf líka að sætta sig við það sem maður er.“

Kári hefur horfst í augu við eigin bresti en vill sem minnst tala um eigin sjarma. Hann vinnur langa daga og verkefni eru mörg. Hann ætla sér þó ekki að sitja í turninum að eilífu. Kári segist þekkja sín takmörk og vera farinn að huga að því að minnka við sig á komandi árum enda orðinn 71 árs og að hann hafi í mörg önnur horn að líta. Ýmis verkefni bíði hans. Hann vill gera betur við börnin sín sem hann sér mikið eftir að hafa ekki sinnt meira þegar þau voru ung. Barnabörnin séu endalaus uppgötvun og vísindamaðurinn geri ítreakaðar uppgötvanir sem afi.

„Ekki láta metnaðinn ræna þig því sem raunverulega skiptir máli. Það er nefnilega þannig með sum af þessum háleitu markmiðum að þegar þú nærð þeim kemstu að raun um að þú ert bara staddur á enn einu hallærisplaninu og vildir að þú hefðir haft vit á að vera bara heima að hlúa að fólkinu þínu.“ ■



Walk-in N

Stilhrein sturta.
Sturtubotn fánlegur í
mörgun stærðum og litum.
Sturtuveggur með væng,
8mm hert öryggisgler.

Opið virka daga frá 9 til 18
laugardaga lokað
Ármúla 31 - Sími 588 7332

i-t.is



- fyrir þitt heimili

Erla Dóra
Magnúsdóttir
erladora@dv.is



Skömmu fyrir þinglok var frumvarp Pírata um afglæpavæðingu neysluskammta vímuefna fellt á Alþingi þrátt fyrir þverpólítíska samstöðu um mikilvægi málefnsins og nauðsyn þess að hætta að refsast fólk fyrir að glíma við veikindi. DV hafði samband við þingmenn og bað þá að gera grein fyrir atkvæðum sínum.

Fyrirvarinn var skammur áður en blað þetta fór í prentun en athygli vekur að mun fleiri þeirra þingmanna er greiddu atkvæði með frumvarpinu svöruðu fyrirspurn blaðamanns, en aðeins örfáir þeirra sem greiddu atkvæði gegn eða sátu hjá.

Veikum er refsað

Albertína Friðbjörg Elíasdóttir, þingmaður Samfylkingarinnar, segir löngu tímabært að afglæpavæða neysluskammta. „Það hjálpar engum sem á við fíknivanda að stríða að vera settur í fangelsi. Mun frekar ættum við að leggja áherslu á að styðja við og aðstoða þetta fólk með skaðaminnkun í huga.“ Sjónarmið hennar endurspeglar í svörum annarra stuðningsmanna frumvarpsins.

Logi Einarsson, þingmaður Samfylkingarinnar, segir að málefnið sé upp á líf og dauða: „Núverandi stefna er refsistefna, sem gerir veikt fólk að glæpamönnum. Þetta er heilbrigðismál, þetta er mannúðarmál og þetta er lífsspursmál þar sem hætta er á að fólk með fíknivanda leiti síður eftir hjálp ef eitthvað út af bregður við neyslu.“

Undir þetta tekur kollegi Loga, Ágúst Ólafur Ágústsson, sem gagnrýnir ríkisstjórnarflokkana harðlega fyrir að láta pólitíska smámunasemi tefja fyrir mikilvægu málefni. „Á 12 daga fresti deyr einn Íslendingur úr ofneyslu fíkniefna. Það er meira en þrisvar sinnum hærra en í Evrópu.[...] Þessi tími refsingar og útskúfunar ætti því að vera liðinn og hefði getað verið það ef stjórnarþingmenn hefðu kosið með hjarta sínu og sannfæringu. En því miður virðast þingmenn VG eingöngu styðja skaðaminnkun í orði og sumir þingmenn Sjálfstæðisflokksins virðast eingöngu styðja einstaklingsfrelsið á fundum SUS. Að málið hafi verið fellt vegna þess að þingmálið kom ekki frá ráðherrunum sjálfum er hneyksli. Þessir þingmenn verða röngum megin við söguna.“

Guðmundur Ingi Kristinsson, þingmaður Flokks fólksins, kom þessu kjarnyrnt til skila og svaraði: „Við beitum ekki refsingum á veikt fólk. Það skilar bara meiri þjáningum.“

Lítið útfært frumvarp

Ríkisstjórnarflokkarnir Vinstri græn og Sjálfstæðisflokkurinn, hafa báðir af-



Hallidóra Mogensen, þingmaður Pírata, var fyrsti flutningsmaður frumvarpsins sem var fellt á mánudaginn.

MYND/ANTON BRINK

ÞINGMENN DEILA UM AFGLÆPAVÆÐINGU

Þverpólítísk samstaða er á Alþingi um að afglæpavæða neysluskammta vímuefna en hins vegar greinir menn á um með hvaða hætti og hvenær skuli fara í slíka aðgerðir. Frumvarp Pírata um afglæpavæðingu var fellt á Alþingi á mánudag.

glæpavæðingu á stefnuskrá sinni. Eins er afglæpavæðing málefni í gildandi stjórnarsáttmála ríkisstjórnarinnar. Því kom það mörgum spánsk fyrir sjónir að sjá þingmenn ríkisstjórnarinnar setja sig gegn frumvarpinu.

Halla Signý Kristjánsdóttir, þingmaður Framsóknar, greiddi atkvæði gegn samningnum. Hún svaraði fyrirspurn blaðamanns og undir svör hennar tóku flokkssystur hennar á þingi, Þórunn Egilsdóttir og Silja Dögg Gunnarsdóttir. „Ég er ekki á móti því að afglæpavæða neysluskammta en frumvarp Pírata var lítið útfært og í litlu samráði.“ Halla segir að stórt skref hafi verið tekið í vor þegar samþykkt var frumvarp um neyslurými en telur að frumvarpið um afglæpavæðingu hefði þurft að vera unnið í meiri sátt við þá aðila

sem komi til með að vinna með útkomuna.

Steinunn Þóra Árnadóttir, þingmaður Vinstri grænna, greiddi einnig atkvæði gegn frumvarpinu. „Ég er mjög hlynnt því að snúið sé af braut refsistefnu vegna neysluskammta vímuefna en tel að búa þurfi betur um alla umgjörð málsins til þess að það skili tilætluðum árangri og hafi ekki neikvæðar hliðarverkanir. Á þessa vankanta var bent í ýmsum umsögnum um málið.“

Ólafur Þór Gunnarsson, þingmaður Vinstri grænna, sat hjá við atkvæðagreiðsluna en tekur skýrt fram í svörum til DV að hann styðji afglæpavæðingu. „Ég greiddi ekki atkvæði þó svo að ég sé fylgjandi því að draga úr refsingum og vil að ekki verði refsast fyrir neyslu og vörslu skammta til eigin nota. Hins

vegar taldi ég að fyrst þyrfti að koma reynsla á neyslurými sem voru samþykkt í maí síðastliðnum auk þess sem athugasemdir frá umsagnaraðilum voru þess eðlis að ég taldi ekki fært að samþykkja málið í þeirri mynd sem það var.“

Vandræðalegur kattarþvottur

Blaðamaður spurði stuðningsmenn frumvarpsins hvað þeim þætti um skýringar þeirra þingmanna er lögðust gegn frumvarpinu. Voru flestir sammála um að þær skýringar héldu litlu vatni.

„Mjög lélegar. Þau fóru undan í flæmingi að reyna að finna sér afsökun. Hver ein og einasta afsökun var hrakin. Það er næstum því eins og þau hafi ekki kynnt sér lokaútgáfu frumvarpsins eftir að búið var að bregðast við ábendingum

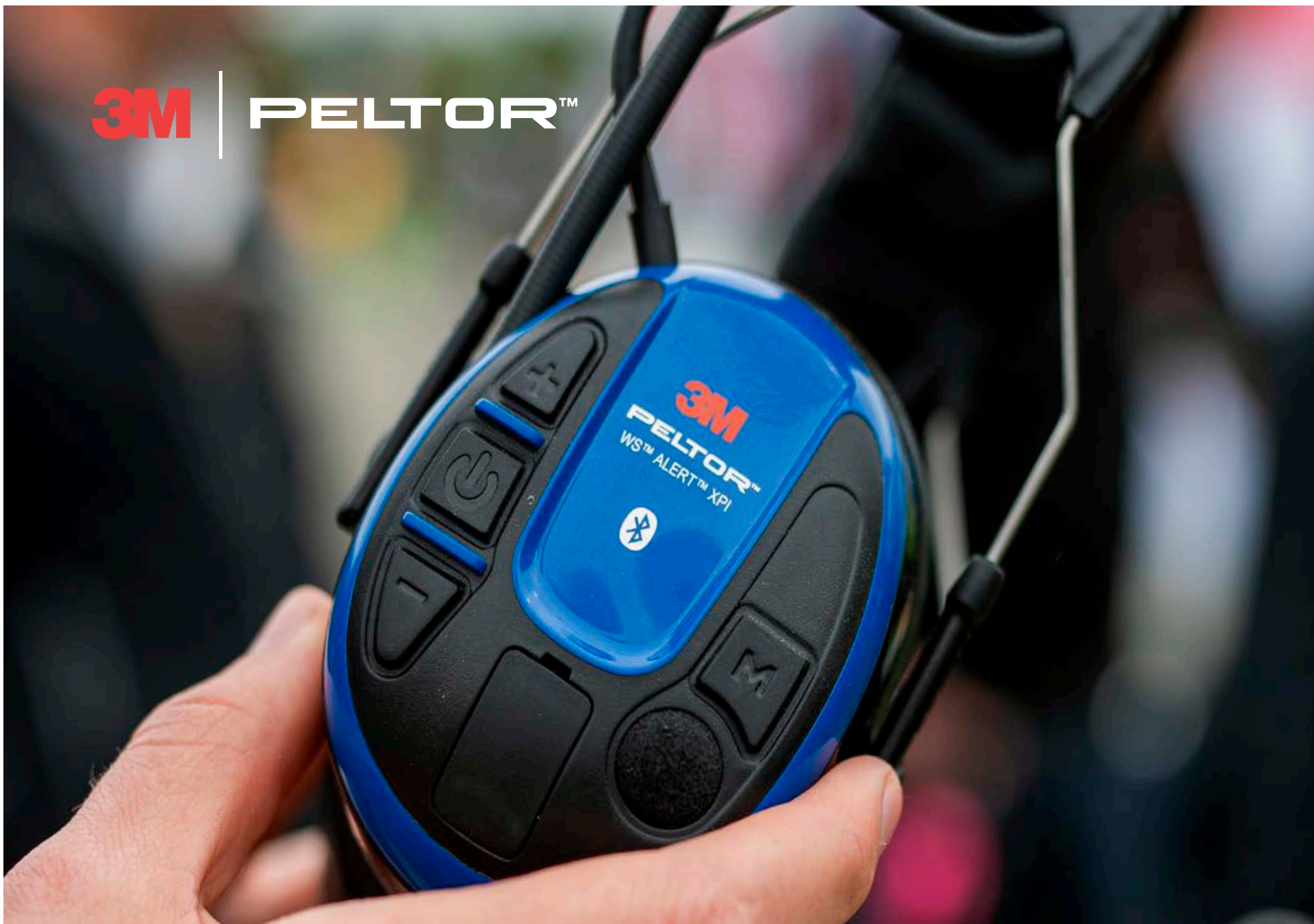
umsagnaraðila,“ sagði Björn Levi Gunnarsson, þingmaður Pírata.

„Mér finnst erfitt að heyra ásakanir um óheiðarleika og pólitísk klækjabrögð,“ sagði Hallidóra Mogensen, þingmaður Pírata og flutningsmaður frumvarpsins. „Við reyndum allt til að ná sátt í málinu án þess að þurfa að fórna frumvarpinu í hyldýpi óljósra loforða um mögulega einhver skref einhvern tímann seinna. Við báðum um skuldbindingu þess efnis að ráðherra kæmi með frumvarp í haust og vorum jafnvel sveigjanleg með þann tímaramma en það var engin áhugi á því samtali. Það var engin efnisleg gagnrýni á frumvarpið frá meirihlutunum í umræðunni og jafnvel alfarið skautað fram hjá þeim breytingum sem frumvarpið tók inn í nefnd til að koma til móts við umsagnir. Umræðan og atkvæðagreiðslan var bara gott dæmi um hversu erfitt það er að útskýra ómálefnalega niðurstöðu og afgreiðslu.“

Logi Einarsson kallar rökstuðning Nei-ara „kattarþvott“ og Guðjón S. Brjásson, þingmaður Samfylkingarinnar, kallar hann „rislítinn og vandræðalegan“.

Guðmundur Andri Thorsson, þingmaður Samfylkingarinnar, telur að málið verði lagt fram á nýjan leik af hálfu ríkisstjórnarinnar. „Og eignir sér það þar með eins og hún hefur gert við ýmis önnur mál stjórnarandstöðunnar. Hvort það nær svo í gegn er hins vegar annað mál.“

Stjórnarflokkarnir kveða nýtt frumvarp nú þegar í undirbúningi af hálfu heilbrigðisráðherra og verði það vonandi lagt fram á næsta þingi. ■

3M**PELTOR™**

3M™ PELTOR™ WS™ ALERT™ XPI

Heyrnarhlíf með Bluetooth® MultiPoint tækni. Þráðlaus tenging við 2 Bluetooth tæki, FM útvarp og umhverfishljóðnemi.

Þú getur hlustað á tónlist og tekið við símtölum í mjög hávaðasömu umhverfi.

ALLAR STILLINGAR Í SÍMANUM

Í þessari nýjustu útgáfu af Peltor WS Alert XPI getur þú breytt stillingum með smáforriti í annaðhvort Android eða iOS snjalltækjum.

Nýttu þér QR kóðana hér að neðan til að ná í 3M™ Equipment smáforritið fyrir þitt snjalltæki.



Equipment



iOS



Android



HARMAFREGN FYRIR HÁLFRI ÖLD

Fimmtíu ár liðin frá brunanum á Þingvöllum þegar Bjarni Benediktsson forsætisráðherra lést ásamt konu sinni og dóttursyni. Bjarni hafði afgerandi áhrif á stjórn málin.

Á ÞINGVÖLLUM

Björn Jón
Bragason

eyjan@eyjan.is



Kalt var í veðri á Þingvöllum aðfaranótt 10. júlí 1970 – fyrir hálfri öld – norðan hávaðarok, slyddubylur og grátt niður í fjallsrætur. Um klukkan hálf tvö eftir miðnætti urðu hollenskir ferðamenn varir við eld í Konungsústaðnum sem var hvíldarhús forsætisráðherra og staðsett rétt sunnan við Valhöll. Þegar þeir komu þar að logaði eldur úr stofuglugga í suðausturhorni hússins og greinilega var mikill eldur inni í húsinu. Skömmu síðar varð sprenging og þakið lyftist um nokkra metra.

Harmafregn

Talsverður vindur var af norðri og húsið varð alelda á svipstundu. Þá var ekki vitað hvort nokkur væri inni í bústaðnum en haft var samband við Harald Guðmundsson, bilstjóra forsætisráðherra, sem gat upplýst að hann hefði ekið með forsætisráðherra, Bjarna Benediktsson, konu hans Sigríði Björnsdóttur og dótturson þeirra Benedikt Vilmundarson austur að Þingvöllum daginn áður en þau hugðust dveljast í Konungsústaðnum um nóttina. Þau létust öll þrjú í brunanum.

„Nú höfðu mér verið sögð válegustu tíðindi ævi minnar,“ mælti Jóhann Hafstein þegar honum var borin hin svíplega harmafregn sem að framan greinir, en Jóhann tók við forsætisráðherraembættinu þennan sama dag.

Glæsilegur ferill

Bjarni Benediktsson var einn mesti leiðtogi Íslendinga á 20. öld og ferill hans óvenju glæsilegur, hvort heldur á sviði stjórn mála eða fræðimennsku. Hann var fæddur í Reykjavík 1908 og hélt utan til náms í stjórnlagafraði að loknu lagaprófi með hæstu einkunn sem þá hafði þekkt. Hann varð prófessor við Háskólann aðeins 24 ára að aldri og gegndi því starfi uns hann varð borgarstjóri í Reykjavík 1940.

Ein besta heimild um Bjarna sem mann og þjóðarleiðtoga er ræða sú sem hann flutti á Þingvöllum 1943 og nefnd hefur verið Lýðveldi á Íslandi. Þá hafði verið hart deilt um uppsögn sambandslagasamningsins og lýðveldisstofnun og ýmsir vildu biða til styrjaldar-



Bjarni Benediktsson við skrifborðið heima í Háuhlíð 1963, árið sem hann tók við embætti forsætisráðherra af Ólafi Thors.

MYND/INGIMUNDUR MAGNÚSSON

En víst er það, að sá, sem ekki viðurkennir sinn eigin rétt, fær ekki heldur viðurkenningu annarra.



Síðdegisblaðið Vísir, forveri DV, flytur harmafregn á forsiðu 10. júlí 1970.

MYND/
TÍMARIT.IS

loka. Bjarni hafnaði því með öllu og flutti rækilega rök fyrir stofnun lýðveldis ekki seinna en 17. júní 1944. Í niðurlagi ræðunnar sagði hann: „En víst er það, að sá, sem ekki viðurkennir sinn eigin rétt, fær ekki heldur viðurkenningu annarra.“

Mótun utanríkisstefnu

Ákvörðun um inngöngu Íslands í Norður-Atlantshafsbandalagið var tekin með atkvæðagreiðslu á Alþingi 30. mars 1949. Þann dag urðu ein hörðustu mótmæli sem um getur héraðs þegar ráðist var með grjótkasti á Alþingishúsið.

Bjarni gerði sér glögga grein fyrir því að treysta þyrfti varnir landsins. Sjálfur komst hann svo að orði um Atlantshafsbandalagið: „Öll þau ríki sem gerðust aðilar bandalags-

ins tóku þá ákvörðun af brýnni nauðsyn. – Ekkert þeirra átti þó meira undir að friður héldist á þessum slóðum en Ísland. Hernaðarþýðing Íslands er ótvíræð, og landsmenn sjálfir eru með öllu ófærir til að verja landið. Ef ekki var að gert lá landið því opið fyrir árás ef til ófriðar kæmi.“

Bjarni er öðrum fremur talinn höfundur þeirrar utanríkisstefnu sem íslenska lýðveldið hefur fylgt fram til þessa dags.

„Ef menn vilja einangrun“

Bjarni var ráðherra allt til ársins 1956 en gerðist þá ritstjóri Morgunblaðsins. Hann tók svo aftur við ráðherradómi 1959 þegar viðreisnarstjórnin var mynduð. Árið 1963 varð hann forsætisráðherra og gegndi því embætti til dánardægurs. Hér er vitaskuld ekki rúm til að rekja feril Bjarna til hlítar, en árið áður en hann lést hafði verið deilt hart á landsfundi Sjálfstæðisflokksins um aðild Íslands að Fríverslunarbandalagi Evrópu, EFTA. Bjarni tók þá til máls en orð hans lýsa miklu innsæi í stöðu Íslands í samfélagi þjóðanna:

„Ef menn vilja einangrun, þá verða þeir að taka afleiðingum hennar og reyna þá hvorki gagnvart sjálfum sér né öðrum að hræsna með því að þeir séu hinir mestu framfararnir. Þeir eru þvert á móti menn afturhalds og úrtölu. Einangrunin, sem nærri hafði drepit þjóðina á löngum, þungbærum öldum, er þeim runnin svo í merg og bein, að þeir daga uppi sem nátttröll á tímum hinna mestu framfara. Vísindi og tækni nútímans og hagnýting þeirra er bundin þeirri forsendu, að víðtækt samstarf eigi sér stað. Þess vegna leita jafnvel stórbjóðirnar samstarfs hver við aðra, jafnt stórar þjóðir sem smáar. Ef stórbjóðunum er slík þörf, þá er smáþjóðunum það nauðsyn ... Ef aðrir, þeir sem okkur eru líkastir að menningu og efnahag, hafa svo góða reynslu, hví skyldum við þá óttast, að reynsla okkar yrði önnur og lakari?“

Þessi orð ættu að vera mörgum til umhugsunar á okkar tímum þegar enn á ný er tekist á um grundvallaratriði í samskiptum Íslendinga við aðrar þjóðir, þar birtist annars vegar alþjóðahyggja og hins vegar þjóðernishyggja. Það var eingangrunin sem drap íslenskt þjóðlíf í dróma um aldir. Víðtækt samstarf þjóða í milli er smáþjóð í Norður-Atlantshafi lífsnauðsyn, hvort heldur sem er á sviði menningar, mennta, landvarna eða viðskipta. ■



SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

EIGNAMIÐLUN

GRENSÁSVEGUR 11 | SÍMI 588 9090 | WWW.EIGNAMIDLUN.IS

NÝTT Í SÖLU



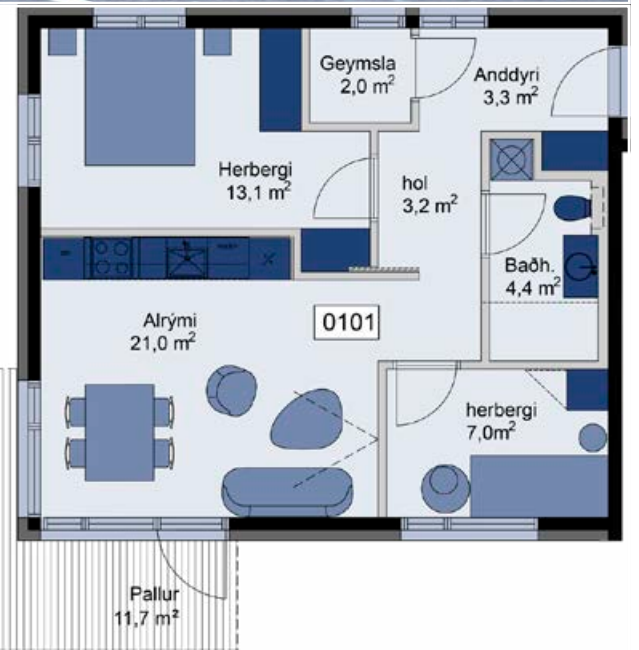
FREKARI UPPLÝSINGAR



Hilmar Þór Hafsteinsson
Löggiltur fasteignas., lögg.
leigumíðlari. Sími 824 9098



Daði Hafþórsson
Löggiltur fasteignasali
Sími 824 9096



NÝTT Í SÖLU: ALDINMÖRK 1, 3 OG 12

Edenbyggð í Hveragerði, nýtt íbúðahverfi við göturnar Aldinmörk og Edenmörk. Hverfið er skipulagt með framtíðina í huga - frábæra tengingu við göngustíga og þægilega aðkomu að bílastæðum með hleðslumöguleikum fyrir rafbíla. Miðsvæðis er leiksvæði og sælureitur með litlum gróðurhúsum sem íbúar geta fengið að njóta góðs af.

Alls verða 77 íbúðir í hverfinu. Í fyrsta áfanga eru 25 íbúðir, stærð 63-80 fm og eru tveggja, þriggja og fjögurra herbergja. Hluti íbúða eru tilbúnar til afhendingar.

Íbúðum verður skilað fullbúnum en án gólfefna en flísar á votrýmum.

Skilalýsing ásamt nánari upplýsingum má sjá á heimasíðunni www.edenbyggd.is

**ALDINMÖRK 1 ÍBÚÐ 101. VERÐ 34,8 MILLJÓNIR.
STÆRÐ 75,3 FM.**

Framkvæmdaaðili: Suðursalir ehf.

Aðalverktaki: JÁVERK ehf.

Hönnun: Tark

Heildarfjöldi íbúða í

Edenbyggð: 77

Fjöldi íbúða í fyrsta áfanga: 25

Verð frá 32,9 mkr.

Stærðir 2-3 ja herbergja,
68,1 fm – 75,3 fm.

VINIR Í 13 ÁR OG ALDREI BETRI

Grínið er allsráðandi í hlaðvarpinu Hæ hæ. Að vinna saman er draumur fyrir Hjálmar og Helga enda báðir með svipaðan húnor. Þó hafa þeir mjög ólíkar skoðanir á lífinu.

Unnur Regína
Gunnarsdóttir
unnurg@dv.is



Hjálmar Örn Jóhannsson og Helgi Jean Claessen halda úti einum vinsælasta hlaðvarpsþætti á Íslandi, Hæ hæ. Þættirnir urðu eins árs á dögnum og er búið að hala þeim niður um milljón sinnum. Í þáttunum snerta þeir á öllu og er grínið aldrei langt undan. Þeir láta samt mikilvæg málefni ekki fram hjá sér fara og hefur andleg heilsa og vellíðan oft verið umræðuefni þáttanna.

Liðir eins og „játningin“ og „klemman“ hafa verið geysivinsælir en þar fara þeir félagar yfir skemmtilegar játningar og klemmur, bæði úr eigin lífi og gesta sinna. Leikþátturinn er svo rúsínan í pylsuendanum en þar bregða þeir sér í gervi hinna ýmsu karaktera.

Hæhæ fyrsta alvöru verkefnið

Hjálmar og Helgi hafa verið vinir í um 13 ár. „Já, það var 2007, góðærisárið, það voru peningar sem leiddu okkur saman,“ segir Hjálmar og hlær. Aðspurðir af hverju þeir hafi ákveðið að búa til Hæ hæ svarar Helgi: „Hæ hæ varð til eftir áralangar tilraunir til að gera eitthvað saman. Við höfðum reyndar áður gert Youtube-myndbönd, sketsa og bók. En Hæ hæ var fyrsta alvöru verkefnið okkar saman.“ Og það hefur líka gengið svona ljómandi vel.

En hverjir finnst Helga vera helstu kostir Hjálmars? Helgi hugsar sig lengi um áður en hann svarar. „Málið er að hann tekur lífinu ekki alvarlega. Hann er kærulaus, latur og sóði. Nei, bíddu, átti ég að telja upp kosti?“ Helgi segir Hjálmar ekki taka sjálfan sig of alvarlega. „Hann er einlægur og þú hittir aldrei á Hjálmar á vondum degi, hann er alltaf hress.“

Aðspurður hverjir ókostir Hjálmars séu er Helgi fljótur til svars: „Málið er að kostirnir og ókostirnir okkar eru af sama meidi. Það að taka sig ekki alvarlega getur líka verið ókostur. Það er oft óreiða í kringum hann en það er hún sem býr til húnorinn.“

Eins og þegar Hjálmar var að halda fyrirlestur á ráðstefnu. Þá lá allur húnorinn í því að ég var búinn að búa til rosalega fínar glærur sem Hjálmar notaði ekkert, hann gleymdi hvar hann hafði sett míkrófóninn og svo týndi hann glærupennanum. Óreiða-



Helgi Jean Claessen og Hjálmar Örn Jóhannsson hafa verið bestu vinir í 13 ár.

MYND/SIGTRYGGUR ARI

„Það er skemmtilegast í heimi að geta unnið með vini sínum.“

an er svo fyndin, en svo getur hún líka verið erfið.“

Ekkert rosalega margir gallar við Helga

Hjálmar á ekki erfitt með að

telja upp kosti Helga. „Ég verð að segja með Helga að hann er ofsalega flottur strákur. Það er mjög þægilegt við Helga að hann er alltaf rólegur í öllum aðstæðum. Hann á rosalega

stóran þátt í því hvað þátturinn okkar er vinsæll.

Þegar Helgi var að skipuleggja þetta allt saman fór hann mjög náði í allt. Ég hef oft brennt mig á því að þegar

Helgi er að skipuleggja finn-ist mér hann nú ekki þurfa að skipuleggja svona mikið. En svo kemur undantekningarlaust í ljós að þess þurfti og þess vegna ganga hlutirnir oftast svona vel. Helgi segir manni líka alltaf satt, hann er ekkert að fegra hlutina.

En ókostir Helga eru að hann á mjög erfitt með að útskýra hluti á einfaldan hátt. Maður þarf oft að spyrja hvað hann sé að meina. Hann notar rosa oft einhver svona flott orð af því að hann er mikið menntaður. Hann er mjög menntaður og langar að segja frá því að hann sé menntaður. En annars eru ekkert rosalega margir gallar við hann.“

Mikilvægt að geta talað saman

„Það er skemmtilegast í heimi að geta unnið með vini sínum. Að geta fíflast allan daginn með einhverjum sem manni þykir skemmtilegur,“ segir Hjálmar. „Það er rosalega vandasamt að búa til gott samstarf. Styrkleikar allra verða að nýtast inn í þetta og einum má ekki líða eins og hann geri meira en hinn.“

Það er alveg kúnt að vinna saman, það getur alltaf komið eitthvað upp á, ágreiningur eða annað. En það skiptir samt eiginlega engu máli, svo framarlega sem maður geti rætt það. Ef þú getur talað upphátt og sagt hvað þér finnst og hvernig þér líður þá ganga hlutirnir vel,“ segir Helgi.

Þeir viðurkenna báðir að geta orðið pirraðir hvor á öðrum. „Ég verð reyndar alltaf pirraður út í þá sem ég vinn með. Svona létt pirraður, en það er bara eðlilegt,“ segir Hjálmar.

Helgi og Hjálmar eru með skilaboð til hlustenda sinna: „Já, komið með peningana. Leggið inn á reikninginn okkar,“ segir Hjálmar og hlær. „Nei, án alls gríns þá er svo gaman að það hafi svona margir gaman af því að hlusta á okkur. Að annað fólk hafi sama húnor og við er svo frábært. Það eru svo rosalega margir sem tengja við þetta. Við erum að fá fullt af skemmtilegum skilaboðum og ummælum.“

Við vissum ekkert þegar við fórum af stað. Það voru 150 niðurhöl fyrsta daginn sem við gáfum út þáttinn. Og núna erum við komin í milljón. Við erum að tala um að það eru 100 klukkustundir af efni,“ segja Hæ hæ-bræður glaðir í bragði. Þættina er hægt að nálgast á öllum helstu hlaðvarpsveitum. ■

KRAFTAVERKABÖRNINGIN

ÓTRÚLEGUR LÍFSHÁSKI BARNNA

Börn eru alla jafnan ótrúlega hörð af sér þótt lítil séu. Kraftaverkasögurnar hér sýna okkur hversu mikið álag þessir litlu líkamar geta þolað í erfiðum aðstæðum.

LÍFSHÁSKI

Unnur Regina Gunnarsdóttir



Kraftaverkasögur af börnum sem hafa lifað af mikinn háska eru sannarlega til þess fallnar að endurvekja trú á hið yfirnáttúrulega. Ein sagan er af barni sem lenti í hrylli-legu bílslysi en fékk aðeins nokkrar skrámur og önnur af barni sem lifði af mannskætt flugslys því að líkami fullorðinnar manneskju sem lést í slysinu veitti því skjól.



Bíllinn eftir slysið í Arkansas.



Flug Northwest Airline 255.

Hjartað sló ekki í tvær klukkustundir

Það var kalda nótt í Alberta í Kanada árið 2001 sem hin 13 mánaða gamla Erika Nordby skreidd fram úr rúminu sem hún deildi með móður sinni og opnaði ólæsta útidyrarhurðina. Erika litla óð út í snjóþunga nóttina, féll í djúpan snjóinn og komst ekki á fætur aftur. Ekki er vitað nákvæmlega hvenær hún fór út en það var um klukkan þrjú sem móðir hennar áttaði sig á því að barnið var horfið. Móðirin rauk strax út og til allrar hamingju sá hún Eriku litlu fljótt þar sem hún lá hreyfingarlaus í sjónum.

Móðirin hringdi strax á sjúkrahús og hófu bráðaliðar endurlífsgunartilraunir um leið og þeir komu á staðinn. Þetta var erfitt verk þar sem útlímir Eriku voru svo kaldir að ekki var hægt að koma nál í gegn um húð hennar til að gefa henni lyf í æð. Munnur hennar var svo fullur að snjó að erfiðlega gekk að barkaþræða litlu stúlkuna. Á endanum tókst bráðaliðum að stinga í æð og var Erika síðan flutt með hraði upp á spítala.

Hjarta hennar hafði verið stopp í tvær klukkustundir en brátt náði heilbrigðisstarfsfólk að koma hita í líkama Eriku. Fólk var orðið vondauft og kom það öllum á óvart þegar hjarta hennar byrjaði aftur að slá. Talið er að ofkælingin hafi orðið til þess að hægðist á allri líkamsstarfsemi, þar á meðal hjartslættinum, sem eru varnarviðbrögð líkamans til að minnka líkur á varanlegum skaða. Erika náði sér að fullu og komst fljótt heim í faðm fjölskyldunnar.



Nyalou Thong á sjúkrahúsi.



Erika Nordby með móður sinni.

Flaug 7,3 metra

Í Texarkana í Arkansas árið 2016 varð harður árekstur á milli fólksbifreiðar og vöruflytningabíls. Í fólksbílnum voru fjórir fullorðnir og átta mánaða gamalt barn. Við höggið kastaðist barnið út úr bílnum og þegar viðbragðsaðilar komu á vettvang fundu þeir það ekki í fyrstu. Brátt heyrðu þeir hljóð berast skammt frá og fundu barnið sitjandi ofan á heyrhúgu, heilt á húfi.

Greinilegt var að barnið hafði kastast 7,3 metra frá bílnum en verið svo heppið að lenda á mjúku undirlagi. Það teygði sig brosandí á móti björgunarfólki þegar það nálgast. Barnið hafði verið í bílstól en hann verið svo ótryggur að barnið losnaði við höggið. Ekkert amaði að barninu utan þess að fá nokkrar skrámur. Hinir fjórir farþegarnir slösuðust hins vegar töluvert.

Skýldi drengnum með eigin líkama

Hinn þrettán mánaða gamli Nyalou Thong komst lífs af eftir hræðilegt flugslys í Suður-Súdan árið 2015. Enginn lifði slysið af nema Nyalou og einn fullorðinn karlmaður.

ur. 37 létust. Flugvélin sem forst var fraktvél, ætluð til að flytja vörur innanlands, og ekki var heimilt að flytja með henni fólk. Samkvæmt farmskrá voru allar vörur um borð sem þar áttu að vera en fólk var þar til viðbótar. Slysið var rakið til þess að vélin var allt of þung. Leyfilegt var að hún bæri 15,5 tonn en raunveruleg þyngd í þetta skiptið var mun meiri. Vélin hrapaði í nágrenni við ána Níl.

Maður að nafni Achol Deng fann drenginn nálægt flakinu þar sem hann lá á bringu karlmannsins sem einnig lifði af, og var maðurinn meðvitundarlaus. Strax var farið með Nyalou litla á spítala, ásamt manningum sem hafði hlotið alvarleg meiðsl. Maðurinn komst brátt aftur til meðvitundar og sagðist hafa reynt að skýla drengnum með líkama sínum. Nyalou slapp með fótbrót og sár á enni. Móðir hans og eldri systir fórust hins vegar í slysinu.

Kraftaverkabarnið

Cecelia Cichan var aðeins fjögurra ára þegar hún varð þekkt sem kraftaverkabarnið. Þá hafði henni verið bjargað úr flaki flugvélar

sem hrapaði skömmu eftir flugtak í ágúst 1987 í Detroit í Bandaríkjunum. Þarna var um að ræða flug 255 með Northwest Airlines sem var á leið til Pheonix í Arizona og er eitt mannskæðasta flugslys í sögu Bandaríkjanna.

Vélin hrapaði í gegnum þak á bílaleigu á flugvelli. 156 manns létust í slysinu en tveir farþegar í bifreið við bílaleiguna fórust einnig. Því hefur verið haldið fram að Cecelia hafi lifað af vegna þess að móðir hennar skýldi dótturinni með líkama sínum. Cecelia var á ferð með fjölskyldu sinni, foreldrunum Paulu og Michael ásamt sex ára gömlum bróður og voru þau á leið heim eftir frí. Þau létust öll í slysinu.

Cecelia slasaðist alvarlega, hún höfuðkúpubrotnaði, fótbróttaði og hlaut þriðja stigs bruna. Hún fór í fjórar húðígræðslur á höndum og fótum. Mikill áhugi kviknaði á máli Ceceliu og bærst henni yfir tvö þúsund gjafir og 30 þúsund kort á barnaspítalann. Hún átti góða að en móðursystir hennar og eigimaður hennar, þau Rita og Franklin Lumpkin, tóku hana undir sinn verndarvæng og leyfðu henni að búa hjá sér.

Vegna þess hversu ævintýrlega margar gjafir bærust Ceceliu biðluðu þau Rita og Franklin til fólks um að gjafirnar yrðu gefnar áfram þannig að börn á öðrum spítölum gætu notið góðs af. Þau settu síðan upp söfnunarreiðing fyrir Ceceliu þar sem söfnuðust um 150 þúsund Bandaríkjadalir. Þau héldu henni utan sviðsljóssins og hefur hún aðeins einu sinni talað opinberlega um slysið. Í því viðtali sagði hún meðal annars frá því að hún hefði fengið sér húðflúr til minningar um slysið, mynd af lítilli flugvél á höndina, og sagðist hún hugsa um slysið á hverjum einasta degi.

Það var slökkviliðsmaðurinn John Thiede sem kom á vettvang slyssins sem bjargaði Ceceliu eftir að hafa heyrt grát frá flakinu. Cecelia hélt sambandi við John og var hann viðstaddur brúðkaup hennar. ■

Hlaðvarpið **HÁSKI** kemur út á mánudögum á vef DV. Lumar þú á Lífsháskasögu? Sendu okkur endilega ábendingu á haskipodcast@gmail.com

Vonarstjórnur Íslands

Ísland er stútfullt af ungu hæfileikafólki sem hefur látið að sér kveða í sjónvarps- og kvikmyndagerð. Hér eru nokkur nöfn sem vert er að leggja á minnið.

Auður Ösp
Guðmundsdóttir
audur@dv.is



Íslensk sjónvarps- og kvikmyndagerð hefur verið í mikilli sókn undanfarið misseri. Má þar nefna dæmi á borð við Ófærð, Brot, Hvítur, Hvítur dagur og Pabbahelgar.

Fjölmarginir nýliðar hafa komið fram á sjónarsviðið sem verður spennandi að fylgjast með á næstu árum. DV leitaði til reynslubolta innan bransans og bað þá um að nefna dæmi um vonarstjórnur í íslensku sjónvarps- og kvikmyndagerð.

Að neðan eru þau nöfn sem álitsgjafarnir nefndu oftast. ■

Álitsgjafar

Ragnar Bragason
leikstjóri
Nanna Kristín Magnúsdóttir
leikkona, leikstjóri, framleiðandi og handritshöfundur
Búi Baldvínsson
framleiðandi
Hafsteinn Gunnar Hafsteinsson
leikstjóri
Grímur Hákonarson
leikstjóri
Ásgrímur Sverrisson
kvikmyndagerðarmaður og stjórnandi vefsins Klappré
Tómas Valgeirsson
blaðamaður og gagnrýnandi



MYND/NINNA PALMA.COM

NINNA PÁLMAÐÓTTIR

Leikstjóri og kvikmyndatökumaður

Ninna lauk MFA-námi í kvikmyndagerð frá NYU Tisch School of the Arts árið 2019 og hefur skrifað og leikstýrt fjölda stuttmynda á Íslandi og í Bandaríkjunum. Stuttmynd hennar Paperboy hefur hlotið mikið lof og verið verðlaunuð á kvikmyndahátíðum víða um heim. Hún vinnur nú að sinni fyrstu kvikmynd í fullri lengd.

„Fyrst og fremst er það Ninna Pálmadóttir. Hún er ótrúlega kröftug og hef ég stutt hana frá byrjun. Og held því áfram.“

„Stuttmyndirnar frá henni lofa góðu og hafa gengið vel á hátíðum.“



MYND/ÞSEND

UGLA HAUKSDÓTTIR

Leikstjóri og handritshöfundur

Þrátt fyrir að vera aðeins þrítug hefur Ugla þegar fengið inngöngu í hin virtu samtök Directors Guild of America, fyrst íslenskra kvenleikstjóra. Hún lauk leikstjórnarmámi á meistaranámi frá Columbia-háskóla árið 2016 og sópaði að sér verðlaunum við útskrift. Síðan þá hefur hún meðal annars leikstýrt tveimur þáttum af Ófærð 2, þremur þáttum af Amazon-seríunni Hanna og þáttaröðinni Snowfall. Þá mun hún leikstýra tveimur þáttum í Amazon-seríunni The Power sem byggir á metsölubók eftir Naomi Alderman.

„Hefur gert tvær stuttmyndir sem sýna að þar er öflugur leikstjóri á ferð. Verður spennandi að sjá hana spreyta sig á mynd í fullri lengd eða sjónvarpsþáttum.“

„Stuttmyndir hennar lofa mjög góðu. Hún hefur líka verið að fá stór tækifæri, Ófærð og fleira, en það væri gaman að sjá frá henni persónulegt verk.“



MYND/ERLENDURSVEINSSON.COM

ERLENDUR SVEINSSON

Leikstjóri

Erlendur lauk MFA-gráðu í leikstjórn frá Columbia-háskóla í New York árið 2017 en áður hafði hann lokið námi í leikstjórn og framleiðslu í Kvikmyndaskóla Íslands. Stuttmyndir hans hafa hlotið fjölda verðlauna á alþjóðlegum hátíðum á borð við Aspen Shortsfest, Palm Springs Shortsfest og Odense International film festival. Stuttmynd hans Kanarí hlaut tilnefningu sem besta dramamynd ársins á streymisveitunni Vimeo árið 2018.

„Stuttmyndin hans, Kanarí, var mjög sterk, einföld og áhrifamikil.“

„Hefur gert stuttmyndir sem vakið hafa athygli.“



MYND/ERNIR

HLYNUR PÁLMASSON

Leikstjóri

Hlynur nam við Danska kvikmyndaskólann í Kaupmannahöfn og hefur þegar leikstýrt tveimur kvikmyndum í fullri lengd, 35 ára gamall. Frumraun hans, Vetrarbræður, hlaut níu verðlaun á Robert-hátíð dönsku kvikmyndaakademiunnar 2018. Þá hefur kvikmyndin Hvítur, hvítur dagur farið sigurför um heiminn.

„Án efa efnilegasti leikstjórinn á Íslandi í dag. Snillingur í myndrænni frásögn og hefur sérstakan stíl sem engin annar leikstjóri á Íslandi hefur.“

„Hlynur Pálmason, kvikmyndaskáld og mjög áhugaverður listrænn leikstjóri. Hefur notið mikillar velgengni á erlendum hátíðum fyrir fyrstu tvær myndir sínar.“



MYND/ERNIR

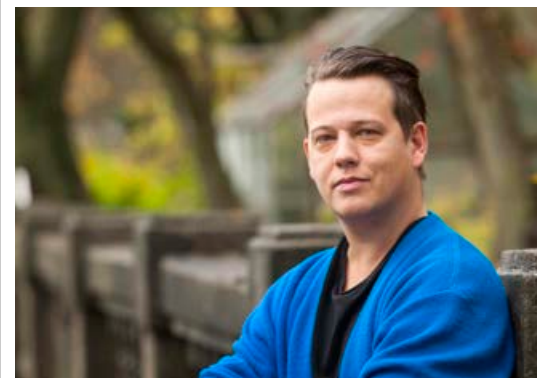
ÞÓRÐUR PÁLSSON

Leikstjóri

Þórður er með diplóma í leikstjórn og framleiðslu frá Kvikmyndaskóla Íslands og lauk meistaranámi í leikstjórn í National Film and Television School í Bretlandi árið 2015. Hans stærsta verkefni til þessa er án efa spennuþáttaröðin Brot (The Valhalla Murders) sem sýnd var á RÚV í vetur en um er að ræða fyrstu íslensku sjónvarpsþáttaröðina sem gerð er í samvinnu við Netflix.

„Sýndi það með þáttunum Brot að þar er efnilegur leikstjóri á ferð. Spái honum velgengni á sviði genre-mynda og spennuþáttagerðar.“

„Kom sérú af stað (Brot) og það er vel af sér vikið sem fyrsta stóra verk.“



MYND/ANTON BRINK

MAGNÚS LEIFSSON

Leikstjóri

Magnús hefur getið sér gott orð sem leikstjóri og komið að fjölda tónlistarmyndbanda, meðal annars fyrir Hatara, Emmsjé Gauta og Úlfur Úlfur en hann hlaut Íslensku tónlistarverðlaunin árið 2014 fyrir myndbandið við lagið Tarantúlur. Þá hefur hann leikstýrt fjölda auglýsinga.

„Spennandi leikstjóri sem hefur aðallega verið í auglýsingum og tónlistarmyndböndum. Vann Edduna fyrir bestu stuttmynd og undirbýr spennandi kvikmynd í fullri lengd.“



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

EKKERT PLAN ER MITT PLAN

Brynjólfur Löve Mogensson samfélagsmiðlastjarna segir föðurhlutverkið hafa breytt lífi sínu og gefur góð „pabbatips“ á Instagram um allt milli himins og jarðar.

Unnur Regína
Gunnarsdóttir
unnurg@dv.is



Brynjólfur Löve Mogensson opnaði líf sitt upp á gátt á samfélagsmiðlum og varð svokallaður áhrifa-valdur alveg óvart. Hann segir fylgja því kosti og galla og erfiðast sé hvað fólk leyfi sér að vera óvægið í kjaftagangi um þekktu einstaklinga.

„Ég ætlaði aldrei að verða eitthvað stór á samfélagsmiðlum, ég var bara venjulegur gaur með Snapchat.“

„Samfélagsmiðlar gerðu mér kleift að vinna við það sem mér finnst gaman. Ég byrjaði á samfélagsmiðlum í engri alvöru og endaði það þannig að í dag er ég að vinna í kringum þessa miðla,“ segir Binni eins og hann er kallaður, en hann starfar sem sérfræðingur í samfélagsmiðlum hjá auglýsingafyrirtækinu KIWI.

Fann brimbretti á Bland

„Ég hef öðlast mikla reynslu í þessum bransa og vann áður hjá fyrirtæki þar sem ég var að stýra áhrifa-valdahrferðum um allan heim ásamt því að vinna að hrferðum fyrir stór fyrirtæki. Ég er búinn að læra virkilega mikið og skapa mér vettvang þar sem ég get búið mér til tekjur við það að gera það sem ég hef ástríðu fyrir.“

Ókostirnir eru að sjálf-sögðu þeir að maður verður skotmark. Allt sem fær jákvæða athygli fær í flestum tilfellum líka einhverja neikvæða athygli. Ég hef samt alltaf bara tekið neikvæðri athygli sem parti af þessu og ég veit að það skapast alls konar umræður um mig og mitt líf.“

Binni á sér mörg áhugamál en eitt þeirra er nú kannski ekki sérlega íslenskt en hann fer á brimbretti allan ársins hring.

„Síðan ég var krakki hef ég alltaf verið á hjólabretti og snjóbreitti og verið mikið í þeim lífsstíl. Allar mínar fyrirmyndir voru hjólabretta- og snjóbreittafólk. Sá lífsstíll hefur alltaf heillað mig og ég hef alltaf verið hluti af þeirri hreyfingu og sörfið varð einhvern veginn eðlileg framlenging af því. Ég fann brimbretti til sölu á bland.is og kenndi sjálfum mér á það.“

Föðurhlutverkið breytti öllu Binni eignaðist soninn Storm árið 2018 og eru þeir feðgar duglegir að gera skemmtilega hluti saman. Binni skildi við



Brynjólfur Löve Mogensson hefur farið á hjólabretti og snjóbreitti síðan hann var barn en fer nú á brimbretti allan ársins hring. MYND/ERNIR



hvernig þeim líður og ég hef fengið virkilega falleg skilaboð og spurningar í sambandi við föðurhlutverkið. Mér finnst alltaf skemmtilegast að láta frá mér efni sem veitir öðrum innblástur og er gagnlegt.“

Lífið varð betra

„Það breyttist allt þegar Stormur fæddist, ég þurfti að verða skipulagðari og ráðstafa tíma mínum betur. Lífið varð tíu sinnum betra og allt sem ég geri er skemmtilegra af því að Stormur er með mér. Að fylgjast með honum þroskast, vaxa og dafna er það fallegasta sem ég veit um. Hann lærir ný orð á hverjum degi, hleypur út um allt og að sjá hann upplifa heiminn er það skemmtilegasta í heimi. Að vera pabbi hans er hlutverk sem ég er virkilega þakklátur fyrir.“

Binni hefur virkilega skemmtilega sýn á framtíðina og er ekki mikið fyrir að plana.

„Allt sem ég hef gert og fengið, grætt og lært, hefur einhvern veginn komið til mín. Út frá þessu hef ég einmitt kynnst og unnið með rosalega mörgu fólki og fengið mörg tækifæri. Það að vera ekki með neitt plan er planið mitt,“ segir Binni og hlær. ■



Þið getið fylgst með Binna á Instagram undir nafninu binnilove.

MYNDIR/AÐSENDAR

barnsmóður sína fyrir stuttu og hefur þurft að aðlagast lífinu svolítið upp á nýtt. Hann hefur verið duglegur að sýna frá lífi þeirra feðga á miðlum

sínum og deila svokölluðum „pabbatips“ þar sem hann snertir á öllu frá fæðingu og að því hvernig á að halda rétt á ungbarnabílstól.

„Mér finnst skemmtilegast að sýna frá syni mínum, ferðalögum og pabbatips er í miklu uppáhaldi líka. Margir pabbar þora ekki að tala um

NÝTTI!

NÓA



ÞETTA VERÐUR ALGJÖRT
TROMP SUMAR!

Taktu sumarið með trompi og prófaðu glænýja viðbót við lakkríslínu

Nóa Síriús. Tromp með jarðarberjabragði. Algjör sumarsæla!



NÓADAGURINN
Besti dagur vikunnar!





Á ferð um landið

REYKJANESBÆR

Aðeins hálf tíma akstur frá höfuðborginni er að finna vel falinn fjársjóð, Reykjanesbæ, þar sem margt er að sjá og gera. Hvort sem þú vilt rifja upp rokk-sögu Íslands, fara í strandblak eða frísbíggj eða jafnvel sötra ódýran bjór, þá er Reykjanesbær staðurinn.



MYND/REYKJANESBAER.IS



MYND/VIKINGWORLD.IS

VÍKINGAHEIMAR

Víkingaheimar eru heimili víkingaskipsins Íslendinga sem var byggt árið 1996 og er nákvæm eftirlíking Gauksstaðaskipsins sem fannst og var grafið upp árið 1882 við Gauksstaði í Sandefjord. Vísindamenn komust að því að skipið hefði verið smíðað árið 870, fjórum árum áður en Ingólfur Arnarson settist að á Íslandi. Víkingaheimar eru á Fitjum í Ytri-Njarðvík.



MYND/TRIPADVISOR

VILLABORGARI

Heimsókn í Keflavík verður að innihalda einn Villaborgara frá Pylsuvagninum hjá Villa og Ingu, menningarstólpa Reykjanesbæjar í skyndibita. Villaborgarinn er sérstaklega vinsæll. Á honum er tómatsósa, steiktur laukur, hrár laukur, rauðkál, súrar gúrkur, sinnep og remúlaði.



MYND/SUMAR.RNB.IS

FRISBÍGGJ VIÐ RÓMANTÍSKA SVÆÐIÐ

Það er átta brauta frísbíggjvöllur á skemmtilegu svæði við Aðalgötu, á mótis við Vatnsholt, í Keflavík. Völlurinn er með stuttum brautum og liggur fram og til baka í fjölbreyttu landslagi.



MYND/TRIPADVISOR

STRANDBLAK Á PADDY'S

Ef þú hefur einhvern tíma farið á skrallið í Keflavík þá eru allar líkur á því að þú hafir farið á Paddy's. Paddy's Beach Pub, sem hét áður Paddy's Irish Pub, er við Hafnar götu 38 í Keflavík. Það er tilvalið að njóta sólarinnar á pallinum þar sem það er nánast alltaf logn eða fara í strandblak með vinunum.

ÓDÝR BJÓR Á CAFE PETITE

Í húsasundi við Framnesveg í Keflavík má finna ódýrasta bjór bæjarfélagsins. Þar er kaffihúsið Cafe Petite sem býður upp á stóran kranabjór á 650 krónur. Það er að sjálfsgöðu einnig hægt að fá sér kaffibolla og kökusneið. Ef þú nennir ekki að sitja og spjalla er nóg afþreying í boði; pool, pila, skák og heilt fjall af borðspilum.



MYND/FACEBOOK CAFE PETITE



MYND/VISITREYKJANES.IS

VATNAVERÖLD

Ef þú ert á ferð með börn, sérstaklega ung börn, þá er tilvalið að kíkja með þau í sund í Vatnaveröld. Það er rennibraut úti fyrir eldri krakkana en inni er fullkomið svæði fyrir þau yngri. Stór vaðlaug, kastali með tveimur rennibrautum og margt fleira skemmtilegt. Svo eru auðvitað heitir pottar, gufa og ísbað fyrir þá allra hörðustu.



MYND/SKESSAN.IS

SKESSUHELLIR

Skessan fékk eigið heimili í september 2008 og hefur nú aðsetur í Svartahelli við smábátahöfnina í Gróf. Þar hefur Skessan búið sér notalegan helli með góðu útsýni yfir Keflavíkina og Faxaflóann. Skessan er hugverk Herdísar Egilsdóttur sem ritað hefur fjölda bóka um hana. Börn geta heimsótt Skessuna, heyrt hana hrjóta og prumpa og meira að segja lagst í rúm hennar. Í Skessuhelli er stórt snuddutrú og þangað hefur fjöldi barna farið með síðustu snúð sinn og gefið Skessunni.



MYND/FACEBOOK ROKKSAFNÍÐ

ROKKSAFN ÍSLANDS

Rokksafn Íslands er safn um sögu popp- og rokktonlistar á Íslandi. Safnið er staðsett í Hljómahöll í Reykjanesbæ. Á safninu er að finna tímalínu um sögu íslenskrar tónlistar á Íslandi, allt frá árinu 1830 til dagsins í dag. Á safninu er einnig að finna lítinn kvikmyndasafn þar sem sýndar eru ýmsar heimildarmyndir um íslenska tónlist og hljóðbúr þar sem gestir geta leikið lausum hala og prófað rafmagnstrommuset, gítar, bassa og sungið í sérhönnuðum söngklefa. Samkvæmt vefsíðu Rokksafnsins er ókeypis aðgangur inn á safnið frá 1. júní til 31. ágúst 2020.

„Dillibossaauglýsingarnar“ vöktu hneykslan og umtal

Innheimtuauglýsingar Ríkisútvarpsins gerðu allt vitlaust á fyrri hluta níunda áratugarins. Sumir voru hrifnir en fleiri voru hneykslaðir. Allir höfðu einhverja skoðun.

TÍMAVÉLIN

Áður en nefskattur vegna RÚV var tekinn upp á Íslandi bar öllum eigendum sjónvarps og útvarps-tækja skylda til að greiða svokölluð afnotagjöld. Á árunum 1981-1985 birtust reglulega auglýsingar í Ríkissjónvarpinu þar sem landsmenn voru minntir á að greiða gjaldið, með vægast sagt eftirminnilegum hætti. Hugmynda-smíður auglýsinganna var Rósa Ingólfssdóttir.

Jón Thor Haraldsson blaðamaður orti eftirfarandi stöku sem birtist í Þjóðviljanum árið 1985. Alls voru fjórar innheimtuauglýsingar framleiddar og sýndar á þessum árum og voru þær mjög ólíkar.

Sjónvarpið fyllist með fávítatón og fíflskaparhverirnir gjósa. Slíkt er vor árlega „irritation“: Innheimtudeildin og Rósa.

Brosandi þar í Innheimtalandi

Í fyrstu auglýsingunni, sem birtist á skjáum landsmanna í september 1981, voru dillandi diskómeyjar fengnar til að minna menn á afnotagjaldið. Í kjölfarið töluðu margir um „dillibossaauglýsinguna“. Ári síðar birtist auglýsing þar sem nokkrir karlar dingu sér í dulúðlegu þokukófi og ung stúlka dillaði sér í gervi æðarfugls. „Þetta er ekki auglýsing um æðarvarp, þetta er ekki auglýsing um andvarp, þetta er ekki auglýsing um kúluvarp,“ heyrðist kór syngja.

Í mars 1982 hringdi sjónvarpsnotandi í Morgunblaðið og vildi koma eftirfarandi á framfæri: „Það er furðuleg auglýsing sem sjónvarpið birtir æ ofan í æ um þessar mundir, til þess að minna á greiðslu afnotagjalda. Auglýsingin minnir einna helst á brúð, of mikla yfirbyggingu og offitu, og verkar ef til vill öfugt við það sem henni er ætlað. Ég væri að minnsta kosti búinn að greiða þetta gjald, ef hún hefði ekki verið.“

Í þriðju auglýsingunni sem sýnd var mátti sjá skælbrosandi þar spóka sig um í „Inn-



■ Övist er enn hvort Innheimtunni tekst að efna til alvarlegri opinberra deilna með varp-auglýsingu sinni, en ljóst er að þetta sjónarspil vekur ekki síður athygli en dillibossarnir í fyrra.

„Þett“ er ekki auglýsing um æðarvarp ...“

heimtalandi“ þar sem búklausir handleggir sveifluðu kaffibollum og vingjarnlegur og bústinn snjókarl veifaði til áhorfenda.

Eldra fólk neitaði að borga
Í mars 1983 skrifaði reiður áhorfandi til Morgunblaðsins og kallaði innheimtuauglýsingarnar „óþolandi þjóðarhneisu“.

„Sjónvarpið ætti að sjá að þessar innheimtuauglýsingar eru barnalegar, niðurlægjandi fyrir RÚV og hljóta að kosta meira en svo, að það borgi sig að „skandalísera“ þannig í hvert skipti sem RÚV vill fá aurana sína.“

Í innheimtuauglýsingunni 1984 voru fætur í aðalhlutverki, fætur pilts sem var að bjóða stúlku út, fætur pípu-lagningamanns, ellilífeyrisþega, sjómanns og ræstingakonu.

„Ég vona bara að ég hafi bæði glatt og hneykslað marga, meira er ekki hægt að biðja um í auglýsingagerð,“ sagði Rósa Ingólfssdóttir, höfundur auglýsinganna, í samtali við DV í september 1984.

Þá kom fram að fjölmargir af eldri kynslóðinni hefðu neitað alfarið að greiða afnotagjöldin eftir að hafa séð umrædda auglýsingu. Rósa sagði einnig:

„Ef þessi auglýsing hneykslar einhverja þá hlýtur það að vera fólk af kynslóðinni sem fæddist á árunum 1910–1918. Á þeim árum var kynlífsfræðsla í lakara lagi og fólk fyrir bragðið óþarflega bælt. Það er einhver feimni í þessu fólk.“

Vildi ná athygli fólks á jákvæðan hátt

Það voru þó ekki allir hneykslaðir á Dillibossaauglýsingunum svokölluðu. Í samtali við Vikuna í desember 1981 svaraði Arnþrúður Karlsdóttir aðspurð að auglýsingin væri sú besta sem hún myndi eftir. Í lesendabréfi Morgunblaðsins í september 1981 skrifaði maður að nafni Ragnar:

„Innheimtuauglýsing sjónvarpsins er prýðileg, vel hugsuð og upp sett. Ég skora á útvarpsráð að taka myndina til sýningar á nýjan leik, því að hún var sjónvarpinu til sóma. Karlmaðurinn er ákveðinn en kurteis innheimtumaður fyrir stofnunina. Dömunar dansa eftir tónlistinni sem útvarp og sjónvarp láta okkur hafa svo mikið af, jafnvel svo að sumum finnst fullmikið, og þær eru eiginlega músíkin holdi klædd. Með fegurð sinni og mýkt túlka þær hlýlegt við-

mót sjónvarpsins gagnvart notendum, sjáendum og heyrendum. Ekki veitir af þegar verið er að rukka afnotagjöldin. Mig undrar það stórlega, að útvarpsráð skuli hlaupa eftir duttlungum einhverra sérvískufullra persóna, jafnvel þó að þær eigi sæti í jafnréttisráði, sem af öfund og ergi leggja allt út á verri veg. Eða á að fara að ritskoða listaverk hér hjá okkur að rússneskri fyrirmynd?

Sögusvið seinustu auglýsingarinnar, sem birtist árið 1985, var einhvers konar fútúristísk geimveröld þar sem spandexklæddir „tæknimenn“ með bleika herðapúða stóðu vaktina við innheimtuvélar.

Í samtali við Vikuna árið 1988 sagði Rósa: „Ég kærði mig alls ekki um að gera auglýsingu í stíl við tilkynningar frá einhverjum sýslumönnum sem hóta fólki nauðungaruppboði eða fangelsi ef það borgaði ekki sín gjöld tafarlaust. Hins vegar vildi ég ná athygli fólks á jákvæðan hátt og tel að mér hafi tekist það. Alla vega voru allir sammála um það þremur árum seinna að þetta hefði tekist mjög vel. Kynhvötin og gleðin eru þau atriði sem mest er höfðað til þegar verið er að koma einhverju á framfæri með auglýsingu.“ ■

Dæmi voru um að fólk neitaði að greiða afnotagjöldin eftir að hafa horft á innheimtuauglýsingarnar.

MYNDIR/
TÍMARIT.IS

Spurningin

Hvernig finnst þér nýja innheimtuauglýsing sjónvarpsins?



Arný Richards húsmóðir: Æ, ég veit það ekki. Virðist allt sama ruglið. En það getur vel verið að hún hafi áhrif og það er jú fyrir mestu.



Guðný Gubbjörnsdóttir húsmóðir: Mér finnst hún bara ágæt. Nei, hún hvetur mig ekkert til að borga, því ég borga hvort sem er.



Bryndis Pétursdóttir nemi: Hún er ágæt. Mátulega vitlaus. Fólk tekur ábyggilega eftir henni. Nú og það kemst vel til skila sem henni er ætlað að segja.



Unnur Erla Mamquist nemi: Æi, mér finnst hún hálfhærisleg. Miklar glansauglýsingar fara ákaflega í taugarnar á mér. Vona bara að fólk viti að það eigi að borga.



Kristinn Guðmundsson blástjóri: Lítið spáð í það. Tel að þessi veit ekki eins mikla athygli og þær fyrstu. Annars virka þær hálfhærislega á mann, en það skiptir vist ekki máli komi þær boðskapnum til skila.



Jónína Björnsdóttir húsmóðir: Finnst hún bæði hlægileg og barnaleg. Og tel allar þessar innheimtuauglýsingar vera hálfkánalegar. Ég vona hins vegar að þær þjóni tilgangi sínum og fái fólk til að borga.

Innheimtuauglýsingarnar voru meðal annars kallaðar „barnalegar“, „niðurlægjandi“, „klámmynd“ og „þjóðarhneisa“

Una í eldhúsinu

Matgæðingurinn Una Guðmundsdóttir á unabakstur.is hvetur lesendur til að bjóða í matarboð um helgina með þessum skotheldu uppskriftum.



Ananas- og karamelluostakaka

Hér er uppskrift að ferskri og sumarlegri ostaköku sem klárast án efa enda er karamellusósan algjört lostæti.

260 g Maryland-kex
30 g smjör
200 ml rjómi
170 g rjómaostur
2 tsk. vanilludropar
4-5 sneiðar ferskur ananas

Byrjið á því að mylja niður Maryland-kex í matvinnsluvél, bræðið saman smjör í potti og hrærið kexblöndunni saman við áður en þetta er allt sett saman í form.

Þeytið rjóma vel. Hrærið rjómaostinn sér svo að hann verði léttur og kekkjalaus. Blandið honum varlega saman við rjómann og

vanilludropana.

Skerið niður þrjár sneiðar af ferskum ananas í fremur litla bita. Setjið þá saman við rjómaostablönduna og þeytið varlega í um 1 mínútu.

Hellið blöndunni yfir kexið í forminu.

Karamellusósa
80 g Dumle-karamellur
20 g smjör

Bræðið saman smjör og Dumle-karamellur í potti við vægan hita. Leyfið karamellunni aðeins að kólna áður en hún er sett yfir kökuna.

Skreytið með ferskum ananas.



MYNDIR/AÐSENDAR

Spaghetti carbonara

Spaghetti carbonara hefur alltaf verið einn af mínum uppáhalds pastaréttum.

Ég hef gjarnan lent í vandræðum með að finna góða ljósa pastasósu en þessi er hins vegar einföld í framkvæmd og smakkast alltaf jafn vel. Fá hráefni og tiltölulega fljótgerður réttur.

400 g spaghetti
200 g beikonstrimlar
2 stk. hvítlauksrif
3 stk. egg
100 g parmesanostur
Salt og pipar
Steinseljubúnt

Byrjið á því að sjóða spaghetti í vatni og olíu og gætið þess að salta vatnið vel.

Steikið saman á pönnu beikonstrimla og pressuð hvítlauksrif. Þeytið saman egg og rífið niður parmesanostinn í skál, saltið og piprið eftir smekk.



Þegar pastað er soðið er 1 dl af vatninu tekinn til hliðar áður en það er sigtað og sett á pönnu ásamt beikonblöndunni. Steikið svo spaghettiblönduna og beikon- og hvítlauksblönduna við vægan hita, slökkið á hellunni og

blandið eggjablöndunni saman við og hrærið vel saman.

Þá er ekkert eftir nema að bera réttinn fram og finnst mér gott að strá bæði smá parmesanosti yfir og steinselju.

VILTU VINNA

ÞRÁÐLAUS HEYRNARTÓL?

PÓSTAÐU MYND AF ÞÍNU BROSI Á INSTAGRAM
OG MERKTU MEÐ MYLLUMERKINU

#EXTRABROS



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

BORÐAR MESTMEGNIS VEGAN

Fyrir atvinnuþróttamanneskju eins og Ólafíu Þórunni Kristinsdóttur skiptir matarræðið heilmiklu máli. Hún borðar mjög hollan mat sem er mestmegnis vegan fæði.

Guðrún Ósk
Guðjónsdóttir
gudrunosk@dv.is



Ólafía Þórunn Kristinsdóttir er einn af okkar fremstu kylfingum. Matarræðið skiptir hana miklu máli og leggur hún áherslu á að borða hollan mat. Ólafía fylgir mestmegnis vegan matarræði og er hrifin af asískri matargerð. En hvað ætli atvinnukylfingurinn borði á venjulegum degi?

Venjulegur dagur

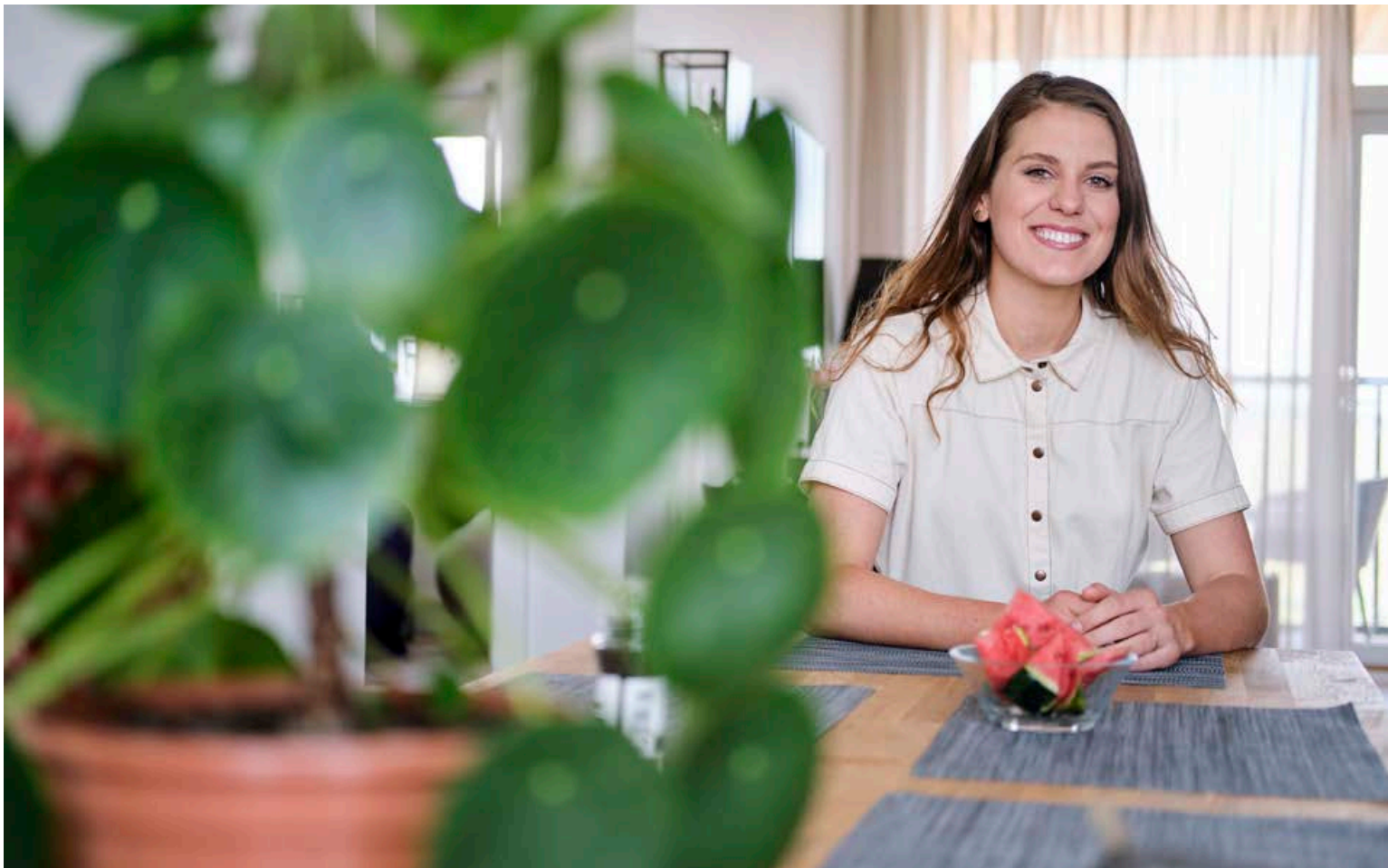
„Dagarnir eru mjög mismunandi. Þar sem ég er atvinnukylfingur eru sumar vikur keppnisvikur og aðrar æfingavikur og þar á milli er ég líka að vinna í einhverjum allt öðrum verkefnum á hliðarlínunni. Ég vakna samt alltaf snemma. Ef ég er að keppa vakna ég oft í kringum 6.00 þegar ég á rástíma um morguninn. Ég fæ mér morgunmat, teygi, hita upp í klukkutíma og spila 18 holur. Svo eftir hringinn fæ ég mér að borða og þá æfi ég mig í einhvern tíma.

Stundum er ég ekki komin heim fyrr en um sexleytið eða seinna ef það eru viðburðir sem tengjast mótunum sem við þurfum að mæta á. Ég borða kvöldmat með Thomasi, unnusta mínum, vinn í tölvunni ef ég þarf þess, undirbý mig fyrir næsta dag og svo lesum við eða horfum á einn Netflix-þátt. Sofnuð klukkan 22-23.30 vanalega,“ segir Ólafía Þórunn.

„Á æfingavikum leyfi ég mér aldrei að sofa lengur en til 8.30, ef ég þarf að ná endurheimt er gott að sofa lengur. Þá stunda ég líkamsrækt, æfi mikið og vinn að ýmsu. Ég hitti styrktaraðila, fer í viðtöl, myndatökur, svara tölvuþóstum, mæti á golfviðburði og margt fleira. Þess á milli hitti ég fjölskyldu og vini. Ég er aðeins meiri náttfráfn þessar vikur.“

Borðar hollt

Fyrir atvinnuþróttamanneskju eins og Ólafíu Þórunni skiptir matarræðið máli. „Ég borða mjög hollt. Ég segist aldrei vera vegan, en ég borða mestmegnis vegan. Stundum kemur nefnilega fyrir að ég geri undantekningar ef það er til dæmis erfitt á ferðalögnum að borða og ekki mikið í boði. Svo hef ég líka leyft mér að borða humar við sérstök tilefni, það er uppáhaldið mitt en gerist kannski tvisvar á ári. Annars borða ég mikið avókadó, indverskan, taflenskan, japanskan og pasta, svo eitt-hvað sé nefnt,“ segir Ólafía.



Ólafía Þórunn er ágætis kokkur en segist duglegri að búa til eftirrætti og baka.

MYND/ANTON BRINK

Matseðill Ólafíu Þórunnar

Morgunmatur

Þegar ég er að flýta mér: Cheerios. Spari: Ristað brauð með kókosolíu, avókadó, tómötum, salt, pipar.

Millimál nr. 1

Bý mér til þeyting til að taka með út á golfvöll. Frosin jarðarber og bláber, grænkál og mylk.

Hádegismatur

Pasta

Millimál nr. 2

Ávöxtur, hnetur, orkustykki.

Kvöldmatur

Dal-réttur eða linsubaunasúpa.

„Ég er ágætis kokkur en ég er duglegri í eftirrættunum og að baka. Ég gleymi stundum að borða, þannig að Thomas hjálpar mér að borða reglulega og eldar oft fyrir mig. Hann er frábær kokkur,“ segir hún.

Uppáhaldsmáltíð

„Heimalöguð pítsa með rauðlauk, vorlauk, rauðri papriku, ananas og heitu pítsakryddi. Svo þegar hún kemur úr ofninum set ég avókadó, hvítlauksolíu, salt og pipar á hana. Stundum klettasalát líka ef ég á það til,“ segir Ólafía Þórunn. ■

Súkkulaðikaka frá Veganistum

3 bollar hveiti
2 bollar sykur
½ bolli kakó
2 tsk. matarsóði
1 tsk. salt
2 bollar vatn
⅔ bollar bragðlaus olía – við notuðum sólblómaolíu
2 tsk. vanilludropar
1 msk. eplaedik

Hitið ofninn í 175°C með blæstri.

Blandið þurrefnum saman í skál.

Bætið restinni af hráefnunum saman við og hrærið þar til engir kekkir eru í deiginu.

Bakið í 20-30 mínútur.

Ég nota reyndar ekki kremuppskriftina sem fylgir með. Ég set annaðhvort brætt suðusúkkulaði eða bý til smjörkrem ofan á eftir eyranu: Jöfn hlutföll smjör og flórsykur, kakó og vanilludropar eftir smekk.



MYND/ADSEND



SUMARÍSINN

Mjúkis



— MED —
SUGRÆNNI LÍMÓNU

1L



Sumarísinn er vænn og grænn. Hann er svalandi á sjóðheitum stundum og stútfullur af lokkandi límónu. Smakkaðu — og þú kemst í sumarskap.

Fjölskylduhornið

Kristín Tómasdóttir fjölskyldumeðferðarfræðingur svarar spurningum lesenda um málefni er varða fjölskylduna, börnin og

ástina í Fjölskylduhorni DV. Að þessu sinni svarar hún lesanda sem er hræddur um að finna aldrei hinn eina rétta.

Sérfræðingur svarar



HRÆDD UM AÐ PIPRA

Ég er 23 ára og logandi hrædd um að pipra. Mér finnst allir vera á föstu og Tinder er að gera lítið fyrir mig. Allar vinkonur mínar eru í samböndum og ég finn oft fyrir miklum einmanaleika. Ég er tilbúin í mann, krakka og raðhús og nenni engu djammi. Án gríns, hvað eykur líkurnar á því að ég finni drauma-prinsinn?

Blessuð

Ég vildi óska þess að ég gæti gefið þér upp dagsetningu og tíma á því hvenær þinn framtíðarmaki birtist því það eru ákveðnar frumur í mér sem finna mikið til með þér. Aftur á móti myndi það draga úr spennunni og þránni sem mun skila þér svo mikilli ánægju ef og þegar „sá eini rétti“ birtist.

Það gleður mig hvernig þú orðar spurninguna í tengslum við líkurnar, því við getum ekki spáð fyrir um framtíðina nema út frá mynstrum og meðaltölum úr fortíðinni. Hefur þú áður verið í föstu sambandi? Ef svo er, er þá ekki líklegt að það muni gerast aftur? Ef svo er ekki, nú þá hlýtur tíminn að vinna með þér og líklegra en ekki að biðin verði senn á enda.

Kjöraðstæður til að velja rétt

Þetta efni er mér mjög hugleikið því ef við viljum á annað borð stunda fyrirbyggjandi parameðferð þá er réttast að byrja á fólki eins og þér. Það sem ég á við er að þú ert í kjöraðstæðum til þess að velja vel og koma þannig í veg fyrir mikinn vanda í framtíðinni.

Ég líki þessu stundum við það þegar fólk velur sér hund, þá leggst það í mikla rannsóknarvinnu í tengslum við eiginleika, liti, stærð, gáfnafar og ættartré. Þá er kíkt á got og hvolpárnir prófaðir við ýmsar aðstæður. Ég skil þetta mætavel enda um heila hundsævi að ræða, en það sem ég set spurningarmerki við er að svo fer fólk bara í sleik við hjólið á English Pub og lætur þar við sitja í makavali.

Að öllu gamni slepptu þá liggur alvaran í því að við erum stundum of fljót á okkur.



MYND/GETTY

“Ég er tilbúin í mann, krakka og raðhús og nenni engu djammi.

Byrjum með einhverjum áður en mögulegt er að við séum búin að kynna öllum hliðum einstaklingsins. Þegar svo kemur í ljós að þið eruð algjörlega á skjön við hvort annað á mörgum sviðum finnst sumum þau orðin of „sein“ að slíta sambandinu. Kannski komin börn og íbúðarlán í spilið en það gleymdist að athuga hvort þið ættuð sameiginleg áhugamál og sýn á lífið.

Kíktu inn á við

Hér áður fyrr var makaval yfirleitt efnahags- og landfræðilegs eðlis. Tilfinningar voru hálfgerð aukaatriði og gerði fólk með sér samkomulag í tengslum við fjármál, barnaupplendi og fleira.

Í dag veltur makaval á öðrum þáttum, tilfinningalegum. Því betur sem við íhugum þá því líklegra er að við finnum manneskju sem

hentar okkur vel. Og það skrítna er að sjálfsskoðun gæti komið þér á sporið, ekki leita langt yfir skammt, horfðu inn á við og athugaðu hver þú ert, hvað þú vilt og hvað gleður þig. Af hverju? Jú, fólk með sterka sjálfsmynd er líklegra til að finna maka með sterka sjálfsmynd. Þú ert líklegri til að finna maka þinn þar sem þú nýtur þín og í kringum það sem gleður þig.

Okkur líkar við kunnugleg andlit

Í Bandaríkjunum var einu sinni gerð rannsókn á þorum varðandi búsetu í æsku. Sýndu niðurstöður að gríðarlega hátt hlutfall (ég man ekki nákvæma tölu) hafði búið ekki meira en tveimur húsaröðum (e. blocks) frá hvort öðru. Ástæðan er talin vera sú að okkur líkar við kunnugleg andlit og sambærilegar uppeldisaðstæður geta haft áhrif á sambærilegar lífsskoðanir, gildi og trú, svo eitthvað sé nefnt.

Góður maki er vinur þinn

Það sem aðgreinir hamingjusöm pör frá öðrum þorum er í mörgum tilfellum vinátta. Góður maki er þar af leiðandi vinur þinn sem er til staðar, sýnir virðingu og traust. Vinir eru ekki á hverju strái, það getur tekið langan tíma að finna þá og mörg eignum við nokkra en fáa vini sem hafa tínt í bakpokann á lífsins göngu.

Að vera meðvituð um þessa staðreynd getur dregið úr örverntingu þinni og aukið þolinmæðina. Það er vandasamt verk að finna góðan maka og því betur sem þú vandar þig, því líklegra er að sá/sú eina rétta birtist þér. ■

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.

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**



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.

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

STAFARUGL

Leynigesturinn í síðasta stafarugli var **MÝVATN** enda sjálfsagt flest fólk sem eitthvað hefur ferðast um landið komið til Mývatns. Nú, ef ekki, þá hafa líklega allir heyrt þess getið og sennilegt að það verði mikið heimsótt í sumar enda þekkt fyrir mikla náttúrufergurð og sérstakar jarðmyndanir.

Nú hef ég þvælst víða um landið, þó hef ég langt í frá komið á alla staði eða séð allt sem er þess virði að skoða. Ein ástæða þess er að ég hef meiri áhuga á því að grúfa mig ofan í smágróður og mosa með myndavél

til að fanga á mynd það merkilega líf sem þar er að finna en fer oft fram hjá flestum þar sem fólk er oftast að horfa upp til fjalla en ekki niður fyrir fætur sér. Því langar mig í þessu stafarugli að nefna 20 atriði, blóm, skordýr og fleira smátt, sem fer fram hjá fólk en er þess virði að leita að.

En líkt og vanalega gef ég bara upp 19 nöfn og það 20., leynigesturinn að þessu sinni, er fólk vel kunnur og fer varla fram hjá neinum hvert sem um landið er farið þótt smár sé.

brunnklukka geitaskófir birkifluga hreinamosi	vorblóm gullmý álfasteinn dílagrjót	blástjarna grájurt hýblóm blákolla	fjallalójurt grámosi hrúðurflétta tröllaskegg	birkibjalla bersili híðormur
--	--	---	--	------------------------------------

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

- gnæfa
- ljóst
- óska
- slanga
- slæma
- rakna
- herðaklútur
- kvöld
- ilskór
- stígandi
- frá

LÓÐRÉTT

21. tveir eins
23. atvikast
26. kirkja
31. príll
33. hamingja
34. skrifara
35. skítur
36. vara
37. líffæra
38. eyða
39. stó

LÓDRÉTT

1. kveikjúlás
2. bók
3. óskiptan
4. borga
5. samtök
6. slípaður
7. pár
8. margvíslegar
9. kjarr
10. dá
14. mál

LÓDRÉTT

18. frábaer
22. spendýr
23. rabb
24. þrástagast
25. ólyfjan
27. heiður
28. æðri
29. ógreiddur
30. fjandi
32. þungi
37. átt

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

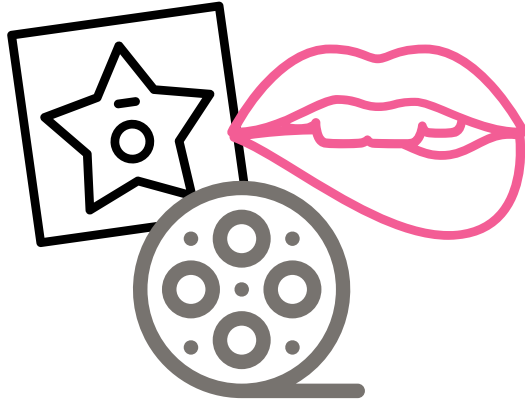
GÖNGUM INN Í SUMARIÐ

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

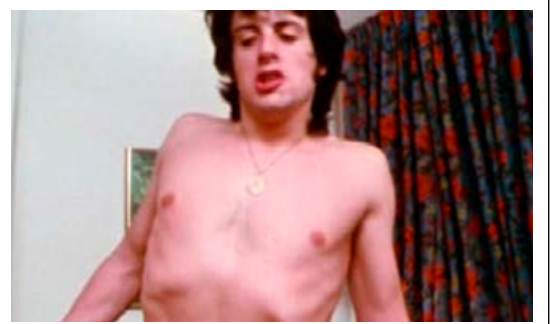
REYKJANES PINGVELLIR 1:100 000 / 1:50 000
 ÞESSALANDS 1:100 000 / 1:50 000
 VESTFIRÐIR 1:200 000 / 1:100 000

Hollywood-stjörnur sem byrjuðu í klámi

Það er ekki gefið að leikarar verði frægir. Það tekur tíma, hæfileika og mikla heppni. Sumar stjörnur þráðu frægðina það heitt að þær tóku sín fyrstu skref í skemmtanabransanum í klámi.

**HELEN MIRREN**

Helen Mirren tók sín fyrstu skref í kvikmyndabransanum þegar hún lék í klámmyndinni Caligula. Henni til varnar vissi hún ekki að þetta væri klámmynd. Leikstjórinn bætti við kynlífsatriðunum án hennar vitundar. Síðan hefur hún fengið ótal hlutverk í vinsælum bíómyndum og er ein virtasta leikkonan í Hollywood.

**SYLVESTER STALLONE**

Ítalski sjarmörinn Sylvester Stallone skaust upp á stjörnuhimininn þegar hann lék í klámmyndinni The Party at Kitty and Stud's. Í kjölfarið fékk hann auka hlutverk í myndinni Downhill Racer. Ári seinna fékk hann sitt fyrsta aðalhlutverk og varð stuttu seinna heimsfrægur fyrir hlutverk sitt í Rocky.

**JACKIE CHAN**

Leikarinn lék í kínverskri grín klámmynd árið 1975, „All in the Family“. Eftir að hann fékk sitt fyrsta stórhlutverk árið 1978 í myndinni „Snake in the Eagle's Shadow“ sagði hann skilið við klám.

**CAMERON DIAZ**

Cameron Diaz er vel þekkt í Hollywood og hefur leikið í stórmyndum á borð við There's Something about Mary og The Holiday. Þegar hún var nítján ára gömul sat hún fyrir í BDSM-myndatöku ásamt tveimur öðrum fyrirsætum. Myndatakan var tekin upp á myndband og eftir að leikkonan sló í gegn í Hollywood seldi ljósmyndarinn rússnesku klámfyrirtæki myndbandið. Við tók barátta á milli lögfræðinga Cameron Diaz og ljósmyndarans.

**MATT LEBLANC**

Áður en Matt LeBlanc sló í gegn sem Joey Tribbiani í Friends vann hann ýmis störf. Hann lék í ljósbláu klámþáttunum Red Shoe Diaries á tíunda áratugnum. Hann var heldur blankur áður en hann náði sér í hlutverkið í Friends. Þegar síðasta þáttaröðin fór í loftið fékk hann um 138 milljónir króna fyrir hvern þátt.

Hvar ætlar þú að veida í sumar?

VEIÐIKORTIÐ 2020

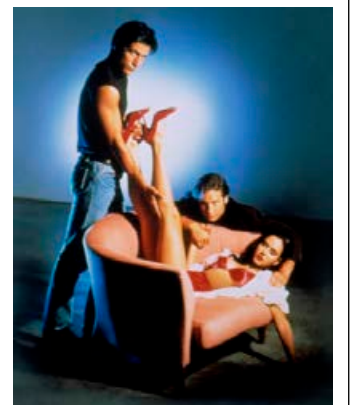
www.veidikortid.is

**PERREY REEVES**

Perrey Reeves er hvað þekktust fyrir hlutverk sitt sem Mrs. Gold, eiginkona Ari Gold í þáttaröðinni vinsælu Entourage. Færri vita af ferli hennar sem klámstjörnu. Hún kom fram í klámmyndum fyrir Pornhub, XVideos og HD Porn.

**ARNOLD SCHWARZENEGGER**

Löngu áður en hann lék í Terminator, eða varð ríkisstjóri Kaliforníu, sat Arnold Schwarzenegger fyrir í nokkrum hommaklámþáttum þegar hann var að reyna að meika það í Hollywood, eða svo segja sögusagnirnar.

**DAVID DUCHOVNY**

Matt LeBlanc er ekki sá eini til að leika í klámseríunni The Red Shoe Diaries. David Duchovny lék í einum þætti þegar hann var að reyna að meika það í Hollywood. David sló seinna í gegn í X-Files og Californication.

SPÁÐ Í... stjörnurnar



LESID Í TAROT **Eliza Jean Reid**

STJÖRNUSPÁ **Vikan 03.07. – 09.07.**

Er í Nautsmerkinu ...

Eliza Jean Reid er fædd á Þjóðhátíðardegi Mexíkó 5. maí og er því Naut. Nautið er svo sannarlega tryggur vinur og það nýtur sín best í stöðuleika.

Nautið er þekkt fyrir dugnað en helsti veikleiki þess er að verða of fast í formi eða þrjóskt en þessi sama þrjóska kemur því einnig í gegnum ýmislegt.

Sverðás

Lykilorð: Innblástur, hugmyndir, uppgötvun, mögu-leikar, frelsi

Ja, hérna hér, það er mikill léttleiki í þessu spili, loks kemur smá ró eftir góða vinnutörn. Þetta spil bendir þér á að hlusta vel á skilaboðin sem innsæið og alheimurinn allur í kring sýnir þér. Það er góður tími til að jarðtengja sig og verja tíma í náttúrunni eða fara í sjósund. Ég les það þannig að spilið segi að þú megir gefa þér aðeins meiri tíma fyrir sjálfa þig því þannig tekst þér betur að sinna öllum hlutverkunum sem þér hafa verið gefin.

Nía í bikurum

Lykilorð: Nægjusemi, ánægja, þakklæti, óskir ræstast

Það er einmitt í þakklætinu sem allt gengur upp hjá manni. Það er smitandi orka í þakklætinu sem hrindir af stað dómínóáhrifum þar sem allt fer að óskum. Þetta er greinilega eitthvað sem þú hefur tileinkað þér og getur kennt öðrum því það er mikill lærdómur í þakklætinu.

Töframaðurinn

Lykilorð: Úrræðagóður, valdamikill, fyllir aðra inn-blæstri

Eitthvert ákveðið mál liggur þér á hjarta og hefur gert um tíma. Á næstu dögum færðu innblástur og kraft til að hrinda þessari hugmynd í framkvæmd. Þetta er einhvers konar góðgerðarmál sem margir munu græða á og mun vera mjög gefandi fyrir þig í leiðinni. Aðrir munu sækjast í að taka þátt og því mun þetta ganga hraðar fyrir sig en þú áttir von á.



MYND/STEFÁN



Skilaboð frá spakönunni

Þú hefur staðið þig einstaklega vel og mátt leyfa þér að vera þakklát sjálfri þér. Það mun gefa þér mikið.

Svona eiga þau saman

Öflugt leikarapar

Leikarinn Hannes Óli Ágústsson hefur heldur betur slegið í gegn undanfarið fyrir leik sinn í nýju Netflix-myndinni Eurovision Song Contest: The Story of Fire Saga. Hannes Óli er í sambandi með leikkonunni Aðalbjörgu Árnadóttur. Við ákváðum að skoða hvernig parið á saman ef litið er til stjörnumerkjanna.

Bæði Hannes Óli og Aðalbjörg eru Vatnsberar. Þegar tveir Vatnsberar koma saman geta þeir einbeitt sér að jákvæðari hliðum lífsins. Parið elskar að eignast vini, hjálpa öðrum og leitast eftir að ná fram félagslegum breytingum. Þau eru bæði mannblendin, opin og vinna vel undir álagi. Veikleiki Vatnsberans er að skynja tilfinningar annarra, eða eigin. Stundum á hann erfitt með að setja sig í spor annarra og er með ákveðnar hugmyndir um hvernig fólk eigi að haga sér. Vatnsberinn er mjög hugmyndaríkur og er sífellt að skapa. Það besta við það þegar tveir Vatnsberar koma saman er endalaus hugmyndaflæði frá þeim og út í heiminn. Það er mikilvægt fyrir þau að muna að halda í rómantíkina og vera dugleg að krydda ástálfið. Þá mun sambandið lifa vel og lengi. ■



MYND/SKJÁSKOT INSTAGRAM

Hannes Óli Ágústsson

2. febrúar 1981

Vatnsberi

- Frumlegur
- Sjálfstæður
- Mannvinur
- Framsækinn
- Fjarlægur
- Ósveigjanlegur

Aðalbjörg Þóra Árnadóttir

7. febrúar 1980

Vatnsberi

- Frumleg
- Sjálfstæð
- Mannvinur
- Framsækinn
- Fjarlæg
- Ósveigjanleg

Hvaða stjörnumerki hentar þér í makavali?

♈ Hróttur
21.03. – 19.04.

Besti sálufélaginn þinn væri helst Vatnsberi, Bogmaður, Ljón eða Tvíburi. Vá, þú hefur úr nægu að velja enda átt þú auðvelt með að aðlagast og tekur öllum eins og þeir eru. Það væri ekki sniðugt að „deita“ annan Hrótt því þið þurfið báðir að hafa rétt fyrir ykkur!

♎ Vog
23.09. – 22.10.

Tilvalinn maki fyrir þig væri Ljón, Bogmaður, Fiskur eða Tvíburi. Með þessum merkjum finnur þú jafnvægi sem er það helsta sem Vogin sækist eftir. Þú hefur úr nógu að velja enda ertu ágætlega ástsjúkt merki sem lifir fyrir rómantík og verður auðveldlega hrifið.

♉ Naut
20.04. – 20.05.

Þinn sálufélagi er Fiskur eða Meyja. Nautið er stundum sagt þrjóskt en það er munur á því að vera ákveðinn og koma þannig verkum í gang. Þú stendur þétt við bakið á þeim sem þurfa og þess vegna eiga þessi merki vel við þig, þið hafið sömu siðferðiskenndina.

♏ Sporðdreki
23.10. – 21.11.

Sporðdreki eða Fiskur eru spennandi fyrir þér. Tveir Sporðdrekar skapa spennandi andrúmsloft. Ykkar merki er svo „all in“ að það hentar best að vera með maka sem er eins. Fiskurinn er andstæðan þín sem vinnur samt vel með þér eins og Ying og Yang.

♊ Tvíburar
21.05. – 21.06.

Tvíburrinn á góða samleið með Vog og Vatnsbera. Merkin eiga margt sameiginlegt en geta líka bætt upp hvort annað og styrkt. Mikil vinátta og skilningur er milli merkjanna og stefnir í langlíft samband.

♈ Bogmaður
22.11. – 21.12.

Ljón, Hróttur, Vatnsberi eða Vog og ástin blómstar. Þér leiðist auðveldlega og vilt samband með einhverjum í merki sem er til í ævintýri. Vogina og Vatnsberann er auðvelt að sannfæra í alls konar skemmtilegheit og þú gætir hrist rækilega upp í Hróttum.

♋ Krabbi
22.06. – 22.07.

Sporðdreki eða Fiskur gæti stolið hjarta þínu. Eftir að hafa horft á of margar rómantískar bíómyndir gætu þessi merki helst uppfyllt óraunhæfa drauma þína. Krabbinn lifir fyrir smá drama sem Fiskurinn er til í upp að vissu marki, sérstaklega þegar dramað endar í heitum fyrirgefningaratlotum.

♎ Steingeit
22.12. – 19.01.

Þú laðast helst að Fisk, Sporðdreka, Meyju eða Hrótti. Steingeitin nennir engu veseni og sóar ekki tímanum í vitleysu. Þú ert líkleg/ur til þess að vera í fáum löngum samböndum yfir ævina. Þú vilt bara finna sálufélaga þinn.

♌ Ljón
23.07. – 22.08.

Bogmaður, Vog, Tvíburi, eða Hróttur eiga vel við þig. Þú gerir kröfur í þínu sambandi. Þú vilt vera dád/ur og þarft á ákveðinni viðurkenningu og stöðugri ástarjåtningu að halda. Hróttur myndi halda uppi heitu ástálfi með þér.

♋ Vatnsberi
20.01. – 18.02.

Tvíburi eða Vog fær hjartað þitt til slá hraðar. Þessi merki eiga það sameiginlegt að vera miklar félagsverur og skilja þörfina á að deila. Ekki þar með sagt að þið eigið að vera í opnu sambandi, ekki frekar en þið viljið. Þið virðið sjálfstæðið.

♌ Meyja
23.08. – 22.09.

Naut eða Steingeit eru elskhugar þínir. Þessi merki bæta ekki aðeins hvort annað upp heldur deila þau líka sömu praktísku aðferðum í lífinu. Og þrátt fyrir að praktísk mál hljómi ekki sexi þá er það jú það sem kveikir helst í þér þegar einhver er með sitt á hreinu.

♋ Fiskur
19.02. – 20.03.

„Ertu Sporðdreki eða Krabbi?“ ætti að vera fyrsta spurning þín á Tinder. Það hentar þér að vera með einhverjum sem er líka vatnsmerki því þið skiljið þá skap hvort annars. Fiskurinn sýnir ást með gjörðum frekar en orðum og þarf einhvern sem áttar sig á því.

VAR Í ÚTGÖNGUBANNI Í 10 VIKUR Á ÍTALÍU OG NÚ Í SÓTTKVÍ Á ÍSLANDI

Landsliðskonan Berglind Björg hefur eytt um 100 dögum af árinu í útgöngubanni og sóttkví. Hún hefur lært að meta litlu hlutina í lífinu eftir að hafa verið föst á Ítalíu.

Sóley
Guðmundsdóttir
soley@dv.is



Í byrjun árs fór landsliðskonan Berglind Björg Þorvaldsdóttir til ítalska knattspyrnuliðsins AC Milan á láni. Dvöl Berglindar hjá liðinu tók óvænta stefnu eftir góða byrjun. Hún skoraði fimm mörk í fimm leikjum áður en heimsfaraldur COVID-19 skall á.

Tvö mörk í fyrsta leik

„Ég skoraði tvö mörk í fyrsta leiknum sem var frábært. Það var gott að brjóta ísinn á þennan hátt,“ segir Berglind Björg um upphaf dvalar sinnar hjá AC Milan. Þetta virtist vera upphafið að fjörugu tímabili á Ítalíu sem átti ekki að ljúka fyrr en í maí.

„Við áttum að spila útileik í lok febrúar og vorum á hóteli. Við fáum þær fréttir að eitthvað sé í gangi og við megum ekki fara út af hótelinu. Næst fáum við fréttir um að búið sé að fresta leiknum. Við áttum að fara heim til okkar í sóttkví og vera þar í einhvern tíma. Enginn vissi hvað var í gangi né hversu lengi þetta myndi standa yfir,“ segir Berglind.

„Hún bjargaði lífi mínu“

Í byrjun mars tók íslenska landsliðið þátt í æfingamóti á Spáni. Berglind var í hópnum og var að undirbúa sig fyrir mótið. Þá fékk hún símtal frá lækni landsliðsins sem tilkynnti henni að hún gæti ekki tekið þátt í verkefninu. „Þau vildu ekki taka sénsinn vegna þess að það var allt í rugli á Ítalíu. Ég skildi það alveg en það var samt mjög leiðinlegt.“

Berglind æfði í nokkra daga í viðbót með AC Milan áður en hún þurfti að fara aftur í sóttkví. „Þarna skall þetta af alvöru á. Ég þurfti að flytja inn til liðsfélaga míns frá Nor-egi vegna þess að netið heima hjá mér var eitthvað lélegt og ég var að skrifa lokaritgerð.“

Dvöl Berglindar hjá liðsfélaganum varð lengri en ætlinin var. „Ég fór til hennar og svo fékk ég skilaboð daginn eftir. Mér var sagt að fara ekki aftur heim. Það mátti hvorki ferðast né keyra þannig að dvöl mín hjá henni sem átti að vera nokkrir dagar varð að tíu vikum.“

Berglind segist fegin að hafa flutt til hennar. „Hún



Berglind Björg er í sóttkví á heimili sínu í Kópavogi. Smit kom upp í kvennaliði Breiðabliks og er allt liðið í sóttkví.

MYND/VALLI

bjargaði lífi mínu. Ég get ekki ímyndað mér hvernig það hefði verið að vera ein í tíu vikur. Ég veit ekki hvernig það hefði farið með geðheilsuna.“

Vonbrigði í hverri viku

Þarna hafði Berglind farið á sína síðustu æfingu með AC Milan. „Við fengum ekki að fara heim því þjálfararnir héldu alltaf í vonina um að við værum að fara að æfa.“

Upplýsingarnar sem Berglind fékk frá liðinu voru oftast um það bil viku fram í tímann. „Þau sögðu að við myndum byrja að æfa eftir viku. Næst var sagt að við myndum byrja eftir tíu daga. Það var alltaf verið að halda í vonina. Svona gekk þetta í tíu vikur. Maður varð fyrir vonbrigðum í hverri viku.“

„Ég var bara föst þarna“

Berglind barðist fyrir því að fá að fara heim til Íslands. „Á einum tímamarki fengum við leyfi til að fara heim en bara í tvær vikur. Það tók því ekki.“ Berglind ákvað því að bíða lengur en fór að skoða flug heim. „Það var ekkert hægt að fara frá Ítalíu. Lestin gekk ekki og flug voru felld niður. Það var ekki séns að komast burt. Ég var bara föst þarna.

Maður fór í gegnum allan tilfinningaskalann.“

Þegar Berglind lítur til baka skilur hún ekki hvernig hún komst í gegnum þetta. „Það var gott að hafa liðsfélaga sinn með sér. Við vorum í rauninni ekki að gera neitt á daginn en við gerðum þetta saman. Við reyndum að halda okkur í formi með heimaæfingum. Við vorum með bíla-kjallara þar sem við gátum hlaupið í hringi. Maður varð samt mjög þreyttur á því.“

Hent út úr matvörubúðinni

Ferð í matvörubúðina var orðin hápunktur dagsins hjá Berglindi. „Maður átti að fara sem minnst í búðina en við reyndum að fara á hverjum einasta degi til að ná að hreyfa okkur. Við tókum oft langan göngutúr í búðina. Fyrir utan búðina var um það bil tveggja tíma bið, það styttað okkur stundir,“ segir Berglind hlæjandi.

Lögreglan fylgdist með ferðum fólks á Ítalíu. „Maður þurfti að sýna annaðhvort kassakvittun eða eitthvað sem sannaði að maður var að fara út í búð, annars fékkstu sekt.“ Berglind lenti aldrei í veseni en var þó einu sinni hent út úr búðinni.

„Aðeins einn frá hverju

heimili mátti fara út í búð. Þegar við fórum út í búð þóttumst við ekki þekkja hvor aðra. Í eitt skiptið ætlaði ég að vera lúmsk og labbaði fyrir aftan hana og hvíslaði einhverju að henni. Starfsmaður í búðinni sá að við vorum að tala saman. Mér var hent út og ég þurfti að bíða fyrir utan þar til hún kláraði innkaupin.“

Rýrnaði í útgöngubanninu

Loks kom að heimför og gekk ferðalagið vel. Eftir tveggja vikna sóttkví við heimkomu gat Berglind farið á fótboltaæfingu. Hún hefur byrjað tímabilið vel með Breiðabliki í Pepsi Max-deildinni þrátt fyrir tíu vikna útgöngubann og tveggja vikna sóttkví.

„Þegar ég kom heim var ég búin að rýrna mjög mikið, missa mikinn vöðvamassa og léttast.“ Berglind lagði mikið á sig til að komast í gott form fyrir tímabilið. „Ég var í góðu sambandi við styrktarþjálfarann hjá Breiðablik við heimkomu. Ég æfði tvisvar á dag og ætlaði mér að komast í sem best form fyrir mótið. Svo byrjuðu æfingar hjá Breiðabliki og Þorsteinn Þjálfari og Aron styrktarþjálfari fylgjast vel með. Þetta hefur gengið ótrúlega vel og ég hef sem betur fer

sloppið við öll meiðsli. Ég var hrædd um meiðsli eftir að hafa setið á rassinum í tíu vikur.“

Lífið ekki sjálfsgöður hlutur

Berglind er nú í sóttkví í annað sinn frá því hún kom til landsins eftir að liðsfélagi hennar greindist með COVID-19. „Þetta var mjög óvænt. Við í liðinu heyrðum þetta fyrst í fjölmiðlum áður en við vorum upplýstar um málið. Þetta er bara verkefni sem við tækjum allar saman.“

Hún er ekki hrædd um að sóttkvíin muni hafa slæm áhrif á liðið. „Tvær vikur eru ekkert það langur tími, það er engin að fara að detta úr formi. Við fáum æfingaplan frá Breiðabliki sem allar munu fara samvissusamlega eftir.“

Hún telur sig geta dregið ákveðinn lærdóm af undanförunum mánuðum. „Eftir allt þetta hef ég lært að meta lífið öðruvísi. Ég kann betur að meta litlu hlutina og tek lífinu ekki sem sjálfsgöðum hlut. Ég hljóma kannski fulldramatísk,“ segir Berglind sem hefur talið dagana sem hún hefur eytt í sóttkví. „Ég er búin að vera í sóttkví í um það bil 100 daga af 184 sem eru liðnir af árinu.“ ■

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



Gas-Ísskápar 52-173 lítra



Gas-Vatnshitarar
11-14 lítra

12V Ísskápar 50-110 lítra



Gas-Hellur



Gas-Ofnar



SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM



Gas-Helluborð



Gas-Eldavélar



fuzzy

Íslensk hönnun: Sigurður Már · Íslensk framleiðsla



SAND KORN



MYND/ERNIR

Kaffihús fyrir fólk með forsetablæti

Ásta Guðrún Helgadóttir, fyrrverandi alþingismaður Pírata, opnar í dag ásamt föður sínum kaffihúsið Forsetann á Laugavegi 51. Eins og nafnið gefur til kynna munu núverandi og fyrrverandi forsetar prýða veggina.

Ásta Guðrún grínast með að staðurinn eigi að vera nokkurs konar pólitískur sportbar. „Svona staður þar sem fólk getur rætt málefni líðandi stundar, horft á kosningavökur og spjallað um pólitík.“ Staðurinn mun eingöngu vera með drykki til að byrja með en dyr Forsetans verða opnaðar klukkan 17 í dag.

Laxveiðiæðið nær nýjum hæðum

Allar helstu töff týpur landsins moka nú upp lax í gríð og erg. Íslenskar konur gefa karlpeningnum ekkert eftir og spretta nú upp laxveiðiklúbbar kvenna í öllum skotum. Þessi ævafora íþrótt sem lengi vel var eignuð karlmönnum er nú undirlögð af kvenskörungum. Björg Magnúsdóttir sjónvarpskona og Heiða Kristín Helgadóttir athafnakona mokuðu á land fallegum löxum úr Hítará fyrir skemmstu.

Inga Lind Karlsdóttir sjónvarpskona er einnig mikil aflakló og hefur stundað veiði af miklu kappi í yfir áratug og er í stjórnnum prýddu veiðifélagi. Aðrar frægar veiðikonur eru Sóley Kristjánsdóttir markaðskona, Anna Lilja Johansen Guðný Helga Herberthsdóttir hjá VÍS og Helga Árnadóttir sjónvarpskona. ■



Fössari á Fossanum?

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

Gerðu frábær kaup

20-50% AFSLÁTTUR



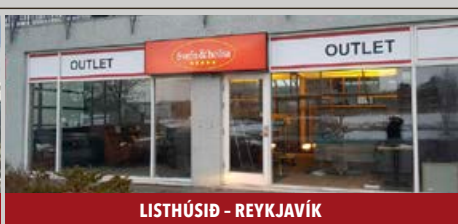
Afsláttur af skiptidýnum, eldri gerðum, sófum, hvíldarstólum, mjúkvöru og fl.

UM FJÓRÐUNGUR LANDSMANNA SEFUR Á DÝNU FRÁ SVEFN & HEILSU*

*Samkvæmt könnun frá Gallup.



Svefn & heilsa



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