

Tíminn er dýrmætur

Sigurlaug M. Jónasdóttir útvarpskona eldar kvöldmat ofan í heilan her, hatar ekki draslskúffurnar sínar og hefur mætt pilslaus í vinnuna. Hún hefur einstaka sýn á lífið og segir það of stutt fyrir slappan mat og leiðindi.

– sjá síðu 10



UPPÁHALDS

SKÓRNIR



Anna Þóra Björnsdóttir eigandi gleraugnaverslunarinnar Sjáðu og uppistandari elskar skó – mjög mikið. Þrátt fyrir ballleysið segist hún viðra þá heima fyrir og lætur sig hlakka til að komast á næsta dansiball.

1 Maison Margiela

Bleiku töfflurnar eru frá Maison Margiela, ég átti stefnumót við bílstjóra DHL fyrir utan Háskóla Íslands þar sem ég var svo æst í að fá þessa dásemd á fæturna.



2 Strigaskór

Ég hata íþróttaskó svo ef fólk sér mig í íþróttaskóm þá þurfa þeir að vera einstaklega flottir, þessa geggjuðu fann ég í Stefánsbúð.

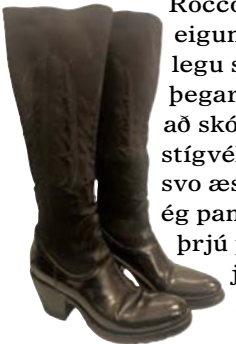
3 Miú Miú gullskórnir

Um Miú Miú gullskóna þarf ekkert að segja, bara glápa úr sér augun og njóta.



4 Rocco P

Rocco P og ég eigum í annarlegu sambandi þegar kemur að skóm, svörtu stígvélin var ég svo æst að fá að ég pantaði óvart þrjú pör, læt jarða mig í þeim.



5 Rauðu stígvélin

Rauðu stígvélin mín hrópuðu á mig frá Ítalí og ég bókstaflega þrái að dansa í þeim þegar COVID er búð.



Má Pinterest fokka sér?

Það er viss pólítík að ákveða að vera hamingjusamur eða hamingjusöm. Sú lífsspeki hljómar einföld en því fleiri sem ég ræði við því ljósara verður það að hamingjusama fólkið er ekki hamingjusamt af því að það er svo fallett, gáfað eða ríkt. Samnefningarinn er annar og einfaldari.

Það ákvað að vera hamingjusamt.

Það ákvað að skrifa með ósýnilegu lettri yfir heimili sitt: Hér býr hamingjan, og leggja sig fram um að varðveita hana.

Skipta út hrukkusprautum fyrir jákvæðni.

Djúskúrum út fyrir marinn hvítlauk og rauðvínsglas.

Hætta að bera sig saman við fólk með allt önnur forgangsatriði. Mín hamingja er ekki þín.

Gelísprautum eða ganga á Hvannadalshnjúk. Eða hvort tveggja.

Ef það væri svo auðvelt að ákveða að vera hamingjusamur, værum við það þá ekki öll?

Hugsanlega, en við vitum flest hvað það er flókið að gera litlar breytingar á sjálfum sér. Bara það að ákveða að vakna 10 mínútum fyrr eða hætta að drekka kaffi getur reynst fjandi erfitt. Í því samhengi er áhugavert að hugsa til þess hversu miklum tíma margir eyða í að reyna að breyta öðrum – en geta svo ekki gert smávægilegar breytingar í eigin lífi.

Í forsíðuviðtali blaðsins í dag er rætt við eina ástsælustu útvarpskonu landsins, Sigurlaugu M. Jónasdóttur í Segðu mér á Rás 1. Hún hefur ákveðið að eiga draslskúffu og -skáp og skammast sín ekki fyrir það. Treður bara duglega inn í þá, lokar og hlær.

Fær sér rauðvín með ítölskum kvöldverði og hefur aldrei farið í megrun. Henni dytti ekki til hugar að liggja yfir Pinterest og skoða skipulagshugmyndir.



MYND/PINTEREST

Henni varð um og ó þegar ég spurði hana hvort hún hefði aldrei skoðað búskápaskipulag á Pinterest.

„Nei. GUD, NEI!“

Svo hló hún og talaði um pasta, mikilvægi þess að njóta og verja tíma með fjölskyldunni.

Hvað ef galdurinn á bak við gott líf er einmitt þessi þrenna? Pasta, Pinterest má fokka sér og eyða meiri tíma með fjölskyldunni?

Mér finnst það allavega hljóma mjög vel. Betur en djúskúrinn sem ég hef nú sagt skilið við í bili – þar til næsta æði rennur á mig. Batnandi konum er best að lifa – og hræra hlæjandi í pastapottinum. ■

Bústinn Svarthöfði berar sig

SVART HÖFÐI

Svarthöfði las frétt nýlega þar sem sagt var frá því að ungur drengur teldi sig þurfa að greinast eftir að hafa orðið fyrir aðkasti í skólanum. Þetta ýfði upp sársaukafullar minningar hjá Svarthöfða. Minningar sem hann hefur lítið talað um eftir að hann varð fullorðinn af því að Svarthöfði er karlmaður og karlmenn eiga að bryðja gler og skíta múrsteinum og umfram allt ekki vera vælukjóar.

Svarthöfði getur þakkað það umræðu síðustu missera að hann er tilbúinn að berskjalda sig lítillaga, ekki alfarið, en kannski svona smá. Eins og þegar pungurinn á eldri borgurum berar sig í sundlaugum, bara því að eðlismassi hans hefur rýrnað með aldrinum.

Það er kannski einmitt málið. Eðlismassi Svarthöfða er í dag minni og hann getur leyft tilfinningapung sínum að fljóta lítillaga upp á yfirborðið. Svarthöfði var bústið barn. Foreldrar hans voru verkamenn sem höfðu ekki efni á munaði eins og grænmeti og ávöxtum og því voru það bjúgu og franskbrauð sem Svarthöfði mátti neyta fram eftir aldri. Svo elskaði Svarthöfði líka að drekka kók úr dós með lakkrísrori líkt og aðrir pollar á hans reiki.

Það var reyndar ekki annað barn sem sagði Svarthöfða að hann væri bústinn. Það var fullorðna fólkið. Fullorðna fólkinu í skólanum misbauð að Svarthöfði fylgdi ekki hinni sænsku meðalkúrfu í þyngd og hæð og tilkynnti honum að hann væri í stórhættu á að dreypast langt fyrir aldur fram

vegna þyngdar. Svarthöfði var 12 ára.

Hvað á 12 ára barn að gera við þessar upplýsingar? Svart-höfði taldi sig of ungan til að þurfa að horfast í augu við dauðann, og vildi þar að auki ekki leggja það á foreldra sína sem auk þess höfðu um nóg annað að hugsa.

Því ákvað Svarthöfði að bæði hlýða og hlífa fullorðna fólkinu við ógnandi umfangi hans og hætti að borða. Það kom fyrir að hann féll í freistni, öll erum við mannleg og Svarthöfði er það líka, en Svarthöfði fann fullkomna lausn á því. Hann bara afsakaði sig frá matarborðinu inn á bað og skilaði matnum í klósettíð beint úr kjaftinum.

Það tók mörg ár fyrir Svarthöfða að eiga aftur í heilbrigðum samskiptum við mat og læra að elska líkama

sinn. Í dag er hann þó aðallega reiður yfir að það hafi verið fullorðnir einstaklingar sem rændu hann fjölda ára af sjálfsást, í algjöru tilgangslaysi því Svarthöfði er vel mjúkur í dag og elskar hvert kíló. Svarthöfða fer vel að vera með vömb og kallar hana velmegunarvömbina. Í samfélögum úti í heimi eru aukakíló oft talin merki um auð og háa stöðu í samfélaginu. Á Íslandi er það hins vegar merki um að tilheyra lægri stétt enda er hollustufæði orðið munaðarvara.

Í Bónus er hægt að kaupa frosna pitsu á hundrað krónur. Fítan á Svarthöfða er gangandi merki um sparssemi hans.

Þetta var tilfinninga-pungberskjöldun Svarthöfða. Því karlmenn mega víst í dag hafa tilfinningar og geta látið af þessu hvítleiða gleráti. ■



Luxaflex®



Luxaflex® Duette® gluggatjöld



Luxaflex Duette býður upp á hundruð mismunandi efna sem gerir það mögulegt að sameina áferðir, liti og flekabreiddir. Með Duette lausnum getur þú gert heimili þitt einstakt. Duette er hægt að fá rafstýrð með Luxaflex Power View. Komdu við í sýningarsal okkar að Víkurhvarfi 2 og skoðaðu möguleikana eða kíktu á www.zenus.is.

MEST LESIÐ

Á DV Í VIKUNNI

1 Einar Ágúst var laminn og pyntaður af pólskum hermönnum – „Vinur minn dó við hliðina á mér“ Einar Ágúst Víðisson var um tíma á kafi í neyslu og glæpum. Hann deildi sögu sinni í hlaðvarpi Sölva Tryggva.

2 „Vandræðalega“ augnablikið milli Donald Trump og Melaniju Trump eftir kappæðurnar Forsetahjónin rétt heilsuðust á meðan mótherji Trumps, Joe Biden, og eiginkona hans féllust í faðma.

3 Móðir ungi konunnar í Kristalsauglýsingunni stígur fram – „Þú ert að lítillsvirða dóttur mína“ Móðir konu sem leikur í auglýsingu fyrir drykkinn Kristal var óánægð með umræðu meðal femínista um meintan kynferðislegan undirtón auglýsingarinnar.

4 Dóttir Ruthar Reginalds varð fyrir skotárás og biður um hjálp – „Hann bjargaði lífi mínu“ Ruth Moore, dóttir Ruthar Reginalds, varð ásamt unnusta sínum fyrir stórhættu-legri skotárás í Kaliforníu.

5 Slæmar fréttir fyrir Harry og Meghan – Raunveruleikinn blasir við Margir eru á því máli að svipta eigi hertogahjónin Harry og Meghan titlum sínum eftir að þau stígu til hliðar frá konunglegum skyldum sínum.

6 Auglýsing fyrir Kristal vekur sterk viðbrögð – „Er það bara ég eða er þessi auglýsing viðbjóður?“ Kristal-auglýsing sem sýndi unga konu stilla sér upp með dós af Kristal vakti sterk viðbrögð innan femínista-hóps á Facebook.

7 Fylgdarkona segir að menn sem halda framhjá skiptist í þrjá flokka Fylgdarkonan Amanda Goff fjallaði um hvers konar menn halda framhjá konum sínum.

8 Ásakanir um einelti og andlegt ofbeldi í Krýsuvík – „Manni leið eins og skít og hann fór létt með að brjóta mig niður“ Fyrirverandi starfsmenn meðferðarheimilisins Krýsuvíkur segjast hafa verið beittir andlegu ofbeldi og einelti af yfirmanni.

Í FRÉTTUM ER ÞETTA HELST...



Átak gegn einangrun

Dæmi eru um að eldri borgarar á Íslandi hafi lokað sig inni vikum og jafnvel mánuðum saman af ótta við COVID-19 faraldurinn og að staðan valdi kvíða og þunglyndi. Formaður Landssambands eldri borgara, Þórunn Sveinbjörnsdóttir, hefur lýst yfir áhyggjum af stöðunni og hefur hrundið af stað átaki til að hvetja til hreyfingar og samskipta. Þrjú stærstu íþróttafélögin í Kópavogi taka þátt í átakanu og verður boðið upp á margvíslega hreyfingu og skipulagðar ferðir í íþróttahúsin, fólki að kostnaðarlausu. Eins verður stuðningur við eldri borgara á höfuðborgarsvæðinu aukinn.

Samningar standa

Tvísýnt var í byrjun viku hvort Lífskjarasamningnum yrði sagt upp eða ekki. Eftir að ríkisstjórnin tilkynnti um aðgerðir til að styðja við atvinnulífið var þó fallið frá atkvæðagreiðslu um uppsögn samningsins og heldur hann því gildi sínu. Verkalýðshreyfingin hefur gagnrýnt Samtök atvinnulífsins fyrir að hóta að segja upp samningnum til að knýja fram aðgerðir ríkisstjórnarinnar í þágu atvinnurekenda.

Íslendingar í gagnaleka

Gagnaleki varð nýlega frá kínverska fyrirtækinu Zhenhua, en fyrirtækið tengist kínverska hernum. Kom þá á daginn að fyrirtækið hefur safnað saman gífurlegu magni persónulegra upplýsinga um áhrifamenn víða um heiminn. Í gagnalekanum má finna nöfn 411 Íslendinga sem eiga það sammerkt að vera annaðhvort áhrifamenn í íslensku samfélagi eða tengdir slíkum. Aðeins er um brot af heildarlista að ræða og er talið að jafnvel séu 4.000 Íslendingar á vöktunarlista fyrirtækisins. Meðal þeirra sem eru á listanum eru fyrirverandi ráðherrar, Katrín Júlíusdóttir, Geir H. Haarde og Óttar Proppé en einnig þingmenn, sendiherrar, dómarmar, fjölmiðlafólk, íþróttamenn og einstaklingar sem hafa verið ákærðir eða hlotið dóm fyrir efnahagsbrot.



Atvinnuleysi

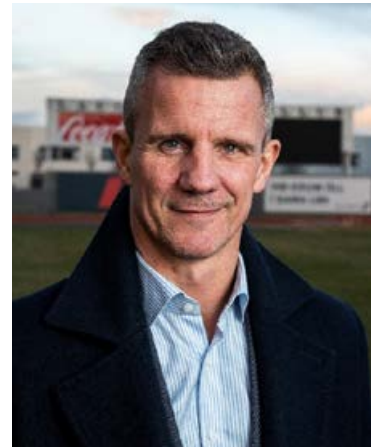
Tæplega þrjú hundruð einstaklingar misstu vinnuna í átta hópuppsögnum í september. Mikill meirihluti starfaði innan ferðaþjónustunnar. Vinnumálastofnun spáir því að atvinnuleysi gæti orðið um 12 prósent innan skamms en áætlað atvinnuleysi í september var tæp 10 prósent. Spáir Vinnumálastofnun því að á bilinu 21-25 þúsund einstaklingar verði atvinnulausir hér á landi um áramótin.

Forsjá þrátt fyrir grun um kynferðisbrot

Föður hefur verið dæmd forsjá yfir barni þrátt fyrir að vera grunaður um að hafa brotið á því kynferðislega. Var forsjaín tekin af móður því hún hafði ekki virt umgengni og haldið barninu frá föður vegna meintra brota hans. Í forsjárdóminum kom fram að faðirinn hefði gengist við því að brjóta kynferðislega gegn hálfystur sinni þegar hún var aðeins fimm ára gömul og bar stjúpustir hans einnig vitni um að hann hefði brotið gegn henni þegar hún var barn. Maðurinn viðurkenndi jafnframt að fá holdris í kringum barn sitt. Málið hefur vakið töluverðan óhug í samfélaginu.

Tóku á sig launalækkun

Leikmenn íslensku A-landsliðanna í knattspyrnu samþykktu að taka á sig umtalsverða launalækkun í verkefnum sínum í september. Með þessu sýna þeir samstöðu við KSÍ vegna erfiðrar fjárhagsstöðu og COVID-19. Töluvert tekjufall er hjá íþróttafélögum þar sem áhorfendur eru ekki heimilaðir á leikjum. Guðni Bergsson, formaður KSÍ, telur að tap félagsins verði á annað hundrað milljónir þegar allt verður talið.



VEGNA MIKILLAR SÖLU UN DANFARNA MÁNUÐI VANTAR OKKUR ALLAR STÆRÐIR OG GERÐIR EIGNA Á SKRÁ.

KJÖREIGN FASTEIGNASALA - TRAUST OG ÖRUGG FASTEIGNASALA Í 40 ÁR



Ásta María Benónýsdóttir
Löggiltur fasteignasali
asta@kjoreign.is
897-8061



Sigurbjörn Skarphéðinsson
Löggiltur fasteignasali,
skjalagerð.
sigurbjorn@kjoreign.is
533-4040



Dan Valgarð S. Wíium
Hdl, löggiltur fasteignasali.
dan@kjoreign.is
896-4013



Rakei Salóme Eydal
Löggiltur fasteignasali og
löggiltur leigumiðlari
rakei@kjoreign.is
533-4040



Þórarinn Friðriksson
Löggiltur fasteignasali.
thorarinn@kjoreign.is
844-6353



Jón Bergsson
lögmaður og löggiltur
fasteignasali
jon@kjoreign.is
777-1215



Ármúla 21, 108 Reykjavík - Reykjavík – Sími 533 4040
kjoreign@kjoreign.is - www.kjoreign.is/



Er blár nagli á þínu heimili?

Yfir 170 manns greinast árlega með ristilkrabbamein.
Af þeim deyr um helmingur en flestum þeirra væri hægt að bjarga greinist þeir tímanlega.

Með kaupum á Bláa naglanum styður þú áttak til vitundarvakningar um blöðruhálskrabbamein auk þess að styrkja rannsóknir og fræðslu.

Við hvetjum alla nagla 50 ára eldri til þess að fara í ristilskoðun reglulega og auka þannig líkur á að mögulegt meín uppgvötist tímanlega.

Hjálpaðu okkur að bjarga þessu mikilvæga fólki, kaupu Bláa naglann.



Blái naglinn verður seldur um allt land á næstu dögum.

Tökum vel á móti sölufólki.

**BLÁ
NAGL NN**
Nánari upplýsingar eru á: www.blainaglinn.is

Erla
Hlynsdóttir
erlahlyns@dv.is



Alls eru 1.144 stæði í þeim sjö bílahúsum sem Reykjavíkurborg rekur og meirihluti þeirra er í langtímaleigu. 311 eru á biðlista eftir langtímastæði í bílahúsum borgarinnar.

Samkvæmt upplýsingum frá Bílastæðasjóði Reykjavíkur er mismunandi eftir húsum hve langur biðtími eftir stæðum er, það fari eftir fjölda stæða í hverju húsi fyrir sig og staðsetningu. Biðlistinn er yfirleitt styttri eftir því sem húsin eru lengra frá Kvosinni.

Eðli málsins samkvæmt er ekki hægt að úthluta nýjum stæðum nema einhverjir segi sínum stæðum upp og það er mismunandi eftir bílahúsum hversu mikil velta er á bílastæðum. Í sumum bílahúsum er mjög litlu sagt upp af stæðum og því lengjast biðlistarnir ár frá ári. DV hefur heimildir fyrir því að fólk geti verið afar lengi á biðlista og eru dæmi um fólk sem hefur beðið eftir langtímastæði í Kolaportinu í meira en ár.

Borgarlínan auki val um ferðamáta

Sigurborg Ósk Haraldsdóttir, formaður skipulags- og samgönguráðs Reykjavíkur, segir ánægjulegt að fólk sé að nýta húsin enda hafi þau verið byggð til þess.

„Þetta bendir hins vegar til þess að gott sé að hækka verð til að stytta biðlista. Við gerum ekki ráð fyrir stórfelldri aukningu á bílastæðahúsum og því er mikilvægast að bjóða upp á fjölbreyttara val um ferðamáta sem Borgarlína mun meðal annars gera. Einnig er mikilvægt að breyta bílastæðahúsum þannig að þau séu einnig fyrir þá sem kjósa að hjóla og bjóði upp á fyrsta flokks aðstöðu fyrir hjól. Þá er mikilvægt að hjólastæðin séu vönduð, með góðri lýsingu og hleðslu fyrir rafmagnshjól,“ segir hún.

Að mati Sigurborgar er lausnin ekki sú að fjölga bílastæðum. „Það væri að ausa úr lekum bát. Bílastæði eru gríðarlega dýr fjárfesting og ef eftirspurnin er meiri en framboðið er skilvirkast að hækka verðið. Langtímalausnin felst síðan í að minnka þörfina fyrir bílastæði og skapa fólki raunhæft val um fararmáta.“

Skammtímastæði hlutfallslega dýrari

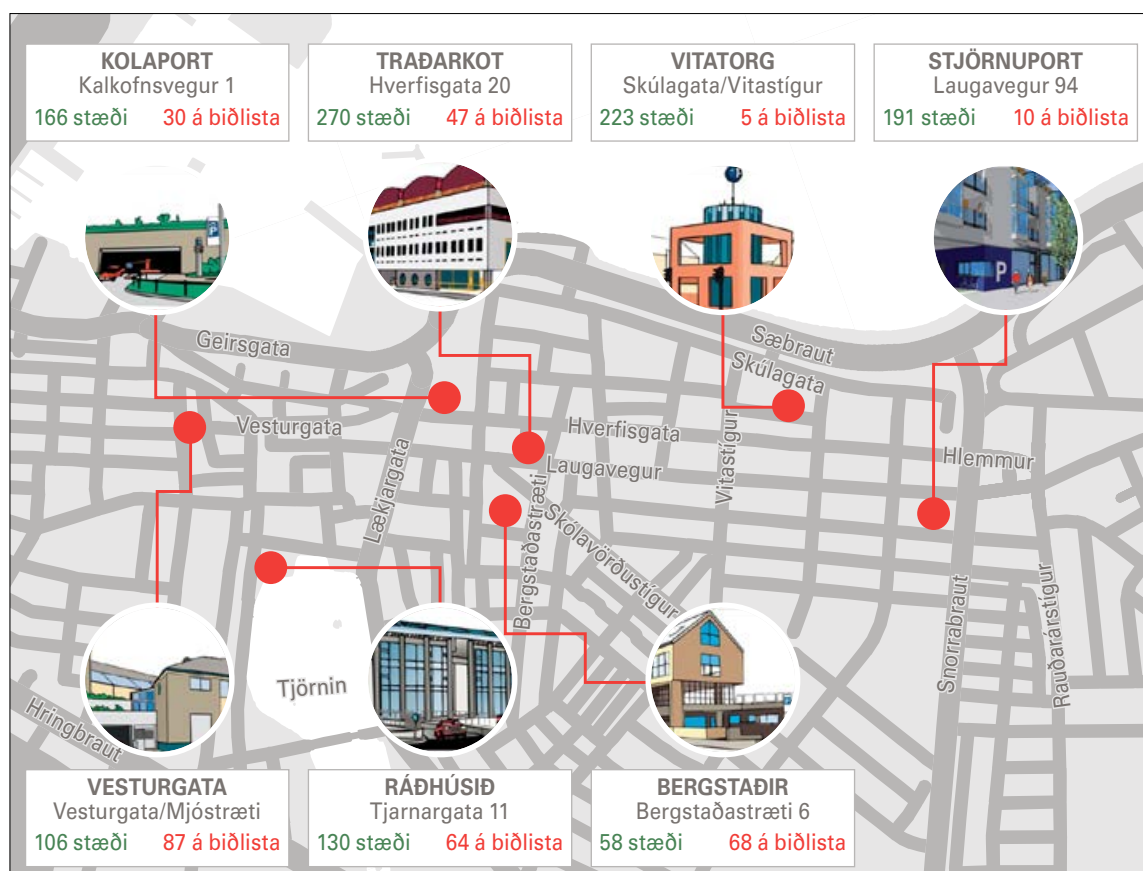
Þeir sem eru með langtímastæði í bílahúsum Reykjavíkurborgar hafa aðgang að þeim allan sólarhringinn. Mánaðargjaldið er lægst á Vitatorgi, 7.500 krónur, mánuður í Stjörnuporti og á efri hæð Bergstaða kostar 8.700 krónur, mánaðarkort í Kolaporti og Traðarkoti kostar 9.000 og gjaldið er 14.500 krónur í Rádhúsinu, á Vesturgötu og í kjallara Bergstaða. Bílastæðasjóður rekur einn-



Bílar eru ekki bara á götum borgarinnar heldur þarf líka að leggja þeim í stæði.
MYND/ADSEND

BIÐLISTAR EFTIR STÆÐUM Í BÍLAHÚSUM BORGARINNAR

Yfir 300 eru á biðlista eftir langtímastæðum í bílastæðahúsum Reykjavíkurborgar. Dæmi eru um að fólk hafi beðið í meira en ár. Engir biðlistar eru hjá einkareknu bílahúsunum í miðbænum.



Bílastæðahús Reykjavíkurborgar.

GRAFÍK/DV

ig fjölda skammtímastæða í miðborginni, bæði utan og innan bílastæðahúsa en hlutfallslega dýrara er fyrir svokallaða stórnotendur að nota

skammtímastæði en langtímastæði.

Sá sem nýtir skammtímastæði í Rádhúsinu í átta klukkustundir alla virka daga

þarf að greiða um 22 þúsund á mánuði. Utan bílahúsa er ódýrast til lengri tíma að leggja í stæði á gjaldsvæði P3 og þeir sem nýta slíkt stæði

Bílastæði eru gríðarlega dýr fjárfesting.

samfellt í átta tíma á dag, alla virka daga greiða að jafnaði ríflega 14 þúsund á mánuði.

Engin bið hjá einkareknu bílahúsunum

Enginn biðlisti er sem stendur vegna langtímastæða hjá þeim tveimur einkareknu bílahúsum sem eru í miðborginni, í Hörpu og á Hafnartorgi.

Í Hörpu eru 545 bílastæði en bílahúsið er rekið af 118 Security. Mánaðargjaldið í Hörpu er 14.500 krónur og hefur fólk þá aðgang að bílastæðahúsinu frá klukkan 08 til 18.

Á Hafnartorgi eru 1.160 stæði en bílahúsið er rekið af Regus. Sólarhringspassi á Hafnartorgi kostar 27.000 krónur en einnig er hægt að fá dagpassa sem gilda ýmist frá klukkan 08-16 eða 09-17 og er mánaðargjaldið þá 20.000. ■

Skýndilegt hjartastopp

getur hent hvern sem er, hvenær sem er og hvar sem er!



Þegar það gerist geta hjartastuðtækin frá Donnu skilið á milli feigs og ófeigs. Tækin frá okkur er að finna um allt land og hefur fjölda manns verið startað í gang með þeim á ögurstund. Donna ehf hefur verið leiðandi í sölu á þessum tækjum hérlendis frá upphafi. Frá Donnu komu fyrstu tækin sem töluðu íslensku, ávallt með hagstætt verð og enn bjóðum við nýjungar.



Samaritan PAD 350P – tæki sem hefur margsannað sig.

Nú þegar eru fjöldi Íslendinga í fullu fjöri sem startað hefur verið í gang með hjartastörturum frá Donnu. Vertu viðbúinn og fáðu þér strax Samaritan PAD hjartastartara. Fljótvirkur og auðveldur - tákni og íslenskt tal leiðbeina um hvert skref. Handhægur - léttasti og minnsti hjartastartarinn. Sterkbyggður - með hæstu einkunn fyrir ryk- og vatnsvörn. 8 ára ábyrgð framleiðanda. Mest selda tækið okkar er samaritan® PAD 350P.



Nýtt HeartSine samaritan® PAD 500P með lífgunarráðgjafa.

Það er auðvelt að gefa rafstuð. Hjartahnoð og blástur er erfiðara. Nýja samaritan® PAD 500P tækið aðstoðar við hjartahnoð með því að segja til um, og sýna með táknum, hvort hnoðað er of hratt eða hægt, of laust eða of fast, eða að hnoðað sé rétt. Viðnáms hjartarit (ICG) er notað til að mæla breytingar í hjartaviðnámi sjúklings og ákvarða blóðflæðibreytur hjartans. Í HeartSine samaritan® PAD 500P með lífgunarráðgjafa (CPR Advisor™), eru þessar mælingar notaðar til að gefa til kynna blóðflæði frá hjartanu, sem er svo notað til að meta árangur hjartahnoðs við endurlífgun (CPR). Þetta er gert með venjulegum rafskautum og þarf því ekki annan eða flókinn búnað.

HVAR ER NÆSTA STUÐTÆKI?

Við kynnum til sögunnar nýtt ókeypis app fyrir símann þinn sem getur nýst ef vá ber að höndum. Við höfum skráð inn þau tæki sem Donna ehf hefur selt. Eigendur annarra tækja geta skráð þau inn. Fyrstu hjálpendur geta skráð sig inn í kerfið þannig að sjá má hvar næstu aðstoð getur verið að fá.



<https://citizenssavelives.com/is>



Corpuls3 - Nýtt byltingarkennt hágæða hjartastuðtæki.

Fyrir sjúkrahús, heilsugæslur og sjúkraflutninga kynnum við frá Corpuls í Þýskalandi algjörlega nýtt og byltingarkennt Corpuls3 stuðtæki/skjá. Tækið er í þrem hlutum sem tengjast þráðlaust saman. Stór og vandaður 8,4" litaskjár sem auðvelt er að stjórna með 6 línurit ásamt öllum mældum upplýsingum samtímis. Ef ekki er þörf fyrir stuðtækið má aftengja það og nota skjáinn ásamt tengihlutunum. www.corpuls.com



Corpuls1 er létt og fullkomið hjartastuðtæki. Bæði sjálfvirkt og handvirkt.



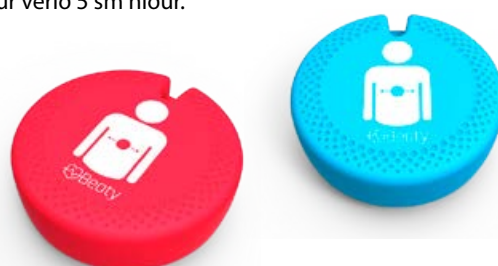
Rétt hjartahnoð. Setjið Beaty á miðjan brjóstakassa og þrýstið kröftuglega niður. Hljóðmerki heyrir þegar þrýst hefur verið 5 sm niður.



Corpuls CPR er nýtt og fullkomið hjartahnoðstæki. Hnoðar bæði börn og fullorðna.

Corpuls cpr er nýtt, fullkomið og einstakt hjartahnoðstæki. Einstakt, vegna þess að það hentar best til notkunar á hjartadeildum og í neyðartilfellum. Einstakt, vegna þess að það veitir óheftan aðgang að brjóstholi meðan hnoð er í gangi, þökk sé frábærri hönnun með einni festingu. Einstakt, vegna þess að corpuls cpr er eina tækið á markaðnum sem einnig er viðurkennt fyrir börn frá 8 ára aldri.

Brayden æfingadúkkur sýna með ljósi ef hnoðtaktur og dýpt er rétt. Unglinga- og barnadúkkur einnig fánlegar.



Vefverslun og nánari upplýsingar um vöru og verð: www.donna.is
Erum nú á Facebook: donna ehf

Donna

Móhelli 2,
221 Hafnarfirði

Sími 555 3100
www.donna.is

ÍSLENSKUR HARMLEIKUR Í NOREGI

Blaðamaðurinn Atli Steinn Guðmundsson var viðstaddur aðalmeðferð í sakamáli vegna fjölskylduharmleiks íslenskra bræðra í smábænum Mehamn í Noregi í fyrra.

Erla Dóra
Magnúsdóttir
erladora@dv.is



Harmleikur átti sér stað í smábænum Mehamn í Finnmarki í Norður-Noregi þann 27. apríl 2019 þegar Íslendingurinn Gísli Þór Þórarinnsson var skotinn til bana. Málið vakti mikla athygli hér á landi eftir að bróðir Gísla, Gunnar Jóhann Gunnarsson, játaði á samfélagsmiðlum að vera sekur í málinu.

Rammíslenskir aðilar

Atli Steinn Guðmundsson, blaðamaður Morgunblaðsins, var viðstaddur þegar málflytningur fór fram í máli ákærvaldsins á hendur Gunnar Jóhanni, en aðalmeðferð lauk nú í vikunni. Atli segir í samtali við DV að þetta tiltekna mál sé nokkuð sérstakt þar sem bæði brotþoli og gerandi eru íslenskir.

„Þarna er maður að horfa á mál þar sem eru rammíslenskir aðilar á báða bóga og maður er þó staddur „erlendis“ þótt ég hafi búið hér í rúm tíu ár. Þannig að það eru töluvert önnur formerki á þessu og ég hefði ekki þvælst hátt í 2.000 kílómetra norður til Finnmerkur til að sitja réttarhöld í norsku manndrápsmáli.“

Þetta opnar augu manns dálítið og maður hefur aðra sýn. Eins og það er nú með Íslendinga sem smáþjóð þá tökum við vel eftir því þegar aðrir Íslendingar lenda í einhverjum hremmingum erlendis, hvort sem það er að þeir lendi í fangelsi eða hverfi eða jafnvel að þeir séu myrtir. Þá erum við ein augu og eyru og fyllumst íslenskri samkennd.“

Réttarhöld í COVID

Atli segir það nokkuð sérstakt að vera viðstaddur dómssál í miðjum kórónuveirufaraldri og að andrúmsloftið sé óhefðbundið.

„Okkur, hópnum sem var þarna, var dreift í þrjá sali. Dómurinn sjálfur sat í réttarsal eitt og þar voru í rauninni bara málsaðilar og svo sækjandi og verjandi, réttargæslulögmaður brotþola ásamt íslenskum túlki og héraðsdómurum. Svo vorum við frá fjölmiðlum í réttarsal númer tvö og fylgdumst með gegnum fjarfundabúnað og svo var þriðji hópurinn í réttarsal þrjú. Þannig að þetta var náttúrulega allt öðruvísi en þessi dæmigerðu réttarhöld þar sem allir sitja oftast inni í einum sal frá níu til fjögur og hlusta á málflytningu.“



Til átaka kom milli bræðranna Gunnars og Gísla í bænum Mehamn með þeim afleiðingum að sá síðarnefndi lést. MYND/CAVIGLIA DENIS - HEMIS.FR

„Það er alveg skiljanlegt að strax sé ákært fyrir manndráp af ásetningi.“

En auðvitað var þetta erfitt fyrir ábyggilega flesta þarna og sláandi að hlusta á framburðarskýrslu ákærða og vitnisburði. Margar erfiðar spurningar bæði frá verjanda og sækjanda og ekki síst frá dómáranum honum Kåre Skognes.“

Ákaflega sorglegt mál

Segir hann ekki auðvelt að vera viðstaddur málflytningu í jafn alvarlegu máli og hér um ræðir. „Það er ekki auðvelt fyrir neinn, síst aðstandendur og vini, að fara í gegnum rúma viku af upprifjun af skelfilegum atburði og fara yfir ótal smáatriði næstum einu og hálfu ári seinna. Þannig að auðvitað var þetta eins og í öllum alvarlegum afbrotamálum, erfiðar lýsingar og erfiðar myndir og margar erfiðar framburðarskýrslur. Þetta er ákaflega sorglegt mál, hvaðan sem horft er.“

Ásetningur eða gáleysi

Gunnar Jóhann hefur gengist við því að hafa farið vopnaður að heimili bróður síns, undir áhrifum og fullur af bræði – en Gísli hafði tekið saman við fyrrverandi eiginkonu og barnsmóður Gunnars. Hins vegar hefur Gunnar ávallt haldið því fram að um voðaskot hafi verið að ræða, manndráp af gáleysi, en ákærvaldið heldur því fram að Gunnar hafi haft ásetning til að bana bróður sínum.

Nú hefur Atli hlýtt á báðar hliðar fyrir dómi. Hann tekur þó ekki afstöðu til þess hvort um gáleysi eða ásetning hafi verið að ræða.

„Nú er mjög erfitt fyrir mig eins og ég kem að málinu, fyrir hönd fjölmiðla, að taka nokkra afstöðu í því. Það er erfitt að gera sér í hugarlund hvað í rauninni gerðist þarna þar sem ákærði er í raun einn til frásagnar um sjálfan atburðinn.“



Atli Steinn
Guðmundsson
blaðamaður á
Morgunblaðinu

Skýrslur frá norsku rannsóknarlögreglunni Kripós sýndu fram á það að hægt hefði verið að hleypa af skotvopninu án þess að taka í gikkinn og verjandinn, Bjørn Andre Gulstad, er búinn að leggja á það gríðarlega áherslu í löngu máli, hann flutti þriggja tíma lokaræðu þegar réttarhöldunum lauk. Hann talaði um það bil frá klukkan eitt til fjögur og hann hefur verið með sterka nærveru og verið mjög harður í sínum málflytningu í þessum réttarhöldum og hamrað endalaust á því og bent á gögn frá Kripós um að þarna hljóti að hafa verið orðið slys. „Réttarhöldunum lauk síðastliðinn þriðjudag en von er á dómsuppkvaðningu innan þriggja vikna.“

„En auðvitað er margt sem bendir í hina áttina líka eins og rætt hefur verið, til dæmis af hálfu réttargæslumanns brotþola sem sagði að þú færir varla með hlaðna haglabyssu á vettvang ef þú ætlaðir ekki að gera neitt. Þannig að þarna leikast á andstæð sjónarmið og erfiðar sönnunarkröfur og þetta verða áreiðanlega miklar vangaveltur hjá dómendum að kveða upp dóm í þessu máli á næstu þremur vikum, það er alveg öruggt mál. Þetta er erfitt og snúið

mál og engin vitni á staðnum nema ákærði. Þarna er deilt um fjölda atriða og málinu verður ábyggilega áfrýjað.“

Ítrekaðar hótanir

Atli segir þó ekki hægt að líta fram hjá því að í aðdraganda harmleiksins hafi Gunnar ítrekað haft uppi hótanir við Gísla og fyrrverandi eiginkonu sína. Svo grófar voru hótanirnar og áreiðandi að hann var dæmdur til að sæta nálgunarbanni gegn þeim.

„Þarna voru náttúrulega stífar vitnaleiðslur og liggja fyrir margra daga hótanir í garð Gísla og kærustu hans sem ekki er hægt að líta fram hjá. Þar voru beinlínis manndrápshótanir sem hafa auðvitað mjög mikið að segja svo það er alveg skiljanlegt að strax sé ákært fyrir manndráp af ásetningi. Svo koma tæknilegar rannsóknir og framburður ákærða á móti sem benda til þess að þarna hafi orðið átök um haglabyssu og hún hafi verið haldin ákveðnum galla og verjandi segir að hafir þú virkilega ákveðið að drepa einhvern þá skjóttir þú hann varla í fótinn. Þannig að rökin á báða bóga hafa verið mörg og þetta er erfitt mál að því leyti.“

Betrun í fangelsi

Gunnar Jóhann samþykkti að veita Atla Steini viðtal fyrir hönd Morgunblaðsins. Atli hitti hann á hámarksörbyggisgæsludeild fangelsisins í Vadsø. Atli segir aðbúnaðinn

í fangelsinu til fyrirmyndar.
„Þetta er mjög snyrtilegt húsnæði. Ekki það að ég hafi valsað mikið um í fangels-um, hvorki á Íslandi né hér. En manni finnst þetta helst minna á snyrtilegt skólahúsnæði á Íslandi. Það er mjög vel að þessu búíð og eins og hann [Gunnar Jóhann] sagði sjálfur þá er hann ánægður með aðbúnað þarna og segir þarna vera ágætis samfélag milli fanganna og fangaverðir voru allir mjög kurteisir og þægilegir við mig og þetta virtist vera alveg til fyrirmyndar. Enda eru norsk fangelsi mjög góð. Þau hafa fengið þann dóm hjá alþjóðlegum úttekta- nefndum.“

Á betri stað í dag

Blaðamaður DV forvitnaðist um það hvort Gunnar væri bjartsýnn eða svartsýnn fyrir framhaldinu.

„Við reyndar fórum ekki á þær slóðir í umræðunni. Hann hefur fengið mikla faglega hjálp enda hefur hann setið þarna síðan hann var handtekinn. Hann talaði sjálfur um það í viðtalinu að hann hefði fengið mikla aðstoð fagfólks. Þannig að hann segist vera á allt öðrum stað andlega en hann var fyrir einu og hálfu ári.“

Gunnar Jóhann hafði gengið í gegnum djúpa andlega lægð í aðdraganda harmleiksins og meðal annars lagst inn á geðdeild. Að harmleiknum yfirstöðnum glímdi hann við miklar sjálfsvígshugsanir og vanlíðan.



Bræðurnir voru bestu vinir: Gunnar Jóhann t.v. og Gísli Þór t.h.
MYND/FACEBOOK

borg Noregs, og er það töluvert ferðalag að fara þaðan til Finnmerkur. Aðspurður segir Atli Steinn það ólíklegt að hann leggi á sig þetta ferðalag þegar dómur verður kveðinn upp.

„Nei, ég hugsa að ég fari nú ekki. Þetta er mikið ferðalag, þetta eru alveg tvö til þrjú flug fyrir mig að komast þarna upp eftir, í raun lengra en ferðalag til Íslands héðan frá Ósló. Maður er náttúrulega kominn langleiðina upp á norðurland þegar maður er kominn til Finnmerkur. Ég var rétt hjá Múrmansk í Rússlandi sem er við Barentshafið og þetta er töluvert norðar en Ísland. Noregur er næstum tvö þúsund kílómetrar á lengd. Fjórum sinnum lengra en Ísland er frá vestri til austurs. Svo ég fer ekki á staðinn en blaðamenn geta sótt um aðgang að dómstólakerfinu með innskráningu og þar höfum við aðgang að dómum og ákærum og getum fylgst með.“

Nú eru dómarmarar í málinu lagstir undir feld og mun það skýrast á næstu vikum hvort um hræðilegt slys hafi verið að ræða eða morð af yfirveguðu ráði. Sama hvað verður, er ljóst að um gifurlegan harmleik er að ræða, enda koma Gísli Þór og Gunnar Jóhann úr stórri fjölskyldu sem eftir situr í sárum. Þar á meðal börn en Gunnar á tvö börn með barnsmóður sinni en annað þeirra er skýrt eftir föðurbróður sínum heitnum. ■

„Hann sagði einnig að hann ætlaði að nota tímann þarna inni, hversu lengi sem það verður, til að mennta sig og einbeita sér að því að vera edrú um alla framtíð. Það var alls ekki slæmt í honum hljóðið en hann sér mikið eftir þessu að eigin sögn og hann eyddi miklu þúðri í að hann væri búinn að klúðra málum gagnvart öllum í kringum sig, eins og ég vitnaði í. En hann bar sig vel.“

Betur haldið utan um fanga

Það sætir kannski nokkurri furðu að Gunnar hafi fyrst

fengið viðeigandi aðstoð eftir jafn skelfilegan atburð, en Atli Steinn telur það eiga sér eðlilegar skýringar.

„Þegar þú situr inni og bíður dóms horfir málið allt öðruvísi við en þegar einstaklingar eru frjálssir og kannski bara með sinn heimilislækni á bak við sig að reyna að komast inn á einhverjar stofnanir í meðferðir og hjálp, bara eins og við þekkjum úr heilbrigðis-kerfinu á Íslandi. Þannig að það er kannski skiljanlegt að betur sé haldið utan um menn sem eru komnir inn í fangelsi

þar sem þeim er haldið nauðugum og þeir verða að vera.

Þá ber ríkinu að útvega þeim þessa aðstoð vilji þeir þiggja hana. Svo er staðan önnur og snýst ósjaldan um biðlista og hverjir eru í sumarfríum og þar fram eftir götunum þegar menn eru að reyna að komast sjálfviljugir í einhverja aðstoð. Það er bara eins og við Íslendingar þekkjum, reikna ég með.“

Dómur innan skamms

Dóms er svo að vænta í málinu á næstu þremur vikunum. Atli Steinn býr í Ósló, höfuð-

ÁTTA ÁRA GAMLIR DRENGIR Í HENGINGARLEIK

Móðir átta ára drengs segist hafa orðið fyrir miklu áfalli þegar syni hennar var hótað hengingu af bekkjarbræðrum sínum. Börnin gerðu snöru úr reipi og hengdu upp í tré.

Þorbjörg
Marínósdóttir
tobba@dv.is



Móðir drengsins deildi frásögn sinni á samfélagsmiðlum í vikunni en henni og fjölskyldu drengsins var illa brugðið. Móðirin segist hafa fengið símtal frá kennara drengsins sem greindi henni frá því að tveir bekkjarbræður hans hefðu gert snöru úr reipi og hengt upp í tré. Ætlunin var svo að setja hana um háls drengsins.

Móðirin segist vera slegin yfir því að svo ung börn hreinlega viti hvað það sé að hengja fólk. „Sem betur fer hljóp hann í burtu og á þessu var tekið strax af kennurum og talað um alvarleika málsins við þá stráka sem áttu hlut að málinu og allan bekkinn.“

Móðirin segir kennarana og skólann hafa tekið vel á málinu og drengurinn hennar er rólegur yfir þessu og upplifir ekki eftirköst. Sonur hennar

sem er átta ára hefur ekki orðið fyrir einelti eða alvarlegri stríðni áður. Hún segist ekki vita hvort um óvitaskap var að ræða. Mikilvægt sé að vera vakandi yfir hugmyndum barna sem þekkja oft ekki alvarleika þess sem þau gera.

Gabríela Bryndís Ernudóttir, sálfræðingur hjá Sálfræðistofu Reykjavíkur, segist ekki geta tjáð sig um umrætt mál eða einstök mál en almennt geri börn sér ekki endilega grein fyrir því hvað það þýðir að deyja eða hversu endanlegt það er.

„Ég held að yfirleitt viti börn, ef allt er í lagi hjá barninu, hvað er skaðlegt og hvað er ekki skaðlegt og vilji ekki valda skaða gagnvart öðrum. Upp að ákveðnu marki vita þau hvað má og hvað má ekki gera. Hins vegar eru börn ekki endilega farin að gera sér grein fyrir muninum á lífi og dauða eða hvað það þýðir að deyja. Það er ekki sjálfsagt að börn átti sig á að dauðinn sé óafturkræfur.“

Hún segir að almennt séð



Myndin tengist fréttinni ekki beint.

MYND/GETTY

„Sálfræðingur segir börn ekki alltaf átta sig á að dauðinn sé endanlegur.“

séu börn ekki að hóta alvarlegum líkamsmeiðingum. Ef svo er, sé það viðvörðunarkerki. „Auðvitað getur myndast hópæsingur þar sem eitt leiðir af öðru en börn sem sýna grófa ofbeldishegðun eru oft sjálf með áföll sem valda því að þau sýna mjög ofbeldishneigða hegðun. Þá er mikilvægt að það sé kannað hvort börnin sem gera slíka hluti séu örugg í sínu umhverfi,“ segir Gabríela Bryndís. ■



Sagan endurtekur sig

Sigurlaug Margrét Jónasdóttir er ein ást-sælasta útvarpskona landsins. Hún man ekki eftir því að hafa byrjað á RÚV enda er hún uppalin á göngum Ríkisútvarpsins og vill helst hvergi annars staðar vera.

Þorbjörg
Marínósdóttir
tobba@dv.is



Förðun: Elín Reynisdóttir
Myndir: Valgarður Gíslason
Sérstakar þakkir: Hótel Holt

Sigurlaug er dóttir útvarpsmannsins Jónasar Jónassonar og dagskrárgerðarkonunnar Sigrúnar Sigurðardóttur. Afi Sillu, eins og hún er kölluð, var Jónas Þorbergsson útvarpsstjóri, svo ástríðan fyrir útvarpinu hefur sannarlega gengið í ættir. Fleira en ástríða fyrir fjölmiðlum hefur þó erfst þar sem samheldni fjölskyldunnar er með eindæmum og virðist það einnig ætla að

fylgja næstu kynslóð. Þetta sést einna best á því að tveir afleggjarar fylgja Sillu í dag. Dóttir hennar og dótturdóttir sem er sex mánaða og brosir að öllu sem amma gerir.

„Mörgum finnst þetta örugglega skrítið. Við erum bara eins og ein klessa. Þetta byrjaði með mömmu og pabba. Við unnum saman, bjuggum saman og ferðumst saman. Það er kannski dálítið galið en einhvern veginn var þetta stórkostlegt og okkar gæfa. Við keyrðum saman í vinnuna, unnum, komum við í fiskbúðinni á leiðinni heim og settumst við kringlóttu eldhúsbordið og fórum að tala um útvarp. Alltaf að tala um útvarp. Þetta var mín æska.“

Foreldrar Sillu létust bæði



Silla keypti þennan fall-ega silkkjól fyrir árlegt kampavínsboð sitt sem nú verður að bíða betri tíma.

Ég mæli með því að gráta á milli ljósa. Þá er maður búinn þegar komið er á áfangastað.

hún en álitsgjafarnir höfðu nú nokkuð til síns máls.

Þegar nýr útvarpsstjóri, Stefán Eiríksson, tók við embættinu fyrir skemmstu var það eitt hans fyrstu verka að birta 10 ára gamla færslu á Facebook-síðu sinni þar sem hann hafði skrifað: *Flottur þáttur hjá Sigurlaugu Margréti Jónasdóttur og spurningin er; af hverju er hún ekki oftast í sjónvarpinu?* Stefán endurbirti færsluna eftir að hann tók við sem útvarpsstjóri og skrifar: Óskandi að ég þekkti einhvern sem gæti gert eitthvað í þessu.

Og nú spyr ég Silla, er verið að gera eitthvað í þessu?

Hún kímir. „Ég er eitthvað að fara að gera.“

Hvað þýðir það?

„Ég á mér drauma. Það er þetta með matinn. Ég er alltaf með hann á heilanum,“ segir hún. Og það er rétt. Marinn hvítlaukur og gott rauðvín eru hluti af þeim lífsgæðum sem hún heldur fast í.

„Mataráhuginn er kominn frá ömmu Silla. Hún bjó við hliðina á okkur í Eskihlíðinni og ég borðaði alltaf heitan mat í hádeginu hjá henni. Mér fannst hún gera besta mat í heimi og svo var alltaf kakósúpa eða hrísgrjónagrautur á eftir.“

Grátið af gleði

Hún segist snemma hafa áttað sig á að hún hefði tilfinningu fyrir matargerðarlistinni. „Ég var mjög þakklát þegar ég áttaði mig á að ég get búíð til góðan mat, svo þegar við fluttum til Flórens í eitt ár þegar Torfi fór í gullsmíðanáam, þá bara gerðist eitthvað. Það var eins og ný vídd. Upplifunin að versla á matarmarkaðnum og fá alltaf gefins rucola (klettasalat) með var stórkostlegt. Ég vissi ekki hvað það var þegar við fluttum þarna út. Og lyktin af því. Dásamleg.“

Við áttum ekki mikinn pening en alltaf nóg fyrir pasta og smá rauðvíni. Það var bara grátið af gleði hvern dag. Þetta var svo stórkostlegt. Sonur okkar var þá tveggja ára og ég keypti ís handa honum alla daga. Hann hafði ekkert sérstaklega mikinn áhuga á ísnum – en ég hafði það. Ég sleppti ekki úr degi. Ís alla daga. Mér fannst þetta svo stórkostlegt. Þetta er að njóta lífsins. Þetta er það mikilvægasta sem hefur komið fyrir mig. Að kynnast nýrri menn-

ingu, það verða allir að upplifa það að búa í öðru landi.“

Silla segist hafa fylgst náið með nágrannakonunum sem voru alltaf með tuskuna á lofti að þrifa stigana, víðra hitt og þetta. Hún tók því fljótlega upp á því sjálf að vera alltaf að víðra eitthvað út um gluggann, vera með matinn tilbúinn klukkan sex og sjúga í sig menninguna og hefðirnar í kring. „Þetta var svo skemmtilegt. Svo hjóluðum við um, hristum mottur og drukkum rauðvín.“

Það var þarna eitt kvöld sem við ákváðum að fá okkur ekki rauðvínsglas með kvöldverðinum og ég man að við vöknudum og horfðum á hvort annað og ákváðum að þetta myndum við ekki gera aftur. Bara aldrei,“ segir hún og hlær og undirstrikar að lífið sé til þess að njóta. „Það er bara eitthvað við það að merja hvítlauk og fá sér eitt rauðvínsglas.“

Að þora að þegja

Hún segir að enn þann dag í dag, áratugum eftir að hafa stýrt sínum fyrsta útvarpsþætti, sé græna útsendingarljósið það besta í heimi. „Mér líður best í beinni útsendingu. Græna ljósið og allt er gott. Það er ekki sjálfsagt að finnst alltaf jafn gaman að ganga inn í húsið og vita ekki hvernig þátturinn verður, hvað ég fæ út úr mínum viðmælenda. Hvað ætlar hann að segja mér? Hverjir hlusta, ekki það að ég hafi nokkurn tímann hugsað mikið um það.“

Það sést langar leiðir að starfið er órjúfanlegur hluti af Silla og samofið flestu sem skiptir hana máli. Arfleifðinni og fjölskyldunni. Áhuginn á fólki og sögum þess. „Almennt hef ég mestan áhuga á því hvernig fólk lifir af. Hvernig það lifir erfiðleika og já, lífið, af. Þegar fólk gefst ekki upp. Ég er sjálf þannig. Ég heimta það ekki að vera hamingjusöm en maður reynir. Og það er frábært. Fólk sem notar hómorinn, það finnst mér líka geggjað. Að því sögðu hef ég fengið ábendingar um að ég hlæi of mikið í útsendingu,“ segir Silla og hlær. „Kannski hlæ ég of mikið. Ég veit það ekki.“

En hefur þú aldrei fengið einhvern í viðtal sem hafði enga sögu? Ekkert að fréttu?

„Einu sinni. Á öllum þessum tíma bara einu sinni. Ég var

farin að íhuga að spyrja viðkomandi út í skóstærð. Það var bara ekkert að fréttu. Annars hefur fólk alltaf eitt-hvað að segja. Pabbi var minn kennari og þegar hann var búinn að sannfæra mig um að maður ætti ekki að óttast þögnina, þá held ég að ég hafi fyrst orðið þokkaleg útvarpskona. Að þora að taka viðtöl við fólk og þora að þegja. Því þá veit maður að fólk heldur áfram. Því það hugsar, vá, hún ætlar ekki að segja neitt í beinni útsendingu. Og þá talar fólk áfram og segir það sem það ætlaði ekki að segja. Það er málið,“ segir Silla.

Hún segir að þó að það sé allt að fara til fjandans þá mæti hún alltaf til vinnu og græna ljósið kviknar og lífið heldur áfram. „Ég hef mætt til vinnu á erfiðum degi með grátstafinn í kverkunum en það er ekki hægt að hætta við útsendingu. Maður gerir þetta bara. Ég hef gengið í gegnum alls konar erfiðleika, missi og erfiðleika innan fjölskyldunnar eins og annað fólk. En ég mæti alltaf í vinnuna. En svo kemur kannski að því að maður þurfi að passa sig. Hjördís systir mín hringir stundum í mig og segir það. Silla, þú verður að passa þig.“

Að því sögðu segir Silla það skipta máli að leyfa sér að gráta. „Ég mæli með því að gráta á milli ljósa. Þá er maður búinn þegar komið er á áfangastað. Ég notaði það mikið þegar pabbi var á líknardeild. Grét á milli ljósa og snýtti mér áður en ég fór inn á spítalann.“

Níu manns í mat

Sigurlaug og Torfi kynntust í MH og eiga saman tvær stúlkur og einn dreng en þetta er allt orðið fullorðið fólk að hennar sögn en þau búa þó öll heima og gott betur. Makar og barnabörn fylla nú húsið sem þau hjónin keyptu með foreldrum Silla og bjuggu þau hvor á sinni hæðinni. Því má að vissu leyti segja að Silla hafi aldrei flutt að heiman. „Hugmyndin kom eiginlega frá Torfa þegar við komum heim frá Ítalíu, uppfull af rómantik yfir stórfjölskyldunni. Við fundum þá þetta hús með tveimur íbúðum og höfum búíð þar öll síðan.“

Var það aldrei vesen? Allir að skipta sér af öllum?

„Nei, aldrei nokkurn tímann. Það var venjuleg klassísk fýla

úr krabbameini, Jónas árið 2011 og Sigrún árið 2017. Silla segist sakna þeirra á hverjum degi. „Það er bara þannig. Ég hélt að það myndi fjara út en ég sakna þeirra á hverjum einasta degi en það er ljúfsárt því við áttum svo gott líf saman.“

Pabbi þinn trúði á líf eftir dauðann. Finnur þú eitthvað fyrir þeim í húsinu?

„Nei, og ég er brjáluð yfir því.“

Komast þau bara nokkuð fyrir, eru ekki öll börnin þín enn heima?

„Jú, jii – og barnabörn og makar. Þau komast bara ekki fyrir. Þau koma kannski við þegar ég fer að senda börnin mín út í lífið og það léttir á húsinu. Það verður gaman að finna ilmvatnslyktina hans pabba. Ég hlakka til.“

Kynpokki og kakósúpa

Silla hefur lengi þótt ein mest sjarmerandi fjölmiðlakona landsins og rödd hennar þykir umvefja hlustandann hlýju en

hún er með vinsæla þætti á Rás 1 sem kallast Segðu mér. Hún hefur starfað á RÚV nánast frá fæðingu að undanskildum sex mánuðum á Stöð 2.

Útvarpskonan hljómpýða hefur verið útnefnd ein af kynþokkafyllstu konum landsins en gefur ekki mikið fyrir það og hlær hátt og innilega þegar hún er spurð út í kynþokkann. Á lista yfir Kynþokkafyllstu konur landsins sem birtist á DV.is fyrir þremur árum er henni lýst sem grískri gyðju sem bætir í kynþokkann hvert ár og segist álitsgjafinn helst vilja láta hana lesa sig í svefn á hverju kvöldi. Annar segir það skyldu að setja hana í sjónvarp og segir hana með einstakan limaburð sem líkist einna helst gasellu sem líður um Útvarphúsið. Þegar upplestrinum úr greininni lýkur hlær Silla enn meira.

„Þegar ég las þetta á sínum tíma þá las ég gas-eölu og hugsaði að það væri nú líklega eitthvað hræðilegt,“ segir

og pabbi að leita að kornfleks-pakkanum sem við höfðum tekið en aldrei neitt meira.“

Eftir að foreldrar Silla létust kom þó aldrei til greina að selja íbúðina þeirra á neðri hæðinni heldur tók húsið það aftur að sér að safna afkomendum. Í dag búa börnin þeirra þrjú heima með maka og barnabörn. „Húsið er vant þessu. Það bara andar eins og við viljum. Sonur minn er með son sinn hjá okkur, dóttir mín með sína litlu og kærastann og þessi yngsta 22 ára með kærastann.“

Ert þú þá ekki bara föst í að elda ofan í alla?

„Jú, jú, stundum, og sonur minn er líka duglegur að elda. Við eigum líka sumarústað og erum mikið þar eða þau. Þetta dreifist bara vel. Þetta eru allt krakkar sem eru að reyna að koma undir sig fótunum og mér dettur ekki í hug að segja þeim að fara að leigja fyrir tvö hundruð þúsund á mánuði.“

Hún viðurkennir þó að hún verði alveg pirruð við skarann ef illa er gengið um. „Það er tvennt sem ég vil að sé í lagi. Að það sé ryksugaður stiginn og hreint eldhúsið – jú, og stofan. Ég get alveg alveg lát-ið í mér heyra. Skellt skápum og svona en þetta gengur almennt bara vel. Við erum í takt,“ segir Silla sem heldur fast í jákvæðina.

Þetta verður allt í lagi

„Jákvæðnin og það að vera hláturmild, mér finnst gaman að hlæja, það er það sem ég er svo ánægð með. Það hefur gert lífið mitt betra. Ég er ekki langrækin eða verð mjög reið. Ég æpi ekki eða öskra. Eða kannski jú. Ekki mikið. Ég þegi yfirleitt ef ég verð reið. Það er þungt í mér og ég skelli skápum. Þá er kannski enginn búinn að vaska upp og ég skelli öllu með látum í vaskinn. Já, og ég blóta. Krakkarnir mínir myndu segja það. Ég blóta alveg hrikalega og mér finnst það geggjað. Skápaskellingarnar skila engu og ég veit það en ég geri það samt.“

Silla segist almennt ekki vera reið týpa né langrækin. „Ég verð frekar hrædd en reið. Þú veist, hugsa um hvort börnin mín og barnabörn séu örugg og hvort þau séu hamingjusöm. Það er fáránlegur frasi en þetta snýst allt um það.“

En með COVID. Ertu að fylla á frystinn og undirbúa heilt hús undir sóttkví?

„Nei. Ég er ekkert að hugsa um það. Og ég er almennt ekkert hrædd. Ég hugsa bara, þetta verður allt í lagi. Kannski fáránlegt og barnalegt en ég segi það samt. Þetta verður allt í lagi.“

Gleymdi pilsinu

Silla er meinfyndin og óhrædd við að deila sögum af óföllum sínum. „Ég er oft að flýta mér og á það til þegar ég klæði mig að vinna hratt. Þá fer ég í mínar 80 den sokkabuxur, bol og skóna og þramma um. Svo



Sigurlaug býr yfir einstökum sjarma sem skilar sér gegnum útvarpið.

Þegar ég klæði mig úr kápunni tek ég eftir að ég er ekki í pilsinu. Ég trúi þessu varla, geng um og hugsa: Guð, ég get ekki sagt neinum frá þessu!

einn morgun er ég að verða sein, Torfi kominn út í bíl, ég stekk í úlpuna og kem mér upp í RÚV. Nú, þegar ég klæði mig úr kápunni tek ég eftir að ég er ekki í pilsinu. Ég trúi þessu varla, geng um og hugsa: Guð, ég get ekki sagt neinum frá

þessu! Svo byrja ég að hlæja, og er farin að tárast úr hlátri, geng fram á gang og hitti þar Helga Seljan og Jónatan Garðarsson og held fyrir munninn og tárin leka og ég segi við þá: Þið verðið að hjálpa mér.“

Á þessum tímamarki segir

Silla að þeir félagar hafi hrokk-ið í kút og gert ráð fyrir hinu versta.

„Ég sýndi þeim að ég var ekki í pilsinu undir kápunni, þeir þögðu aðeins og Helgi sagði: Bíddu aðeins, náði í myndavélina og tók af mér

mynd, og sagði „ég bara verð“. Jónatan keyrði mig svo heim, ég klæddi mig í pilsnið, fór aftur upp eftir og tók brosandí á móti gesti mínum eins og ekkert hefði gerst,“ segir hún og hlær.

Næstu daga hrósuðu vinnufélagarnir Silla í hvert sinn sem hún mætti fullklædd.

Hamingjan býr í draslskúffunni

Það er einhver ró sem ein-kennir útvarpskonuna með góðu röddina þó að hún segist sjálf alltaf vera að flýta sér þó að hún þurfi ekki að vera mætt neins staðar. Gangi hratt frá og geri flest á fullum hraða og sé lítið í excel-hugsunum, eiginmaðurinn sjái um það.

„Ég er til dæmis ekki með bókhaldið á hreinu og er í raun nokkuð hrædd við bókarann minn. Hann horfir alltaf á mig með nettri fyrirliktningu því hann veit að ég er ekki með þetta á hreinu. Svo er ég líka með draslskáp og skúffur sem ég treð í og loka svo bara hratt og vona það besta. Ég bara ýti.“

Ha? Það má ekki. Internetið vill að þú sért með allt í röð og reglu. Þú getur fengið ráð og myndir á Pinterest!

„Nei. Guð, nei. Mér dettur það ekki til hugar,“ segir hún og um leið er hugsanlega komin útskýringin á hamingjunni sem einkennir hana. Það er þessi sátt og gleði yfir því sem hún á. Yfir fólkinu sínu, samvistum við börnin og að halda fókus á stóru hlutunum – og leyfa ruslskápnum að vera eins og hann er. Vera með eldhúsinnréttingu sem er á svipuðum aldri og hún sjálf. Sjá fegurðina í því að þroskast og eldast með reisu og elska hluti og fólk fyrir söguna sem það segir.

Silla verður 57 ára í nóvember og segist fagna hverju ári innilega. „Tíminn er dýrmætur. Ég þæli aldrei í því hvort ég sé orðin eitthvað gömul og hef aldrei gert. Af hverju á ég að gera það? Ég vil hafa heilsu en ég fer ekki í leikfimi. Ég hugsa stundum um það en þá deyr eitthvað inni í mér. Ég hef reyndar aldrei fengið pensilín þannig að ég hef haft góða heilsu. Ég lita á mér hárið, ég held ég muni alltaf gera það, en ég myndi aldrei láta breyta mér.“

Hefurðu aldrei farið í megrunarkúr?

„Nei, ég held ekki. Ég myndi bara deyja ef ég þyrfti að fara í megrun. Ég hef alveg farið í föt og hugsað: Voðalegt vansnið er á þessu, og svo áttað mig á að ég þarf aðeins að tóna niður átið. Ég hugsa vel um mig en nei, aldrei megrun. Það er svo hræðilegt. Borðum bara matinn, bara ekki of mikið, en nei, ekki megrun. Ég vil bara njóta lífsins.“

Að því sögðu liggur það beinast við að Silla eigi eftir að endurnýja kynni sín við Flórens og matarmarkaðinn. „Mig dreymir um það einhvern tímann. En hvað geri ég þá við alla krakkana?“ segir Sigurlaug og skellihlær, þessum hlátri sem hlustendur Rásar 1 þekkja svo vel. ■

Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar

Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi



Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar

Traust og faglegt fjölskyldufyrirtæki í 30 ár.

Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar er elsta starfandi útfararþjónustan á höfuðborgarsvæðinu.

Við höfum áratuga reynslu við að annast alla þætti útfararþjónustu.

Hægt er að hafa samband allan sólarhringinn alla daga ársins.

Hljá, auðmýkt og virðing er okkar leiðarljós. Við tökum tillit til þess að fólk er í sárum eftir ástvinamissi. Okkar markmið er að veita framúrskarandi og persónulega þjónustu á sanngjörnu verði.

Nánar um okkur:
Sími: 567-9110
Netfang: utfarir@utfarir.is





HÚSASMIÐJAN

FYRIR
ÞIG

OKTÓ

50 ára blómaval
Afmælistilboð

Hausterikurnar
á enn betra
verði

Sjáðu
verðið!

44%

3 stk.

999 kr/3 stk.

1.797 kr/3 stk.



50 ára blómaval
Afmælistilboð

62%

Orkidea
2 greinar

999 kr

2.690 kr

Orkidea 2 greinar
12 cm. 11325000



Flísar í úrvali

Fiskibeinamynstur



25%

PAMESA
ceramica

2.545 kr/m²

3.397 kr/m²

Flísar

30,3x61,3 cm, R9, frostpólin. 8611174



25%

ALSAPAN

Paperless, Flooring, Worktops

Green
vara

PEFC

3.560 kr/m²

4.750 kr/m²

Harðparket, fiskibeinamynstur

Ljós eik 12 mm á þykkt, stærð 640 x 143 x 12 mm.

147473

20%

GROHE

11.690 kr

14.695 kr

Handlaugartæki

Grohe Start. 7910800



Bleikur
október



BerlingerHaus

5.585 kr

Hnífasett

Ryðfrítt stál með Non-stick húðun,
á segulstandi, 6 stk. 2002791



20%

19.990 kr

24.990 kr

Klakavél

Svört. 1841275



20%

DEWALT

43.995 kr

54.995 kr

Hleðsluborvél 18V

2 stk., 2.0Ah rafhláða, kolalaus mótur,
hersla 0Nm, sn./mín., 550/2000 sn. mín.
5159080

20%

Nilfisk

13.595 kr

16.995 kr

Háþrýstidæla C 110.7-5 X-TRA

110 bór, 1,4 kW, 440 ltr./klst., 5 m slanga.
Click & Clean kerfi. 5254200



30%

NEO

13.995 kr

19.945 kr

Topplyklasett

Toppar 1/2" 10-32 mm, 1/4" 4-14 mm. 111 stk. 5052573



Nýtt blað
er komið út
husa.is



bertilboð

50 ára blómaval
Afmælistilboð



Nóvemberkaktus

999 kr
~~1.490 kr~~

33%

Nóvemberkaktus
9 cm pottur. 11328200

Sjáðu
verðið!



AEG
79.990 kr
~~89.990 kr~~

Þvottavél AEG 8 kg, 1400 sn. L6FBI48S
Kolalaus mótur, Prosense tæknin vigtar sjálfkrafa
þyngd þvottar, velur ákjósanlegan þvottatíma. Styttir
þannig bæði tíma, vatn og orku. 1860502



25%

11.995 kr
~~15.995 kr~~

Hleðsluborvél
18V, rafhlaða 1.5Ah, hersla
37Nm, Led ljós. 5245573



25%

Electrolux
69.990 kr
~~93.320 kr~~

Ofn EEA4235POX
Með ryðfríu útliti, katalískur sjálfhrensibúnaður,
Velvet Closing, mjúk lokun á ofnhurð, orkuflokkur
A, tekur 72 ltr. 1841248

LADY
PREMIUM PAINT & COLORS

20%
afsláttur

HENRAD OFNAR
10
ÁRA
ÁBYRGÐ

Afkastamiklir
miðstöðvarofnar
sem nýta hitann vel

HENRAD



20%

afsláttur
af allri LADY
innimálningu



Heimir
Hannesson
heimir@dv.is



Áðeins er rétt rúmur mánuður til forsetakosninga í Bandaríkjunum og ljóst að kosningabaráttan er þegar orðin sú litríkasta sem fram hefur farið. Bandarísk stjórnsmál eru mikið til umfjöllunar í íslenskum fjölmiðlum og áhugi Íslendinga á þeim mikill. Það sýndi sig best í því að þúsundir Íslendinga vöktu fram eftir nóttu á þriðjudaginn til að fylgjast með kappræðum forsetaframbjóðendanna Donalds Trump og Joes Biden. Kappræðurnar stóðu undir væntingum. Lýsingu CNN á kvöldinu verða ekki gerð góð skil nema á móðurmálinu: „Shitshow.“

Mörgum kann að þykja bandarísk stjórnsmál furðuleg framkvæmd. Að 350 milljóna manna þjóð sé á fjögurra ára fresti soðin niður í tvo einstaklinga í margra mánaða löngu ferli sem lýkur svo daginn eftir fyrsta mánudag fjórða hvers nóvembermánaðar. Svo þykkar súpan enn frekar þegar það gerist, til dæmis árið 2016, að frambjóðandi sigrar án meirihluta atkvæða.

Í þessu, eins og svo mörgu öðru, er svarið að finna í sögunni. Sagan útskýrir kosningakerfið, kosningakerfið útskýrir tveggja flokka kerfið, og tveggja flokka kerfið útskýrir frambjóðendurna.

Sagan

Bandaríkin eru stofnuð á veikum grundvelli. Fyrstu 200 árin var fleira sem sundraði ríkjum en sameinaði þau. Raunar má segja að tungumálið og gjaldmiðillinn hafi verið það eina sem fyrstu 13 ríkin áttu sameiginlegt. Þau byggðu á gjörólíkum efnahagslegum grunni, lífið þar var gjörólíkt, það sem mestu skipti, sýn þeirra á lögmæti þrælahaids var gjörólík. Fyrstu ríkin voru 13, táknuð á bandaríska fánanum sem 13 hvítar og rauðar rendur. Þau ríki komu sér saman um að lýsa yfir sjálfstæði 1776 og sameiginlega stjórnarskrá 1888.

Stjórnarskráin var niðurstaða þriggja mikilvægra málamiðlana milli norður- og suðurríkjanna. Allar snéru þær með einum eða öðrum hætti að þrælahaaldi. Tryggja þurfti valdajafnvægi milli landshlutanna og stórra og smárra ríkja og þótti því ótækt að ríkin hefðu jafnt atkvæðavægi. Hins vegar gátu ríkin ekki komið sér saman um hlutfallslegt atkvæðavægi ríkjanna á þinginu heldur. Niðurstaðan varð sú að skipta þinginu í tvær deildir. Fulltrúa- og öldungadeild. Ríki fengi þannig úthlutað fulltrúum í neðri deild eftir íbúafjölda en fjöldi fulltrúa í efri deild var festur í tveimur á hvert ríki, óháð stærð þess. Til þess að frumvarp verði að lögum þurfa báðar deildir að samþykkja það.



Bandarísk stjórnsmál eru lituð af sögunni.

MYND/GETTY

FLÓKIÐ KOSNINGAKERFI ÚTSKÝRIR LITRÍKA BARÁTTU

Mörgum kann að þykja bandaríska kosningakerfið undarleg smíð. Það er torskilið en skýringar á flóknu eðli þess má finna í sögu þess. Sagan skýrir kerfið, kerfið skýrir flokkana og flokkarnir skýra fólkið.

Önnur málamiðlunin snéri að framkvæmd manntals sem undirstöðu úthlutunar þingsæta. Suðurríkin óttuðust að fjöldi „frjálsra“ í norðrinu, sérstaklega Massachusetts og Pennsylvaníu, myndi yfirgnæfa fjölda „frjálsra“ í suðrinu. Niðurstaðan var að telja „aðra“ sem þrjá fimmtu af heilum, frjálsu manni. Hér var bersýnilega átt við svarta þræla í suðurríkjunum, en þeir voru um 40 prósent af íbúum ríkjanna.

Þá var það fest í stjórnarskrá að kjósa skyldi daginn eftir fyrsta mánudag nóvembermánaðar. Þetta þótti hæfilegur tími fyrir „frjálsa eignarmenn“ að kjósa. Mánudagar þóttu ótækir í gamla landbúnaðarsamfélagi Bandaríkjanna.

Kosningakerfið

Það var aldrei ætlun höfunda stjórnarskrárinnar að búa til sterkan þjóðhöfðingja. En það var niðurstaðan engu að síður. Í kosningakerfinu sem stuðst er við þegar þjóðhöfðinginn

er valinn eimir hins vegar enn af þeirri hugsun að verið sé að velja sameiningartákn ríkjanna, en ekki þjóðarinnar. Því var sú leið valin að kjósa forseta óbeinni kosningu. Kjörmenn skyldu valdir af ríkinu, og eftir atvikum íbúum þess í kosningum. Fyrstu áratuginu voru það ríkjapíngin sem völdu fulltrúana. Kosningarnar 1880 voru fyrstu kosningarnar þar sem allir kjörmenn voru kosnir í þeirri mynd sem það er í dag.

Samkvæmt upphaflegum bollaleggingum stjórnarskrárhöfunda átti kosningakerfið að virka svo að hver kjörmaður fengi tvö atkvæði og mætti því velja tvo menn. Sá maður sem fengi flest atkvæði yrði forseti og sá næsti varforseti. Ef kjörmannakerfið klikkaði skyldi öldungadeildin velja varforseta og fulltrúadeildin velja forseta. Það er í raun enn þannig í dag.

Öldungadeildarþingmenn eru kjörnir til sex ára og er kosið um þriðjung sætanna á tveggja ára fresti. Þeir eru

samtals 100, tveir frá hverju ríki. Kjördæmi öldungadeildarinnar er hvert ríki fyrir sig í heild sinni. Fulltrúadeildarþingmenn eru kjörnir samkvæmt kjördæmaskiptingu hvers ríkis fyrir sig til tveggja ára í senn. Þeir eru í heild 435 og skiptast þau sæti svo til jafnt á ríkin. Þannig fara allar kosningar til alríkisembættis fram á grundvelli einmenningskjördæma.

Kjörmannafjöldi ríkis er þá samanlagður fjöldi þingmanna í efri og neðri deildum. Það gerir 535. Washington D.C. hefur frá miðri 20. öld fengið að taka þátt og fær úthlutaða þrjá kjörmenn. Þannig er heildarfjöldi kjörmanna 538, og þarf því 270 kjörmenn til að vinna kosningarnar.

Til að fá alla kjörmenn ríkis úthlutaða nægir frambjóðanda að fá flest atkvæða í viðkomandi ríki. Þó eru dæmi um vísi að hlutfallskosningu. Þar sem frambjóðanda nægir að fá aðeins einfaldan meirihluta í hverju ríki „falla dauð“ þau atkvæði sem eftir standa.

Ef frambjóðandi sigrar í ríki með 51 prósent þá telja 49 prósentin ekki neitt. Þau hafa ekkert vægi. Í kosningunum 2016 atvikaðist það til dæmis í Flórída að Trump vann ríkið með 113 þúsund atkvæðum eða rétt rúm prósent heildarfjölda atkvæða. Þetta eina prósent olli því að 4,5 milljónir atkvæða Hillary Clinton urðu að engu.

Þetta getur leitt til þess að frambjóðandi sigri án þess að meirihluti kjósenda kjósi hann. Þetta hefur gerst fjórum sinnum, tvisvar á 19. öld, árið 2000 (Bush) og árið 2016 (Trump). Þetta kerfi verður líka til þess að þau ríki þar sem mjótt er á munum milli frambjóðenda fær hlutfallslega meiri athygli enda til mests að vinna þar með minnstum tilkostnaði. Kalifornía er til dæmis „blátt ríki“ og þó það sé langfjölmennasta ríkið og þar af leiðandi með flesta kjörmenn, fær það almennt litla athygli í forsetakosningum. Þessi ríki eru gjarnan kölluð sveifluríki (e. swing states).

Tveggja flokka kerfið

Það er gömul saga og ný að einmenningskjördæmi ala af sér tveggja flokka kerfi. Bandaríkin eru líkast til skýrasta dæmið, þó þau séu mun fleiri og víðar. Demókratar og Repúblíkanar eru þessir tveir flokkar. Demókratar til vinstri og Repúblíkanar til hægri.

Bandarísk kosningalöggjöf og hefð hefur að miklu leyti fest þessa skiptingu í sessi. Þannig miðar löggjöfin oft að þessum tveimur flokkum og leggur grunn að baráttu tveggja flokka, ekki þriggja.

Flokkarnir tveir hafa svo orðið að ríki í ríkinu. Þeir hafa úr milljörðum dala að spila í hverjum kosningum og stjórna að mjög miklu leyti hvernig bandarísk stjórnálgáa þróast. Fyrr á árum voru ákvarðanir um tilnefningar til embætta að mjög miklu leyti teknar í reykfylltum bakherbergjum en samhliða almennri lýðræðisþróun í Bandaríkjunum hefur orðið breyting á þessu. Nú fara fram fyrirferðarmiklar forkosningar í báðum flokkum þar sem stuðst er við kjörmannakerfi sambærilegt því sem stuðst er við í aðalkosningunum.

Flokkarnir stýra, eftir sem áður, hverjir eru útnefndir. Hefur þetta „vald“ verið nefnt dagskrárvald stjórnálgáflokkanna. Þannig stjórna innmúraðir flokksmenn um hvaða tvo frambjóðendur verður kosið í aðalkosningunum. Á undanförunum árum hefur orðið mikil pólarisering í bandarískum stjórnmálum og gjáin á milli hugmyndafræði flokkanna tveggja dýpkað. Það hefur líka orðið til þess að kjósendur innan flokkanna eru hugmyndalega „fjár“ almennum kjósendum. Það veldur því að frambjóðendur þurfa að höfða til sitt-hvors kjósendahópsins í forkosningunum annars vegar og aðalkosningunum hins vegar.

Framkvæmd kosninga

Vegna þess að bandarískar alríkiskosningar eru í raun 51 aðskildar kosningar er ekki um að ræða heildstæðan staðal um hvernig haga skuli kosningum. Þannig eru kjörseðlar, talningaraðferðir, fjöldi kjörstaða og kosningalög og -reglur gjörólík á milli ríkja. Sums staðar er kosið í tölvu, annars staðar með stimplum, svo með blýanti á þriðja stað. Þessi ólíka framkvæmd hefur verið til umfjöllunar í tengslum við réttindabaráttu svartra. Kjörstaðir eru almennt á forræði sveitarstjórna í Bandaríkjunum og ber þeim lögum samkvæmt að fjármagna atkvæðagreiðslurnar. Þannig eru kjörstaðir gjarnan færri á fátækari svæðum og verr mannaðir. Það leiðir til þess að meiri tíma getur tekið þá íbúa að kjósa en annars staðar. Þar sem kosið er á þriðjudögum hefur þetta sums staðar leitt til þess að fátækir hafa hreinlega ekki kost á því að fara úr vinnu á virkum degi í fleiri klukkutíma til þess að kjósa.

Bandarískar alríkiskosningar eru í raun 51 aðskildar kosningar.

Þetta snertir svarta íbúa sérstaklega illa.

Sum ríki gera hreina sakskrá að skilyrði fyrir kosningarétti og enn önnur svipta þá kosningarétti sem eru með ógreiddar sektir í kerfinu. Þetta er sagt bitna sérstaklega á svörtum íbúum Bandaríkjanna.

Til þess að geta kosið þarf viðkomandi að hafa skráð sig á kjörskrá vissum tíma fyrir kosningar. Til þess að geta skráð sig á kjörstað þarf við-

komandi í flestum tilfellum að hafa fasta búsetu á tilteknum stað. Þetta útilokar þannig heimilislausa frá þátttöku í kosningunum. Enn og aftur snertir þetta minnihlutahópa einstaklega illa.

Kosningaþátttaka var árið 2016 aðeins 55,4 prósent í Bandaríkjunum.

Kosið verður þriðjudaginn 3. nóvember að þessu sinni. ■

Höfundur er stjórnálgáfræðingur

BÓKA

MARKAÐUR

Á FISKISLÓÐ 39

OPIÐ ALLA DAGA kl. 10-19

SÍÐUSTU DAGARNIR

NÆG BÍLA-STAÐI



Nesbø pakki
1.990 kr.



2.990 kr.



990 kr.



1.490 kr.



990 kr.



990 kr.



990 kr.



990 kr./stk.



990 kr.

NAMMI OG ÍSPINNAR



MARKAÐURINN ER LÍKA Á NETINU: WWW.FORLAGID.IS | GJÖF FYRIR ALLA SEM KOMA

ÞÉR FÁIÐ MIG ALDREI Á KLEPP

„Stóra bomban“ var hápunktur harðvítugra deilna Jónasar Jónssonar frá Hriflu við Læknafélag Íslands. Dómsmálaráðherra sagður geðveikur en sneri taflinu sér í hag.

Á ÞINGPÖLLUM

Björn Jón
Bragason
eyjan@eyjan.is



Ég þyki dálítið skrýttinn, óhefðbundinn,“ segir Ólafur Darri Ólafsson leikari í hlutverki ráðherrans Benedikts í samnefndum sjónvarpsþáttum. Benedikt er látinn glíma við geðraskanir en mannkynssagan geymir ótal dæmi ráðamanna sem hafa átt við þann vanda að etja, en þess eru ekki síður mörg dæmi að stjórnámálemenn hafi verið ásakaðir um andleg vanheilindi. Skemmst er að minnast greinasafnsins The Dangerous Case of Donald Trump frá árinu 2017 þar sem 27 geðlæknar, sálfræðingar og aðrir sérfræðingar í andlegu heilsufari töldu sig sýna fram á slæga geðheilsu Trumps Bandaríkjaforseta, sem væri að þeirra mati ógn við bandarískt samfélag.

Ásakanir um geðveiki hafa þó aldrei vakið jafn harðar deilur hérlendis og í „Stóru bombunni“ árið 1930. Sú deila endurspeglar þau óvægnu átök sem einkenndu stjórn-málaríf þess tíma.

Ráðherra vitjað á sjúkrabeði
„Stóra bomban“ var nafn á grein sem birtist í aukablaði Tímans, málagns Framsóknarflokksins, 28. febrúar 1930. Höfundur var Jónas Jónsson, dómsmálaráðherra Framsóknarflokksins, en greinin er frásögn af heimsókn Helga Tómassonar, yfirlæknis á Kleppi, til Jónasar nokkrum dögum fyrr, þar sem Helgi hefði látið í ljós það alit sitt að dómsmálaráðherrann væri geðveikur. Jónas hafði legið með kvefpest heima hjá sér í tíu daga þegar yfirlækninn bar að garði. Grípum niður í skrif Jónasar: „Ég spurði spaugandi, hvort þér kæmuð til að bjóða mér á Klepp. Þér svoruðuð því ekki, en af óljósu fálmi yðar þóttist ég vita um „bombuna“...“

Helgi Tómasson svaraði „Stóru bombunni“ í Morgunblaðsgrein. Þar kom fram að sögur um geðveiki dómsmálaráðherrans hefðu verið á kreiki um langa hríð. Þar á meðal hefði Jónas Kristjánsson læknir haldið því fram þremur árum fyrr að nafni hans dómsmálaráðherrann væri „andlega sjúkur“. Helgi stakk upp á því að Alþingi fengi hingað til lands erlenda sérfræðinga til að „rannsaka heilbrigði ráðherrans“.



Jónas Jónsson frá Hriflu var dómsmálaráðherra á árunum 1927-1932. MYND/LJÓSMYNDASAFN REYKJAVÍKUR



Stóra bomban er talin ein magnaðasta áróðursgrein sem samin hefur verið.

MYND/TIMARIT.IS

Þá höfðu um nokkurra ára skeið staðið harðvítugar deilur milli Jónasar, sem jafnframt var heilbrigðismálaráðherra, og Læknafélags Íslands. Þær snerust einkum um veitingu héraðslæknisembætta.

Bardaginn heldur áfram
Helgi sagði enn fremur í svar-

grein sinni að Jónas hafi hálf-risíð upp í rúmi sínu og sagt í spurnartón: „Þér eruð sendur sem geðveikralæknir?“ Helgi kvaðst hafa neitað því og sagði svo í greininni: „En af því að ég skoðaði mig sem frekar vinveittan ráðherranum, þá hefði ég viljað koma til hans og segja honum, að ég og nokkrir aðrir læknar litum

svo á, sem ýmislegt í fasi hans og framkomu væri – ekki normalt.“ Jónas mun þá hafa svarað: „Ég skoða þetta aðeins sem eina læknaósvífina enn – ég hef 37,4 stiga hita og kvef – dettur ekki í hug að tala um þetta við yður. Þér fáið mig aldrei á Klepp.“ Því næst rétti Jónas fram höndina til kveðju og sagði svo með augun lygnd

aftur: „Bardaginn heldur áfram, hvort sem ég verð ráðherra eða ekki. Sá sterkari skal sigra. Berjist nú með ykkar vopnum og vottorðum. Við lifum máské báðir eftir 5 ár og skulum þá líta yfir vígvöllinn.“

Ráðherra snýr taflinu við

Guðjón Friðriksson, ævisöguritari Jónasar, segir Stóru bombuna meistarastykki í áróðri. Menn hefðu þá um langa hríð hvíslast á um geðveiki ráðherrans en ekkert í greininni hefði bent til geðveiki. Grípum niður í ævisöguna: „Fram til þessa höfðu völdin verið að gliðna undan Jónasi, samsæri voru gegn honum í hverju horni, en nú sneri hann taflinu við í einu vetfangi með einu pennastriki svo að segja.“

Kné fylgir kviði

Stóra bomban dró heldur betur dilk á eftir sér. Í kjölfar hennar var Helga Tómassyni vikið fyrirvaralaust frá störfum yfirlæknis á Kleppi. Þá máttu þeir læknar sem lýstu yfir stuðningi við Helga þola margvíslegan miska úr hendi dómsmálaráðherrans á næstu misserum. Jónas hætti algjörlega að auglýsa læknisembætti laus til umsóknar og hætt var að greiða læknum fyrir kennslu við Háskólann. Guðmundur Hannesson læknir sagði í Læknaþláðinu 1931 að þetta hefði gengið svo langt að dómsmálaráðherrann hefði sjálfur verið farinn að ráða og reka hjúkrunarkonur og matreiðslufólk Landsspítalans. Þá var þeim læknum sem staðið höfðu með Helga neitað um styrki til náms erlendis.

Allt breytt, og þó

Stjórnmalalíf samtímans er hrein lognmolla miðað við það sem tíðkaðist um 1930 og þá hafa viðhorf manna til geðsjúkdóma gerbreyst. Það sýndi sig þegar Ólafur F. Magnússon, fyrrverandi borgarstjóri, kom fram opinberlega og tjáði sig af hreinskilni um andleg veikindi sín. En Ólafur þurfti engu að síður að glíma við mikla fordóma þar sem geðhvarfasýki sú sem hann þjáðist af var heimfærð upp á allt í hans tilveru – þegar fyrir lá að hann var ekki veikur þann tíma sem hann gegndi embætti borgarstjóra. Einn fárra þeirra sem tóku upp hansann fyrir borgarstjórnann fyrrverandi orðaði það svo að Ólafur F. hefði verið „heilbrigðastur allra sem sátu samtímis honum í borgarstjórn. Hann var sá eini sem gat lagt fram heilbrigðisvottorð.“ ■

Sæfarar, hipsterar, söngvarapör þurfa söfn til að kanna og lakkrísör.



Brandenburg | s/a

Þegar þú verslar hér heima skilar það sér aftur til þín. Þú styður við framleiðslu, ferskleika, úrval og gæði. Þannig skapast verðmæti og ný störf, samfélaginu til góða. Kynntu þér málið á gjoridsvovel.is.

ÍSLENSKT

LÁTTU ÞAÐ GANGA

EFTIRSÓTTAR á lausu

Íslenskar konur eru með ein-dæmum glæsilegar og kraftmiklar. Það þarf því engan að undra að þegar sleggjur á borð við þær sem prýða þennan lista eru einhleypar – þá séu þær eftirsóttar.



MYND/ÁSTA KRISTJÁNS



MYND/EYÞÓR

LINDA PÉTURSDÓTTIR

Alheimsfegurðardrottningin, frumkvöðullinn og markþjálfinn Linda Pétursson er á lausu. Linda heldur úti vinsælli síðu, lindape.com, þar sem hún er með vinsæl heilsu- og grenningarnámskeið sem fara fram á vefnum. Linda er menntuð í stjórnmálafræði, heimspeki og hagfræði, ásamt lífsþjálfun sem hún starfar við í dag, með áherslu á þyngdartap. Linda rak um árabíl Baðhúsið og er því vel kunnug heilsugeiranum.

Linda á eina dóttur og býr á Álftanesi í gullfallegu húsi við sjóinn en vinir hennar og kunningjar segja allt sem viðkemur Lindu vera smekklegt og fágað eins og Linda sjálf.

ELÍSABET ORMSLEV

Söngkonan og förðunarfræðingurinn Elísabet syngur eins og engill og sló svo sannarlega í gegn í undankeppni Eurovision. Elísabet, sem er 28 ára gömul, er dóttir söngkonunnar Helgu Möller og fótboltamannsins fyrrverandi Péturs Ormslev. Hún hefur mikinn áhuga á seinni heimsstyrjöldinni og þykir geisla af gleði.



MYND/SIGTRYGGUR ARI

SARA SIGMUNSDÓTTIR

Ragnheiður Sara Sigmundsdóttir er ein helsta CrossFit-stjarna heims. Hún hefur keppt á CrossFit-leikunum síðan árið 2015 og mörgum öðrum stórum mótum þar sem hún hefur staðið sig með prýði. Sara er vinsæl á samfélagsmiðlum og með yfir 1,8 milljónir fylgjenda á Instagram. Hún er 28 ára, borðar mestmegnis plöntufæði og á hundinn Mola.



MYND/INSTAGRAM



MYND/INSTAGRAM



MYND/ADSEND

NADÍA SIF LÍNDAL OG LÁRA CLAUSEN

Vinkonurnar og frænkurnar Nadía Sif Líndal og Lára Clausen vöktu heimsathygli þegar greint var frá heimsókn þeirra á Hótel Sögu til ensku landsliðsmannanna Phil Foden og Mason Greenwood. Fjölluðu margir stærstu miðlar heims

á borð við BBC, The Sun, Ekstra Bladet og The Times um málið, auk þess sem samfélagsmiðlar loguðu. Eftir fréttirnar fengu þær Nadía og Lára mikla athygli á samfélagsmiðlum og hafa rakað inn mörgum þúsundum fylgjenda

á samfélagsmiðlinum eftir fréttirnar. Nadía Sif er tvítug fyrrsæta og fyrrverandi fegurðardrottning. Hún komst áfram í úrslit í Miss Universe Iceland í fyrra. Hún er búsett í London. Lára er nítján ára og búsett á Íslandi.

DÓRA BJÖRT GUÐJÓNSDÓTTIR

Dóra Björt er 32 ára gömul. Þrátt fyrir ungan aldur hefur hún náð langt í stjórnmálum og er oddviti Pírata. Hún er einnig formaður mannréttinda-, nýsköpunar- og lýðræðisráðs hjá Reykjavíkurborg. Dóra Björt situr ekki á skoðunum sínum og er óhrædd við að láta í sér heyra. Dóra litaði hárið á sér nýlega ljóst og þykir það fara henni ákaflega vel. Kraftmikil kona sem lætur í sér heyra.



AUÐUR JÓNSDÓTTIR

Auður er flestum landsmönnum kunn fyrir skemmtilegar skáldsögur sínar. Hún hefur einnig starfað sem blaðamaður, en það mætti segja að það starf hafi verið henni í blóð borðið þar sem móðir hennar skrifaði fyrir ýmsa fjölmiðla eins og Mannlíf og Ríkisútvarpið. Auður hefur hlotið ýmsar viðurkenningar fyrir skáldverk sín og má þá helst nefna Stjórnlausa lukku, Skrýtnastur er maður sjálfur, Tryggðarpant, Stóra skjálfta og Þjáningarfrelsið, en þær voru meðal annars tilnefndar til Íslensku bókmenntaverðlaunanna og þau verðlaun fékk hún svo fyrir Fólkið í kjallaranum. Sú bók var jafnframt tilnefnd af Íslands hálfu til Bókmenntaverðlauna Norðurlandaráðs 2006 og Ósjálfrátt til sömu verðlauna 2013. Kvikmynd var gerð eftir skáldsögu hennar Stóra skjálfta sem frumsýnd verður á næsta ári. Auður er 47 ára gömul og þykir alveg hrikalega fyndin og skemmtileg. Það leiðist engum í kringum Auði. Hún er margverðlaunuð snilld!

SILJA ÚLFARSDÓTTIR

Silja er fyrrverandi afreksíþróttakona í frjálsíþróttum. Hún er margfaldur Íslandsmeistari í spretthlaupum og veur aðdáun hvert sem hún fer. Silja er þúsundþjalasmiður og hefur starfað sem sölu- og markaðsstjóri, íþróttafréttamaður og þjálfað afreksmenn á öllum aldri. Hún er í dag hlaupaþjálfari og hefur verið að þjálfra fólk í gegnum samfélagsmiðla á tímum COVID. Silja er 39 ára og móðir tveggja drengja.

MYND/SAGA SIG

ELÍN METTA JENSEN

Elín Metta er ein fremsta íþróttakona Íslands og hefur í mörg ár verið í fremstu röð í fótbolnanum. Hún er lykilmáður í íslenska landsliðinu og hefur verið hluti af því liði síðan árið 2012. Hún spilar með liði Vals í Pepsi-deild kvenna og var með markahæstu leikmönnum árið 2019 og markahæst árið 2018. Ekki nóg með að hún brilleri innan vallarins heldur er hún jafn snjöll að utan hans. Hún var efst í inntökuprófinu í læknisfræði við HÍ árið 2018 og hóf læknisnám sama ár. Sem sagt – algjör sleggja!



MYND/ELLA SÆT DAVIDSDÓTTIR

ÁSTA KRISTJÁNSDÓTTIR

Ljósmyndarinn Ásta Kristjánsdóttir þykir ein sú færasta á landinu en hún hefur myndað margar fallegustu forsíður tískutímarita hérlendis og hafa myndir birst eftir hana í indverska og ítalska Vogue svo fátt eitt sé nefnt. Hún starfaði lengi sem fyrirsæta og kom að stofnun fyrirsætuskrifstofunnar Eskimo á Íslandi, Rússlandi og Indlandi. Ásta er sinn eigin herra og rekur ljósmyndastúdíóið Studio8. Auk þess er hún að koma á laggirnar íslenskri snyrtivörulínu sem kallast Oil of Iceland.



MYND/SIGTRYGGUR ARI

GUÐRÍÐUR TORFADÓTTIR

Gurrý einkaþjálfari er einna þekktust úr sjónvarpsþáttunum Biggest Loser og rekur í dag sína eigin fjarþjálfun á gurry.is. Eins og þeir sem hafa séð þættina með Gurrý vita þá er hún grjóthörð, eldklár, drulludugleg og því þýðir ekkert fyrir metnaðarlausu menn eða menn sem nenna ekki að hreyfa sig að reyna að hreyfa við henni.



MYND/AÐEND



MYND/HANNA

DÓRA JÓHANNSDÓTTIR

Dóra Jóhannsdóttir er leikkona og leikstjóri. Hún er einnig stofnandi spunaleikhópsins Improv Ísland. Í fyrra var hún yfirhandritshöfundur Áramótaskaupansins. Hún hefur einnig haldið námskeið í sketsaskrifum. Dóra varð fertug á árinu og á einn son. Dóra er mikill húmorísti svo leiðinlegir vonbiðlar geta átt sig.

KRISTÍN PÉTURSDÓTTIR

Kristín Pétursdóttir er leikkona að mennt og sló fyrst í gegn í kvikmyndinni Órói. Hún lék í sjónvarpsþáttunum Fólkið í blokkinni árið 2013 og kvikmyndinni Bergmál sem kom út í fyrra. Ef þú horfir á fyrsta þátt Eurogarðsins um síðustu helgi þá sástu Kristínu bregða fyrir sem samfélagsmiðlastjörnunni Sollu Reynis. Kristín Pétur á soninn Storm og nýtur mikilla vinsælda á samfélagsmiðlum.



MYND/SIGTRYGGUR ARI

Sjúklegri verður afbrýðisemin ekki

Þessi saga gerist í Ohama í Nebraska, Bandaríkjunum. Hún segir frá að því er virðist venjulegu fólki en er þó uppfull af blekkingum og það er framið morð. Sagan er svo lygileg að ef hún væri bíómynd þætti hún ótrúverðug. En þetta er ískaldur veruleiki.

SAKAMÁL

Ágúst Borgþór Sverrisson
agustb@dv.is



Árið 2012 byrjuðu Shanna Liz Goylar og Dave Kroupa að hittast. Þau voru bæði um 35 ára gömul. Dave Kroupa hafði áður verið í sambandi við konu sem hét Amy Flora. Þau áttu saman tvö börn en höfðu aldrei verið gift. Kroupa virtist ekki kæra sig um of miklar skuldbindingar og þegar Amy hafði sýnt áhuga á hjónabandi hafði Dave slitið sambandinu.

Dave naut þess að vera einhleypur og var virkur á stefnumótasíðum. Þar kynntist hann Liz. Hún var á sama aldri og átti líka börn af fyrra sambandi.

Fljótlega kom í ljós að Liz tók sambandinu alvarlegar en David og var mjög hugfangin af honum. Henni gramdist að hann skyldi verja tíma með börnunum sínum tveimur og hún vildi hafa hann út af fyrir sig. Þetta var fullmikið af því góða fyrir Dave sem var í rauninni ekki að leita að alvarlegu sambandi. Þegar honum fannst Liz vera orðin of uppþrengjandi sleit hann sambandinu.

Nýja kærastan og óvæntir úrslitakostir

Skömmu eftir þetta kynntist Dave forritaranum Cari Farver. Hún virtist vera á sömu bylgjulengd og Dave hvað varðaði hæfilegan hita ástarsambands og hún vildi ekki alltaf vera með honum, heldur líka vera út af fyrir sig, enda varði hún miklum tíma í forritunarvinnu sína.

Cari átti einn son frá fyrra sambandi. Hún hafði strítt við þunglyndi en eftir að hafa fengið heppilega lyfjagjöf náði hún góðum tókum á heilsufari sínu og gekk vel í vinnu og einkalífi.

Þó að hvorugt vildi miklar skuldbindingar urðu þau nánari og Cari varði miklum tíma við forritunarvinnu sína heima hjá David, oft á meðan David var að heiman við sína vinnu, en hann var bifvéla-virki.

Hinn 13. nóvember árið 2012, þegar Cari var við vinnu sína heima hjá Dave og hann var í vinnunni sinni



Cari Farver lét sig hverfa og fór að hegða sér undarlega.

MYND/SKJÁSKOT AF YOUTUBE



Dave Kroupa fékk hrollvekjandi skilaboð frá sinni fyrrverandi.

MYND/SKJÁSKOT AF YOUTUBE



Shanna Liz Goylar fer í sögubækurnar.

MYND/DOUGLAS CONTY CORRECTIONS

á bifvéla-verkstæðinu, fékk hann textaskilaboð frá Cari sem komu eins og þruma úr heiðskíru lofti. Hún spurði hvort hann vildi flytja inn til hennar. David svaraði

strax „nei“. Cari brást illa við þessu og eftir að nokkur skeyti höfðu farið þeim á milli sagði hún vilja slíta sambandinu og ekki hitta hann framar.

Cari lét ekki ná í sig

Í hönd fór undarlegur tími, þegar enginn gat náð í Cari en hún lét rigna fjandsamlegum skilaboðum yfir Dave. Ekki leið á löngu þar til hún fór líka að ofsækja fyrirverandi kærustu hans, Liz, með viðurstygglegum skilaboðum. Ráða mátti af sendingum hennar að hún væri mjög afbrýðisöm út í Liz og óttaðist að Dave tæki aftur saman við hana. Þetta var mjög ólíkt Cari eins og David hafði þekkt hana, en á hinn bóginn höfðu kynni þeirra ekki varað lengi. Það kaldhæðnislega var að þessi undarlega áreitni Cari færðu þau David og Liz saman og þau fóru að hittast mikið aftur.

Tvennt var sérstaklega óþægilegt við skilaboðasendingar Cari. Annað var að sumar báru með sér að hún væri að fylgjast með Liz og Dave og virtist stundum vita nákvæmlega hvað þau voru að gera þá stundina. Hitt var að enginn virtist geta náð í hana. Á Facebook-síðu sinni birti hún færslu þar sem hún sagðist vera farin burtu en sagði ekki hvert, en að hún vildi að fólk léti sig í friði og hætti að spyrja um hana.

Sonur hennar svaraði færslunni og spurði móður sína þriggja spurninga um sig er snertu atriði sem aðeins hún gat vitað. Cari sem ávallt var fljót að svara skilaboðum svaraði þessum skilaboðum ekki.

Cari lét fjandsamlegu skilaboðasendingarnar ekki nægja. Hún braust inn í bílskúr Liz og málaði svívirðingar á veggina þar.

Stuttu síðar var kveikt í húsi Liz og þar drápu gældýr hennar, tveir hundar. Dave var orðinn alvarlega hræddur við Cari og keypti sér skammbyssu til verndar. Nokkrum misserum síðar týndist byssan.

Þegar ofsóknir Cari voru búnar að ná hámarki hjöðnuðu þær. Skilaboðin frá henni urðu strjálí. Ástvini hennar grunaði sterklega að hún hefði ekki látið sig hverfa heldur væri látin. Það virkaði til dæmis afar tortryggilegt að hún hefði ekki svarað spurningu sonar síns á Facebook-síðunni. Eftir því sem lengri tími leið frá hvarfi hennar virtist ótrúlegra að hún hefði ekki samband við neinn.

Kvöld eitt var gerð skotárás á Liz og særðist hún á fæti. Hún bar kennsl á árársaðilann og sagði að Amy Flora hefði verið að verki, barnsmóðir Dave. Við rannsókn kom í ljós að byssukúlan var úr sams konar byssu og hafði horfið frá Dave.

Liz var nú sannfærð um að Amy væri að baki skilaboðasendingunum og öðrum ofsóknum og víðraði þá hugmynd við lögreglu sem tók vel í tilgátuna. En þau viðbrögð voru bara á yfirborðinu. Lögreglan var að rannsaka aðra tilgátu.

Sannleikurinn kemur í ljós

Við ítarlegar rannsóknir á tölvum og snjalltækjum Dave og Liz komst lögreglan að því að skilaboðasendingarnar komu frá Liz. Og það sem meira var: í síma fundu tölvusérfræðingar mynd sem hún hafði eytt og sýndi aflimáðan fótlegg af Cari, sem var auðþekkanlegur af tilteknu húðflúri.

Í bíl Cari fannst fingrafar af Liz og blóðblettur úr Cari.

Árið 2016 var Shanna Liz Goylar ákærð fyrir morðið á Cari Farver. Þó að hún neitaði og ekkert lík fyndist þóttu sönnunargögnin nægileg, hún var fundin sek og dæmd í lífstíðarfangelsi.

Sjúkleg afbrýðisemi og löngun til verða eiginkona Dave Kroupa varð til þess að hún framdi morð, þóttist vera önnur kona um árabíl, kveikti í eigin húsi og drap gældýrin sín, og veitti sjálfri sér skotsár. Til að toppa þetta reyndi hún síðan að klína öllu saman á aðra konu, Amy Flora. Furðulegri verða glæpirnir ekki. ■

1997-2020
Við eigum 23ja ára afmæli

vfs.is

20%
**AFSLÁTTUR AF
ÖLLUM VÖRUM!**

Fimmtudag-laugardags í verslunum
okkar og á vfs.is fimmtudag-sunnudags.

**VERKFÆRA
SALAN**

Athugið:
20% afsláttur
af öllum vörum
aðeins í 4 daga:
1.-4. október

Erla
Hlynsdóttir
erlahlyns@dv.is



Frú Ragnheiður kynnti í vikunni söfnunaráttak sitt fyrir nýjum sérútbúnum bíl. Frú Ragnheiður er skaðaminnkunarverkefni Rauða krossins og byggir verkefnið á þeirri hugmyndafræði að hægt sé að minnka skaða sprautufíklar í samfélaginu með því að nálgast fíkla í nærumhverfi þeirra.

Markmið Frú Ragnheiðar er að aðstoða einstaklinga við að halda lífi, lágmarka óafturkræfan skaða, draga úr sýkingum og útbreiðslu á lifrabólgu C og HIV.

Á heimasíðu söfnunaráttaksins segir að núverandi bíll hafi verið keyrður 340.000 kílómetra og þörf sé á nýjum bíl í verkefnið. Bílnum er ekið um borgina sex daga vikunnar og sinna sjálfbóðaliðar Rauða krossins starfinu. Um 100 sjálfbóðaliðar skipta með sér vöktunum og hefur þeim tekist að starfrækja þjónustuna í gegnum kórónuveirufaraldurinn.

Fjórfoldun á fimm árum

Heimsóknir í bílinn hafa fjórfaldast frá árinu 2015 og er ekkert lát á þeirri aukningu. Elísabet Brynjarsdóttir, hjúkrunarfræðingur og verkefnastýra Frú Ragnheiðar, segir ástæðu aukningarinnar vera margþætta.

„Við erum búin að vinna markvisst í því að byggja upp traust til hópsins okkar í gegnum árin og það er að skila sér í því að fleiri eru að leita til okkar. Við erum að þjónusta rúmlega 515 einstaklinga á höfuðborgarsvæðinu í dag en áætlað er að um 700 einstaklingar séu í virkri notkun vímuefna um æð á hverjum tíma. Við erum því að ná til rúmlega 75% af þeim.“

Hluti af verkefninu er nála-skiptaþjónusta þar sem einstaklingar sem nota vímuefni um æð geta komið og sótt sér hreinar nálur, sprautur, nálabox, smokka og annað sem þarf til að draga úr líkum á smiti og sýkingum.

60 prósent skjólstæðinga heimilislaus

Að sögn Elísabetar eru flestir þeir sem koma nýir inn í þjónustuna með langa sögu að baki og tilfinningin sé því ekki sú að notkun sé að aukast heldur að þjónusta Frú Ragnheiðar nái einfaldlega til fleiri sem hafa verið í neyslu. „Einstaklingur sem notar vímuefni í æð getur verið jafnsettur í samfélaginu. Jafnarsetning getur valdið því að það er erfitt að opna á stöðuna sína við aðra, erfitt að segja frá og erfitt að treysta. Þess vegna erum við á hverjum degi svo þakklát fyrir traustið sem notendur þjónustunnar okkar sýna okkur,“ segir hún.

Árið 2019 fengu 82% af þeim sem leituðu til Frú Ragnheiðar mat og drykk.



Sjálfbóðaliðarnir Ólöf Jóna, Ísabella, Kolbrún og Pröstur bílstjóri, hluti af þeim stóra hópi sem starfar með Frú Ragnheiði. MYNDIR/ RAUÐI KROSSINN

HUNDRUÐ SPRAUTUFÍKLA NÝTA SÉR SKAÐAMINNKUN

Áætlað er að um 700 einstaklingar noti vímuefni í æð á hverjum tíma. Söfnunaráttak Frú Ragnheiðar fyrir nýjum bíl stendur nú yfir.



Skjólstæðingahópur verkefnisins býr jafnan við fátækt og glíma flest við vímuefnavanda og eru þar af leiðandi oft svöng og þyrst þegar þau leita í bílinn. 15% af þjónustunni fólust í að gefa skjólstæðingum hlýjan fatnað, en um 60% skjólstæðinga verkefnisins eru heimilislaus.

„Margir skjólstæðingar Frú Ragnheiðar eru í dag án efna og skila reglulega hlýjum kveðjum til sjálfbóðaliða okkar og þakka fyrir aðstoðina. Það er svo mikilvægt, sama hvar einstaklingur er staddur, að hann geti alltaf leitað eitthvert í hlýju. Hvort sem það er hlýtt viðmót sjálfbóðaliða

okkar, hlý föt eða annað. Við viljum veita skjólstæðingum okkar smá frið inni í bílnum okkar, smá ró svo að þau geti labbað út úr bílnum með höfuðið aðeins hærra og tekið hlýjuna með sér út í heiminn,“ segir Elísabet.

Breytt verklag á tímum COVID

Með tilkomu COVID þurfti að aðlagja allt starf Frú Ragnheiðar breyttum aðstæðum.

„Við erum með grímuskyldu í bílnum núna, allir spritta á sér hendurnar við komu og við sprittum alla sameiginlega snertifleti eftir hverja einustu komu í bílinn. Við skimum

Æðaskönnun þar sem æðar eru lýstar upp og skjólstæðingar þannig aðstoðaðir við að finna æðar til að nota. Það er skaðaminnkandi að skipta á milli æða til að lágmarka sýkingarhættu.

TAKA ÞÁTT

Hægt er að senda SMS-ið **TAKK** í **1900** og styðja þannig við kaup á nýjum bíl um 2.900 kr.

Þá er einnig hægt að leggja inn á reikning 0342-26-12, kt. 530269-2649.

YFIRLIT 2019

Árið 2019 þjónustaði Frú Ragnheiður **519** einstaklinga í um **4.200** heimsóknum.

Bíllinn keyrði **312** daga ársins, mannaður sjálfbóðaliðum sem gáfu alls **4.680** klukkutíma og læknað sem manna bakvaktir skiluðu **1.259** klukkutímum.

Purfa að safna 10 milljónum

Nýr fullbúinn bíll kostar um 10 milljónir króna. „Bíllinn þarf að hafa þrjú sæti frammi í svo að allir sjálfbóðaliðar rúmist þar á meðan við keyrum bílinn, ásamt því að hafa rúmgott rými aftur í þar sem öll þjónustan fer fram. Bíllinn þarf að vera með skyggðar rúður svo ekki sjáist inn í hann meðan á heimsóknum stendur til að tryggja rólegt og yfirvegað umhverfi fyrir skjólstæðingana. Hann þarf að hafa heilbrigðisaðstöðu á borð við vask, skápa fyrir plástra og umbúðir, skápa fyrir nála-skiptaþjónustuna okkar og þægilega bekki fyrir skjólstæðinga okkar til að tylla sér á. Við viljum hafa góða lýsingu í bílnum en samt ekki þannig að hún sé of mikil, og hafa miðstöð til að tryggja hlýju,“ segir Elísabet. ■



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 viðskiptavini, þar sem þeir geta afgreitt sig sjálfa á sjálfvirkan máta með innsendingu umsókna og erinda á vef.



MoReq2

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



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



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

HVAÐ ER SPENNANDI Á RIFF FYRIR MEÐALMÁNANN?

Máni Snær Þorláksson, blaðamaður DV, kynnti sér nýtt heimabíó-fyrirkomulag RIFF þar sem gestir sem vilja forðast kvikmyndahús sökum kórónaveirufaraldursins geta leigt myndir af kvikmynda-hátíðinni heima í gegnum vefsíðu RIFF.is.

Máni Snær
Þorláksson
manisnaer@dv.is



Ég hef alltaf haft gaman af kvikmyndum en ég myndi þó seint segja að ég væri einhver sérlegur kvikmyndaáðdáandi. Ég þekki nokkra kvikmyndaáðdáendur samt, svona týpur sem horfa á sömu sænsku myndina frá 1966 í hverjum mánuði. „Kvikmyndatakan er svo mögnuð,“ segja þeir kannski eða „það er svo magnað hvernig leikstjórinn túlkar persónuna,“ og eitthvert svo-leiðis kjaftæði. Ég vil helst horfa bara á skemmtilegar kvikmyndir, eða ræmur eins og ég kalla þær.

Stundum fær maður að

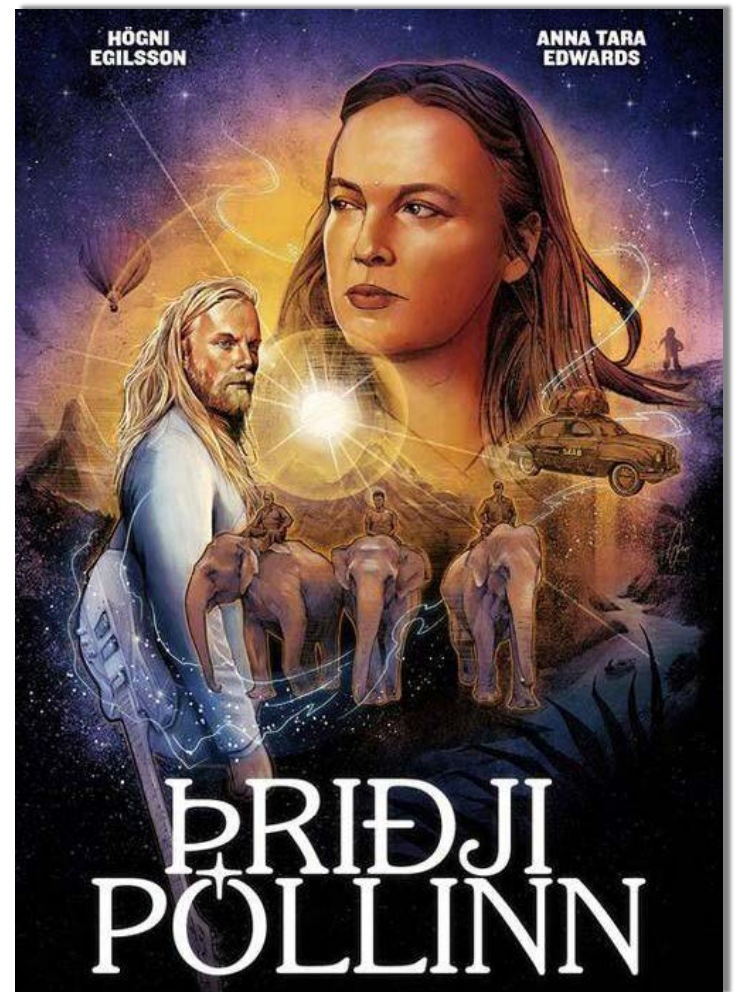
heyra það frá alvöru kvikmyndaáhugafólki sem finnst ég vera menningarlega snauður að sækjast ekki eftir meiri dýpt. Ekki skjóta mig þó svo að ég hafi gaman af því að hlusta á Adam Sandler tala með grínrodd og Kevin James ropa í 90 mínútur, það er bara ekkert eðlilega skemmtilegt.

Þrátt fyrir að ég hafi gaman af því að horfa á svona skemmtiræmur þá horfi ég líka alveg á góðar kvikmyndir. Ég er örugglega búinn með helminginn af topp 100 listanum á IMDb. Þá get ég líka alveg haft gaman af svona listrænum kvikmyndum sem fjalla um allt eða ekkert. Set á mig hálsklút, stelst í rauðvínið hjá mömmu og segi: Bravó!

Hér á Íslandi hefur árlega verið haldin kvikmynda-

tíðin RIFF. Á kvikmynda-hátíðinni er erfitt að finna góða menn eins og Sandler og hef ég því aldrei skellt mér á hátíðina áður. Nú komst ég hins vegar að því að það væri hægt að horfa á RIFF-myndir heima hjá sér. Það er einhver veginn minna mál fyrir mig að ákveða að horfa á einhverjar kvikmynda-hátíðarkvikmyndir þegar maður er bara heima hjá sér.

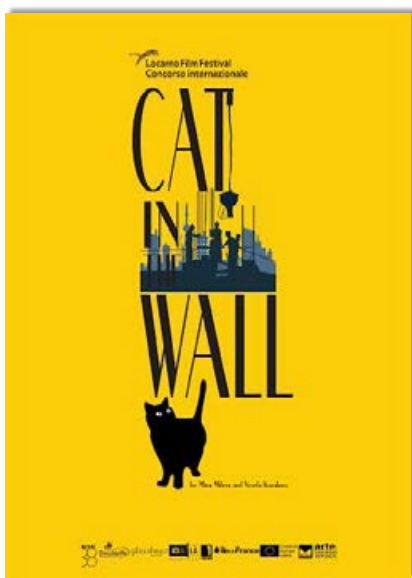
Ég vil meina að ég sé hinn venjulegi kvikmyndaáhugamaður, ég hef gaman af því sem er gott og finnst ekkert æðislegt að horfa á ekkert í þrjá og hálfan tíma. Ég renndi yfir úrvalið hjá RIFF og fann nokkrar kvikmyndir sem mér fannst bara helvíti áhugaverðar og mun ég eyða helginni í að horfa á þær. ■



ÞRIÐJI PÓLLINN

Þriðji póllinn er heimildarmynd um geðhvörf með söngvum og fílum eftir Anní Ólafsdóttur og Andra Snæ Magnason. „Þriðji póllinn er saga um tvær manneskjur sem tengjast í gegnum sama sjúkdóm. Filaprinsessan Anna Tara kallar til sín rokkstjörnuna Högna til að kveða niður skömminna sem fylgir geðhvörfum með því að halda stórtónleika í Katmandu,“ segir í lýsingu á myndinni.

Ég efast um að ég sjái Adam Sandler bregða fyrir í þessari mynd en ég er samt sannfærður um að hérna sé á ferðinni góð mynd sem vert er að horfa á. Þrátt fyrir að umræðan um geðsjúkdóma hafi breyst undanfarin ár hér á landi þá veit maður aldrei nógu mikið um það sem maður þjáist ekki sjálfur af.



CAT IN THE WALL

Ég er frekar spennur fyrir þessari ræmu. Myndin fjallar um drama og leiðindi í fjölbýlishúsi. Þetta er eitthvað sem flestir kannast við og því getur maður líklega sett sig í spor fólksins í myndinni.

„Í fjölbýðlega hverfinu Peckham í Suðaustur-London lendir búlgörsk fjölskylda í miklum erjum við nágrannana í blokkinni sinni vegna villikattar sem þau taka upp á arma sína,“ segir í lýsingu myndarinnar. Hversu fyndið er það, einn köttur sem gerir allt vitlaust? Þetta hljómar eins og góð DV-frétt! Það eina sem myndi gera mig spennari fyrir þessari mynd er ef Adam Sandler myndi leika köttinn.



À L'ABORDAGE

Ég er einfaldur maður og hef gaman af góðu gríni. Þetta er eina myndin sem flokkast sem gamanmynd á RIFF-hátíðinni í ár og því var ég ekki lengi að skella henni á listann minn. Hún er reyndar líka flokkuð sem drama-mynd en það breytir því ekki að hún ætti að vera allavega eitthvað myndin.

Þessi franska mynd fjallar um Félix sem verður ástfanginn af Ölmu. Þegar Alma þarf að stökkva upp í lest til að fara til fjölskyldu sinnar ákveður Félix að elta hana ásamt besta vini sínum. Það hlýtur að enda í einhverri vitleysu og það er einmitt það sem ég vil sjá í góðri ræmu. Hreina og klára vitleysu, takk!



SWEAT

Myndin fjallar um þrjá daga í lífi fitness-áhrifavaldsins Sylwiu Zajac sem hefur öðlast frægð og frama í gegnum samfélagsmiðlanotkun sína. „Þrátt fyrir að hún hafi hundruð þúsunda fylgjenda, sé umkringd dyggum starfsfólki og dád af öllum sem hún þekkir þá er hún enn að leita að sannri nánd,“ segir í lýsingu á myndinni.

Ég er ekki frá því að þessi mynd geti bara verið stórgóð. Samfélagsmiðlar tröllríða öllu þessa stundina og það er gott að fá innsýn í veruleikann á bak við stjörnur, sérstaklega þegar hann er ekki jafn sjarmerandi og maður býst við.

TÍMAVÉLIN

Erla Dóra Magnúsdóttir erladora@dv.is



Ég og konan erum búin að fá nóg af þeim trakteringum sem okkur stendur til bóða frá ríkinu í formi sjónvarpsútsendinga. Dagskráin er verri en dauð, það stafar fnyk af henni frá skjánum; drungi, leiðindi, sori og svartnætti," sagði Knútur nokkur við DV í desember 1999. Knútur tók því fagnandi nýjustu viðbótinni í ljósvakamiðlum þjóðarinnar um aldamótin: Skjáeinum sem í dag heitir Sjónvarp Símans. „Stuttar, lifandi en ógrandi fréttir, léttir þættir frá gömlu góðu árunum og svo Egill Helgason á sunnudögum með aldeilis frábær viðtöl sem eru um hitamálin og þau sett fram eins og á að gera. Ég vel Skjáeininn umfram aðrar rásir.“

Ungur athafnamaður

Kornungur athafnamaður horfði á sjónvarp kvöld eitt árið 1999. Nýlega hafði ný sjónvarpsrás, Skjáeininn, farið í loftið þó ekki væri um frumgerða dagskrárgerð að ræða heldur nostalgíurás sem fleygði áhorfendum aftur í tímann með þáttaröðum á borð við Dallas, I love Lucy og The Brady Bunch. Þessi ungi athafnamaður var Árni Þór Vigfússon, prestssonur sem þrátt fyrir ungan aldur átti að baki gífurlega farsælan feril.

Hann og viðskiptafélagi hans, Kristján Ra. Kristjánsson settu upp einleikinn Hellisbúann sem hafði sprengt alla vinsældaskala og hefur því Árna að líkindum fundist hann geta sigrað heiminn, enda lét hann slag standa. Árni og Kristján, ásamt Eyþóri Arnalds, keyptu Skjáeininn af þáverandi eigendum, Hólmeigri Baldurssyni og Róberti Árna Hreiðarssyni (síðar Róbert Downey).

Stanslaust stuð

„Ég býð því öllum ungum andans mönnum góða endurgjaldslausa skemmtun á SKJÁEINUM í vetur og um ókomna framtíð," sagði Árni Þór í kynningarblaði Skjáeins þann 21. október 1999 þegar stöðin fór í loftið. Strax fóru í loftið þættir sem hafa orðið ódauðlegir með tíð og tíma, Innlit/Útlit með Völu Matt, Silfur Egils með Agli Helgasyni og síðar bættust við gullmolarnir Djúpa laugin með Dóru Takefusa og Íslensk kjötsúpa með Erpi Eyvindarsyni svo dæmi séu tekin.

Mikið af ungu og lítið reyndu fólki kom að Skjáeinum í upphafi, enda Árni og Kristján báðir rétt skriðnir yfir tvítugt. Markhópur Skjáeins var því eðlilega unga fólkið og þótti stöðinni



Skjár einn kominn í loftið og sjónvarpstjórnin getur ekki hamað gleði sína.



Hann er eldhugi sem á afar auðvelt með að hrifa fólk með sér. Hann er af kynslóð sem á sér kjörord: Það er allt hægt!



Skjáeininn fór í loftið fyrir rúmlega tveimur áratugum.



Fréttastjóri Skjás eins, Sigursteinn Másson, tolleraður að lokinni útsendingu fyrsta fréttatímans.



Mariko elskar Árna Þór þrátt fyrir allt



23 ára eldhugi

MYNDIR/TIMARIT.IS

„Ég vel Skjáeininn umfram aðrar rásir“

Sjónvarpsstöðin sem hafði íslenskt efni í hávegum var fjármögnuð með ágóða af einu umfangsmesta fjársvikamáli Íslandssögunnar.

takast mjög vel að fanga landsmenn í yngri kantinum. Segir sagan að mikið hafi verið um gleði á nýjum vinnustað þar sem menn brugðu sér að jafnaði á Prikið eftir vinnu, en Prikið var einnig í eigu Árna og Kristjáns. Þeir félagar urðu þekktir innan íslenska samkvæmislífsins fyrir mikinn íburð, kampavín og fallegar konur. Gullöld Skjáeins hófst strax á fyrsta degi. Þó leið ekki á löng áður en ballið var búið.

Fjármagnið og fallið

Það kostar hins vegar sitt að reka ljósvakamiðil, hvað þá einn slíkan sem leggur mikla áherslu á innlenda þáttagerð með tilheyrandi kostnaði. Hvaðan fengu tveir 23 ára karlmenn peningana fyrir þessum stórræðum? Ljóst var að þeir höfðu efnast nokkuð á velgengni Hellisbúans en það var þó ekki nóg til og veltu margir fyrir sér hvar gullgæsin lægi grafin.

Árni ræddi við Morgunblaðið í október 1999 og var þar spurður hvernig fjármögnum Skjáeins væri háttað „Við höfum auðvitað þurft á gríðarlega mikilli lánaþyrri greiðslu að halda. Sem betur fer hefur bankakerfið fengið aukna trú á ungum, kraftmiklum mönnum með góðar hugmyndir, eins og við teljum okkur vera. Nú eigum við Kristján 90% hlutfjár í íslenska sjónvarpsfélaginu og fyrrum eigendur Nýja bíós, Guðmundur Kristjánsson og Guðbergur Davíðsson 10% en við erum að ganga frá samkomulagi við fleiri fjárfesta. Það eru mjög sterkir aðilar með mikla reynslu í viðskiptalífínu sem gaman væri að geta sagt frá en það verður að bíða.“

Sex árum síðar kom á daginn að hluti þess fjármagns sem keyrði rekstur Skjáeins áfram í upphafi var ágóði af einu umfangsmesta fjársvika-

máli sem þá hafði komið upp hér á landi, Landssímanum. Fyrir tilstuðlan Sveinbjörns Kristjánssonar, bróður Kristjáns Ra., runnu um 130 milljónir með ólögætum hætti frá Landssímanum yfir í rekstur Skjáeins á árunum 1999-2001 og árið 2005 voru Árni Þór og Kristján Ra. dæmdir til fangelsisvistar fyrir hlut sinn í fjársvikunum.

Báru við heimsku

Málið komst upp eftir að skattranssóknarstjóri hóf rannsókn á bókhaldi Skjáeins enda virtist reksturinn ekki standa undir sér. Þá kom á daginn að stórar fjárhæðir höfðu verið lagðar inn á reikninga tengda Skjáeinum og komu fjárhæðirnar frá Landssímanum. Sveinbjörn var aðalféhirðir Landssímans og játaði hann brot sín afdrifalaust eftir að upp um hann komst.

Hins vegar töldu Kristján

og Árni að þeir hefðu ekkert rangt aðhafst. Þeir hafi tekið við fjárhæðunum í góðri trú. Í DV birtist frétt eftir að Árni og Kristján áfrýjuðu niðurstöðu héraðsdóms til Hæstaréttar undir fyrirsögninni „Skjábræður verjast í Hæstarétti með heimsku“, en þeir félagar byggðu vörn sína á því að það væri ekki ólöglegt að vera einfaldur eða auðtrúa og því væru þeir saklausir.

Hæstiréttur beit ekki á það agnið, en mildaði þó fangelsisrefsingu þeirra félaga um nokkra mánuði. Áður en Landssímanum var útkljáð fyrir dómstólum höfðu bæði Kristján og Árni sagt skilið við Skjáeininn og haldið til nýrra verkefna.

Árið 2012 birtist þáttur af vinsælu þáttaröðinni Sönn íslensk sakamál þar sem farið var yfir Landssímanum og aðkomu þeirra Kristjáns og Árna Þórs. Og hvar var þátturinn sýndur? Nú hvar annars staðar en á Skjáeinum. ■

Fjölskylduhornið

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

Fjölskylduhorni DV. Að þessu sinni svarar Kristín spurningu lesanda sem er fastur í vítahring rífrilda.

Sérfræðingur svarar



VÍTAHRINGUR RÍFRILDA

Sæl. Ég og kærastinn minn höfum verið saman í sex ár. Ég elska hann mjög mikið og stundum finnst mér eins og við gætum sprungið úr ástríðu en svo koma tímabil þar sem allt dettur í dúnalogn á augabragði og í kjölfarið byggist upp spenna sem endar með sprengingu. Ég á erfitt með að segja til um hversu oft þetta gerist, stundum líða bara klukkutímar á milli en oftast 3-4 vikur. Yfirleitt ekki mikið meira. Stundum hef ég reynt að setja puttann á það hvað orsakar helst sprengingarnar, en það er ekkert sem ég finn þar. Mér líður eins og við séum föst í mynstri sem við komumst ekki út úr. Geturðu hjálpað mér? Kveðja, Ein að springa úr ást en samt í vanda.

Grípið tímanlega inn í

Sæl, ástarsprengja. Takk fyrir góða spurningu. Það er margt þarna sem rímar við vanda hjá öðrum þörum sem leitað hafa til mín. Aðallega er það vítahringurinn sem er kunnuglegur en svo getur það verið þínu fyndið að enginn man um hvað „sprengingarnar“ snérust. Því miður á ég ekki til skyndilausnir en ég get fullvissað þig um að það er fullt af fólki sem hefur fundið lausnir á sambærilegu. Það mikilvægasta er að það sé vilji fyrir hendi til þess að reyna að laga og ræða saman.

Þegar unnið er með vítahringi getur verið hjálplegt að reyna að grípa inn í áður en allt er komið í háaloft og fyrirbyggja þannig þessa klassísku þróun. Þú nefnir að þú áttir þig ekki nákvæmlega á það hvað orsakar helst sprengjur en það gæti verið gott að skoða hvað það er sem einkennir hækkandi spennustig hjá ykkur.

Hækkandi spennustig

Mér dettur í hug að ástandið sem þú nefnir „dúnalogn“ geti verið upphafið að ykkar vítahring? Ef svo er, þá gæti verið ráð að þið mynduð merkja ykkur það, ræða saman þegar þið finnið fyrir logninu og prófa ykkur áfram með nýjar leiðir sem gætu komið í veg fyrir storminn?

Hækkandi spennustig verður lífræðilegt og þegar við náum ákveðnum hæðum



MYND/GETTY

Á þessu stigi nýtist sumum að eiga „leyniorð“ sem gæti verið: pass, kæling eða knúspása.

setur líkaminn af stað varnarkerfi sitt. Í slíkum aðstæðum grípur fólk til varnariðbragða og oftast eru þau með þrenns konar sniði, það er barningur (fight), flótti (flight) eða frost (freeze). Sennilega hafið þið bæði sýnt allt framangreint en þegar annar frýs þá er algengt að hinn fari í barning. Ef annar aðilinn leggur á flótta þá berst hinn með kjafti og klóm. Í mikilli hættu kallar líkaminn fram sömu varnariðbrögð, sumir hlaupa, aðrir frjósa. Þetta segir okkur hvað

sterk tilfinningatengsl geta framkallað hjá okkur sterk viðbrögð. Rífrildi við kærastann þinn geta haft sambærileg áhrif á taugakerfi þitt og mikil hætta og jafnvel stríðsástand.

Kortleggjið vítahringinn

Þessi vitneskja getur hjálpað ykkur sem einstaklingum að kortleggja hvar í vítahringnum þið eruð stödd. Þú finnur spennustigið hækka og það fer eitthvað að ólga innra með þér. Ekki leyfa því að stigmagnast, stingdu

heldur á kýlið og reyndu að fá maka þinn til þess að hjálpa þér að ná þér niður áður en sprengjan verður til. Á þessu stigi nýtist sumum að eiga „leyniorð“ sem gæti verið: pass, kæling eða knúspása (svo eitthvað sé nefnt). Knús er ekkert vitlaus hugmynd því faðmlag framkallar framleiðslu vellíðunarhormóna sem gætu unnið gegn hækkandi spennustigi.

Það mikilvægasta í þessu gæti þó verið að þið séuð ekki að reyna að ræða saman eða komast að niðurstöðu í miðjum hvirfilbyl. Þegar taugaspennan í líkama ykkar er í hámarki heyrir þið bara 10% af því sem sagt er við ykkur og afar líklegt má teljast að það séu bara fúkyrðin fremur en góðu lausnirnar. Margir ná þessu stigi rétt fyrir svefninn, þegar taugakerfið er sem viðkvæmast og allir eru þreyttir. Þá getur „við sofnum aldrei ósátt“ háð fólki verulega, en sumum finnst gott í þessari stöðu að vera sammála um að vera ósammála og klára umræðuna með skýrari koll daginn eftir.

Greina erfiðar stundir

Þó að þú vitir ekki alveg hvað það er sem þið rífast aðallega um eða framkallar hjá ykkur

sprengingar þá getur verið nytsamlegt að greina erfiðar stundir og skoða hvort þið finnið eitthvert mynstur. Tengjast sprengjurnar álagspunktum í tengslum við fjölskyldulífið? Sum þör rífast oftast milli 17-19 vegna þess að þá eru þau svöng. Koma sprengjur í kjölfar erfiðisdaga í vinnunni? Ef þið rýnið þetta saman í rólegheitunum þá getur vel verið að þið finnið vísbendingar til þess að vinna út frá.

Að lokum mæli ég alltaf með því að fá aðstoð frá þriðja aðila. Slíkt þarf ekki að kalla á margra mánaða meðferð, einn tími getur gert kraftaverk. Bara það að horfast í augu við vandann, leita hjálpar og eiga smá samtál getur einmitt verið skrefið sem þið þyrftuð til þess að brjóta upp vítahringinn.

Það er til mikils að vinna, rífast minna og njóta meira. Þið getið þetta! ■

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.

NÝJAR VÖRUR Í HVERRI VIKU!

Blússa 25,990 kr.



Buxur 27,990 kr.

Úlpa 34,900 kr.



Kjöll 16,990 kr.



Kjöll 39,900 kr.

PÓSTSENDUM FRÍTT
HVERT Á LAND SEM ER

Blússa 25,990 kr.



Buxur 27,990 kr.

KÍKTU TIL OKKAR Í NÓATÚN 17
EÐA Á WWW.MOMO.IS
TIL AÐ SKOÐA ÚRVALIÐ



Kjöll 19,900 kr.

MOMO

Una í eldhúsinu



MYNDIR/ADSENDAR

Sunnudagssteikin er hefð sem margir muna eftir. Þá var borðið dekkað í hádeginu á sunnudögum og besti matur vikunnar borinn á borð. Oft hægeldað lambalæri með sultu, rauðkáli og tilheyrandi kræsingum.

Lambalæri fyrir helgina

2-3 msk. ferskt timían
2 stk. skarlottulaukur
3 msk. ólífuolía
Sjávarsalt og pipar

Byrjið á því að snyrta lambalærið og setja það í góðan pott sem má fara í ofn.

Útbúið marinerunguna, setjið ólífuolíuna í skál, saxið niður ferskt timían og raspið niður skarlottulauk með rifjárnri. Blandið öllu saman ásamt því að salta og pipra blönduna.

Smyrjið blöndunni á lærið og passið að ná á alla fleti lærisins. Best er að leyfa lærinu að marinerast í nokkrar klukkustundir eða yfir nótt.

Setjið lærið í ofninn. Mér finnst best að hægelda það við 120 gráðu hita í um 3-4 klukkustundir en það miðast við 2,5 kílóa læri.

Þegar um 30 mínútur eru eftir af steikingartímanum er gott að taka lærið út og setja nokkrar smjörklípur yfir það og svo aftur inn í ofn, þetta gerir yfirborðið stökkt og gott.

Leyfið lærinu að standa aðeins eða í um 15-20 mínútur þegar það er tilbúið áður en það er skoríð og borið fram.

Fallegt að setja smá ferskt timían, bláber eða tómata til skreytingar og svo bragðast það einnig vel með lærinu.



Heimagert rauðkál og kartöflugratín

Heimagert rauðkál
½ rauðkálshaus
3 msk. sykur
50 g smjör
1 tsk. salt
Smá rauðvín, ca. 1 msk. (val)

Byrjið á að saxa rauðkálshaus grófllega og steikið hann upp úr smjörinu.

Bætið svo salti og sykri við og hrærið í blöndunni þar til sykurrinn leysist upp.

Leyfið að malla við vægan hita í

um 30-40 mínútur og lengur ef tími gefst, það verður bara betra.

Kartöflugratín
400-500 g kartöflur
Salt og pipar
150 g rjómi
3 msk. smjör
10 stk. ferskir sveppir (meðalstórir)
2 hvítlauksrif
Rifinn ostur
Season All-krydd

Byrjið á að skera sveppina niður í þunnar sneiðar og steikið á pönnu,

raspið niður hvítlauksgeirana og blandið saman við. Látið malla saman á pönnunni í nokkrar mínútur.

Skerið kartöflur í sneiðar og raðið í eldfast mót, saltið og piprið vel.

Hellið rjómanum yfir sveppina á pönnunni og leyfið að blandast saman áður en rjómaþöndunni er hellt yfir kartöflurnar og hrært vel í.

Stráðið rifnum osti yfir og að lokum er smá Season All-kryddi stráð yfir, kartöflurnar settar inn í ofn og bakaðar í um 35 mínútur við 180 gráður.

Albert á nýju mataræði

Listakokkurinn Albert Eiríksson var að byrja á nýju mataræði sem hann ætlar að fylgja í fjórar vikur. Þegar við ræddum við hann var hann búinn með fyrstu vikuna. Enginn viðbættur sykur, ekkert áfengi og einungis hollur og næringarríkur matur.

Guðrún Ósk
Guðjónsdóttir
gudrunosk@dv.is



Albert fylgir mataræðinu ásamt stórum hóp af fólki í næringarráðgjöf hjá Elísabetu Reynisdóttur. „Þetta er til að hafa stjórn á blóðsykri. Hugmyndin er sú að blóðsykurinn verði jafnari, bólgur minnki og maður fái aukna orku, og þyngdartap fyrir þau sem þurfa,“ segir Albert.

„Það er búið að ganga vel. Það var svolítið erfitt að ná taktinum, það er gert ráð fyrir að maður borði morgunmat, hádegismat og kvöldmat, og ég er ekki vanur að borða morgunmat. Þannig að ég þurfti að hugsa aðeins upp á nýtt, en það kom alveg mjög fljótt. Þetta er góður og fjölbreyttur matur,“ segir Albert.

Hann segir að mataræðið samanstandi af alls konar kjöti, grænmeti en mjög lítið er af kolvetnum. Mataræðið myndi flokkast sem lágkolvetnamataræði en ekki ketó þar sem hann borðar stundum ávexti eins og mangó, þerur og epli.

Albert segir að sér líði ótrúlega vel eftir viku á þessu fæði, þrátt fyrir að hafa dottið í sukkið í kaffiboði á sunnudeginum. Hann ætlar að halda ótrauður áfram.

„Ég féll á sunnudaginn. Það var kökuboð, það var bara þannig,“ segir hann og hlær.

Eldhúsið

Albert heldur úti vinsælu síðunni AlbertEldar.com og samnefndri Facebook-síðu. Hann ver miklum tíma í eldhúsinu og segir að þetta mataræði sé viss áskorun fyrir hann.

„Ég hef mjög gaman af því að baka og stússast í hveiti og sykri og því sem telst ekki endilega það hollasta. Þannig að fyrir mig er þetta ákveðin áskorun, sem gekk alveg þar til á sunnudaginn. Þá datt ég gjörsamlega í það,“ segir Albert.

„Ég finn mikinn mun á mér við að sleppa sykri. Orkan mín er miklu jafnari, ég sef vel og verð aldrei svona banhungraður. Eftir að ég náði þessum takti þá hefur mér líðið ofboðslega vel,“ segir hann.

„Það sem hefur kannski komið á óvart er hvað þetta er fjölbreyttur matur og rosa bragðgóður. Mér líður vel og þetta er í raun miklu auðveldara en ég hélt. Maður miklar það svo oft fyrir sér að



Albert heldur úti einu vinsælasta matarbloggi landsins, AlbertEldar.com.

MYND/ANTON BRINK



MYND/ANTON BRINK

Fiskisalat – einfalt, fljótlegt og hollt

Fiskisalat

100 g soðinn fiskur
1 bolli soðið kínóa
½-1 bolli léttsoðið grænmeti (spergilkál og gulrætur)
Blaðlaukur
2-3 msk. gott mæjónes

Blandið öllu vel saman og kryddið með salti og pipar.

Mæjónes

2 egg
1 tsk dijonsinnep
4 dl góð matarolía
1 tsk. sítrónusafi
Salt og pipar

Setjið egg í matvinnsluvél, hellið olíunni smám saman út í og hafið vélinu í gangi allan tímann.

Bætið við sinnepi, sítrónusafa og bragðbætið með salti og pipar.

Matseðill Alberts

Morgunmatur

Chia-grautur með lífrænni jógúrt og kanil og stundum ávöxtum. Ég er mikill kaffikall og finnst kaffi með rjóma mjög gott. Ég fæ mér tvo svoleiðis bolla fyrir hádegi.

Hádegismatur

Kjúklingur í mangó-sósu.

Kvöldmatur

Þetta er svo fjölbreytt. Í kvöld er grænmetisúpa með kókosmjólk og seinna í vikunni verða kjötbollur með kúrbít og þorskur með beikoni.



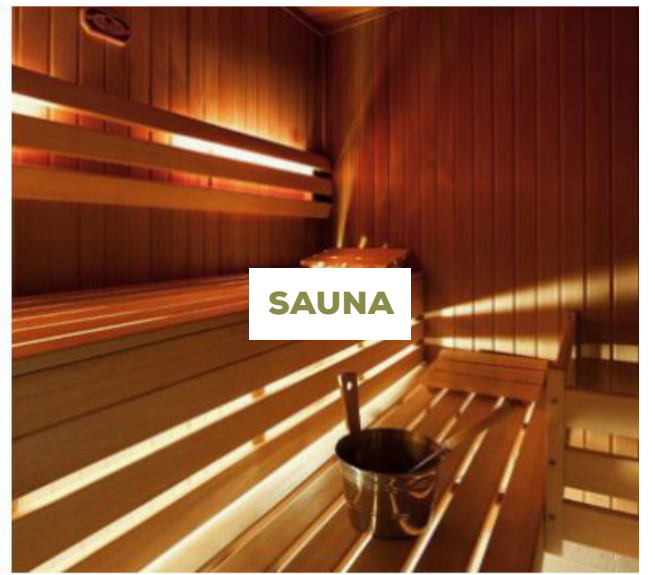
fylgja einhverju prógrammi. Stundum er maður þreyttur á að elda og finnst maður alltaf vera að gera það sama og er hálf andlaus, og þá er svo gott að fá svona prógramm til að fylgja.“ ■



BÁTAR



SAUNATUNNUR



SAUNA

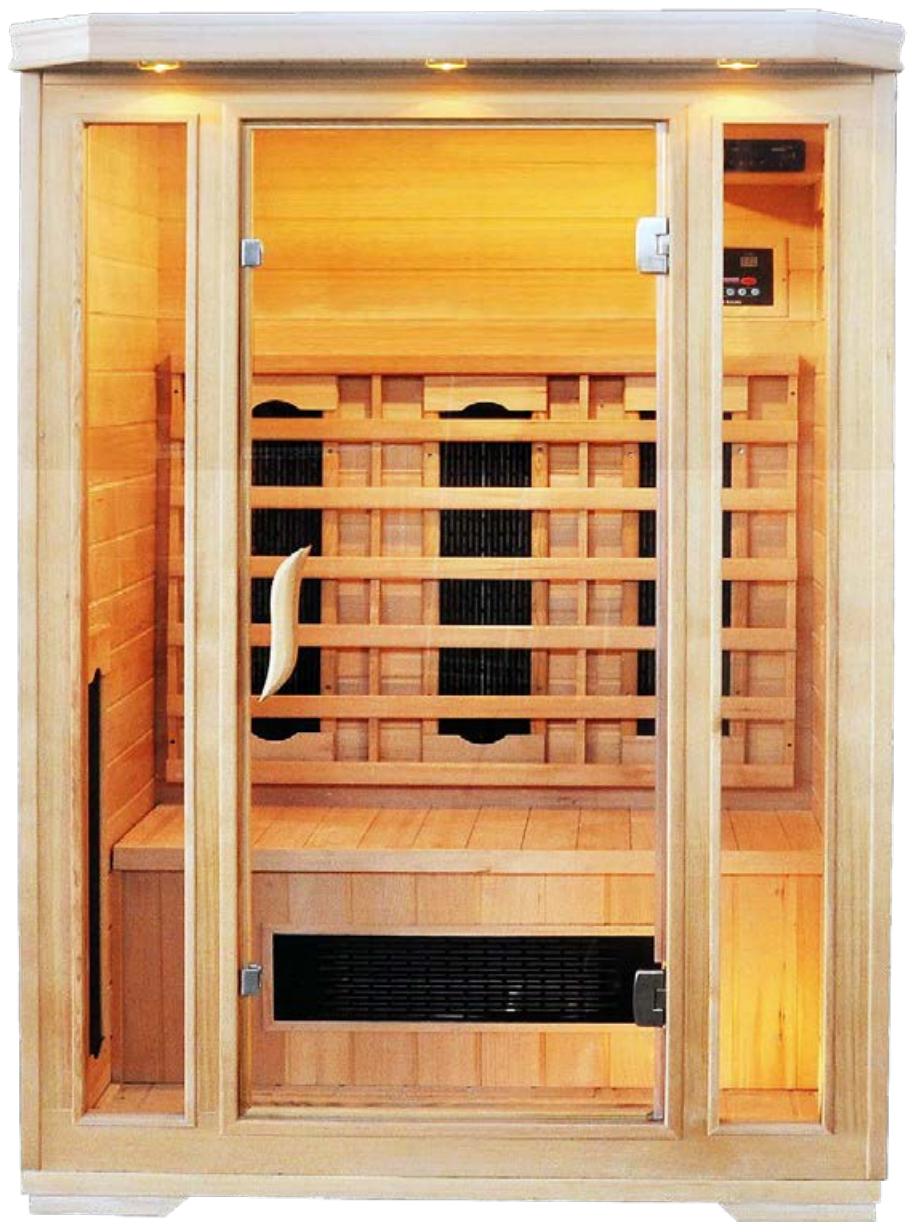
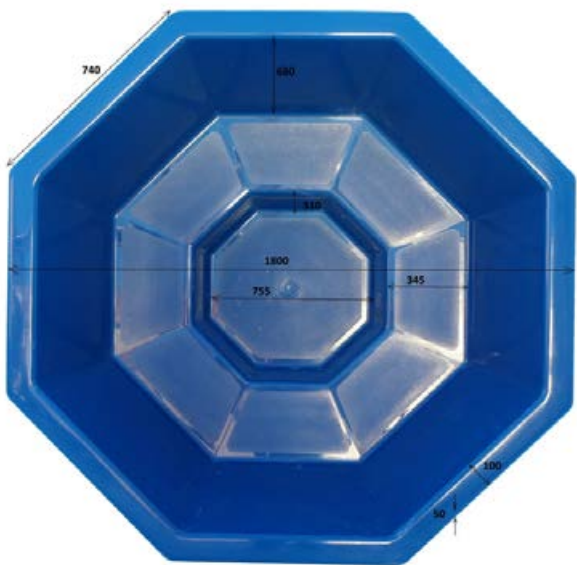
Sauna- og gistitunnur ásamt hitaveitupottum og nokkrum tegundum af skeljum



Eigum f órar stærðir af lokum á lager í gráum og brúnum litum ■ Verð frá 62.000 kr.



Sjáðu úrvalið á goddi.is *Infrared saunur ásamt* *viðarkyntum pottum*



GODDI.IS

AUÐBREKKU 19 - KÓPAVOGI - S. 544 5550

HELGAR KROSSGÁTAN



		HINDUR-VITNI	FREKAR VARNINGUR			ÞYRMA RABB	TUNGU-MÁL DÁLÍTIÐ		
GEÐILLUR									GIM-STEINN
RASPUR									
						TÁKN			
TÍMABÍLS						NÍÐA LÆR-DÓMUR	2		
PJATLA					4			DJÚP	
TVEIR EINS FJÖL-BREYTNÍ					HVORT BEYGUR			FNYKUR	FISKUR
ALDIN	↓		SNEMMA ÓSK	TVEIR EINS		STÆKKAÐI KLANDUR		ÖRVITA	
					3	YFIR-BRAGÐ			BIK
NÖGL BRASKA				STADFESTA SÆGUR				ÚTVORTIS SMÁ-FISKUR	
						EKKI BRAUT		PLAGG DÖÐI	1
			UM-HVERFIS TRÉ SKRIDDÝR			HLJÓÐFÆRI PIRRAÐAR			
RISTIR PÖLIN-MÆÐI			5		ÁSKORUN MYLUR			SANDEYRI HÆLL	
				SJÚK-DÓMUR		FERÐALAG BRÁÐLYND			ALLOFT
KVK NAFN SVIÐ					SMÁBITI SARG	6		KLÁR	SEM
				HLJÓÐFÆRI SPIL			HÖGG-STADUR VÉFENGJA		BAKATIL
TVEIR EINS			UMSTANG FLAUSTUR			SUÐ HLÝÐA			ÁTT HRÓSA
			NÁLEGA TUNNU					GLÆRA	
RANDS					FYRIR TVEIR EINS		7	FRÆND-BÁLKUR AUK	
								VANHAGA	
MÁLI						SIGÐ			NOT



Verðlaunahafi síðustu helgarkrossgátu

Nicolai Þorsteinsson, Reykjavík.

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



Verðlaun fyrir rétt svar er bókin *Dóttirin* eftir Anne B. Ragde.

Torunn hefur tekið við rekstrinum á Útfararstofu Neshovs og heldur áfram að leggja lúid býlið undir sig. Eins og til að fullkomna það verk ákveður hún að taka upp eftirnafnið Neshov en þá breyta veikburða böndin milli hennar og móður hennar. Þegar von er á fjölskyldu Erlends frá Kaupmannahöfn færir gamli vonbiðillinn Kai Roger Torunni tvo grísi handa börnunum að leika sér við, hann skilur ekki að hún hefur endanlega gefist upp á svínarækt. Eini ljósi punkturinn er afleysingapresturinn Frank sem er svo ansi myndarlegur, bæði í hempu og hjólagalla ...

Með *Dótturinni* lýkur Anne B. Ragde sagnabálkinum ofurvinsæla um Neshovfólkið sem hófst með *Berlínaröspunum*. Þetta er bók um konu sem alla ævi hefur verið á flótta en þorir loks að taka ábyrgð og standa með sjálfri sér. Silja Aðalsteinsdóttir þýddi.

SUDO KU

Lausnarorð þessarar helgarkrossgátu er:

1	2	3	4	5	6	7
---	---	---	---	---	---	---

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

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

Lausn síðustu helgarkrossgátu

				Ó		T	H	
				H	A	M	S	T
				R	I	F	A	Ó
				E	R	G	R	A
				N	E	I	T	A
				K	A	E	T	A
				S	A	R	G	A
				B	I	A	N	S
				P	Ó	T	I	N
				U	N	A	D	S
				S	K	A	R	I
				K	R	A	N	R
				D	R	A	S	L
				I	T	A	F	L
				Ú	M	R	Ó	T
				S	É	R	N	A

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.

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

STAFARUGL

Leynigesturinn í síðasta stafarugli var **LOKSINS**. Já, sem við örugglega öll hugsum, hvenær ætlar þessu kófi loksins að ljúka?

Allir eru orðnir langbreyttir og mörg mjög pirruð enda virðist þetta engan endi ætla að taka. En þá gerir maður bara eins og strúturinn, stingur höfðinu í sandinn og reynir að hugsa um eitthvað allt annað. Svo stafasúpan í

dag eru orð úr öllum áttum sem helst minna mann ekkert á kófið, reyna að hugsa sem minnst um það.

Svo, hér er 20 orða orðasúpa, 19 gefin upp eins og venjulega og það tuttugasta, leynigesturinn, er þó líkt og í síðasta stafarugli það sem fæst okkar sjálfsgagt getum alveg ýtt frá okkur en reynum örugglega flest að geyma sem aftast í höfðinu.

AMERÍSK KROSSGÁTA

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

- | | | | |
|--|---|--|--|
| LÁRÉTT
1. merkja
6. glaður
11. afkimi
12. sjúkt
13. upplýsa
14. reika
15. hænast
17. fránn
18. gremja
19. tveir eins
20. hanga | 21. óhindraða
23. njóli
26. tveir eins
27. kærleikur
30. stampur
31. slævir
33. stefnur
35. löður
36. staðfesta
37. eftirsjá
38. vígi
39. bragform | LÓÐRÉTT
1. pilla
2. framvegis
3. bragur
4. gnauða
5. runni
6. hversu
7. vog
8. tileinka
9. spjall
10. glápa | 16. skattur
21. hagvirkur
22. ögn
23. skraut
24. sýnishorn
25. morkna
27. ráðagerð
28. venja
29. ota
32. þyrfti
34. flán |
|--|---|--|--|

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

VEGNA MIKILLAR SÖLU UNÐANFARNA MÁNUÐI VANTAR OKKUR ALLAR STÆRÐIR OG GERÐIR EIGNA Á SKRÁ.

KJÖREIGN FASTEIGNASALA - TRAUST OG ÖRUGG FASTEIGNASALA Í 40 ÁR



Ásta María Benónýsdóttir
Löggiltur fasteignasali
asta@kjoreign.is
897-8061



Sigurbjörn Skarphédinsson
Löggiltur fasteignasali,
skjalagerð.
sigurbjorn@kjoreign.is
533-4040



Dan Valgarð S. Wiium
Hdl, löggiltur fasteignasali.
dan@kjoreign.is
896-4013



Rakel Salóme Eydal
Löggiltur fasteignasali og
löggiltur leigumiðlari
rakel@kjoreign.is
533-4040



Þórarinn Friðriksson
Löggiltur fasteignasali.
thorarinn@kjoreign.is
844-6353



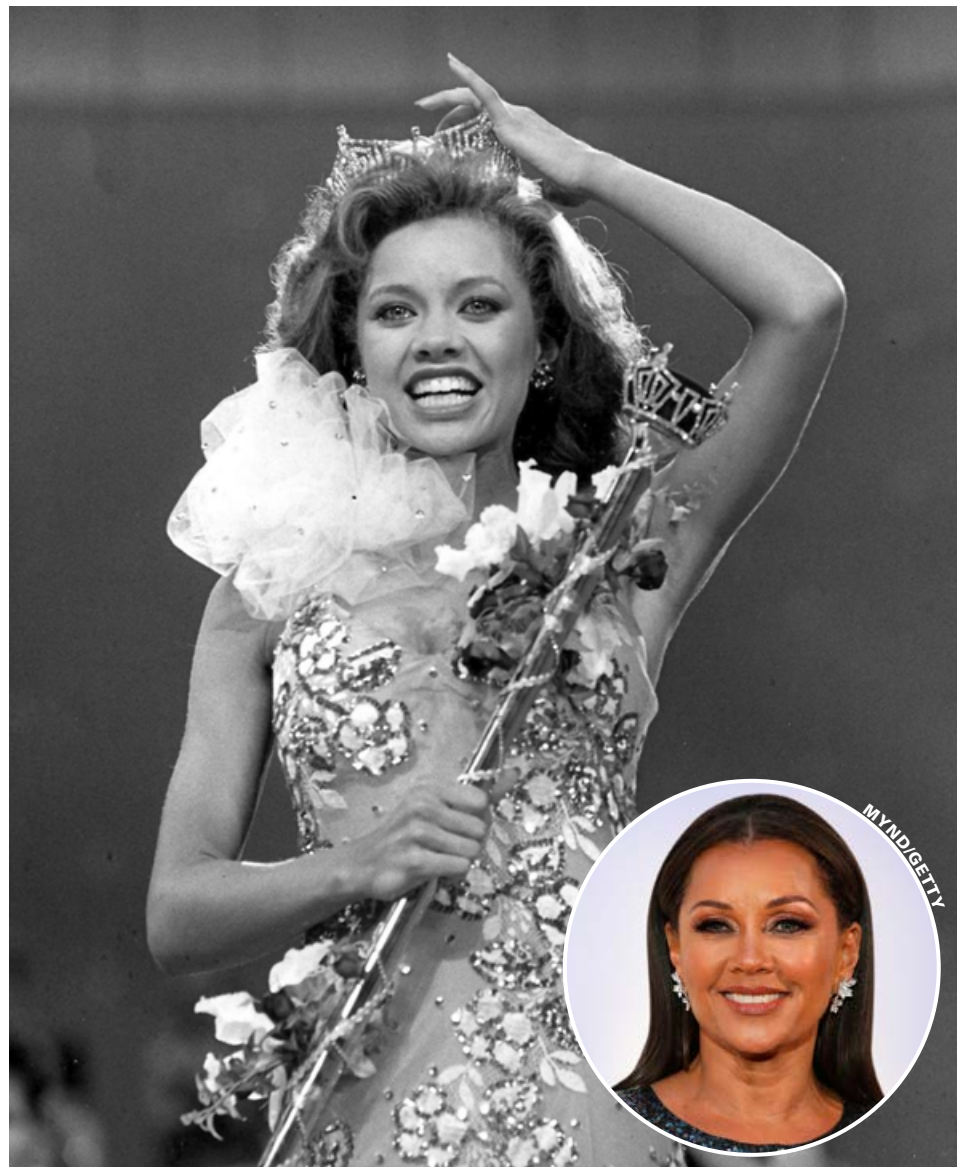
Jón Bergsson
lögmaður og löggiltur
fasteignasali
jon@kjoreign.is
777-1215



Ármúla 21, 108 Reykjavík - Reykjavík – Sími 533 4040
kjoreign@kjoreign.is - www.kjoreign.is/

Stærstu Hollywood- skandalar níunda áratugarins

Þar sem er frægð og frami, þar eru skandalar og hneyksli. Með tímanum rennur fólki venjulega reiðin og hneykslin falla í gleyskunnar dá. Við rifjum hér upp sex skandala sem gerðu allt vitlaust á níunda áratug síðustu aldar.



MYND/GETTY

BANVÆNT BÍLSLYS

Matthew Broderick og Jennifer Grey byrjuðu saman á bak við tjöldin og voru á ferðalagi um Norður-Írland árið 1987 þegar þau lentu í bílslysi. Matthew var á við stýrið og fór yfir á öfugan vegarhelming og keyrði á annan bíl. Bæði bílstjórinn og móðir hans létust samstundis. Matthew slasaðist nokkuð illa en Jennifer minni háttar. Slysið kom upp um samband þeirra.



MYND/GETTY



MYND/GETTY

TODD BRIDGES KÆRDUR FYRIR MORD

Leikarinn Todd Bridges sigraði hjórtu áhorfenda sem Willis í sjónvarpsþættinum *Diff'rent Strokes*. Eftir þættina leiddist hann út í ffrkniefnaneylsu, því miður kunnugleg örlög barnastjörnu. Árið 1989 var hann kærður fyrir að skjóta og myrða eiturlyfjasala sem hét Kenneth „Tex“ Clay. Todd fékk stjörnulögfræðinginn Johnny Cochrane til að verja sig, sem varð seinna lögfræðingur O.J. Simpson. Hann var sýknaður af öllum ákærum.

KYNLÍFSMYNDBAND ROB LOWE

Það virðist sem Rob Lowe hafi átt langan, farsælan feril en það munaði litlu að hann færi í vaskinn seint á níunda áratugnum vegna kynlífsskandals. Myndbandi af Rob, sem þá var 24 ára, að stunda kynlíf með tveimur konum sem voru 16 og 22 ára, var lekið í fjölmiðla. Eins og hlutirnir væru ekki nógu slæmir, þá studdi Rob opinberlega Demókratann Michael Dukakis þegar hneykslið kom upp. Móðir unglingsstúlkunnar kærði Rob. Hann fékk lítil hlutverk fram að *The West Wing*, sem hóf göngu sína 1999.

Síðan þá hefur hann átt farsælan feril og margir hafa ekki hugmynd um hneykslið, sérstaklega yngri kynslóðin sem þekkir hann sem hinn hressa og skemmtilega Chris Traeger úr *Parks And Recreation*.

NEKTARMYNDIR VANESSU WILLIAMS

Vanessa Williams var fyrsta svarta konan til að verða ungfrú Bandaríkin árið 1983. Það varð uppi fótur og fit þegar tímaritið *Penthouse* greindi frá því að það hefði komist yfir nektarmyndir af Vanessa og ætlaði að birta myndirnar án hennar leyfis. Frekar en að gagnrýna

Penthouse fyrir að beita Vanessa ofbeldi af þessu tagi var það Vanessa sem sætti gagnrýni og þurfti að skila kórónunni og titlinum. Það liðu 32 ár þar til Vanessa fékk afsökunarbeiðni frá skipuleggjendum *Miss America*. Hún hefur getið sér gott orð sem fyrirsæta, leikkona og söngkona undanfarna áratugi.



MYND/GETTY



MYND/GETTY

ÁSTARPRÍHYRNINGUR LIONEL RICHIE

Söngvarinn Lionel Richie er tvígiftur. Fyrri hjónaband hans varði í átján ár. Hann giftist Brendu Harvey árið 1975 en hjónin skildu árið 1993 eftir að upp komst um framhjáald Lionel.

Brenda kom að Lionel kyssa fatahönnuðinn Diane Alexander fyrir framan íbúð þeirrar síðarnefndu. Samkvæmt fjölmiðlum vestanhafs á Brenda að hafa sparkað í klofið á Lionel og hlaupið á eftir Diane. Brenda var kærð fyrir nokkur brot, meðal annars að hafa veitt maka líkamlega áverka. Stuttu seinna skildi Brenda við Lionel. Tveimur árum síðar giftust Lionel og Diane. Þau eignuðust tvö börn og skildu árið 2004.

MILLI VANILLI

Dúóinu Milli Vanilli skaut upp á stjörnuhimininn með laginu *Girl You Know It's True*. Lagið kom út 25. júní árið 1989 og var á *Billboard*-listanum í 26 vikur. Um var að ræða þýskt-franskt R&B dúó frá München og samanstóð af Fab Morvan og Rob Pilatus.

Upphafið að sorglegum endalokum dúettsins var 21. júlí 1989, aðeins rétt rúmu ári eftir að fyrsta lag þess kom út. Þeir voru að flytja lagið *Girl You Know It's True* fyrir framan 80 þúsund manns í skemmtigarðinum *Lake Compounce* í Connecticut í Bandaríkjunum. Fab og Rob voru eins og þeir voru venjulega uppi á sviði, orkumiklir og sýndu glæsilega danstakta. En skyndilega heyrðist alltaf sama setningin: „Girl you know it's, girl you know it's, girl you know it's.“ Það var eins og geisladiskur væri rispaður. Það kom í ljós að Fab Morvan og Rob Pilatus sungu ekki lögin og allt í kringum Milli Vanilli væri lygi og dulbúningur. Það tók hins vegar marga mánuði fyrir fólk að komast að sannleikanum, þar sem þetta var fyrir tíma samfélagsmiðla. Þeir neyddust til að skila Grammy-verðlauninum og urðu aðhláturfefni.

SPÁÐ Í... stjörnurnar



LESID Í TAROT Anna Svava Knútsdóttir

STJÖRNUSPÁ Vikan 02.10. – 08.10.

Í yndislegu „ying yang“-sambandi...

Gleðigjafinn og leikkonan Anna Svava Knútsdóttir er í Hrútsmerkinu. Hrúturinn er afar metnaðarfullt merki, hann gerir miklar kröfur til sjálfs sín og er jafnvel stundum of harður við sjálfan sig. Hrúturinn er sjálfstæður og því góður sem leiðtogi en er einnig þekktur fyrir að vera örlítið hvatvís sem bæði getur reynst honum gott og erfitt. Hrúturinn finnur sig oft í fyndnum aðstæðum en það fylgir því að vera „já“ manneskja.



MYND/VALLI

Gosi í bikurum

Skapandi tækifæri | Innsæi | Skilaboð | Forvitni | Möguleikar

Þér leiðist sjaldan og heilinn hvílist sjaldan þessa dagana. Mætti kalla það lúxusvandamál en þú ert með skriljón hugmyndir sem þig langar að framkvæma. Það koma þó skilaboð um að passa að hlaða batteríin vel inn á milli og jarðtengja þig. Ég sé nokkur sjálfstæð verkefni fæðast á næstunni sem þú munt verða mjög stolt af.

Elskendur

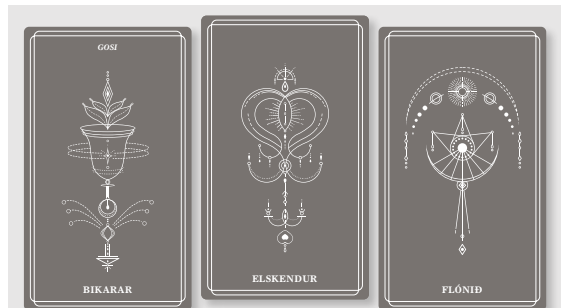
Ást | Sátt | Sambönd | Gildi | Val

Þú ert í yndislegu „ying yang“-sambandi þar sem ólíkar persónur koma saman og bæta hvor aðra upp. Það er mikilvægt að rækta það sem maður hefur, lífið, vinnan og börnin taka eðlilega mestan tíma en það skiptir máli að gefa hvort öðru tíma í rómantískar stundir. Rómantíkin er í litlu hlutunum eins og að gefa sér tíma í hádegisstefnumót. Það þarf ekki að vera flókið, stórt eða í hverri viku, bara gott að vera meðvitaður í þessum hraða heimi, að stoppa og staldra við, við og við...

Flónið

Upphaf | Sakleysi | Frumkvæði | Frelsi

Það er svo skemmtilega léttur andi yfir þér, þú ert fyndin og klár og nennir ekki að taka lífinu of alvarlega. Breyttir tímar með nýjum áherslum eru í kortunum þínum, þú mátt alveg hlakka til, þú færð meiri tíma fyrir sjálfa þig og þína og til þess að láta þín



Skilaboð frá spákonunni

Mér sýnist kominn tími á að panta langt helgarfrí, helst viku, segðu bara vinnunni og makanum að spákonan þín hafi skikkað þig í frí.

eigin draumaverkefni verða að raunveruleika. Ákveðin sjálfsvinna og ást hjálpa þér að komast fyrir á þessa braut sem er nú þegar í kortunum.

SVONA EIGA ÞAU SAMAN

Fljúga aftur á vængjum ástarinnar

Snæfríður Ingvarsdóttir, ein efnilegasta leikkona landsins, og hinn hæfileikaríki Högni Egilsson, söngvari Hjaltalín, eru byrjuð aftur saman. Þeirra leiðir skildi í byrjun sumars eftir sex ára samband.

Þau virðast hafa fundið ástina á ný og lék DV forvitni á að vita hvernig þau eiga saman ef lítið er til stjörnumerkjanna.

Högni er Vog og Snæfríður er Steingeit.

Vogin og Steingeitin eiga fátt sameiginlegt og gætu ekki verið ólíkari. Vogin er félagslegt fiðrildi og elskar að hitta nýtt fólk. Steingeitin er hins vegar hæglat og hleypir ekki hverjum sem er að sér. Frami og vinna skipta Steingeitina miklu máli á meðan Voginni finnst mikilvægara að finna jafnvægi og fegurð í lífinu.

Ef þau elska og virða hvort annað, þrátt fyrir að vera algjörar andstæður, getur sambandið orðið gjöfult.

Vogin er hamingjusöm must þegar hún er í traustu sambandi og getur sýnt maka sínum allt það besta sem lífið hefur upp á að bjóða. Ábyrga og röggsama Steingeitin er róleg í erfidum aðstæðum sem er mikill kostur fyrir ákvörðunarfælnu Vogina. ■



MYND/ERNIR

Högni Egilsson

Vog
3. október 1985
■ Málamiðlari
■ Ákvarðanafælinn
■ Samstarfsfús
■ Forðast deilur
■ Örlátur
■ Félagssværa

Snæfríður Ingvarsdóttir

Steingeit
14. janúar 1992
■ Öguð
■ Ábyrg
■ Góð sjálfstjórn
■ Besservisser
■ Býst við því versta
■ Rökföst

Hvað segja stjörnurnar um þig þessa vikuna?

♈ Hrútur
21.03. – 19.04.

Þú þráir breytingu og það helst í dag! Þú átt það til að vera hvatvís. Þegar svona orka kemur til þín getur allt gerst. Það verður gaman að vita hvaða flippi þú tekur upp á. Hvort sem það er að selja sófann, klippa af þér hárið eða kaupa eitthvað sem þig vantar ekki. Við bíðum spennu.

♎ Vog
23.09. – 22.10.

Þú nennir svo gjörsamlega ekki að vera fullorðin/n stundum! Vogin er ekki þekkt fyrir að taka lífinu of alvarlega en alvarlegt virðist það þó vera þessa dagana. Þessa vikuna hleypur þú púkanum út og ræktar þitt innra barn. Ráð vikunnar: Leiktu þér!

♊ Naut
20.04. – 20.05.

Þú færð loks svar við spurningu sem hefur valdið þér svefnleysi. Þetta verður sannkallað „aha“-augnablik sem kemur með fulla tunglinu 1. október. Stundum þurfa ákveðin atriði að raðast upp til þess að svör verði augljós. Þetta skýrist síðar í vikunni.

♏ Sporðdreki
23.10. – 21.11.

Kannski ekki í fyrsta sinn sem þú þarft að gæta orða þinna en þú færð áminningu um það í vikunni. Þú nennir ekki að sykruhúða hlutina en stundum gætir þú farið milli-vegin svo allir verði glaðir. Þannig kemur þú upplýsingum áfram án þess að koma neinum í uppnám.

♊ Tvíburi
21.05. – 21.06.

Oft á tíðum vakna tilfinningar með fulla tunglinu. Líkt og hafið, flóð og fjara, við erum 70% vatn og tunglið hefur viðeigandi áhrif á skap-sveiflur okkar. Gefðu þér stund til þess að greina hvað liggur á bak við þessar tilfinningar og hvað þú getur gert í þeim.

♈ Bogmaður
22.11. – 21.12.

Úps, setti einhver kæruleysispilluna í kaffið þitt? Ef svo er þá er það einmitt það sem lækurinn hefði ráðlagt þér. Mögulega gleymir þú kaffimálinu ofan á bílpakinu þessa vikuna en þú finnur mikinn létti yfir því að gefa smá „so what“ í hlutina. Við þurfum öll smá skvettu af kæruleysi í kaffið.

♋ Krabbi
22.06. – 22.07.

Orkan er þér hliðholl þessa vikuna. Margt sem hefur setið á hak-anum kemst loksins í verk. Ef þú ert að selja bíl eða húsnæði þá nýtist þessi orka þar. Sannkölluð framkvæmdagleði drífur þig áfram inn í október.

♏ Steingeit
22.12. – 19.01.

Þú mátt svo sannarlega vera spennu/ur fyrir komandi tímum. Þótt þú sért ekki komin/n á áfangastaðinn þá ertu á réttri braut. Vittu til, það mun birta til. Þú finnur mun með hverjum deginum og sérð skýrar hvert þú stefnir.

♏ Ljón
23.07. – 22.08.

Þú nýtur þín verulega í haust-dýrðinni: Tekur myndir af haustlitunum, kveikir á kertum, ullarsokkar á kvöldin með Noruh Jones í bakgrunni, bakstur og kósiheit. Þú hefur rétta viðhorfið, tekur breytingum og áskorunum fagnandi.

♋ Vatnsberi
20.01. – 18.02.

Það er nú ekki líkt þér að vera bitur þannig að þú mátt bara gjöra svo vel og hætta því núna. Það þjónar engum tilgangi að halda í svona tilfinningar. Hristu þetta af þér og haltu áfram að vera hamingjusami hippinn sem fer þér svo miklu betur.

♊ Meyja
23.08. – 22.09.

Ástríðufull orka streymir til þín. Fólk gjörsamlega dregst að þér eins og segull. Sjarminn í hámarki og sjálfásáttin blómstrar. Það er svo svakalega sjarmerandi. Ekki kippa þér upp við óvænt boð á stefnumót. Þú ert bara svona ómóstaðileg/ur!

♋ Fiskur
19.02. – 20.03.

Þú ert í bjargvættarstuði; stendur á svölunum með ímyndaða skikkju sem blæs í vindinum og bíður eftir símtali frá einhverjum nánnum í neyð! Ertu mögulega að hunsa einhver önnur vandamál heima við?

Hörður Snævar
Jónsson
hodd@433.is



Íslenska karlalandsliðið leikur mikilvægan landsleik gegn Rúmeníu í næstu viku, um er að ræða leik í umspili um laust sæti á Evrópumótinu á næsta ári. Sigur þar gefur sæti í úrslitaleik um laust sæti þar sem Ísland mætir Búlgaríu eða Ungverjalandi sem mætast á sama tíma í næstu viku. Úrslitaleikurinn fer fram ytra í nóvember. Fyrir leikmenn íslenska landsliðsins er um að ræða gullíð tækifæri til að komast inn á sitt þriðja stórmót í röð. Íslenska karlalandsliðið komst í fyrsta skiptið inn á stórmót árið 2016 þegar liðið tók þátt á Evrópumótinu í Frakklandi með eftirminnilegum hætti, liðið komst svo inn á Heimsmeistaramótið tveimur árum síðar í Rússlandi.

Gríðarlegir fjármunir í boði

Komist íslenska landsliðið inn á Evrópumótið gefur það KSÍ 1,5 milljarða í kassann á gengi dagsins í dag, þegar liðið komst inn á Evrópumótið 2016 var sú upphæð 1,3 milljarðar á gengi dagsins í dag. UEFA hefur hækkað greiðslur sínar til þeirra félaga sem koma inn á mótið. Fyrir hvern sigur á mótinu fær það knattspyrnusamband 243 milljónir í vasa sinn en jafnteflið gefur helming þeirra upphæðar. Komist Ísland á Evrópumótið er liðið í riðli með Þýskalandi, Portúgal og Frakklandi og verður spilað í Búdapest og í München.

Fjármunirnir sem Ísland fékk á Evrópumótinu í Frakklandi og svo á Heimsmeistaramótinu í Rússlandi hafa einnig komið sér vel fyrir félögin í landinu. Eftir Evrópumótið 2016 fengu félögin í landinu 453 milljónir króna, eftir HM í Rússlandi fóru 200 milljónir til aðildarfélaga KSÍ. 653 milljónir sem íslensk knattspyrnufélög hafa notið góðs af fyrir árangur íslenska karlalandsliðsins. Nú þegar rekstur félaganna hefur sjaldan verið erfiðari væri það mikil búbot fyrir íslensk félög að fá greiðslur sem þessar til að létta undir með sér.

Yrði búbot fyrir félögin á erfiðum tímum

Fjármunirnir sem komið hafa inn í rekstur félaganna frá stórmótum strákanna hafa gefið vel, þannig fengu félög allt að 18 milljónum í vasa sinn eftir Evrópumótið í Frakklandi. Þá gafst tækifæri til að borga hærra laun og fá inn betri leikmenn en ef peningar kæmu inn í gegnum Evrópumótið 2021 yrði það til að borga niður skuldir og létta undir mjög svo erfiðum rekstri. „Það er eftir hellingi að slæðast, það hefur samt sem áður engin umræða átt sér stað um skiptinguna ef til þess kemur. Það er alltof snemmt að taka það samtal, fyrst er að komast á mótið og fagna því, svo geta félögin



Eniga, meniga, allir röfla um peninga. Súkkadí, búkkadí, kaupa meira finerí.

MYND/ANTON BRINK

1,5 MILLJARÐAR Í BOÐI EF LANDSLIÐINU TEKST VEL TIL

Það er gríðarlega mikið í húfi fyrir KSÍ, félögin í landinu og íslenska landsliðsmenn ef strákunum okkar tekst að komast inn á sitt þriðja stórmót í röð. Á síðustu árum hafa félögin fengið yfir 600 milljónir.

„Vel á annað hundrað milljónir sem við verðum af.“

sest niður með KSÍ,“ sagði Birgir Jóhannsson, framkvæmdarstjóri Íslensks Toppfótbolta, sem eru hagningsamtök félaga í efstu deildum á Íslandi.

Félögin hafa orðið fyrir miklum tekjubresti, áhorfendur hafa ýmist verið bannaðir eða takmörkun á því hversu margir geta mætt á völinn hér á landi í ár. „Hljóðið er

þungt í félögunum og hefur verið það síðustu mánuði. Það er ekki bjart fram undan, tekjur eru yfirleitt mestar í kringum sumartímamann. Evrópukeppni, miðasölur og krakkamótin. Ég veit um mörg dæmi þar sem félög hafa verið að missa styrktarsamning, það eru fjölmörg dæmi. Félögin eru að missa eða þá að það er lækkun á samningum.

Knattspyrnulið er með marga á launaskrá, ellefu leikmenn í byrjunarliði, varamenn og starfslíð. Það verður mjög erfitt að fara í gegnum þennan vetur.“

Birgir segir að það myndi breyta miklu fyrir félög í vanda að fá greiðslu frá KSÍ ef íslenska landsliðið kæmist inn á Evrópumótið. „Það væri „leikbreytir“, við vitum allt um það. Það er ekkert fast í hendi en vonandi tekst strákunum vel til og komast inn á sitt þriðja stórmót í röð,“ sagði Birgir að lokum.

Gríðarlegt tekjutap KSÍ

Það eru ekki bara félögin í landinu sem hafa mátt þola mikið högg, allt stefnir í að íslenska karlalandsliðið leiki alla heimaleiki sína fyrir luktum dyrum á þessu ári. England kom í heimsókn í september og á næstu dögum koma hingað Rúmenía í umspili um laust sæti á EM

og síðan koma Danmörk og Belgía í Þjóðadeildinni. „Að sjálfsögðu myndi muna um það ef strákarnir kæmust inn á Evrópumótið. Það er fyrir utan gleðina og ánægjuna sem því fylgir að ná þeim árangri, við erum einbeitt á það að ná árangri með karla- og kvennalandsliðin á næstu vikum. Það er mikið undir og fjárhagslegi ávinningurinn er mikill ef karlalandsliðið kemst inn á EM,“ sagði Guðni Bergsson, formaður KSÍ, um stöðuna.

„Þetta eru vel á annað hundrað milljónir sem við verðum af þegar fjórir leikir karlanna eru fyrir luktum dyrum,“ sagði Guðni en KSÍ átti talsvert eigið fé til að ganga á þegar kórónaveiran gekk yfir heimsbyggðina. Það eru svo ekki bara KSÍ og félögin í landinu sem græða á því að Ísland komist inn á EM, leikmennirnir sem komast í lokahóp á mótið fá vel á annan tug milljóna í vasa sinn. ■



www.krokur.net

522 4600

Taktu Krók á leiðarenda

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

Krókur býður m.a. uppá:

- Starfsmenn sem eru þjálfaðir og reyndir í bíla- og tækjaflutningum
- 24 stunda þjónustu allt árið um kring
- björgunarþjónustu og aðstoð ef bílar bila eða flytja þarf þá á verkstæði



KRÓKUR

á þinni leið

Suðurhraun 3, 210 Garðabær

**SANDBLÁSTUR
BLÁSTUR.IS**
SI 555-6005
Helluhrauni 6, 220 Hafnarfirði



SAND KORN



MYND/AÐSEND

Vottorð upp á sleik?

Þeir einstaklingar sem greinst hafa með COVID-19 sjúkdóminn fá vottorð sent með niðurstöðu mótefnamælinga. Vottorðið er þó ekki til mikils þar sem það gefur ekki undanþágu frá sóttvarnalögum eða víðara ferðaleyfi. Það er þá helst að það sé hægt að votta það að viðkomandi sé fær í faðmlög og jafnvel meira, en vissulega getur einstaklingur sem hefur fengið COVID-19 borið með sér snertismit þó að hann veikist ekki sjálfur.



MYND/AÐSEND

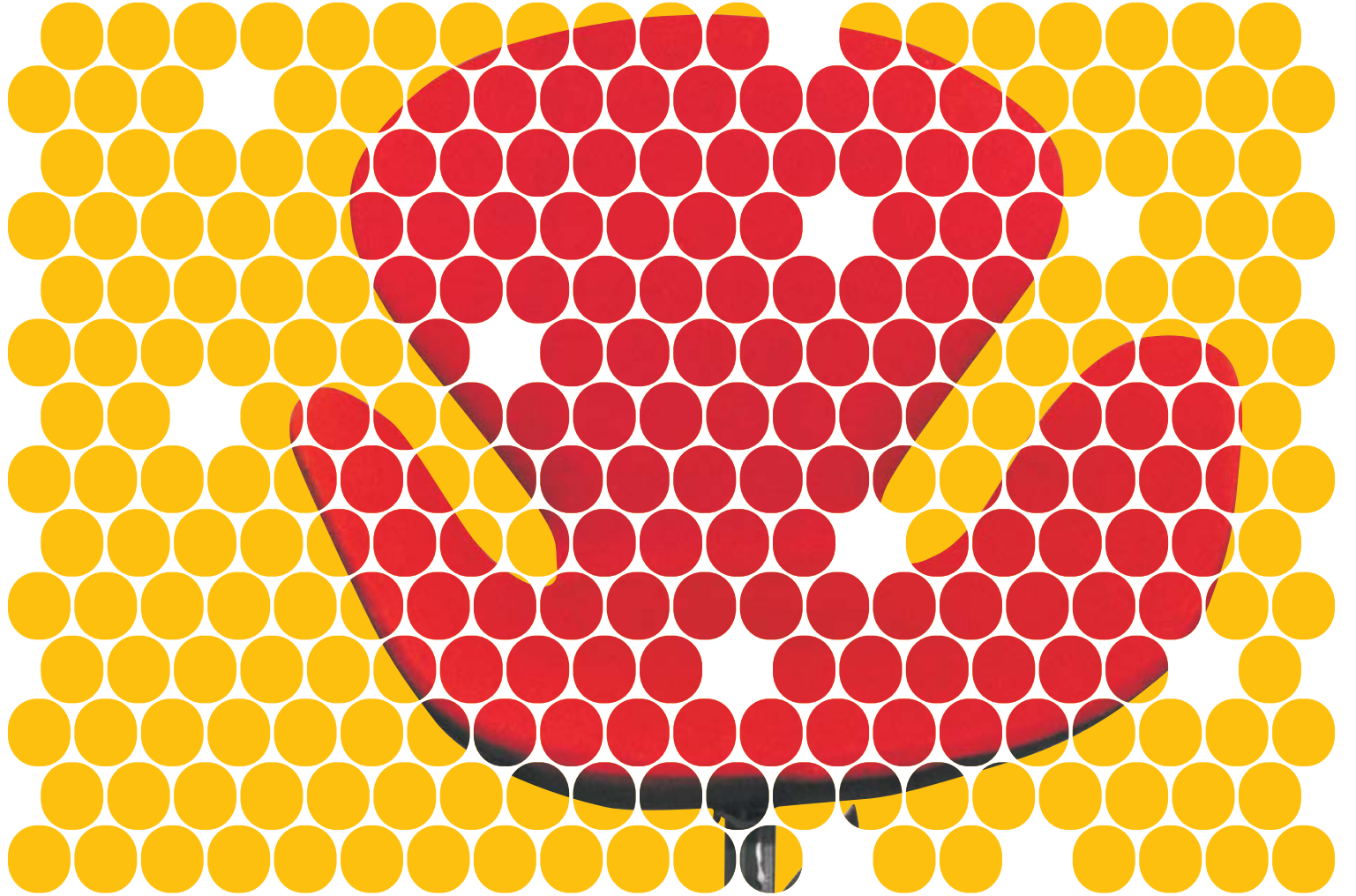
Skrifar bók um kampavín

Stefán Einar Stefánsson, ritstjóri Viðskiptablaðs Morgunblaðsins, er mikill áhugaður um kampavín og flytur inn Philipponnat-kampavínið auk þess að vera formaður hins nýstofnaða Kampavínshjólags. Stefán Einar er í blaðamannaleyfi sem stendur og nýtir tímann meðal annars í að skrifa bók um veigarnar gylltu sem líta mun dagsins ljós á næsta ári. Stefán hefur þurft að opna ófáar flöskur í rannsóknarskyni og birtir reglulega af þeim myndir á samfélagsmiðlum. ■



Skvetta í sig?

LOKI



Útsala í vefverslun okkar
10-70% afsláttur af sérvöldum vörum

www.epal.is

3 DAGAR EFTIR! Útsölnni lýkur sunnudaginn 4. okt.

Gjafavara
Húsgögn
Ljós

