

# Upp á líf eða dauða

Claudia Ashanie Wilson hefur ástríðu fyrir málefnum hælisleitenda og flóttafólks. Hún er fyrsti innflytjandinn frá landi utan Evrópu til að öðlast lögmannsréttindi á Íslandi og varð í sumar meðeigandi að lögmannsstofunni Rétti.

– sjá síðu 10





## UPPÁHALDS

## FLUGURNAR



Inga Lind Karlsdóttir framleiðandi og fluguveiðimaður elskar að veiða og skipta þá flugurnar sköpum.

## 1 Jock Scott

Nýjasta uppáhaldið mitt er fluga sem ég hef aldrei átt og aldrei veitt á. Hún er hins vegar næsta fluga sem ég ætla að verða mér úti um. Jock Scott er ekki bara ein frægasta og vinsælasta fluga síns tíma, hönnuð á 19. öld, heldur líka ein sú alfallgasta sem hægt er að finna. Hver veit nema hún virki enn í íslenskum ám sumarið 2021? Það er bara ein leið til að komast að því.

## 2 Frances

Bæði svört og rauð og í öllum stærðum, frá litlum krúttum með gylltum króki og upp í túpur sem nauðsynlegt er að setja undir þegar vatnið býður ekki upp á neitt minna. Frances er óumdeilanlega ekki fallegasta flugan í boxi nokkurs veiðimanns, en hún er fáránlega aflasæl, ekki síst í mínum bókum, og hefur alltaf verið. Ég veiddi minn fyrsta lax á svarta Frances og líka stærsta laxinn minn í ár.

## 3 Bleikur Nobbler

Ég er tiltölulega nýfarin að veiða sjóbirting og er rétt að komast inn í flugutískuna á þeim vettvangi. Enn sem komið er toppar ekkert bleika nobblerinn sem ég fékk 95 cm sjóbirting á í fyrra.

## 4 Hitch

Hitch eru í miklu uppáhaldi hjá mér. Það er svo gaman að fylgjast með þeim skauta yfir hylinn á yfirborðinu og ég held að fátt toppi tókuna þegar árásargjarn lax ræðst á hana.

## 5 Skáskorinn Skuggi og Sunray Shadow

Þessar eru líka alltaf til í boxinu mínu. Truflaðar flugur og ég er með þá kenningu að ef laxinn tekur þær ekki þá er hann annað hvort ekki í hylnum eða hann mun ekki taka neitt þann daginn. Svo verð ég að lauma Frigga inn í lokin. Ég ætla ekki að ljúga þó sá gaur, í ýmsum litum, sé ekki áberandi í boxinu hefur hann gefið okkur hjónum fjölmarga fiska, bæði laxa og sjóbirtinga, og þar með framkallað óumræðilega gleði.

## Margmennisskömm

**B**oðum og bönnum fylgja brot og alls konar bit. Og jafnvel þó að eitthvað sé ekki bannað getur það verið „illa séð“. Hornaugað er sjaldnast huggulegt. Þannig hófst kvöld eitt fyrir nokkrum vikum.

Ég hitti samstarfskonu mína í einn drykk á rólegum stað, snemma kvölds. Kom mér heim á skikkanlegum tíma, með sprittið í veskinu og frekar bjartsýn á lífið.

Vaknaði á laugardegi með óttann og kvíðann.

Hvað hafði ég verið að hugsa?

Að umgangast fólk á vínveitingastað á þessu ári?

Ónei. Við værum örugglega báðar sýktar. Hel-sýktar. Jesús minn, það rýkur örugglega úr mér. Ég er geislavirk af veiru – og skömm.

Ég krosslagði hendur á bringunni og veltist um í eftirsjá. Klukkan var ekki orðin sjö og ég búin að klúðra þessu lífi. Ég reyndi kerfislega að hugsa um sóttvarnahólf í fyrirtækinu.

Ef við vín-konurnar værum sýktar myndum við hægt og rólega sýkja allt fyrirtækið út frá okkur. Ég myndi eittra B-hólf og hún A-hólf.

Ég fann svitann spretta fram á efri vörinni og langaði að biðja einhvern afsökunar. Hvern? Víði?

Ég braut ekki lög eða reglur. Þórólfr?

Ég sprittaði mig. Ölmur? Ég faðm-

aði engan né frussaði. Ó, guð, ég talaði samt hátt. Æ, nei, ég hef örugglega frussað smá á einhverjum tímapikti. Jafnvel mikið.

Ég velti mér yfir á hina hliðina. Ég get ekki leyft þessu að gerast! Þetta er verkefni – ég er nú með mastersgráðu í verkefnastjórnun. Koma svo – hugsa þetta í lag.

Ég sýki B-hólf og hún A-hólf. En þá er C-hólf enn ósýkt! Guði sé lof. Fréttablaðið getur þá haldið áfram. Ég er ekki búin að gera út af við fyrirtækið mitt. ONEI!



Peace-merki dugar ekki ef gríman er vitlaust sett á eins og hér. Hún þarf að ná yfir nefið.

MYND/TM

Skyndilega. Mjög skyndilega, mundi ég það.

Ég hafði hitt dóttur manns sem starfar í C-hólfinu. Ég talaði við hana. Ég sýkti hana pottþétt. Hún býr hjá föður sínum sem er nú fórnarlamb mitt. Elsku barnið fer heim – sýkir pabba sinn og nú er C-hólfið orðið sýkt. Ég get ekkert gert annað en að draga upp fyrir haus. Ég finn strax hvernig andþyngslin gera vart við sig.

Öll hólf sýkt.

Smitskömmin hellist yfir mig eins og flatt diet-kók yfir klaka. Taugakerfið víbrar.

Eftir á að hyggja er líklega minna álag á alla ef ég fæ mér bara rauðvinsglas heima og horfi á Friends það sem eftir er árs. Dósahláturinn verður að duga í bili. ■

## COVID-kirkjan og Birgitta Haukdal

## SVART HÖFÐI

**E**ins og oft hefur komið fram er Svarthöfði vel giftur og barnalán hefur leikið við hann. En eins og barnafólk þekkir um allan heim geta seinni-partarnir orðið strembnir. Þó Svarthöfði myndi hvergi annars staðar vilja eyða sínum seinnipörtum, er hann alltaf feginn þegar þeir taka enda og börnin skríða úr baði og upp í rúm. Það er einlæg trú Svart-höfðahjóna að jöfn þátttaka í heimilisverkum sé forsenda jafnrar stöðu á heimilinu og því tekur Svarthöfði alltaf þátt í nauðsynlegum húsverkum þeim er heimilishaldi fylgja, nema á mánudögum. Á mánudögum fer frú Svart-höfði nefnilega að heiman á sinn vikulega briddsfund og

gefst Svarthöfða þá vel þegið rými til þess að njóta seddu sinnar í sófanum eftir mat og svæfingaraðgerðir. Til þess að njóta þessara stunda hafði Svarthöfði keypt sérstakan stól með háu baki sem grípur höfuð hans er hann dottar.

Nýliðinn mánudag nýtti Svarthöfði einmitt í þetta. Nautnin var slík að hann hafði rétt kveikt á fréttatímanum er augnlokin tóku að þyngjast. Fréttin sem við blasti fjallaði um að almenningur væri síður tilbúinn til þess að leyfa smitrakningarteymi að kafa ofan í einkalíf sitt án dómsúrskurðar og að svar yfirvalda við því væri að gera það samt. Smitrakningarteymið hafði nefnilega, að sögn forstjóra Persónuverndar, hvers starf er einmitt að koma í veg fyrir svona lagað, „ríkar heimildir“. Þessar „ríku heimildir“ voru

ekkert útskýrðar nánar, en hver er Svarthöfði að spyrja spurninga þegar slík hættu staðjar að?

Seinna í fréttinni sagði frá því að búid væri að fresta fundum Alþingis varanlega og ríkisstjórn heyrði nú undir þríeykið. Þórólfr, hinn almáttugi, leiðir nú þjóðstjórn, Guðni var sviptur völdum, ef einhver voru, en fær áfram að búa á Bessastöðum og plokka þar rusl á ríkisjörðum. Fyrsta verk Þórólfs, sem nú gekk undir nafninu Þórólfr hinn almáttugi, var að leggja á útgöngubann og samkomubann fært niður í tvo plús börn. Bókasöfnun var lokað en bók Þórólfs, „Hugmyndir Þórólfs hins máttuga um vörn gegn veiru“, hafði verið prentuð í 364.134 eintökum, ein á kjaft, og dreift til allra í landinu. Björn Ingi Hrafnsson, æðsti-

prestur COVID-kirkjunnar, skrifaði innganginn. Keilusölum var lokað, líkamsræktarstöðvum skellt í lás og ísbúðum breytt í dreifingarmiðstöðvar andlitsgríma og sóttthreinsivökva. Bragðarefurinn með þristi, jarðarberjum og hvítri súkkulaðidýfu var ei meir.

Þá voru mannréttindi aflögð að ráði forstjóra Persónuverndar, enda trompa „víðtækar heimildir“ Þórólfs þau hvort eð er. Þegar breyta átti þjóðsöngnum í lagið „Ég hlýði Víði“ sungnu af Birgittu Haukdal, hrökk skelkaður Svart-höfði upp við hurðarskelli. Frú Svarthöfði var komin heim og matardiskarnir enn á borðinu.

Svarthöfða þykir óþægilegt þegar raunveruleikinn og draumaheimur blandast svona saman, en hristi þá ónotatilfinningu fljótt af sér og setti í vél. ■





**VISSIR ÞÚ AÐ ATVINNUREKENDUR  
SEM VANGREIÐA SAMNINGSBUNDIN  
LAUN FÁ EKKI EINU SINNI SEKT?**

**VIÐ KREFJUMST REFSINGA  
FYRIR LAUNARJÓFNAD.**





## MEST LESIÐ

## Á DV Í VIKUNNI

**1 C-strengurinn er að gera allt vitlaust** Svonefndur C-strengur nýtur nú nokkurra vinsælda. C-strengurinn er í laginu eins og bókstafurinn C og er vinsæll meðal þeirra sem elska sólböð og vilja ekki fór eftir nærbuxurnar.

**2 „Dóttur minni var nauðgað og hún myrt“** segir Gerður. „Ég er ófær um að sætta mig við þetta“ Gerður Berndsen berst fyrir réttlæti fyrir dóttur sína Áslaugu Perlu Kristjónsdóttur sem var myrt í Engihjalla árið 2000 en dómstólar hafa aldrei viðurkennt að Áslaugu hafi verið nauðgað.

**3 Íslenskur hjartalæknir dæmdur í fjögurra mánaða fangelsi – Játaði brotin** Íslenskur læknir hefur verið margdæmdur sekur um umferðarlagabrot, meðal annars að aka án réttinda. Nýlega var hann dæmdur til fjögurra mánaða fangelsisvistar eftir enn eitt brotið.

**4 Telur að sér hafi verið byrlluð** Ólyfjan skömmu fyrir kynlíf á klósettinu Nicklas Bendtner sem lék um tíð með knattspyrnuliðinu Arsenal gaf út ævisögu nýlega þar sem hann greindi frá því að hafa verið byrlluð ólyfjan.

**5 Guðmundur játar syndir sínar – Biður íslensku þjóðina afsökunar** Guðmundur Ólafsson hagfræðingur var í nefnd sem kom á fjármagnstekjuskatti á Íslandi. Hann sér eftir því í dag.

**6 Fór í „swing party“ og þetta lærði hún** Ástralskur kynlífsfræðingur skrifaði grein um reynslu sína af makaskipta-partyi.

**7 Einhleypar og eftirsóttar** DV tók saman nokkrar eftirsóttar íslenskar konur á lausu.

**8 Mánuði eftir hneykslið á Íslandi eru stjórnur Englands aftur í klípu – Fjöldi braut reglur um helgina** Enn eru meðlimir breska landsliðsins í knattspyrnu að koma sér í klípu. Þrír leikmenn fóru í teiti síðustu helgi og brutu sóttvarnareglur.

## Í FRÉTTUM ER ÞETTA HELST...



## Hertar aðgerðir

Mikil fjölgun hefur átt sér stað í vikunni á nýjum tilvikum kórónaveirunnar og því var gripið til hertra aðgerða hér innanlands í vikunni. Sóttvarnalæknir biðlar til fólks að vera lítið á ferðinni og halda sig heima eins og kostur er. Flest eru tilfelli á höfuðborgarsvæðinu og hafa aðgerðastjórnir almanna- varna í landshlutum þar sem minna er um smit hvatt íbúa til að gera sér ekki ferð í höfuðborgina að óþörfu. Eins hefur veitingastöðum verið gert að loka klukkan 21.00 á kvöldin, líkamsræktarstöðvar eru lokaðar og sóttvarnalæknir hefur biðlað til íþróttafélaga að fresta æfingum og leikjum. Allir sem finna fyrir minnstu einkennum eru beðnir um að halda sig heima og fara í sýnatöku. Eins hefur allt helgihald þjóðkirkjunnar verið fellt niður.

## Snúa vörn í sókn

Smálánafyrirtækið eCommerce2020 hefur staðið í ströngu undanfarið en Neytendasamtökin hafa verið í herför gegn smálánum á okurvöxtum um nokkurt skeið. Nú hefur smálánafyrirtækið stefnt Neytendasamtökunum og formanni þeirra, Breka Karlssyni, vegna ummæla sem látin voru falla í tölvu- póstsamskiptum milli eCommerce2020 og Neytendasamtakanna. Krefst smálánafyrirtækið þess að ummælin verði dæmd dauð og ómerk og að samtökunum verði gert að greiða skaðabætur. Málið þykir nokkuð sérstakt þar sem umrædd ummæli voru ekki látin falla á opinberum vettvangi.

## Mál átta kvenna tilkynnt Landlækni

Sævar Þór Jónsson lögmaður sem hefur farið með mál kvenna sem telja mistök hafa átt sér stað við greiningu sýna þeirra hjá Krabbameinsfélaginu, hefur tilkynnt mál átta kvenna til Landlækni. Konurnar fóru í sýnatöku og fengu niðurstöður um að allt væri með felldu, en telja að ef rétt hefði verið staðið að greiningu hefðu þær verið greindar með frumubreytingar.



## Svandís stígur til hliðar

Heilbrigðisráðherra, Svandís Svavarsdóttir, steig tímabundið til hliðar frá störfum sínum í vikunni vegna veikinda innan fjölskyldu hennar. Dóttir hennar var greind með krabbamein í sumar og nú virðist sem að frekari veikindi hafi komið upp innan fjölskyldunnar sem krefjast þess að ráðherra stígi til hliðar til að hlúa að fjölskyldu sinni. Guðmundur Ingi Guðbrandsson, umhverfis- og auðlindaráðherra, fer með verkefni Svandísar í fjarveru hennar.

## Hnífstunga og farbann

Erlendur leikmaður Einherja í þriðju deild karla í knattspyrnu á Vopnafirði er grunaður um að hafa stungið annan mann með hníf í gleðskap á Akureyri um síðustu helgi. Þetta staðfesti lögregla í samtali við DV og greindi frá því að farið yrði fram á farbann yfir leikmanninum. Átökin í umræddm gleðskap munu hafa átt rætur að rekja til þess að vísa hafi átt leikmanninum á dyr og hafi hann tekið það óstinnt upp.

## Úlfúð vegna ummæla

Kristján Þór Júlíusson vakti athygli í vikunni þegar hann sagði að það væri einungis lífsstíll að vera bóndi, en ekki spurning um afkomu. Landsamband sauðfjárbænda, þingmaður Framsóknarflokksins, Silja Dögg Gunnarsdóttir, og stjórn Nemendafélags Landbúnaðarháskólans voru meðal þeirra sem gagnrýndu Kristján. Sjálfur segir Kristján Þór að ummælin hafi verið slitin úr samhengi og hann líti alls ekki á sauðfjárrækt sem tómstundagaman.



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



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

1 SYSTEMS  
one®  
www.one.is

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



# Femarelle®



## BLEIKA SLAUFAN

# Við styrkjum Bleiku slaufuna

## 300 kr.

af hverjum seldum Femarelle® pakka í  
október rennur til Bleiku slaufunnar.



**Femarelle®  
Rejuvenate**

**Femarelle Rejuvenate 40+**

- Getur minnkað skapsveiflur
- Stuðlar að reglulegum svefni
- Getur aukið orku
- Getur aukið teygjanleika húðar



**Femarelle®  
Recharge**

**Femarelle Recharge 50+**

- Slær hratt á einkennin (hitakóf og nætursviti getur minnkað)
- Stuðlar að reglulegum svefni
- Getur aukið orku og kynhvöt
- Hefur engin áhrif á vefi í brjóstum eða legi



**Femarelle®  
Unstoppable**

**Femarelle Unstoppable 60+**

- Inniheldur kalsíum og D3-vítamín sem eru nauðsynleg til að styrkja bein
- Stuðlar að heilbrigðri slímhúð legganga
- Getur aukið liðleika
- Stuðlar að reglulegum svefni
- Getur aukið orku sem stuðlar að andlegu jafnvægi

**Elskaðu. Lifðu. Fagnaðu.** Femarelle®





Hoang Chau er skammt frá hinum fræga Ha Long-flóa, en á svæðinu er mikil bátamenning og siglingar algengar.

MYND/GETTY

# VÍS EFAST UM AÐ EIGINMAÐUR OG BÖRN KONUNNAR SÉU LÁTIN

Íslensk kona sem krafði VÍS um bætur vegna dauða eiginmanns hennar og stjúpdætra í Víetnam fyrir 10 árum er enn með réttarstöðu sakbornings. VÍS trúir ekki sögu konunnar og kærði hana fyrir tryggingasvik en líftryggingin er enn ógreidd.

Heimir  
Hannesson  
heimir@dv.is



Nú í október er áratugur liðinn síðan íslensk kona af víetnömskum uppruna missti víetnamskan eiginmann sinn og tvær stjúpdætur í mannskæðu sjóslysi undan ströndum Víetnams. Konan, Jenna Thu Thi Bui, var rétthafi dánarbóta í líftryggingu sem fjölskyldan tók aðeins örfáum mánuðum fyrir slysið. Tryggingin var keypt í kjölfar þess að sölumaður VÍS setti sig í samband við konuna og bauð henni tryggingarnar. Konan, að sögn lögmans hennar, hafði aldrei frumkvæði að töku slíkra trygginga. Í kjölfar kröfu konunnar um útgreiðslu bóta vegna andláts þriggja fjölskyldumeðlima hennar neitaði VÍS kon-

*Níu ár eru síðan rannsókn hófst en lítið hefur gerst.*

unni um bætur og kærði hana til ríkislögreglustjóra. Síðan þá hefur málið skoppað um á milli embætta í kerfinu og hefur meðal annars verið á borði Lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu, ríkislögreglustjóra, Ríkissaksóknara, Interpol í

Frakklandi, tveggja lögmansstofa í Víetnam og annarra tveggja á Íslandi, nefndar um eftirlit með störfum lögreglu og nú dómsmálaráðherra.

Forsögu málsins má, sem fyrr segir, rekja til mannskæðs sjóslyss í Víetnam þann

2. október 2010. Fjölskyldan var þá á ferðalagi í Víetnam og stödd í báti við strendur Hoang Chau, á eyjunni Cat Hai við borgina Hai Phong. Mikið hvassviðri olli því að bátum hvolfdi og druknuðu maðurinn og tvö börn hans.

## Rannsóknin níu ára gömul í næstu viku

Þau voru öll líftryggð hjá VÍS. Um það er ekki deilt. Í upphafi árs 2011 barst VÍS óformleg tilkynning um andlátin, en formleg tilkynning barst félaginu svo í lok apríl. Töf á formlegri tilkynningu mátti rekja til tafa á gagnaoöflun frá Víetnam. Tilkynningu lögmans fjölskyldunnar um dauða fylgdi meðal annars staðfesting yfirvalda í Hoang Chou-héraði á andláti feðginanna og dánarvottorð, gefin út af yfirvöldum í Víetnam. Hálfu ári eftir að hafa

krafið tryggingafélagið um útgreiðslu bóta í takt við skilmála líftrygginga þeirra þriggja látnu, kærði VÍS Jennu til alþjóðadeildar Ríkislögreglustjóra, vegna gruns um tryggingasvik og skjalafals. Dró tryggingafélagið í efa að dauði þeirra hefði átt sér stað með þessum hætti, eða átt sér stað yfirhöfuð.

Í kvörtun konunnar til eftirlitsnefndar með störfum lögreglu sem DV hefur undir höndum er upphaf rannsóknar lögreglu á málinu rakið. Kemur þar fram að rannsókn hafi hafist við framlagningu kærðu VÍS 12. október 2011 og miðaði fyrst og fremst að því að fá úr því skorið hvort eiginmaður Jennu og stjúpdætur hefðu í raun látist og hvort dánarvottorð væru í raun rétt



vfs.is

# Milwaukee® ALVÖRUR VERKÆRI

**M18**

EITT RAFHLÖDUKERFI  
YFIR 145 VERKÆRI

**VERKÆRA  
SALAN**



og ófölsuð. Rannsóknin fagnar því nýu ára afmæli í næstu viku.

### Símar hleraðir og gramsað í bankareikningum

Lögregla virðist, af gögnum máls að dæma, hafa gengið nokkuð vasklega til verks í upphafi máls. Dómari veitti lögreglu hlerunarheimild með úrskurði sínum 28. september 2011. Þá úrskurðaði annar dómari að lögreglu væri heimilaður aðgangur að öllum bankareikningum konunnar. Næstu mánuðum varði lögregla í gagnaöflun, meðal annars frá Víetnam. Virðist lögregla hafa leitað liðsinnis Interpol í Hanoi. Segir í bréfi Interpol að embættismenn í Hoang Chau, hvar konan segir fjölskyldu sína hafa látist, geti ekki staðfest undirritun sína á umrædd dánarvottorð. Staðfesti Interpol í Frakklandi að umrædd gögn væru að öllum líkindum fölsuð.

Þarna var málið þó fjarri því upplýst. Í tölvupósti frá starfsmanni alþjóðadeildar ríkislögreglustjóra sem hafði annast samskipti við Interpol í Hanoi og í Frakklandi kom fram að ekki væri hægt að túlka svör alþjóðalögreglunnar á þann hátt að andlát fólksins hefði borið að með þeim hætti sem konan lýsti í kröfu sinni til VÍS.

### VÍS og konan skauta fram hjá lögreglu

Árið 2013 leitaði VÍS til lögmennsstofu í Víetnam og óskaði eftir að hún framkvæmdi sína eigin rannsókn á málinu. Leituðu lögmennirnir meðal annars til Alþýðunefndar Hoang Chau-héraðs og strandgæslunnar. Niðurstaða rannsóknarinnar var að ekkert sjóslys hefði orðið á þessum slóðum á þessum tíma.

Við þá niðurstöðu sætti konan sig ekki og réð sína eigin lögmenn. Samkvæmt lýsingu lögmenns Jennu hér á landi var niðurstaða þeirrar athugunar þvert á niðurstöðu lögmanna VÍS í Víetnam. Munu lögmenn Jennu hafa fengið staðfestingu á andláti eiginmanns og stjúpdætra hennar frá yfirvöldum í Hoang Chau, auk þess sem þeir munu hafa komist í samband við vitni fyrir tilstilli lögrelustjóra þar í landi. Mun vitnið hafa komið að líkum þeirra þriggja. Segir í gögnum þeim er DV hefur undir höndum að embættismaðurinn Ngugen Dinh Huong hafi bæði verið sá sem gaf víetnömskum lögmönnum VÍS sínar upplýsingar um að enginn hefði látist, og sá sem staðfesti svo seinna dauða þeirra. Misskilningur manna á milli sagði Huong ástæðu þess að rangar upplýsingar bárust til þeirra fyrrnefndu.

Þessi sami embættismaður staðfesti svo að fólkið hefði verið jarðsett í Than Loi.

### Tómlæti lögreglu algjört

Í 2013 hafði íslensk lögregla þannig tvístaðfest dánarvottorð þeirra þriggja sem létust, undirritaða yfirlýsingu vitnis-



Vátryggingarfélagið VÍS ætti að greiða konunni hátt í 30 milljónir ef konan reynist fara með rétt mál.

MYND/ANON BRINK

*Dómari veitti lögreglu hlerunarheimild með úrskurði sínum 28. september 2011. Þá úrskurðaði annar dómari að lögreglu væri heimilaður aðgangur að öllum bankareikningum konunnar.*

ins sem kom að líkunum í kjölfar slyssins auk myndbandsupptöku af vitnisburðinum, staðfestingu á jarðsetningu fólksins í Víetnam og staðfestingu embættismannsins í Hoang Chau, þeim sama og lögmenn VÍS vitnuðu til í sinni skýrslu, á andláti fólksins. Fór lögmaður Jennu fram á það við Lögregluna á höfuðborgarsvæðinu að gögnin yrðu yfirfarin og málið látið niður falla.

Árið 2014 hafði ekkert af þessu gerst. Sendu þá lögmenn konunnar bréf á lögregluna þar sem málið var sagt hafa dregist úr öllu hófi og krafan um niðurfellingu ítrekuð. Engin svör bárust. Sama bréf var svo sent árið 2015 og enn bárust engin svör.

Árið 2016 barst konunni tilkynning frá lögreglu um að málið yrði látið falla niður og að hún hefði ekki lengur stöðu sakbornings. Ekki var mánuður liðinn þegar VÍS kærði niðurfellingu rannsóknar lögreglunnar til ríkissaksóknara. Í janúar 2017 felldi ríkissaksóknari úr gildi ákvörðun LRH og skipaði lögreglunni að halda rannsókn sinni áfram. Í úrskurði ríkissaksóknara sagði að málinu yrði ekki lokið nema það þætti „fullreynt“ að fá svör frá víetnömskum stjórnvöldum eða fulltrúum þeirra í sendiráði Víetnams í Kaupmannahöfn um hvort frásögn konunnar hefði sannleiksgildi.

Ekki er að sjá á gögnum

málsins að lögregla hafi aðhafst mikið í málinu eftir úrskurð ríkissaksóknara. Eitt gagn í málinu bendir meira að segja til þess að bréf íslensku lögrelunnar sem lögreglan hafði fyrir því að skrifa, hafi svo gleymst í skúffu hjá ríkislögreglustjóra og aldrei verið sent. Bréfið er á ensku en í þýðingu blaðamanns hefst það svo: „Við höfum fengið fyrirspurn frá lögrelunni í Reykjavík varðandi gamalt mál frá árinu 2011. Þeir eru að reyna að loka málinu.“

Enn gerðist ekkert og í febrúar 2019 kærði konan, í annað sinn, dráttinn hjá lögreglu til Ríkissaksóknara. Niðurstaða Ríkissaksóknara var að skipa lögreglu að drífa

þetta af, í stuttu máli. Í júní það sama ár kærði konan dráttinn til nefndar um eftirlit með lögreglu. Vísaði nefndin málinu til lögrelunnar aftur.

Í september á þessu ári var lögmanni konunnar svo tilkynnt að málið væri komið á skrifborð enn eins embættismannsins: dómsmálaráðherra, þar sem það situr enn. Hvers vegna það er þar veit reyndar hvorki konan né lögmaður hennar. Í bréfi sem lögmaðurinn sendi dómsmálaráðherra og DV hefur undir höndum er þess, enn á ný, krafist að upplýst verði um stöðu rannsóknarinnar og hún látin niður falla.

### 30 milljónir undir í áratug

Konan höfðaði dómsmál á hendur VÍS þar sem hún krafðist þess að fá dánarbætur greiddar út árið 2013 en málið fæst ekki afgreitt fyrr en niðurstaða í lögreglu-rannsókninni liggur fyrir. Útgreiðsla bóta sem konan á heimtingu á nemur 30 milljónum, og því um mikla hagsmuni að ræða, bæði fyrir konuna og VÍS.

Á þessum níu árum hafa að minnsta kosti tveir lögmenn aðstoðað konuna og þeir embættismenn sem fyrst höfðu með málið að gera hjá hinum ýmsu embættum eru flestir horfnir til annarra starfa og nýir komnir í þeirra stað.

Þess má geta að hámarksrefsing við tryggingasvikum í íslenskum lögum er sex ára fangelsi. Sem fyrr segir hefur konan haft réttarstöðu grundaðs í níu ár. ■



IS WATCH CO. REYKJAVIK  
Sennilega  
Heimsins Minnsti  
Úbra Framleiðandi



## ÚRSMÍÐAMEISTARI OKKAR MISSIR ALDREI EINBEITINGUNA

Gilbert Ó. Guðjónsson úrsmíðameistari og alþekktur fagmaður grandskoðar hvert einstakt úr áður en það yfirgefur verkstæði okkar. JS úrin eru íslensk hönnun og framleiðsla, sett saman á úrsmíðaverkstæði Gilberts, þar sem viðskiptavinir geta komið og hitt úrsmiðina sem setja saman úrin þeirra.

*JS Watch co.*  
REYKJAVIK

Úrvalið af JS úrum hefur aldrei verið meira og ættu flestir að geta fundið íslenskt úr við sitt hæfi en úrvalið má skoða á vefsíðu [www.gilbert.is](http://www.gilbert.is) eða [www.jswatch.com](http://www.jswatch.com).



**GILBERT**  
ÚRSMÍÐUR  
Laugavegi 62 - sími: 551-4100  
[www.gilbert.is](http://www.gilbert.is)

Kynntu þér málið á  
[www.jswatch.com](http://www.jswatch.com)





# Hættuleg einangrunarstefna

Claudia Ashanie Wilson vinnur að bættum hag hælisleitenda og flóttafólks. Hún segir mikilvægt að konur af erlendum uppruna hafi sterkar fyrirmyndir. Claudia varð í sumar meðeigandi að lögmannsstofunni Rétti.

Erla  
Hlynsdóttir  
erlahlyns@dv.is



Claudia Ashanie Wilson var fjórtán ára þegar hún ákvað að verða lögfræðingur. „Ég var alltaf að horfa á lögfræðidramað The Practice og fannst þetta vera mjög spennandi starf. Sérstaklega var ég hrifin af lögfræðingnum Ellenor og vildi vera eins og hún. Ég man að kennarinn minn sagði að ég yrði örugglega fínn lögfræðingur því ég talaði svo mikið,“ segir Claudia og hlær.

Hún er fædd og uppalin í Montego Bay, annarri stærstu borg Jamaíka, en ævintýraþráin leiddi hana til Íslands þegar hún var aðeins 18 ára gömul. „Ég stefndi alltaf á að verða viðskiptalögfræðingur, keypti mér kennslubók í viðskiptalögfræði aðeins 14 ára gömul en skildi ekkert í henni. Ég lét það ekki stoppa mig og kom með bókina með mér þegar ég flutti til Íslands.“

Það er heldur ólíkt að alast upp á Jamaíka eða á Íslandi. Hún bjó í stóru húsi með forældrum, ömmu, afa, frændum, frænkum og fjórum systkinum. Pabbi Claudiu er prestur en mamma hennar sjálfstætt starfandi, rak um tíma leigubílaþjónustu og verslun.

## Örlogarík bréfaskipti

„Við krakkarnir vorum mikið að klifra í trjánum, tína ávexti og synda í ánni. Stundum veiddum við fisk og elduðum hann jafnvel bara við ána. Yfirleitt var ég úti allan daginn. En það er breyttir tímar og ég er viss um að krakkar á Jamaíka eru jafn mikið í símanum og tölvuleikjum eins og krakkar hér.“

Claudia var alltaf góður námsmaður og frá sjö ára aldri hafði hún það sérstaka hlutverk að lesa fyrir afa sinn

sem var ólæs og hafði aldrei gengið í skóla. „Ég las fyrir hann öll bréf sem hann fékk og skrifaði líka fyrir hann. Alltaf þegar hann hóaði í mig og kallaði Teacher! Þá vissi ég að ég ætti að koma að lesa eða skrifa fyrir hann. Ég var sannfærð um að ég yrði kennari, alveg þar til ég byrjaði að horfa á The Practice.“

Líklega hefur fjórtán ára Claudiu ekki órað fyrir framhaldinu. Hún kom til Íslands árið 2001 og átti þetta bara að vera heimsókn. Hún hafði þá staðið í bréfaskriftum við ungan íslenskan mann sem bauð henni að heimsækja sig en á þessum tíma hafði hún aldrei einu sinni komið til Evrópu. Til að gera langa sögu stutta varð þessi maður síðar eiginmaður Claudiu og þau eignuðust saman tvíburana Owen Rúnar og Aaron Frey sem verða 15 ára í desember. Claudia segist alltaf hafa verið með mikla réttlætiskenn, en áhugi hennar fyrir mannréttindalögfræði og jafnréttismálum jókst eftir skilnað.

## Varð meðeigandi í sumar

Claudia útskrifaðist frá lagadeild Háskólans í Reykjavík árið 2014 og hlaut lögmansréttindi árið 2016. Lokaritgerð hennar fjallaði um Dyflinnarreglugerðina og rétt hælisleitenda til að andmæla endursendingu til öruggs þriðja ríkis.

Hún er fyrsti innflytjandinn frá landi utan Evrópu til að öðlast lögmansréttindi á Íslandi. Claudia hefur starfað hjá lögmannsstofunni Rétti – Aðalsteinsson & Partners, frá árinu 2013 og í sumar var tilkynnt um að hún væri orðin meðeigandi.

Helstu starfssvið Claudiu eru mannréttindi, útlendinga- og flóttamannaréttur, gjaldþrotaskipti og refsiréttur. Þá hefur hún sérhæft sig í öflun atvinnuleyfa fyrir erlenda

sérfræðinga til að starfa hjá íslenskum fyrirtækjum sem og erlendum fyrirtækjum með starfstöðvar hérlandis. Samhliða lögmansstörfum sínum er Claudia stundakennari við Háskóla Íslands, Jafnréttisskóla Háskóla Sameinuðu þjóðanna og situr í fagráði SOS barnaþorpa á Íslandi. Þá hefur hún nýlega tekið sæti í fagráði Jafnréttissjóðs Íslands og stjórn í Íslandsdeildar Amnesty International.

## Sterkar fyrirmyndir

Um tíma sat Claudia í stjórn Samtaka kvenna af erlendum uppruna og segir þá reynslu hafa skipt hana miklu. „Skilnaðurinn hafði mikil áhrif á mig. Það var erfitt að ganga í gegnum skilnað svona langt frá fjölskyldu minni og mér fannst ég vera svolítið ein. Ég átti þó góða að og fór að hugsa um hvernig þetta væri fyrir aðrar konur af erlendum uppruna þegar þetta var erfitt fyrir mig sem þó þekkti aðeins inn á réttarkerfið á þeim tíma, þekkti samfélagið og talaði góða íslensku. Ég ákvað að taka þátt í starfi Samtaka kvenna af erlendum uppruna til að hjálpa öðrum konum en á endanum voru það allar hinar konurnar sem hjálpuðu mér,“ segir Claudia auðmjúk.

Áður hafði hún aðallega séð í fjölmiðlum fjallað um konur af erlendum uppruna sem hluta af einhvers konar samfélagslegu vandamáli og þær í hlutverki fórnarlamba. Þarna kynntist Claudia hins vegar metnaðarfullum og sjálfstæðum konum sem höfðu komið sér vel fyrir í íslensku samfélagi.

„Þetta opnaði augu mín fyrir því að þó að ég sé af erlendum uppruna þá á það ekki að koma í veg fyrir að ég geti verið virkur samfélagsþegn. Þarna voru sannkallaðar kjarnakonur, í góðum störfum með góða menntun. Þær

sýndu mér að allt er hægt. Sannarlega eru kerfisbundnar takmarkanir þegar kemur að möguleikum kvenna af erlendum uppruna en saman getum við minnkað skaðleg áhrif þeirra og breytt viðhorfinu.“

Hún segir mikilvægt að hafa sterkar fyrirmyndir og er þakklát fyrir að geta nú sjálf talist vera sterk fyrirmynd fyrir konur af erlendum uppruna á Íslandi. „Í fyrra var ég í viðtali á RUV English og deildi eftir það leigubíl með konu sem var með mér í viðtalinu. Hún sagði þá að hana hefði lengið langað að hitta mig og þakka mér fyrir. Hún hafði þá lesið viðtal við mig í Morgunblaðinu sem var tekið eftir að ég útskrifaðist úr lögfræðinni 2014 og þá fannst henni hún líka geta gert það sem hún vildi. Hún hafði menntað sig sem arkitekt í heimalandinu og dreif í að fá námið viðurkennt hér, þrátt fyrir margs konar hindranir. Konan lét það ekki stöðva sig að hún fengi ekki vinnu eftir að hafa fengið viðurkenningu á menntun og stofnaði hún

bara sitt eigið fyrirtæki. Það gladdi mig mikið að hafa veitt henni innblástur og það gengur allt mjög vel hjá henni að mér vitandi.“

## Heiður að læra af Ragnari

Þegar Claudia hóf að leita að lögmansstofu til að vinna á í starfsnáminu varð fljótt ljóst hvaða stofa yrði fyrir valinu. „Ég las mér til um hvaða stofur væru mannréttindasinnar og alltaf kom upp nafn Ragnars Aðalsteinssonar og Réttur. Ég ákvað því að sækja um þar. Það er ekki hægt að fá betri kennslu en frá Ragnari Aðalsteinssyni. Hann er gangandi alfræðiorðabók og honum eru mannréttindi í blóð borin. Það er heiður að vera læringur hans.“

Hún sagði Ragnari strax frá áhuga sínum á málefnum útlendinga og flóttamanna og það var þá auðfengið að vinna að verkefnum þeim tengdum. „Ásamt þessu vann ég með öðrum samstarfsfélögum mínum og var þeim til aðstoðar. Ég hef því breiðan þekkingargrundvöll. Þó að mín helstu





Claudia ákvað að verða lögmaður eftir að hún heillaðist af lögfræðipáttunum The Practice.  
MYND/STEFÁN

## Málefni flóttamanna eru upp á líf og dauða.

á hugasvið séu mannréttindamálin fæst ég líka við önnur verkefni.“

Claudia segir erfitt að velja einstaka mál sem hún sé stoltust af. „Málefni flóttamanna varða líf og dauða umsækjenda um alþjóðlega vernd. Það getur verið erfitt að vinna í lagaumhverfi þar sem stundum virðist skorta á mannúðina. Fyrir mér eru þetta ekki bara verkefni heldur er það mitt hlutverk að reyna að bjarga lífi fólks. Að senda einstaklinga héðan og út í óvissuna getur haft afturkræfar afleiðingar og

það tekur á þegar það gerist.“

### Afturför en ekki framför

Hún segir Ísland eiga langt í land þegar kemur að móttöku og málsmeðferð flóttamanna og hælisleitenda þó ýmsar réttarbætur hafi átt sér stað í málaflokknum. „Frá mínu sjónarhorni hefur hér frekar orðið afturför en framför síðastliðna mánuði. Við erum að sjá harðari stefnu í útlendinga- og flóttamannamálum sem endurspeglast í þeirri málsmeðferð sem umsækjendur um alþjóðlega vernd fá hjá íslenskum stjórnvöldum.

Lagasetning hefur miðast við að herða stefnuna.“

Árið 2015 gerði innanríkisráðuneytið, nú dómsmálaráðuneytið, samning við Rauða krossinn um að hann myndi taka að sér réttargæslu fyrir umsækjendur um alþjóðlega vernd.

„Með þessari breytingu gátu þessir einstaklingar ekki valið sér lögmann heldur þurfa þeir að fá lögmanni úthlutað af Rauða krossinum. Ég er síður en svo að gagnrýna þá lögfræðinga sem þar starfa, þeir eru að gera góða hluti undir mjög ströngum skilyrðum, sérstaklega þegar horft er til eðlis samtakanna.

Með þessari breytingu verður hins vegar samþjöppun á þekkingu og málaflokkurinn er afmarkaður á ákveðnum stað. Umræða um málin verður einnig minni í samfélaginu og almenningur verr upplýstur um þá málsmeðferð sem umsækjendur um alþjóðlega vernd fá. Það er síðan bara eitt og eitt mál sem fjallað er um í fjölmiðlum, þegar samtök á borð við No Borders, Solaris

og fleiri hafa látið til sín taka.“

Hún bendir á að það sé engin gróðastarfsemi að veita flóttamönnum og hælisleitendum þjónustu. „Við hjá Rétti höfum verið að taka þessi mál annaðhvort alveg pro bono eða að hluta til,“ segir hún og á þar við að þau taki gjarnan að sér slík mál án þess að þiggja greiðslu fyrir. „Þetta er hluti af stefnu okkar um samfélagslega ábyrgð auk þess sem Réttur vinnur að heimsmarkmiðum Sameinuðu þjóðanna þar sem stefnan er tekin á aukinn jöfnuð, frið og réttlæti.“

### Ráðherra getur firt sig ábyrgð

Annað sem Claudia gagnrýnir er kærunefnd útlendingamála sem var sett á laggirnar 2015 sem sjálfstæð stjórnslu-nefnd. Með tilkomu nefndarinnar var kæruleið ákvarðana vegna útlendingamála færð frá ráðherra dómsmála og hefur nefndin sömu valdheimildir og ráðherra sem úrskurðaraðili.

„Þó að ráðuneytið hafi eftir-

lit með starfi nefndarinnar er hún alveg sjálfstæð. Ráðuneytið getur ekki gripið inn í. Hér er því verið að minnka pólitíska ábyrgð sitjandi ráðherra sem nú getur alltaf firt sig ábyrgð með því að segja: Nefndin úrskurðaði þetta, ekki ég.“

Claudia segir að þessi breyting hafi leitt til þess að færri mál komist til dómstóla, en síðan nefndin tók til starfa hefur hún synjað rúmlega 86 prósentum beiðna um frestun á réttaráhrifum, það er heimild umsækjenda til að vera á landi á meðan mál þeirra er rekið fyrir íslenskum dómstólum. Að sögn Claudiu getur verið erfitt að reka dómsmál þegar lögmaðurinn hefur misst öll tengsl við umbjóðanda sinn eftir flutning hans úr landi. Vegna þessa skorti það mikilvæga aðhald sem dómstólum er ætlað að veita Útlendingastofnun og kærunefnd útlendingamála vegna vafasamrar lagatúlkunar og hugsanlega ólögætrar málsmeðferðar.

Mikil fjölmiðlaumfjöllun



var um egypsku Kehdr-fjölskylduna sem vísa átti úr landi í september en þegar lögreglan hugðist sækja fjölskylduna var hún farin í felur og því ekki hægt að vísa henni burt.

Áslaug Arna Sigurbjörnsdóttir dómsmálaráðherra viðraði nýlega hugmyndir um að vista fólk á afmörkuðu svæði eftir að ákveðið hefur verið að vísa því úr landi. Í óundirbúnum fyrirspurnartíma á Alþingi sagði Áslaug: „Viða í löndunum í kringum okkur er þessu hátt að þannig að aðilar eru á ákveðnu svæði eftir að þeir fá til dæmis neitun frá báðum stjórnýslustigum til að það sé hægt að framkvæma þetta með auðveldari hætti og það gerist þá ekki að aðilar séu týndir inni í samfélaginu,“ sagði Áslaug og bætti við að lagabreytingu þyrfti til að taka fyrirkomulagið upp.

Claudia segir þessar hugmyndir stórhættulegar. „Þetta er í anda þeirrar einangrunarstefnu sem ríkið hefur verið að beita í auknum mæli. Innanríkisráðuneytið setti á sínum tíma bann við heimsóknum til hælisleitenda sem dvöldust á Fit Hostel. Fólk myndar ekki tengsl við land og þjóð þegar það er einangrað. Bara það í sjálfu sér hefur afleiðingar.“

Flóttamannastofnun hefur gefið út leiðbeiningar um áhrif einangrunar á fólk. Þetta hefur afar slæm áhrif á andlega heilsu og margir flóttamenn glíma fyrir við mikla vanlíðan. „Þetta minnir mig á ummæli þáverandi ráðherra í útlendingamálum í Danmörku, Inger Støjberg, vegna flóttamannabúða í Sjælsmark, en þar sagði hún að markmiðið væri að gera aðstæður þeirra eins óbærilegar og mögulegt er.“

Með því að einangra fólk á ákveðnu svæði þarf það líka að vera á framfæri ríkisins. Mín reynsla er að fæstir fara í felur eða týnast í kerfinu. Stundum eru þessir einstaklingar með bráðabirgða dvalar- og atvinnuleyfi sem er bara gilt á meðan þeir bíða eftir brottflutningi með aðstoð lögreglu. Það fólk sér því fyrir sér sjálft auk þess að greiða opinber gjöld í sameiginlega sjóði. Það nýtur þó ekki góðs af því, hefur engin réttindi og fær ekki greitt úr sjúkratryggingarsjóði þó að það greiði í hann af laununum sínum árum saman. Ég þekki dæmi um fólk sem hefur verið hér í millibilsástandi til margra ára. Hér skortir alla mannúð.“

#### Fordómar enn til staðar

Claudia segir að hún sjálf og synir hennar hafi vissulega orðið fyrir fordómum í íslensku samfélagi. Í því samhengi nefnir hún dæmi þar sem synir hennar voru í matvöruverslun og voru beðnir um að sýna kvittun fyrir því sem þeir keyptu en vinir þeirra sem voru með þeim, allir hvítir og stóðu þar og horfðu á, voru ekki beðnir um slíkt hið sama þrátt fyrir að



Hjá Samtökum kvenna af erlendum uppruna kynntist Claudia sterkum konum sem hún lítur upp til.

MYND/STEFÁN

“Fólk myndar ekki tengsl við land og þjóð þegar það er einangrað.”

hafa einnig verslað í búðinni.

Claudia segir að staða hennar og færni í íslensku geri það ekki að verkum að hún sé orðin laus undan fordómum. Hún upplifir fordóma líkt og hver annar einstaklingur af erlendum uppruna hérlendis. Á hinn bóginn geri staða hennar henni kleift að gera eitthvað

í málum sem einkennast af fordómum, til dæmis skapa umræðu, gera rannsóknir og fræða.

Hún segir jafnframt að þó að fordóma sé að finna í íslensku samfélagi hafi baráttuandi almennings margsannað sig þegar kemur að málefnum útlendinga og umsækjenda um

alþjóðlega vernd. „Ég tel að íslensk stjórnvöld þurfi að gera betur til að útrýma fordómum og sérstaklega kerfisbundnum fordómum sem finna má víða þegar litið er til lagasetningar og stefnu á ýmsum sviðum,“ segir hún

#### Unnið sér inn traust

Claudia segist heppin að hafa ástríðu fyrir vinnunni. „Það er ekkert sem gleður mig meira en að hjálpa fólki. Móðurhlutverkið er mér mikilvægt en ég brosi alla daga á leið í vinnuna. Ég hlakka alltaf til þess að takast á við daginn þegar ég veit að ég kem til með að skipta sköpum fyrir líf eða dauða einhvers. Mér finnst gott að geta stuðlað að vellíðan annarra. Það kemur mér á fætur alla morgna.“

Hún segir það vissulega mikla viðurkenningu að vera meðeigandi að Rétti en það

breyti þó ekki miklu um hennar daglegu störf. „Fyrst og fremst upplifi ég þetta þannig að ég hafi unnið mér inn traust samstarfsfólks míns. Þetta sýnir líka að þegar maður sinnir vinnunni af ástríðu getur það haft áhrif til góðs. Ég mæti annars bara til vinnu og geri það sem þarf að gera.“

Áhugamál utan vinnunnar hafa ekki verið fyrirferðarmikil en hún segist alltaf vera á leiðinni að hreyfa sig meira. Þá finnst henni gaman að fara út að borða góðan mat og fara í vínsmökkun. Miðað við þróun COVID-19 hér á landi verður þó einhver bið á að hún komist á líkamsræktarstöð eða á vínsmökkunarnámskeið. Hún segist ævintýragjörn, er sannfærð um að ævintýrin eigi eftir að verða fjölmörg í framtíðinni og segir því til staðfestingar: „Ég kom nú til Íslands.“ ■



# Afmælishátíð 28. október

Happdrætti vikulega  
út október

Taktu þátt og þú gætir unnið  
ársbirgðir af fóðri!



**gæludýr.is**

Bíldshöfða 9 • Fiskislóð 1 • Smáratorgi 1 • Helluhrauni 16-18 • Baldursnesi 8  
Reykjavík      Reykjavík      Kópavogi      Hafnarfirði      Akureyri



# TRUMP, COVID OG BARÁTTAN

Hver skellurinn á fætur öðrum skekur herbúðir Donalds Trump þessa dagana. Nú blasir við allt önnur kosningabarátta en hann hafði vonast til að geta háð. Demókrat- ar geta náð stjórn á Hvíta húsinu og báðum deildum þingsins með þessu áframhaldi.

Heimir  
Hannesson  
heimir@dv.is



Þegar rétt rúmar þrjár vikur eru til kosninga í Bandaríkjunum blasir við kjósendum þar undarlegur og gjörbreyttur veruleiki frá því fyrir viku síðan. Um síðustu helgi greindi forsetinn, Donald Trump, frá því að hann hefði greinst með COVID-19. Í vikunni gerðust svo atburðir sem fáa hefði getað órað fyrir.

Trump lagðist inn á Walter Reed-hersjúkrahúsið í útjaðri Washingtonborgar skömmu síðar. Ekki lauk sögunni þar, en á Twitter og í sjónvarpsútsendingu frá forsetaskrifstofu sjúkrahússins sagði Trump meðal annars að hann hefði það „stórkostlega“, að honum hefði „ekki líðið betur í mörg ár“, að ekki væri ástæða til að óttast COVID, og að COVID ætti ekki að stjórna lífi fólks.

Líklegt er talið að rót smitsins sem nú gengur manna á milli innan Hvíta hússins sé viðburður sem Trump hélt í Rósagarðinum við Hvíta húsið þann 26. september. Tilkynnti Trump þar tilnefningu hans á Amy Coney Barrett í sæti hæstaréttardómara sem losnaði við fráfall Ruth Bader Ginsburg fyrr í mánuðinum. Að minnsta kosti tíu hafa greinst með smit sem voru á þeim viðburði.

Fyrir utan hinn augljósa skell að greinast með veiru sem dregið hefur yfir 200.000 Bandaríkjamenn til dauða á örfáum mánuðum, þá er pólitískur skellurinn Trump þungur. Nánast frá upphafi faraldursins hefur Trump gert lítið úr honum og tillögum sérfræðinga að viðbrögðum, gert lítið úr viðbrögðum Demókrata í borgum eins og New York, sem fór mjög illa úr faraldrinum, og hæðst að grímunotkun mótframbjóðanda síns, Demókratans Joes Biden.

## Skellur á skell ofan

Pólitískur skellur Trumps er margþættur. Fyrir utan þá neyðarlegu stöðu að vera nú smitaður eftir allt sem að ofan var lýst, þá eru þrjú Repúblikanar í öldungadeildinni smitaðir af COVID. Er nú ljóst að fresta verður nefndarfundum í öldungadeildinni sem fara þurfa fram samkvæmt reglum um staðfestingu á tilnefndum dómurum í Hæstarétt. Óvíst er hvenær nefndin getur komið saman, en ljóst er að Trump



Donald Trump Bandaríkjaforseti á skrifstofu sinni á hersjúkrahúsinu Walter Reed í útjaðri Washingtonborgar.

MYND/GETTY

á mikið undir því að nefndin klári sitt verk sem allra fyrst. Það yrði mikill sigur fyrir Trump að koma Barrett í dómarsætið fyrir kosningar enda myndi það bæði styrkja stöðu hans meðal íhaldssama og kristilega vængs flokks hans, og það mun óneitanlega setja þau málefni sem gerir Barrett umdeilda aftur á dagskrá. Tæknilega hafa Trump og samflokksmenn hans til 20. janúar á næsta ári til að klára staðfestinguna á Barrett, og fjögur ár í viðbót skyldi Trump sigra. Þó er ljóst að þeir munu reyna allt til þess að klára dæmið fyrir 3. nóvember, kjördag.

Trump sárvantar einmitt að koma málefnum á dagskrá og færa umræðuna frá COVID. Sem fyrr segir eru 200.000 látnir og milljónir tilfella um allt landið. Hagkerfi landsins hefur fengið mikinn skell og eftir að myndir birtust af honum sjálfum, bindislausum, bersýnilega veikum, þá kunna margir Bandaríkjamenn að spyrja sig: Ef hann getur ekki verndað sjálfan sig, hvernig getur hann verndað mig?

Þriðji pólitískur skellurinn

er að hann er nú fastur inni. Trump hefur frá upphafi sótt styrk sinni í fjölmenna fjölda-fundi. Þar nýtur hann sín bersýnilega best, umkringdur stuðningsmönnum og í þeim kringumstæðum hefur hann vakið hvað mesta athygli. Það sýnir sig ef til vill best í því að svo til öll „stóru mál“ Trumps í kosningabaráttunni 2016, veggurinn á landamærunum við Mexíkó, harðari innflytjendastefna, að vernda bandarísk störf og tryggja þjóðinni hagstæðari viðskiptasamninga voru öll tilkynnt á þeim vettvangi.

Kosningabarátta Trumps fer nú að mestu leyti fram á Twitter. Trump hefur meira að segja þurft að draga úr auglýsingaherferð sinni sökum fjárskorts hjá framboðinu.

## Forskot Bidens eykst

Trump hefur allt árið átt í vök að verjast og hefur fylgi Bidens frá formlegri tilnefningu hans sem forsetaframbjóðandi Demókratanna óslitið mælst hærra en fylgi Trumps. Trump mátti því alls ekki við atburðum vikunnar. En eins og DV fór yfir í síðasta blaði þá eru það fyrst og

fremst niðurstöður einstakra ríkja sem skipta máli. Trump varð jú forseti árið 2016 með minnihluta atkvæða. Því er ekki úr vegi að skoða hvernig staða Trumps er eftir ríkjum.

Eins og svo oft áður eru allar líkur á því að endurkjör Trumps muni standa og falla með Flórída. Miðað við skoðanakannanir sem gerðar voru eftir ævintýralegar kappæður við Mexíkó, harðari innflytjendastefna, að vernda bandarísk störf og tryggja þjóðinni hagstæðari viðskiptasamninga voru öll tilkynnt á þeim vettvangi.

## Leggja kapp á að halda í öldungadeildina

Meirihluti í öldungadeildinni er jafnframt undir í næstu kosningum. Benda kannanir til þess að Repúblikanar gætu

verið að missa meirihluta sinn í efri deildinni. Fari svo að Repúblikanar missi Hvíta húsið og öldungadeildina fengi Biden nokkuð öflugt veganesti inn í fyrsta kjörtímabil sitt. Barack Obama, forveri Trumps í Hvíta húsinu, fékk sams konar veganesti en þótti hafa nýtt sér það illa. Síðasti Demókratinn til að njóta þess munaðar á undan Obama var Bill Clinton á sínum fyrstu tveimur árum í embætti, 1993-1995.

Kosið er um 35 sæti í öldungadeildinni að þessu sinni og benda skoðanakannanir til þess að Demókratar eigi vísan sigur í 14 þeirra og Repúblikanar í 18. Fleiri Repúblikanar eru nú að verja sæti sín en Demókratar og kosningarnar því Repúblikana að tapa. Samkvæmt skoðanakönnunum eins og þær blasa við í dag eiga Demókratar 49 sæti vís og Repúblikanar 48. Of lítt munur er á frambjóðendum í Montana, Iowa og Norður-Karólínu til að hægt sé að spá fyrir um úrslitin með nokkru móti. Mega íbúar þessara þriggja ríkja því búast við að sjá öll auglýsingapláss í blöðum, sjónvarpi og neti undirlögð kosningaáróðri. ■



# Ertu að flytja



Vantar þig sendibíl, flutningskassa eða önnur tæki sem gera flutninga auðveldari?

Hjá okkur getur þú leigt sendibíl í stærð sem hentar fyrir þig, með eða án lyftu og keyrir sjálf/ur!

Einnig leigum við sterka kassa til flutninga, trillur og fleira

Kannaðu málið á [www.cargobilar.is](http://www.cargobilar.is)

**CARGO**  
sendibíla-leiga

**566 5030**  
[www.cargobilar.is](http://www.cargobilar.is)



# SÆNSKA LEIÐIN Í GEGNUM COVID

Núna þegar sóttvarnaaðgerðir héraendis hafa verið hertar er verið að slaka á höftum í Svíþjóð. Svíar fóru talsvert aðra og mildari leið í sóttvörnum en Íslendingar. Sé hlutfall látinna í Svíþjóð yfirfært á Ísland myndi það samsvara 207 dauðsföllum héraendis af völdum veirunnar.

Erla Dóra  
Magnúsdóttir  
erladora@dv.is



Kórónaveiran hefur lagt undir sig heiminn, ef svo má að orði komast. Ísland vakti athygli í upphaf í faraldursins fyrir ákveðin og hörð viðbrögð við faraldrinum og í byrjun sumars leit út fyrir að „Íslensku viðbrögðin“ hefðu sigrad faraldurinn og Ísland varð eins konar fyrirmyndarríki í augum annarra þjóða sem enn glímdu við vághestinn COVID-19.

Svíþjóð vakti sömuleiðis athygli fyrir sín viðbrögð. Þau voru mun vægari en víðast hvar í heiminum. Afslöppuð nálgun með tilheyrandi dánartíðni vakti óhug þegar tölur fóru að berast frá Svíþjóð yfir fjölda þeirra sem höfðu látið lífið vegna kórónuveirunnar. Í kjölfarið voru sænsk yfirvöld harðlega gagnrýnd.

Síðan leið sumarið. Aftur glímir heimurinn við veiruna í því sem hefur verið nefnt önnur, og jafnvel þriðja, bylgja faraldursins.

Annað er þó upp á teningunum í Svíþjóð. Þar er nú verið að slaka á sóttvarnaaðgerðum og ekkert bolar á annarri bylgjunni. Þetta hefur vakið mikla athygli. Var sænska leiðin kannski rétta leiðin eftir allt saman? DV hafði samband við Íslending sem býr í Svíþjóð og hefur fylgst vel með þróun mála. Viðkomandi vill ekki koma fram undir nafni.

## Faraldur eftir skíðaferðir

Kórónaveiran er talin hafa borist til Svíþjóðar í lok janúar þegar sænsk kona sneri til baka úr ferðalagi til Wuhan í Kína, en kórónaveiran er talin eiga uppruna sinn á því svæði. Konan greindist jákvæð fyrir veirunni við komuna til landsins en ekki er talið að hún hafi valdið frekara smiti. Hins vegar hófst samfélagssmit ekki fyrr en nokkru síðar þegar fjöldi Svía sneri til baka úr ferðalögum, meðal annars til skíðasvæða í Ölpunum, en

þangað hefur gífurlegur fjöldi tilfella verið rakinn, bæði á Íslandi sem og í Svíþjóð.

„Þetta brast á í Svíþjóð í lok mars/apríl í vor þegar tugþúsundir Svía komu til baka úr skíðaferðalögum. Við erum ekki að tala um einhverja tugi manna sem voru að koma frá Austurríki eins og með flugi Ícelandair til Keflavíkur. Við erum að tala um tugi þúsunda sem voru að koma til baka, en Svíar fara mikið á skíði,“ segir viðmælandinn.

Síðan þá hafa tæplega hundrað þúsund Svíar greinst með kórónaveiruna og tæplega sex þúsund látist. Flest voru dauðsföllin í vor og upphafi sumars, eða fljótlega eftir að faraldurinn skall á Svíum af fullum þunga. „Þess vegna byrjaði þetta með svo miklum látum hér. Þess vegna varð svona alvarlegt og almennt smit strax í upphafi. Miðað við þessar aðstæður þá voru varnir á til dæmis heimilum eldri borgara, öldrunarheimilum, dvalarheimilum, svo litlar. Þess vegna varð svo mikið mannfall í upphafi. Smitið var svo almennt, menn áttuðu sig ekki á hvað var að gerast og þetta gerðist svo hratt.“

## Tilmæli fremur en reglur

Svíar fóru aðra leið en Íslendingar þegar kom að því að marka stefnu og setja á takmarkanir vegna veirunnar. Svíþjóð hefur þá sérstöðu að lögum samkvæmt eru það heilbrigðisfyrirvöld sem leggja línurnar og marka stefnu í gegnum faraldurinn og stjórn-málamenn hafa mun minni afskipti af aðgerðum heldur en víða annars staðar í heiminum.

Eins hefur í Svíþjóð fremur verið farin sú leið að beina leiðbeiningum og tilmælum til íbúa, frekar en að binda sóttvarnaráðstafanir í lög og reglur enda þykir það brjóta gegn stjórnarskrá landsins að setja lög sem eigi að hefta frelsi íbúa til ferðalaga og athafna.

„Svíar eru agaðir. Þeir fylgja reglum. Reglur um fjar-

lægðartakmarkanir eru virtar og fólk fer eftir því. Hefðbundnir skemmtistaðir eru ekki opnir. Leikhús eru lokað – eða voru það. Nú er verið að rýmka reglur um sviðslistir og íþróttir. Það á að heimila í auknum mæli að hleypa fólki inn í leikhúsin og á íþróttaleiki – þó með ströngum skilyrðum.“

## Markvissar aðgerðir

Hann segir að Svíar hafi farið í mjög stöðugar aðgerðir sem hafi haldist nánast óbreyttar allt frá því í byrjun apríl.

„Þessar stöðugu, markvissu og ákveðnu sóttvarnaaðgerðir. Þær hafa skilað árangri. Landinu var aldrei lokað og okkur voru settar ákveðnar meginreglur sem var svo farið eftir.“

Viðmælandi DV segir þetta töluvert ólíkt þeim aðgerðum sem farið var í á Íslandi þar sem harðar takmarkanir voru settar á landamærin, þeim aflétt og svo komið á aftur, eða samkomutakmarkanir sem voru settar á, hertar, slakað á og teknar af til skiptis allt frá því í mars. Slíkt skapi óvissu og þreytu. Svíar finni minna fyrir hinni svonefndu farsóttarþreytu þar sem aðgerðirnar hafi verið markvissar og stöðugar og nokkuð fyrirsjáanlegar.

„Ég held að Svíum hafi tekist að halda þessu í skefjum með innanlandsaga og með því að fylgja þeim reglum sem voru settar. Ég held að það hafi borið árangur líka að vera ekki að hlaupa fram og til baka með nýjar reglur í hina og þessa áttina. Það voru bara settar takmarkanir í reglur og þær hafa verið í gildi allt þar til núna.“

## Opin landamæri

Landamæri Svíþjóðar hafa verið opin í gegnum faraldurinn og ferðamenn áfram boðnir velkomnir.

„Það er ekki skimun við komu og ekki krafa um sóttkví. Ef Íslendingur er að koma frá Keflavík til Stokkhólms þá er hann ekki krafinn um vottorð eða skimunarstað-

festingar. Hann bara kemur hingað inn eins og hver annar ferðamaður.“

Sóttvarnalæknir, Anders Tegnell, hefur dregið í efa gagnsemi harkalegra aðgerða á borð við útgöngubann eða lokun landamæra og engar rannsóknir bendi til þess að slíkar aðgerðir séu gagnlegar í baráttunni við veiruna. Þvert á móti sé það ljóst af sögulegu samhengi að lokun landamæra sé með öllu tilgangslaus. Í besta falli gæti það tafið faraldurinn í eina viku auk þess sem slík lokun færi gegn ráðleggingum Alþjóðaheilbrigðisstofnunarinnar.

Hann segir að þótt Svíar ferðist minna innanlands sé það ekki svo að ekkert líf sé í Svíþjóð. „Það má segja að þetta hafi bitnað á ferðabjónustu innanlands. Menn eru ekki mikið að fara í lestarferðir út á land, í innanlandsflug eða annað. En hins vegar er ekki mikil lokun í gangi. Hótel eru enn með opið og það er líf í samfélaginu. Það er ekki alkul og Svíþjóð er opið land og það flæðir fólk hingað inn. Svíar eru að ferðast sjálfir til að mynda til Kanaríeyja og svona.“

## Dauðsföll vegna COVID-19

	Látnir	Íbúar
Svíþjóð	5.892	10.343.000
Ísland	10	364.134

Grímunotkun er ekki almenn hér. Það er mælt til þess að þær séu nýttar í almenningssamgöngum eða þar sem fólk er þétt saman. En þú sérð ekki grímur á götum úti, eða í verslunum. Sóttvarnalæknir hefur sagt að fyrir því séu nokkrar ástæður. Það þýði ekki að segja ákveðnum hluta þjóðarinnar að nota grímur en sleppa öðrum – það eigi jafnt yfir alla að ganga – og eins geti menn sett grímurnar vitlaust á sig og með því skapað falskt öryggi sem er hættulegt.“

## Ekki hjarðónæmi

Misskilnings gætir oft í umræðunni um viðbrögð Svíþjóðar við kórónaveirufaraldrinum. Sumir virðast halda að til engra aðgerða hafi verið gripið og markmiðið sé að ná fram hjarðónæmi. Sóttvarnalæknir Svíþjóðar, Anders Tegnell, hefur hafnað þeim







Á meðan Íslendingar herða sóttvarnir eru Svíar að slaka á þeim.  
MYND/GETTY

„Ástandið hér er nokkuð gott og ég verð bara að segja að mér líður vel hér og er nokkuð afslappaður.“

ásökunum. Hafi hjarðónæmi verið markmiðið þá hafi ekkert verið gert til að spyrna á móti faraldrinum.

Hins vegar telur hann ekki raunhæft að miða allar aðgerðir og stefnumótun að mögulegu bóluefni en alls kostar óvíst sé hvenær slíkt bóluefni verði tilbúið til dreifingar. Að hans mati er veiran komin til að vera hér næstu árin og þurfi því að miða aðgerðir að þeim raunveruleika og læra að lifa með henni.

**Áhættuhópar í forgang**  
Helst er sænskum yfirvöldum

umhugað um áhættuhópa. En þau hafa viðurkennt að þeim hafi til að byrja með mistekist að vernda þá hópa með fullnægjandi hætti.

Mikill meirihluti þeirra sem látist hafa í Svíþjóð af völdum veirunnar voru íbúar á öldrunarheimilum eða einstaklingar sem nutu umönnunar í heimahúsum. Tegnell hefur sagt að ef hann gæti breytt einhverju í viðbrögðum Svíþjóðar við veirunni þá væri það að hlúa betur að áhættuhópum við upphaf faraldursins.

Íslenski viðmælandi DV í Svíþjóð segir að hann hafi

tekið eftir gagnrýni á yfirvöld við upphaf faraldursins enda gekk veiran hratt fyrir landið og gífurlega margir létust. Hins vegar hafi umræðan undanfarið verið á aðra leið. Ánægja sé með þær markvissu og íhaldssömu aðgerðir sem hafi verið ráðist í enda megi sjá það nú á stöðunni. Smitstuðull hafi lækkað mikið, smitduðum hafi fækkað sem og þeim sem þurfi að leggjast inn á gjörgæslu.

„Það hafa ekki orðið marktækar breytingar á þessu smitgengi síðustu vikunnar. Menn héldu að þetta færi aft-



Anders Tegnell  
sóttvarnalæknir  
Svíþjóðar

ur af stað í haust þegar skólarnir byrjuðu aftur og annað. En það hefur ekki orðið enn. Þetta er öðruvísi ferill á útbreiðslunni en eins og í til dæmis Danmörku og Noregi. Þannig að menn eru að velta fyrir sér hverjar séu mögulegar ástæður og það eru ýmsar skoðanir á því.“

Hann segir eðlilegt að margir horfi nú til Svíþjóðar og velti fyrir sér hvort sænska leiðin hafi kannski ekki verið jafn galin og menn héldu í upphafi.

„Það er að beinast ákveðið sviðsljós að Svíþjóð. Menn eru að velta fyrir sér hvaða aðgerða við höfum gripið til og hvort hægt sé að læra eitt-hvað af þeim. Eins hvort hægt sé að líta á Svía sem einhverja fyrirmynd núna.“

Viðmælandinn telur fulla ástæðu til að líta til Svíþjóðar og þeirrar stefnu sem hefur verið tekin þar. Segist hann geta rétt ímyndað sér þá

þreytu sem Íslendingar hljóti að finna fyrir þegar nýjar aðgerðir eru boðaðar svo til vikulega án skýrrar stefnu til frambúðar. Það hljóti að skapa vissa undiröldu. Núna sé ástandið gott í Svíþjóð.

„Ástandið hér er nokkuð gott og ég verð bara að segja að mér líður vel hér og er nokkuð afslappaður.“

Það er áhugavert að bera saman íslensku og sænsku leiðina. Þeirri íslensku var í upphafi fagnað en svo hallaði hratt undan fæti í sumar og mörg önnur ríki í heiminum eru nú búin að skrá fyrrverandi fyrirmyndarríkið Ísland á rauðan lista.

Svíþjóð sem var gagnrýnd í upphafi fyrir alltof mikla afslöppun virðist nú ætla að verða næsta fyrirmyndarríki.

Hins vegar, bendir viðmælandinn á, er ekki búið að gera upp faraldurinn og hann er langt frá því að heyra fortíðinni til. Tíminn einn muni því leiða í ljós hvaða leið hafi í reynd verið best. Til að komast að því þurfi heimurinn fyrst að komast í gegnum COVID. Og sá tími er enn ekki runninn upp og mun líklega ekki gera það neitt á næstunni. ■



# PÓLÍTÍKIN EINKENNIST FREKAR AF STJÓRNLYNDI EN FRJÁLSLYNDI

Fáir íslenskir stjórnámamenn virðast tortryggja vald, sem vekur upp spurningar um hversu frjálsslyndir þeir eru í raun. Merking hugtaksins er mjög á reiki í umræðunni.

## Á ÞINGPÖLLUM

Björn Jón  
Bragason

eyjan@eyjan.is



Flokkspólítískur ágreiningur er fjarri því jafndjúpstæður og hann var hér á árum áður. Pólítískar kennisetningar og hugmyndafræðilegar heildarlausnir, hafa að mestu leyti vikið fyrir tæknilegum úrlausnarefnum. Á sama tíma er merking hugtaka í stjórnálaumræðunni mjög á reiki. Hvað er vinstri og hvað er hægri? Jú, líklega er það almennur skilningur að tilteknir stjórnámamenn séu vinstra megin í tilverunni, en hvenær tekur miðjan við og hverjir myndu teljast til hægrimanna hér á landi? Því er ekki auðsvarað.

### Óljóst hugtak

Annað hugtak sem notað er með mjög óljósum hætti er frjálsslyndi. Hvenær er maður frjálsslyndur og hvenær ekki? Svo virðist sem langstærstur hluti íslenskra stjórnálmanna vilji skilgreina sig frjálsslyndan. Í stefnuskrá Framsóknarflokks segir að flokkurinn byggi á frjálsslyndi. Flokkurinn starfaði lengi í samtökum frjálsslyndra flokka, Liberal International, og Steingrímur Hermannsson, forsætisráðherra, var um skeið varaforseti þeirra samtaka. Í stefnuskrá Viðreisnar er komist svo að orði að flokkurinn sé „frjálsslyndur og alþjóðlega sinnaður flokkur“, svo dæmi sé tekið. Viðreisn undirstrikar þessa afstöðu með aðild að ALDE, samtökum frjálsslyndra flokka í Evrópu.

Þessir tveir flokkar, Framsóknarflokkur og Viðreisn, boða engu að síður gerólíka stefnu í veigamiklum málum. Þá er annar þéttbýlisflokkur á meðan hinn sækir einkum fylgi til hinna dreifðari byggða.

### Mikið notað hugtak

Að minnsta kosti fjórir íslenskir flokkar hafa kennt sig við frjálsslyndi. Frjálsslyndi flokkurinn gamli var forveri Sjálfstæðisflokksins, Samtök frjálsslyndra og vinstrianna voru stofnuð 1969 og fengu menn kjörna í alþingiskosningunum 1971 og 1974. Þing-



Gjarnan eru sömu stjórnámamennirnir mjög frjálsslyndir um sumt en stjórnlyndir um annað. MYND/ERNIR

flokkur frjálsslyndra hægrimanna var stofnaður 1989 af tveimur þingmönnum úr Borgaraflokknum. Og þá átti Frjálsslyndi flokkurinn hinn síðari menn á Alþingi árin 1999–2009. Ekki verður séð að þessir flokkar hafi almennt boðað neitt frekara frjálsslyndi en aðrir flokkar.

### Ólíkar áherslur

Frjálsslyndishugmyndir eiga rætur sínar að rekja til andstöðu við einveldi konunga og um leið trúarofstækis, sem gegnsýrði vestræn þjóðfélög fyrri alda. Valddreifing er stundum nefnd í sömu andrá og frjálsslyndi; með frjálsslyndi eigi að verja einstaklinginn frá alræði meirihlutans.

Ef við horfum vestur um haf þá eru hugmyndir um

frelsi mjög skiptar. Stór hluti fólks þar berst fyrir frelsi frá afskiptum hins opinbera af efnahagsmálum og vopnaeign, en aðhyllist ekki sama frjálsslyndið þegar kemur að hjónaböndum samkynhneigðra eða rétti til fóstureyðinga, svo dæmi sé tekin. Þeir sem aðhyllast sem mest frjálssræði í siðferðisefnum, hafa síðan gjarnan lítinn áhuga á frelsi í verslun og viðskiptum og aðhyllast jafnvel sem mesta opinbera forsjá í þeim efnunum.

### Frjálsslyndir um sumt og annað ekki

Píratar eru gott dæmi um flokk sem í byrjun boðaði mjög frjálsslynda stefnu, en þegar frá líður hefur málflutningur talsmanna flokksins verið sitt á hvað. Allt frá

stefnu í samgöngu- og skipulagsmálum. Líkt og almenningur vestanhafs sem nefndur var að framan, kjósa menn að vera frjálsslyndir um sumt en alls ekki annað.

### Að tortryggja vald

Afstaða til sóttvarnaráðstafana undanfarið hefur leitt í ljós að íslenskir stjórnámamenn hallast að líkindum flestir frekar í átt til stjórnlyndis en frjálsslyndis. Nú er þeim sem greinast með kórónaveiruna gert að sæta einangrun mun lengur hér á landi en á hinum Norðurlöndunum. Með einangrun er gengið harkalega á borgaraleg réttindi, en lítið sem ekkert hefur farið fyrir umræðu um það í stjórnálmálum hvers vegna ástæða sé til harðari skerðingar mannréttinda á Íslandi en í nágrannalöndunum.

Hér er ekki lagt mat á það hversu mikil þörf er á umræddum aðgerðum, en frjálsslyndur stjórnálmamaður myndi spyrja gagnrýnna spurninga þegar jafnlangt er gengið í að hefta borgaraleg réttindi. Það er í eðli hins frjálsslynda að tortryggja vald.

### Meira í orði en á borði

Hörður Egisson, ritstjóri Markaðarins, fylgirits Fréttablaðsins, komst svo að orði í forystugrein blaðsins í síðustu viku að samfélaginu stafaði „fyrst hætta af því þegar meginþorri almennings tekur því orðið sem sjálfsögðum hlut að gengið sé freklega á athafnafrelsi og borgaraleg réttindi fólks í nafni almannaöryggis“. Ljóst er að þær harkalegu aðgerðir sem gripið hefur verið til í sóttvörnum hafa ekki skilað þeim árangri sem lagt var upp með. Færð hafa verið fram ítarleg rök fyrir því að vægari aðgerðir hefðu getað skilað betri árangri. Bent hefur verið á að í Þýskalandi sé nýgengi smita aðeins fjórðungur af því sem hér er, en þar hefur samt ekki verið farin sú leið að loka landinu.

Svo virðist sem umræðan eða umræðuleysið um sóttvarnaráðstafanir stjórnvalda dragi fram útbreitt stjórnlyndi í íslenskum stjórnálmálum. Í reynd eru þeir ekki margir sem tortryggja valdið. Þegar á reynir eiga frjálsslynd viðhorf miklu minna fylgi að fagna en ætla mætti, af lestri stefnuskráa flokka og pólítískum greinum. ■

Þegar á reynir eiga frjálsslynd viðhorf miklu minna fylgi að fagna en ætla mætti.

því að vera afar frjálsslyndur yfir í umtalsvert stjórnlyndi. Þingmenn flokksins hafa svo dæmi sé tekið verið miklir talsmenn skoðana- og tjáningsfrelsis. Í borgarstjórn Reykjavíkur hefur flokkurinn aftur á móti fylgt stjórnlyndri





## 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



Gæðastjórnun á stóran þátt í góðum árangri fyrirtækja. OneQuality er lausn sem auðveldar allt vinnferli við útgáfu og utanumhald gæðahandbókar 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. Rafræni innri ferlar eru tengdir við þjónustugátt fyrir íbúa eða viðskiptavinum, þar sem þeir geta afgreitt sig sjálfa á sjálfvirkan máta með innsendingu umsókna og erinda á vef.



MoReq2

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



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



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



# HEITIR OG HÆFILEIKARÍKIR *á lausu*

Einhleypum landsmönnum – og konum, er tíðrætt um að það sé ekki hlaupið að því að verða ástfanginn á tímum kórónaveirunnar. Allra síst þegar grímuskylda og snertibann eru við lýði. Það má þó vissulega nýta ýmis samskiptaforrit til þess að eiga samskipti og mynda tilfinningatengsl – jafnvel með heitum ástarbréfum líkt og forðum daga.



MYND/IMDB



## JÓNSI

Jón Þór Birgisson, betur þekktur sem Jónsi í Sigur Rós, er söngvari og gítarleikari í hljómsveitinni Sigur Rós. Jónsi skildi við sambýlismann sinn, Alex Kendall Somer, fyrr á árinu. Jónsi er hæfileikabúnt með meiru, hannar ilm fyrir fyrirtækið Fischer sem systur hans eiga og elskar hommateknó, að eigin sögn. Jónsi er búinn að fá COVID-19 en hann missti lyktarskynið um tíma, sem er afar óheppilegt fyrir ilmhönnuð. Jónsi gaf út nýja sólóplötu fyrir skemmstu sem kallast Shiver og tók 10 ár í vinnslu. Platan er stórkostleg – eins og hann sjálfur.

## JÓEL SÆMUNDSSON

Leikarinn Jóel Sæmundsson þykir sameina kyn-tákn og góða gæjann í eina ómótstæðilega blöndu að sögn vina. Jóel heimsækir heimili landsins öll sunnudagskvöld sem lækjurinn í Ráðherraum, sjónvarpsþætti á RÚV. Þar er hann iðulega í eldhúsinu og þykir passa þar vel inn. Hann er hins vegar lítið fyrir að brjóta saman þvott í hinu raunverulega lífi, elskar körfubolta og er frá Raufarhöfn.



MYND/ANTON BRINK

## GUÐMUNDUR INGI GUÐBRANDSSON

Guðmundur Ingi er umhverfisráðherra og er fyrsti samkynhneigði karlráðherra þjóðarinnar. Guðmundur Ingi er með BSc.-próf í líffræði frá Háskóla Íslands og mastersgráðu í umhverfisfræðum frá Yale-háskóla í Bandaríkjunum. Guðmundur er kallaður Mummi, þykir einstaklega sjarmerandi og er með hússtjórnarpróf frá Hússtjórnarskólanum í Reykjavík, svo það er uppáskrifað að hann er húsvanur og þykir jafnvel líklegur til afreka í eldhúsinu, en matreiðsla, móttaka gesta og borðsiðir eru meðal þess sem kennt er í skólanum.



MYND/FACEBOOK

## SIGURÐUR HELGI PÁLMARSSON

Sigurður Helgi er sjónvarpsstjarna á RÚV þar sem hann stýrir þáttunum Fyrir alla muni ásamt Viktoríu Hermannsdóttur auk þess er hann safnstjóri myntsafns Seðlabankans. Hann er því vafalaust veikur fyrir gömlum hlutum og kann að meta hluti með sögu. Sigggi eins og hann er kallaður er sonur tónlistarhetjunnar Pálma Gunnarssonar og söng- og myndlistarkonunnar Þuríðar Sigurðardóttur svo hæfileikarnir drjúpa vafalaust af honum Siggga sem þykir toppgaur.





MYND/INSTAGRAM

**SKÚLI ANDRÉSSON**

Skúli er draumurinn sem læðist að sögn vina hans. Bæði er maðurinn virkilega skemmtilegur og eldklár. Skúli er kvikmyndagerðarmaður og ljósmyndari og hefur starfað bæði hjá RÚV, Reykjavík studios og hjá Össur. Hann er frá Djúpvogi og þeir sem þekja til segja hann sannkallaðan draum. Fyndinn, flippaður og fagur.

**HANNES STEINDÓRSSON**

Hannes er vinsæll fasteignasali og starfar hjá fasteignasölu Lind. Hannes er heimakær, vill hafa minimalískt og smart í kringum sig og stundar líkamsrækt af kappi.



MYND/ÆSEND



MYND/FACEBOOK



MYND/INSTA

**SÖLVI SNÆR MAGNÚSSON**

Sölvi er þekktur smekkaður og gekk lengi undir nafninu Sölvi í Sautján, eftir að hafa unnið hjá fyrirtækinu í mörg ár, meðal annars sem listrænn stjórnandi. Síðan stofnaði hann tískuvörverslunina Retro, stýrði auglýsingasölu hjá 365 og starfaði við hönnun hjá Ellingsen. Í dag er Sölvi einn eigenda Laundromat Café við Austurstræti.



MYND/INSTAGRAM

**RAGNAR AGNARSSON**

Leikstjórinn og kyntröllið Raggi Agnars er ekki leiðinlegur. Raggi er einn eigenda SagaFilm og hefur starfað við kvikmynda-, auglýsinga- og sjónvarpsþáttagerð um árabil. Raggi stundar líkamsrækt af kappi, drekkur ekki áfengi, er lunkinn í golfi og hvers manns hugljúfi.

**EMIL PÁLSSON**

Knattspyrnumaðurinn Emil Pálsson frá Ísafirði leikur með norska liðinu Sandefjord, en liðið leikur í úrvalsdeildinni. Emil lék með FH áður en hann fór í atvinnumennsku og hefur í gegnum tíðina brætt nokkur hjörtu með breiðu brosi og fögrum lokkum. Svo er bara spurning hvort hann lokkar til sín sanna ást til Norge? Heyrst hefur að húðflúrin, þvottabrettið, hvítar tennur og góður fatasmekkur Emils, sé bara toppurinn á ísjakanum.

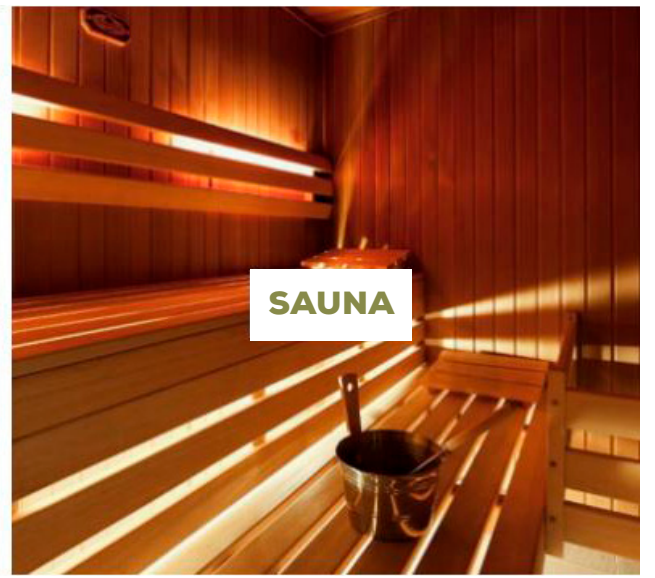




BÁTAR



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.





SAUNA FYLGIHLUTIR

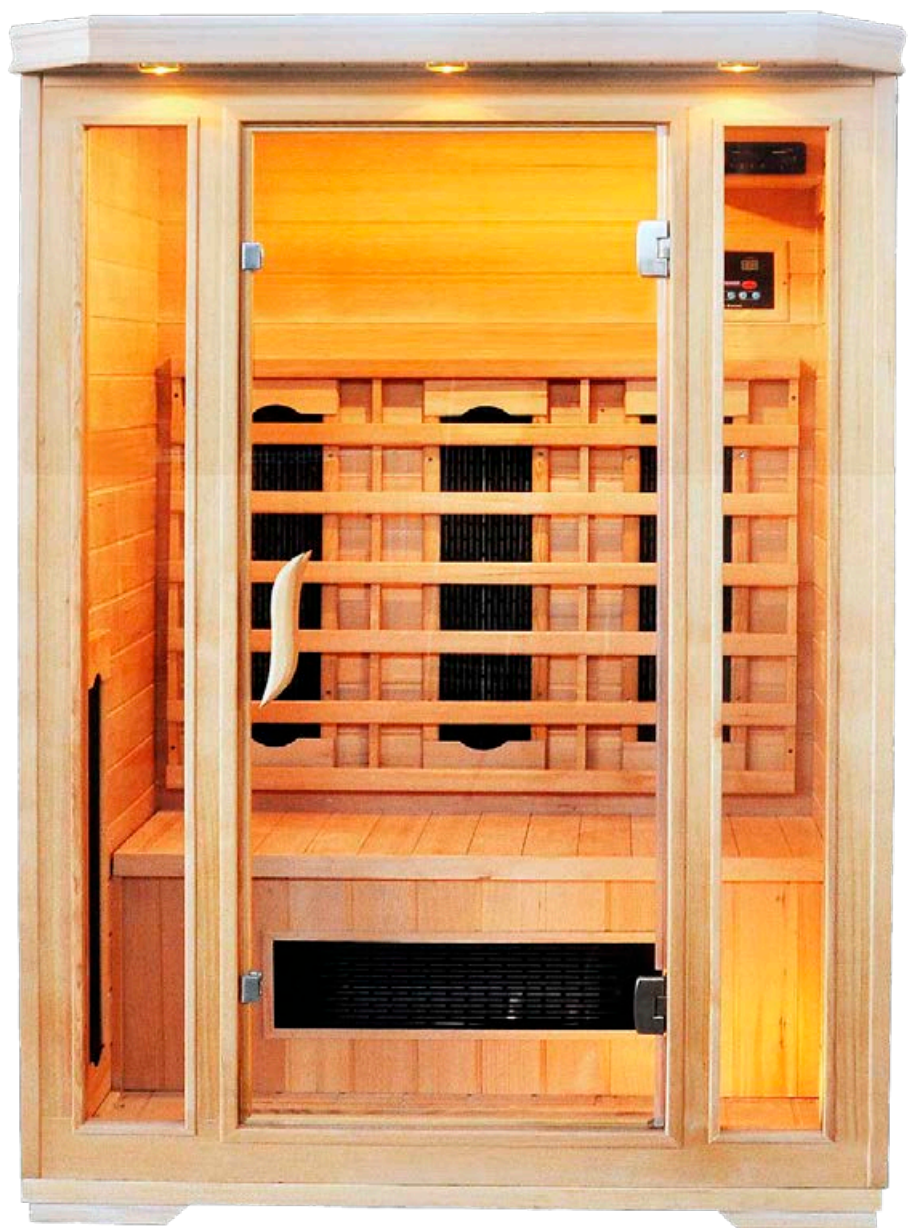
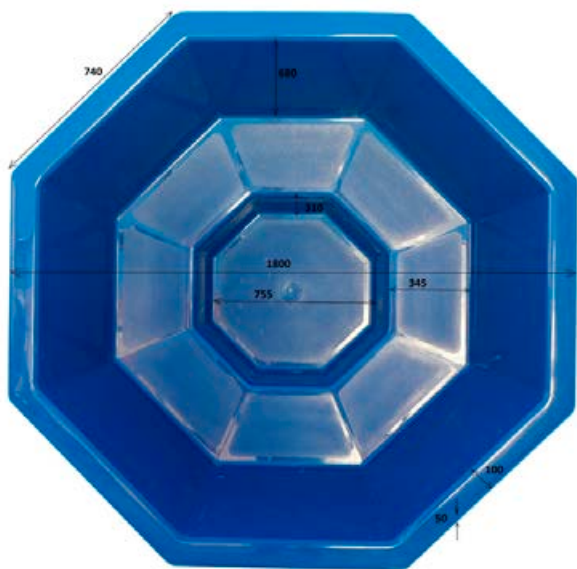


INFRARAUÐUR KLEFI



HEITIR POTTAR

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



# GODDI.IS

AUÐBREKKU 19 - KÓPAVOGI - S. 544 5550



# COVID-JÓLASKRAUT MOKSELST

Húmorinn lengir lífið, sagði einhver og hló. Grín sem viðkemur veirunni skæðu er misvinsælt en jólasakraut sem byggir á ástandi heimsins virðist þó ætla að slá í gegn.

Dorbjörg  
Marínósdóttir  
tobba@dv.is



Fjöldi fólks er nú farinn að kaupa sér jólatrés-skraut, hvers hönnuðir hæðast að ýmsum aðstæðum sem hafa skapast í kringum kórónaveirufaraldurinn. Svo sem mikla sölu og söfnun heimsbyggðarinnar á klósett-pappír. Margir virtust hræðast það einna mest að enginn klósett-pappír yrði fáanlegur. Grímuklæddir jólasveinar eru einnig að gera það gott, sem og hugljúfar kveðjur til heilbrigðisstarfsfólks. ■



## FJARFUNDARKONAN

Heimavinnan er vinsælt efni í jólasakrauti í ár, en á síðunni personalizedornamentsforyou.com er hægt að velja úr alls kyns einangrunar/sóttkvíar/COVID/klósett-pappírjólaskrauti. Einnig er hægt að bæta grímu við alls kyns hefðbundnar figúrur. Þarna má vissulega eyða tíma og fjármunum, sé fólk blúsað í sóttkví.

Verð: Frá 15 \$

Seljandi: personalizedornamentsforyou.com

## SPRITTBRÚSINN GÓÐI

Það eru ófáir sem hafa hamstrað spritt síðustu mánuði og vilja líklega ekki eyða meiri peningum í að kaupa glersprittbrúsa til að skreyta jólatréð með. Eða hvað? Jólaspirtbrúsinn mokselst og er uppseldur í bili.

Verð: 19.99 \$

Seljandi: callisterschristmas.com



## GRÍMUKLÆDD FJÖLSKYLDA Á TRÉD

COVID-fjölskylda með grímur til að hengja á tré, virðist seljast vel á amazon.com. Skrautið kostar frá 12 dollurum, en hægt er að fá með þremur eða fjórum fjölskyldumeðlimum. Pláss er á klósett-pappírrenningnum til að skrifa nöfn fjölskyldumeðlima undir hvern og einn.

Verð: Frá 11.99 \$

Seljandi: Amazon.com



## LÆKNIR OG HJÚKKA

Þetta skraut er falleg gjöf handa læknum og hjúkrunarfræðingum á jólagjafalistann, en það er reyndar óþolandi að aðeins sé hægt að fá lækinn karlkyns og hjúkkuna kvenkyns. Engu að síður falleg skilaboð: „Við mætum í vinnuna fyrir þig, og þú varst heima fyrir okkur.“

Verð: Frá 60 \$

Seljandi: Amazon.com

## TREYSTUM FAUCI

Læknirinn Anthony Fauci, sem leiðir sóttvarnateymi Hvíta hússins, hefur ítrekað varað Bandaríkjastjórn og forsetann við COVID-19 sjúkdómnum og talað um að herða þurfi sóttvarnareglur þar í landi, en Bandaríkin hafa farið afar illa út úr faraldurinn. Á lækna-sloppnum stendur: Við treystum á Fauci. Einnig fæst læknirinn vinsæli úr mjúku efni á shoptlightspeed.com og líkist hann þá lítilli dúkku. Nú er bara spurning: Hver hendir sér í að sauma þríeykið fyrir jólin?

Verð: 19.99 \$

Seljandi: callisterschristmas.com

## GRÍMUSVEINNINN

Mynd af þessu jólasakrauti hefur farið sem eldur í sinu og skrautið er nú víða uppselt. Brothætt eins og lífið sjálft, en fallegt á köflum og minning um erfiða tíma. Í um-sögn um skrautið er tekið fram að þó það sjáist ekki sé jólasveinninn brosandí.

Verð: 21.99 \$

Seljandi: callisterschristmas.com





SAKAMÁL

Erla Dóra Magnúsdóttir  
erladora@dv.is



**H**inn 12. febrúar 2010 byrjaði sem hefðbundinn skóladagur í háskólanum í Alabama í Bandaríkjunum. Amy Bishop, prófessor í taugavísindum, mætti til vinnu að venju, kenndi nemendum sínum og mætti svo á starfsmannafund með kollegum sínum í líffræðideild skólans.

Amy var 45 ára gömul. Dökkhærð og fölleit. Hún þótti afburðagreind og státaði af doktorsprófi í taugavísindum frá hinum virta Harvard háskóla. Hún átti eiginmann og fjögur börn og dreymdi um að verða rithöfundur.

Hún sat þögul á fundinum, sem var nokkuð ólíkt henni. Hins vegar gaf fas hennar ekkert til kynna um þann hrylling sem fram undan var.

**Neitað um fastráðningu**

Ljóst var að skólaárið 2009-2010 yrði síðasta ár Bishop við skólann, þar sem henni hafði verið neitað um fastráðningu tæpu ári fyrr. Bishop var vonsvikin vegna þess, en virtist þó taka tíðindunum af yfirvegum.

Mikil harka getur verið í bandaríska vísindasamfélaginu og eru fastráðningar við háskóla eftirsóttar, enda fylgir því mikið starfsöryggi. Að sama skapi þykir það setja blett á feril vísindamanns þegar honum er neitað um fastráðningu.

Þegar um klukkustund var liðinn af fundinum lét Amy til sín taka. Hún stóð á fætur, greip byssu upp úr handtösku sinni, miðaði henni á sessunaut sinn og tók í gikkinn. Alls voru tólf starfsmenn líffræðideildarinnar viðstaddir þennan fund. Bishop skaut sex þeirra og áttu þrjár eftir að láta lífið af sárum sínum.

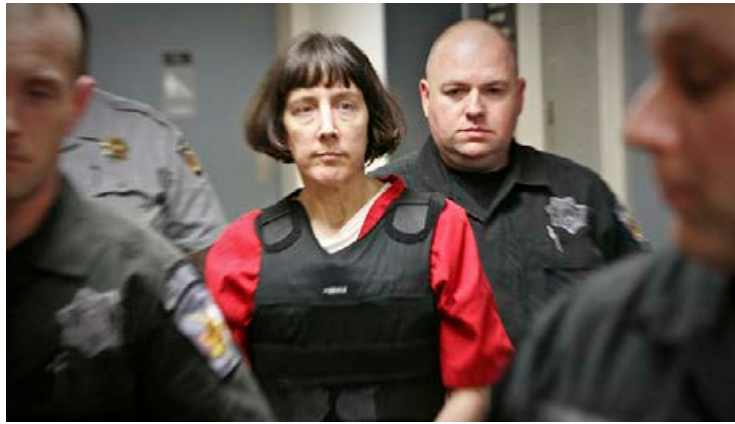
**Badst vægðar**

Á fundinum var stödd kona að nafni Debra Moriarity. Henni og Bishop var ágætlega til vana. Moriarity leitaði skjóls undir fundarborðinu eftir að Bishop hóf skothrífina.

Hún reyndi af veikum mætti að koma víti fyrir kunningjakonu sína. Hún greip í fætur Bishop undan borðinu og badst vægðar: „Hugsaðu um dóttur mína, hugsaðu um barnabarnið mitt.“

Amy Bishop var þó hvergi af baki dottin. Hún beindi byssunni að höfði Moriarity og enn og aftur greip hún í gikkinn.

En ekkert gerðist. Byssan stóð á sér. Þetta veitti Moriarity færi á að koma sér út úr fundarherberginu. Bishop fylgdi í humátt á eftir og greip ítrekað í gikkinn, án árangurs.



Amy játaði brot sín til að sleppa við dauðarefsingu.



Seth og Amy voru nán systkini, þar til Amy skaut hann til bana.



Amy og eiginmaður hennar, James Anderson.

MYNDIR/YOUTUBE.

# STARFSMANNAFUNDURINN BREYTTIST Í MARTRÖÐ

Amy Bishop var 45 ára fjögurra barna móðir og háskólaprófessor í taugavísindum. Engan grunaði að þegar henni var neitað um fastráðningu myndi það hafa banvænar afleiðingar í för með sér.

Moriarity tókst að komast undan Bishop, aftur inn í fundarherbergið. Þá gafst loks færi á að hringja eftir aðstoð.

**Hringdi í eiginmanninn**

Þegar lögreglu bar að garði stóð Amy Bishop fyrir utan skólann. Hún hafði losað sig við byssuna og hringt í eiginmann sinn, sem hún bað um að sækja sig í vinnuna eins og hann var vanur. Virtist Bishop illa áttuð og ekki gera sér grein fyrir gjörðum sínum. Taldi hún sig meðal annars ekki hafa verið á staðnum og neitaði að trúá því að kollegar hennar væru látnir.

Vegna þessa töldu margir ljóst að Bishop ætlaði sér að bera við geðveiki í málsvörn sinni fyrir dómi, en hún var ákærð fyrir manndráp af einbeittum ásetningi, auk þriggja morðtilrauna og fór ákærvaldið fram á dauðarefsingu.

**Fortíðin grafinn upp**

Skotárásin vakti mikinn óhug. Hvernig gat þetta gerst? Bishop var 45 ára, fræðimaður og móðir. Hvað fékk slíka manneskju til að fremja jafn svívirðilegan glæp?

Fyrst um sinn töldu margir að mál Bishop væri sláandi dæmi um þær hörðu kröfur sem gerðar eru til vísindamanna innan bandaríska háskólasamfélagsins og hvað baráttan fyrir fastráðningu getur verið krefjandi.

Flestir skiptu þó snarlega um skoðun eftir að farið var að grafast fyrir um fortíð Bishop. Fortíð sem varpaði ljósi á myrka hlið vísindakonunnar.

**Banaði bróður sínum**

Árið 1986, þegar Amy Bishop var 21 árs gamall háskólanemi, hringdi móðir hennar víti sínu fjær í lögregluna. Amy hafði skotið bróður sinn til bana í eldhúsi fjölskyldunnar. Móðir hennar var vitni að harmleiknum og hefur alla tíð haldið því fram að um slys hafi verið að ræða.

Amy hafði verið að fíka með haglabyssu sem faðir hennar átti og óvart hlaðið vopnið og kunni ekki að tæma það aftur. Þegar Amy ætlaði að sýna bróður sínum, Seth, vopnið, reið af skot sem hæfði Seth í magann, og lést hann úr sárum sínum á eldhúsgólfinu fyrir framan systur sína

og móður. Hryllilegt slys var niðurstaða lögreglunnar.

Eftir skotárásina 2010 var harmleikurinn frá 1986 rifjaður upp og fóru þá að renna á menn tvær grímur. Ef um slys var að ræða, hvers vegna brást Amy við með því að flýja af vettvangi og reyna að að ræna bíl af bílasölu í nágrenninu – enn vopnuð haglabyssunni? Samkvæmt vitnum kom hún inn á bílasöluna, með haglabyssuna og heimtæði að þeir afhentu henni bíllykla. Eftir að lögreglu bar að garði þurftu lögreglumenn ítrekað að skipa henni að leggja frá sér vopnið, áður en hún varð við því. Við skoðun á vopninu kom í ljós að eftir að Amy skaut bróður sinn, hlóð hún byssuna aftur og auk þess fannst aukaskot í jakkavasanum hennar.

**Rörasprengja**

Árið 1993 hafði Bishop einnig verið yfirhærð vegna rörasprengju sem var send á heimili leiðbeinanda hennar í doktorsnáminu, en þau höfðu átt í útistöðum. Vitni höfðu heyrt Bishop og eiginmann hennar ræða um hvernig hægt væri að útbúa röra-

sprengju, auk þess sem vitað var að Bishop hafði aðgang að efni sem er notað til að búa til sprengiefni. Ekki voru næg sönnunargögn til að ákæra Amy og er málið óupplýst enn í dag.

Ákærvaldið hóf aftur skoðun á andláti bróður Bishop, eftir að hún var handtekin árið 2010. Kom þá á daginn að lögregluskýrslur hefðu verið ófullnægjandi og ákærvaldið aldrei fengið allar upplýsingar um meint slys, upplýsingar sem hefðu gefið fullt tilefni til að ákæra Amy Bishop fyrir að hafa banað bróður sínum af ásetningi. Árið 2010 var of seint að gefa út slíka ákæru, þar sem brotið var fyrnt.

Rannsókn á andláti bróður Amyar hefur verið harðlega gagnrýnd undanfarin ár. Er talið að ef rétt hefði verið staðið að verki, hefði Amy Bishop verið ákærð fyrir morð þegar hún var 21 árs gömul. Þá hefði hún aldrei fengið vinnu við háskólann í Alabama og hefði aldrei mætt á þennan örlagafulla starfsmannafund þann 12. febrúar og þeir þrjár kollegar hennar sem hún myrti væru enn á lífi. ■



BLAÐAMAÐUR  
FÓRNAR SÉRGuðrún Ósk  
Guðjónsdóttir  
gudrunosk@dv.is

Heilsusafar eru ekki nýtt fyrirbæri, en Anthony Williams, betur þekktur sem Medical Medium, tók hugtakið skrefinu lengra og hóf svokölluðu „sellerísafahreyfinguna“. Hann gaf út bókina Celery Juice: The Most Powerful Medicine Of Our Time Healing Millions World Wide, í maí 2019. Hann heldur einnig úti vefsíðunni medicalmedium.com þar sem má lesa um „lækningarmátt“ sellerísafans.

Medical Medium segir að sellerísafi hafi ótrúleg heilsu-bætandi áhrif, eins og að lækka blóðþrýsting, laga húðvandamál og bæta meltinguna, svo fátt sé nefnt. Hann gengur svo langt að halda því fram að sellerísafi geti læknað krónískka sjúkdóma. Því skal samt halda til haga að sá sem kallar sig Medical Medium, Anthony Williams, er enginn læknir og tengist ekki læknastréttinni á nokkurn hátt. Það eru heldur engar rannsóknir sem styðja staðhæfingar hans. Aftur á móti eru tugir þúsunda sem segjast hafa fundið mikinn mun á heilsu sinni og líðan eftir að hafa byrjað að drekka sellerísafa. Medical Medium er með reynslusögur á vefsíðu sinni og á samfélagsmiðlum þar sem fjöldi stjarna á borð við Sylvester Stallone, Mirronda Kerr, Pharrell og Jennu Dewan hafa hoppað á sellerísafalestina.

Ef þú ferð á YouTube og leitar að „I tried Celery Juice for 7 days“, finnurðu aragrúa af myndböndum. Ég horfði á nokkur og allir höfðu svipaða sögu að segja, sellerísafi er sníld og hefur jákvæð áhrif á heilsuna. En ég ætlaði ekki bara að trúá fólki á netinu, ég varð að prófa þetta sjálf. Það fyrsta sem ég gerði á morgnana í heila viku var að drekka tæplega hálfan lítra af hreinum sellerísafa. Og trúin mér – hann er ekki bragðgóður.

## Út á hvað gengur þetta?

Þú átt að drekka 475 ml af ferskum sellerísafa á tóman maga á morgnana, áður en þú færð þér morgunmat eða eitthvað annað. Safinn verður að vera úr selleríi og engu öðru, engin sítróna eða engifer til að bæta bragðið. Bara strangreglegur sellerísafi.

Fyrstu þrjú dagana keypti ég tilbúinn safu nýpressaðan hjá Höllu í Grindavík. Hina fjóra dagana bjó ég til safann sjálf. Ég á ekki safapressu, heldur notaði blandara og síaði í gegnum grísupoka. Það kom á óvart hversu einfalt það er.

Samkvæmt Medical Medi-

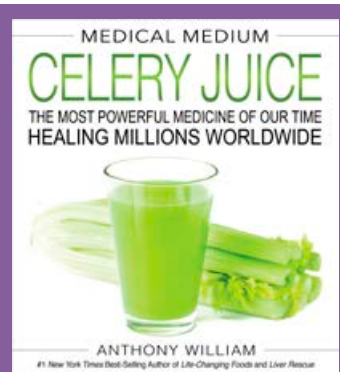


Sellerísafi er sagður bæta meltingu og lækka blóðþrýsting. Eitt er öruggt, hann er skelfilegur á bragðið.

MYND/GETTY

ÉG DRAKK SELLERÍSAGA Á  
TÓMAN MAGA Í HEILA VIKU

Sellerísafi hefur verið að gera allt vitlaust erlendis undanfarið ár eftir að Medical Medium gaf út bók og hélt því fram að sellerísafi geti læknað hina ótrúlegustu sjúkdóma og hafi jákvæð áhrif á heilsuna. Blaðamaður DV keypti galið magn af selleríi og fórnaði sér af forvitni.

SAMKVÆMT MEDICAL  
MEDIUM Á SELLERÍSAFI AÐ:

- Bæta meltinguna og hjálpa henni að vinna betur úr fæðunni
- Lækka blóðþrýsting
- Hreinsa blóðrásina
- Hreinsa húðina, vinna gegn exemi og bólum.
- Hafa góð áhrif á margs konar gigt
- Skola eitrefni úr líkamanum
- Vera bólgueyðandi
- Hafa æðastyrkjandi áhrif
- Og margt annað

um er best að drekka safann um leið og hann er tilbúinn. Því ferskari því betra. Ef þú getur það ekki, þarftu að drekka hann innan sólarhrings eftir að hann er tilbúinn. Eftir það hefur safinn „tapað“ lækningarmætti sínum. Ég mæli með að útbúa eigin safu frekar en að kaupa tilbúinn því ef þú ætlar að gera þetta almennilega þarftu nýjan safu á hverjum morgni.

Sellerísafinn kemur ekki í staðinn fyrir morgunmat. Þú þarft samt að borða morgunmat, en bíddu í 15-30 mínútur eftir að þú drekkur safann.

## Mín reynsla

Ég verð að viðurkenna að það gat ekkert búið mig undir bragðið af sellerísafanum fyrsta daginn. Það sem eftir var dags fékk ég stundum hroll ef ég fann sellerísafalykt, sem var einhvern veginn af öllu, og ég ropaði líka reglulega bragðinu af selleríi. Sem

betur fer aðlagaðist bragðskyn mitt fljótt safanum. Á degi tvö varð bragðið bæri-legra og með hverjum deginum varð það alltaf aðeins skárri. Síðasta daginn sötraði ég safann eins og hvern annan drykk á meðan ég dundaði mér í eldhúsinu.

Ég held ég hafi orðað þetta best á degi tvö þegar ég skrifaði í sellerísafadagbókina mína: „Alls ekki jafn slæmt en samt viðbjóður. Ef ég var fullkomlega meðvituð um hvers konar viðbjóð ég var að fara að innbyrða, þá var það ekki jafn slæmt.“

Ég skrifaði einnig hjá mér að ég væri spennt fyrir næsta degi, ótrúlegt en satt.

Á degi þrjú var safinn mikið skárri. Ég setti fram þá tilgátu að lafin hefðu verið notuð í safann dagana á undan. Það má nota lafin í safana, en það gerir safann beiskari á bragðið.

## Safagerð

Næstu dagana á eftir bjó ég til safann sjálf heima. Ég notaði blandara og pantaði síunarpoka á Ljósíð.is. Pokinn kostaði þúsund krónur og kom inn um lúguna heima. Ég fann myndband á YouTube sem fór yfir hvernig væri hægt að gera safann og svo hófst ég handa.

Þetta var miklu minna mál en ég bjóst við. Mesta vandamálið er eiginlega þrifnaðurinn eftir þetta. Það þarf að þrifa blandarann, síunarpokann, skálina, trektina, skurðbrettið og hnifinn.

Ef þú ætlar að gera þetta á morgnana ráðlegg ég þér að vakna allavega korteri fyrir en venjulega.

## Hvað gerði safinn fyrir mig?

Raunin er sú að þessi safi gerði ekkert fyrir mig þessa sjö daga sem ég drakk hann. Alls ekki neitt! Eftir öll loforðin um að sellerísafinn



myndi hreinlega umturna lífi mínu til hins betra, þá verð ég að viðurkenna að þetta var smá bömmur. Var allavega að vonast til að losna við smá bólur og prumpa ekkert í nokkra daga. Samkvæmt öllum sögunum frá fólki sem lofsamar safann þá virkar hann greinilega fyrir einhverja, bara ekki fyrir mig. Svo gæti verið að ég hefði þurft að drekka hann lengur, og sumir finna fyrir áhrifum á undan öðrum. Það má heldur ekki gleyma „placebo“ áhrifunum og öllu öðru því sem gæti spilað inn í að fólki líður betur þegar það innbyrðir safann. Ætla samt

ekki að neita því að sellerí er meinhollt og allir hafa gott af því að innbyrða meira grænmeti.

En þegar öllu er á botninn hvolft þá er sellerísafi engin töfralausn en gæti látið þér líða aðeins betur. Mér fannst þetta skemmtileg tilraun og miðað við allar jákvæðu um-sagnirnar sem þessi einfaldi safi hefur fengið þá er það þess virði að prófa, að mínu mati. Kannski mun ég einhvern tíma prófa að drekka safann í mánuð og sjá hvort það hafi einhver áhrif. En miðað við verð og vesen þá er ég ekki að fara að gera það á næstunni. ■



Áhrifavaldurinn Nicole Coulter prófaði að drekka sellerísafa í viku og deildi upplifun sinni á YouTube. Myndbandið hefur fengið yfir átta milljón áhorf.



## Skotheldur sellerísafi

**Hráefni**  
Ca. 1 og ½ búnt sellerí  
Vatn eftir þörfum

Ég reiknaði þetta gróflega að um 500 grömm af skoluðu og skornu selleríi gæfu tæplega 500 ml af safi. Ég notaði ekki lafin.

Skolaðu selleríið vel.

Skerðu það í bita áður en þú setur það í blandara. Annars geta „strengirnir“ í selleríinu verið til vandræða.

Settu smá vatn með í blandarann, það kom mér á óvart hvað það þurfti lítið vatn. Bættu við eftir þörfum. Þú þarft meira vatn ef þú ert ekki með „plastprik“ til að hræra í blandaranum á meðan hann er í gangi.

Settu síunarpokann yfir skál og helltu selleríinu í pokann. Kreistu allann safann úr pokanum.

Helltu safanum í glas og drekktu. Ég mæli með að klaufar eins og ég noti trekt í þetta skref.

### RÁÐ

- Gefðu þér allavega hálf tíma í að drekka safann fyrsta daginn og gerðu ráð fyrir að vera heima næsta hálf tíma eftir á, því þú þarft alveg örugglega á klósettíð fljótlega eftir að þú ert búin/n að innbyrða safann.
- Geymdu hratið sem verður eftir, settu það til dæmis í klakabox og svo þegar það er frosið geturðu sett það í box eða poka og geymt í frystinum og notað í súpur og þeytinga.
- Það er þægilegra að nota lífrænt sellerí. Það var eina selleríið sem ég þurfti ekki að skrúbba og svo var minnst af laufum á því.
- Notaðu hanska. Ég var með einnota plasthanska sem ég skolaði og hengdi upp með síunarpokanum eftir hvert skipti. Fyrsta daginn sem ég gerði safi notaði ég ekki poka og hendurnar á mér lyktuðu eins og sellerí allan daginn, sama hversu oft ég þvoði þær með sápu.
- Ef þú hefur smá tíma settu safann inn í ísskáp í smá stund, þó það sé ekki nema í 15-30 mín., hann er mikið skárrí kaldur en við stofuhita.

**„Einu íslensku framleiðendur á axlaböndum síðan 1942“**

Sími: 5516659  
Staðsetning: Síðumúla 33  
108 Reykjavík

„verð frá 4.900.- og sendum um allt land“

SÍÐAN 1937  
**LEÐURVERKSTÆÐIÐ REYKJAVÍK**





MYNDIR/ADSENDAR

**HILDUR YEOMAN**

„Íslenski hönnuðurinn Hildur Yeoman selur grímur úr efnum sem annars fara til spillis í saumskap annarra flíka. Mæli með að skoða úrvalið hjá henni á Skólavörðustíg, en ég hef heyrt að þær seljist hratt upp.“

**ANDREA**

„Andrea Magnúsdóttir, fatahönnuður og vinkona mín gaf mér og Ölbu þessar grímur til að nota. Mér finnst þær æði og vona innilega að hún ætli sér að setja þær í sölu í verslun sinni í Hafnarfirði.“

**VETRARGRÍMA**

„Hvernig verður grímunotkun þegar fer að kólna? Munum við öll bera gömlu, góðu lambhúshettuna sem er þá auðvelt setja fyrir munninn í vissum aðstæðum?“

# FIMM FLOTTAR GRÍMUR

Elísabet Gunnarsdóttir, tískubloggari á Trendnet, deilir hér hugmyndum að fallegum grímum. Með aukinni grímuskyldu er ekki seinna vænna að tryggja sér góða grímu.



**Dorbjörg  
Marínósdóttir**  
tobba@dv.is



Ég vil byrja á að taka það fram að ég er enginn sérfræðingur um grímur og hvet því fólk til að kynna sér hvaða grímur skila þeim tilgangi sem ætlast er til. Umhverfisins vegna þá er auðvitað best að nota fjölnota grímur og eru þær einnig fallettri að

mínu mati – það er þó mælt til þess að þær séu þvegnar einu sinni á dag í það minnsta,” segir Elísabet sem sjálf er búsett í Danmörku og þekkir því vel hvernig það er að ferðast með grímu.

„Eins og áður þá held ég með íslenskum aðilum sem hafa prófað sig áfram í grímugerð og nýtt t.d. gamla efnisbúta í verkefnið. Gríman er líklega aukahlutur sem er kominn til að vera og því um að gera að

velta þessu aðeins fyrir sér. Ég tók þó eftir því að þessi aukahlutur var ekki hluti af sýningum hátískunnar í ár og held ég að það sé með vilja gert – til að tengja ekki við eða minna fólk á þetta ömurlega ástand. Síðar meir held ég að þetta verði án efa hluti af vöruúrvali þeirra,” segir Elísabet sem skrifar meðal annars um tísku á trendnet.is og sinnir frumkvöðlastarfi í Danmörku þar sem hún býr. ■

**HEIMATILBÚIN GRÍMA**

„Þegar dóttir mín (11 ára) ferðaðist ein til Íslands þá fönðraði hún grímu úr gömlum Nike sokk af þabba sínum. Slíkar grímur virka ekki eins vel og þriggja laga, en geta verið sniðugar fyrir börn og þá kannski á þeim aldri þar sem ekki er raunveruleg grímuskylda. Sonur minn sem er 4 ára fékk einnig að velja sér grímu, en sú gerði ekki mikið gagn í sóttvörnum.“

**APÓTEK**

„Ég hef kosið að nota þessar hefðbundnu apóteksgrímur þegar ég þarf að ferðast milli heimilis míns í Danmörku og Íslands. Ég treysti þeim einhvern veginn best. Það þarf að gæta ýtrasta hreinlætis við notkun grímanna, snerta þær sem minnst og skipta um grímu þegar hún er orðin rök eða skemmd á einhvern hátt.“

**SPÚÚTNIK**

„Spúútnik á Laugavegi selur úrval af grímum úr alls konar efnum.“



TÍMAVÉLIN

Erla Dóra  
Magnúsdóttir  
erladora@dv.is



Tveir ungir, íslenskir piltar eru að gera allt vitlaust í Noregi,“ var skrifað í DV í september árið 1993. „Norskir fjölmiðlar tala um „The Boys-feber“ eða „Boys-æðið“ og útvarpsstöðvarnar efna til sérstakrar Boys-viku. Pósturinn neitar að bera bréfaflóðið frá aðdáendum strákanna heim til þeirra, það sé svo mikið að foreldrarnir verði að sjá um flutninginn. Símanúmerið þeirra gengur kaupum og sölum, einkum milli ungra stúlkna, og gangverðið er 10 krónur norskar. Og síminn á heimilinu stoppar ekki allan liðlangan daginn.“

Slá í gegn

Bræðrunum Rúnari og Arnari Halldórssonum skaut upp á stjörnuhimininn í Skandinavíu árið 1993. Þá voru þeir 12 og 11 ára gamlir. Árið áður höfðu þeir tekið þátt í árlegri sönghæfileika-keppni í Delamörk í Noregi, en sú keppni var afar vinsæl. Um samkeppni var að ræða þar sem fleiri hundruð börn kepptust um að komast í hæfileikasönghóp Varden/Busk, sem ferðaðist vítt og breitt um Delamörk og hélt tónleika. Rúnar og Arnar tóku þátt, enda höfðu þeir verið aldrið upp á söngelsku heimili. Faðir þeirra var Halldór Kristinsson, betur þekktur sem Dóri í Tempó, og móðir þeirra, Eyrún Antonsdóttir, var einnig mjög söngelsk.

Rúnar og Arnar voru meðal þeirra átta barna sem valin voru í hæfileikahópin og þar með rúllaði boltinn af stað. Bræðurnir spiluðu á gítara og sungu saman gamla slagara frá meðal annars Bítlunum, Everly Brothers og fleirum. Í kjölfarið fengu þeir plötusamning fyrir þrjár plötur.

Kvennabósar

„Stelpurnar hringja mjög mikið,“ sagði Rúnar í samtali við DV árið 1993. „Svo virðast allir þekkja okkur á götu. Sumir stoppa okkur og biðja um eiginhandararitun.“ Bræðurnir sögðust hafa vakið mikla athygli meðal ungra stúlkna. Símanúmer þeirra gengu kaupum og sölum og varð ágangurinn svo mikill að fjölskyldan þurfti ítrekað að skipta um símanúmer.

„Stelpurnar eru meira á eftir Rúnari en mér. En það var samt ein fimmtán ára sem spurði hvort hún gæti orðið kærastan mín. Ég var fljótur að segja nei, því hún var svo gömul,“ sagði Arnar í áður nefndu samtali við DV.

Bræðurnir urðu hratt mjög frægir í Noregi og að sjálf-



MYNDIR/TIMARIT.IS



Flottir á því. Móðir bræðranna, Eyrún, sá um að sauma glæsilega búningana. MYNDR/YOUTUBE

# Íslensku bræðurnir sem trylltu Norðmenn

Bræðurnir Arnar og Rúnar Halldórssynir og dúett þeirra „The Boys“, slógu heldur betur í gegn í Noregi á tíunda áratugnum og smituðu bæði Norðmenn og Íslendinga af algjöru „Boys-æði“.



Rúnar og Arnar voru hjartaknúsarar áður en Justin Bieber lærði að ganga. MYNDR/TIMARIT.IS

sögðu vakti það athygli hér heima á Íslandi, líkt og vanalega þegar Íslendingar skara fram úr á erlendri grund.

Jarðbundnir drengir

Líf þeirra næstu árin einkenndist af tónleikahaldi, plötuútgáfu og framkomu í útvarpi og sjónvarpi. Norskir fjölmiðlar fylgdust af ákafa með öllu sem þeir gerðu og það gerðu íslenskir miðlar sömuleiðis. Fjöldi viðtala var tekinn við bræðurna og foreldra þeirra á þessum tíma og allt heyrði til fréttu. Það var frétt þegar bræðurnir komu heim til Íslands til að halda tónleika, þegar þeir komu til landsins til að fermast, þegar þeir fengu sér kanínu og jafnvel þegar þeir bökuðu fyrir jólin.

Þrátt fyrir nokkuð mikla frægð á ungum aldri þóttu bræðurnir engu að síður jarðbundnir. Foreldrar þeirra lögðu áherslu á að skólinn hefði forgang fram yfir tónlistina og auk þess

áttu drengirnir áhugamál sem þeir vildu gjarnan sinna. Fótbolta, skátana og skák. Þeir bjuggu einnig að auðugu ímyndunarafla og hugmyndaauði. Í viðtali við Morgunblaðið í júní 1993 lýsti móðir þeirra nokkrum uppákomum:

„Eyrún segir að strákarnir séu mjög hugmyndaþekkir og þeim leiðist aldrei. „Það var enginn leikvöllur í byggðarlaginu okkar, svo að Arnar hringdi í Barnaverndarráð og bað um að bætt yrði úr því. Þegar vantaði fjármagn fyrir leiktækjunum opnuðu þeir flóamarkað og gátu þannig safnað upp í leiktæk-in. Það var kominn leikvöllur eftir tvö ár.“

Eitt sinn vildu þeir gefa kettlinga og útbjuggu stórt spjald sem þeir festu við hjólbörur. Síðan óku þeir um göturnar með kettlingana. Það gekk þó ekki eins vel að koma þeim út og þeir vonuðu, því aðeins einn kettlingur gekk út.“

Hættu og fluttu

Ekkert lát virtist á vinsældum bræðranna. Í júní 1994 sagði í Morgunblaðinu að bræðurnir hefðu fengið um 10 þúsund bréf send frá aðdáendum, einkum stelpum. „Íslensku strákarnir í The Boys þurfa ekki að leita eftir pennavinum, svo mikið er víst. Þeir Arnar og Rúnar hafa undanfarið fengið um það bil tíu þúsund bréf og er meirihlutinn frá stúlkum á aldrinum 10-16 ára.“

Árið 1996 dró þó til tíðinda. Bræðurnir voru orðnir táníngar og ákvað móðir þeirra að flytja með þá aftur heim til Íslands. „The Boys“ voru hættilir og næsta verkefni bræðranna var að takast á við unglingsárin á Íslandi.

Lífið eftir The Boys

Rúnar og Arnar eru full-orðnir menn í dag. Í samtali við DV í október 1995 greindu bræðurnir frá framtíðar-áformum sínum. „Mig langar að verða arkitekt. Ég hef svo gaman af að lita og teikna,“ sagði Rúnar. „Mig langar að verða lögfræðingur og hjálpa fólki,“ sagði Arnar. Gekk það eftir hjá Rúnari, sem starfar sem arkitekt í dag. Arnar er þó ekki lögfræðingur. Hann hefur haldið sig innan skapandi greina og var nýlega ráðinn sem aðstoðarhönnunarstjóri á auglýsingastofunni Brandenburg.

Arnar sagði í samtali við DV í vikunni að það besta við

að vera barnastjarna hafi verið búningarnir. „Rauðar rennimjúkar silkiskyrtur og hvítar útvíðar buxur – mamma sá um að sauma. Svo náttúrulega líka öll ferðalögin og fólkið sem maður hitti. Versta kannski bara líka ferðalögin og fólkið sem maður hitti? Var líka erfitt að takast á við unglingsárin verandi barnastjarna, passaði ekki alveg saman – enda hættum við að spila þegar ég var um 14 ára.“

Arnar er orðinn faðir. Aðspurður segist hann fullviss um að börn hans muni láta til sín taka á sviði tónlistar í framtíðinni og vera þar með þriðji ættliðurinn í tónlist. „Er nokkuð viss um að þau fara að segja til sín á sviði í framtíðinni. Öll þrælmúsík-ölsk, minnsta fjögurra ára er frekar mikið að semja „on the flow“ og skipar mér fyrir að spila undir.“

En lendir Arnar enn í því að vera þekktur úti á götu sem Arnar í „The Boys“?

„Tja. Ekki úti á götu, nei, enda orðinn gamall. Mest eru það helst vinirnir sem eru enn að tengja og djóka. Vel lengi var maður ekkert mikið fyrir að tala um fyrri tíma, en nú þegar maður er orðinn eldri er þetta allt saman alveg eitthvað svo hrikalega dúllulegt og sætt. Meira að segja þurrkaði ég rykið af gullplötunum um daginn, en hengdi þær nú samt ekki upp.“ ■



# 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 óttast að segja kærustunni leyndarmál úr fortíð sinni.

Sérfræðingur svarar



## FYRRVERANDI FANGI ÓTTAST AÐ SEGJA KÆRUSTUNNI FRÁ

**H**æhæ. Ég á leyndarmál sem ég hef ekki sagt kærustunni minni frá. Við höfum verið saman í eitt og hálf ár, því lengra sem líður á sambandið því erfiðara finnst mér að koma orðum að því. Leyndarmálið tengist fortíð minni, en ég fékk dóm og sat inni í 4 mánuði. Ég held að þetta muni koma henni mjög mikið að óvart og svo er ég að sjálfsgöðu skíthræddur um að missa hana. Í dag gengur allt svo vel hjá mér að ég einfaldlega nenni ekki að „skemma“ allt með því að henda þessari bombu á hana, en svo óttast ég að hún frétti þetta frá öðrum. Það væri skelfilegt. Kær kveðja, Einn í vanda.

### Enginn er vondur

Blessaður. Já, þú ert vissulega í vanda staddur, en það er ekkert svo vandasamt að ekki sé hægt að finna á því bærilegar lausnir. Spurning þín ber þess merki að þér er annt um að koma hreint fram og nú þarf bara að finna bestu lausnina svo það sé framkvæmanlegt.

Í starfi mínu hef ég lært að það er enginn vondur. Punktur. En ástæður fyrir hegðun okkar geta verið margvíslegar, stundum gáfulegar og stundum ekki. Við búum yfir mismunandi reynslu, karakter og hæfni, og saman hefur þetta allt fjölbætt áhrif á það sem við gerum og gerum ekki. Stundum þarf fólk að taka ábyrgð á gjörðum sínum, biðjast afsökunar, læra af þeim og/eða reyna að endurtaka ekki leikinn. Það lenda allir í því, en misilla. Af spurningu þinni að dæma hefur þú snúið við blaðinu og breytt til betri vegar, væri ekki gott að leyfa kærustunni þinni að meta það við þig?

Ég ímynda mér að þetta hafi rúllað af stað eins og snjóbolti sem vex svo bara og dafnar og því stærri sem hann verður, því erfiðara er að stöðva boltann? Það segir okkur líka að það verður ekkert auðveldara að stinga á kýlið með tímanum. Hvað



MYND/HEIDA

þarftu til þess að opna á þessa umræðu? Getur einhver aðstoðað þig? Getur þú undirbúið kærustuna þína undir fréttirnar?

### Örugg tengsl mikilvæg

Heiðarleikinn er svo mikilvægur í ástarsambandi. Mögulega gæti verið ráð að segja kærustunni þinni að þú viljir koma hreint fram og að þú þurfir að segja henni dálítið, en að þú eigir erfitt með að koma því frá þér. Þá gæti hjálpað að tína til hvaða afleiðingar það eru sem þú óttast og mögulega að þú viljir fá aðstoð við að gera þetta á eins góðan hátt og hægt sé. Það kæmi mér ekki að óvart að kærastan þín myndi þiggja þá aðstoð með þökkum.

Ég á þínu erfitt með að hjálpa þér þar sem ég þekki ekki forsögu þína eða fyrir hvað þú varst dæmdur, en það gæti þá kannski reynst vel að byrja á að útskýra óskrifaða

kafla úr fortíð þinni. Hvað leiddi til þess að þú varst dæmdur? Í hvaða hugleiðingum varstu? Þessar upplýsingar geta dempað höggð hennar.

Fyrir mér hljómar þetta eins og þið hefðuð gott af tækniæfingum sem einfalda ykkur að ræða saman, opna ykkur og eiga í nauðsynlegum samskiptum. Slíkar æfingar gætu svo leitt til þess að þið mynduð byggja upp nægilegt traust til þess að þú gætir komið leyndarmálinu þínu frá þér með öruggum hætti.

Örugg tengsl í sambandi snúast um að báðir aðilar séu öruggir til að tjá líðan sína og þarfir. Það er hægt að byggja upp örugg tengsl milli fólks, en það er tækni sem krefst æfingar. Hægt er að bera þetta saman við að ná góðri golfsveiflu eða þungu snatch-i í ólympskum lyftingum. Vilji og styrkur er eitt, en tæknin

er svo annað. Þar getum við hjónabandsráðgjafar komið að góðum notum.

### Nýta fyrri reynslu

Þekking þín er dýrmæt. Þú þekkir þína sögu, kærustuna þína og ykkar samskipti. Hverjir vissu af dómnum þínum á sínum tíma? Hverjum hefur þú sagt leyndarmálið? Hvað gekk vel og hvað ekki í því samhengi? Getur þú nýtt þá reynslu? Er kærastan þín betur upplögð á ákveðnum tímum fram yfir aðra? Væri ráð að ræða við hana á sérstökum stað? Getur einhver sem þekkir ykkur bæði gefið þér mat á stöðunni?

Að lokum, án þess að gera lítið úr vandamálinu þínu, þá miklum við stundum fyrir okkur það sem framkallar hjá okkur óvissu. Það heitir kvíði og kvíðann þarf að hugsa til enda. Hvað er það versta sem getur gerst? Hvað gerir þú þá? Hver myndi þá hjálpa

þér? Hverjar eru líkurnar á því versta? Hvað væri það besta í stöðunni?

Þú ert sjálfur mjög voldugur þegar kemur að eigin hugsunum og það væri þér afar hollt að sefa kvíðann og óöryggið með því að svara ósvörðum spurningum og útrýma þannig óvissunni.

Þá ert þú sjálfur betur undirbúinn þegar kemur að því að segja sannleikann, öruggari og veist í grófum dráttum hverjar afleiðingarnar geta orðið. Þannig munt þú rúlla þessu verkefni upp, hvernig svo sem það endar! Gangi þér sem allra best. ■

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

Spurningunum verður svo svarað hér í Fjölskylduhorninu, að sjálfsgöðu nafnlaust og í fullum trúnaði.





KLASSÍSKAR  
HÁGÆÐA  
REGNKÁPUR  
FYRIR  
ÍSLENSKA  
VEÐRÁTTU

ÚRVAL AF  
REGNKÁPUM  
FYRIR DÖMUR  
OG HERRA  
Í VERSLUN OKKAR  
LAUGAVEGI 62



REYKJAVIK RAINCOATS  
LAUGAVEGUR 62, 101 RVK  
WWW.REYKJAVIKRAINCOATS.COM  
INFO@REYKJAVIKRAINCOATS.COM  
SÍMI: 5711177

REYKJAVIK  
RAINCOATS



## Una í eldhúsinu

Una Guðmunds matgæðingur DV leggur til að fólk njóti samkomutakmarkana heima við með heimabakstri og spjalli.



### Tvöföld Toblerone gleði

Hver elskar ekki súkkulaðimús og Toblerone? Hér er kominn einstaklega góður desert sem sam-einar þetta tvennt. Hérna kemur uppskrift fyrir 4-5 einstaklinga.

**6 dl rjómi**  
**3 egg**  
**100 g Toblerone súkkulaði**  
**200 g Toblerone súkkulaði hvítt**  
**Fersk ber að eigin vali** hindber, jarðarber svo eitthvað sé nefnt.

Byrjið á hvítu músinni, en þá er byrjað að þeyta 4 dl af rjóma.

Bræðið 200 g af hvítu Toblerone yfir vatnsbaði.

Hrærið 2 egg í skál og hrærið súkkulaðið saman við.

Blandið svo rjómanum saman við.

Setjið í glös og inn í ísskáp í um 5 mínútur, á meðan útbúið þið hinn helminginn.

Byrjið á að þeyta 2 dl af rjóma.

Bræðið 100 g Toblerone yfir vatnsbaði.

Hrærið egg í skál, blandið súkkulaðiþöndunni út í og hrærið. Að lokum er rjómanum bætt saman við.

Takið hvítu músina út úr kæli og hellið dekkri þöndunni yfir þá hvítu, setjið hindber og smá flórsykur til skreytingar og inn í kæli í um 3-4 klst.



MYNDIR/AÐSENDAR

### Gulrótarkaka

Þessa gulrótarköku fékk ég að smakka hjá frænku minni í sumar og fannst hún einstaklega góð. Ekta haustkaka með góðum kaffibolla. Ferskar gulrætur, blandaðar hnetur og kanill; þessi blanda getur ekki klikkað.

**Gulrótarkaka**  
**2 dl olía**  
**200 g púðursykur**  
**4 egg**  
**175 g hveiti**  
**1 tsk. lyftiduft**  
**1 tsk. matarsódi**  
**400 g gulrætur (rifnar)**  
**1 bolli rúsínur**  
**250 g hnetur (ég notaði heslihnetur og pekanhnetur)**

Hreinsið og rífið gulræturnar.

Blandið öllu saman í skál og hrærið vel saman.

Smyrjið eldfast form, setjið deigið í og bakið í ofni við 180 gráður í um 35 mínútur.



**Rjómaostakrem**  
**200 g rjómi**  
**100 g rjómaostur, við stofuhita**  
**2 msk. flórsykur**

Þeytið rjómann. Bætið rjómaost-

inum og flórsykrinum saman við.

Smyrjið kökuna með kreaminu þegar hún hefur aðeins fengið að kólna.

Verði ykkur að góðu.



Guðrún Ósk  
Guðjónsdóttir  
gudrunosk@dv.is



Geir Gunnar Markússon starfar sem næringarfræðingur á Reykjalundi. Hann er ritstjóri heimasíðu Náttúrulækningafélags Íslands, nlf.is, og skrifar mikið um hin ýmsu heilsutengdu málefni. Hann sinnir einnig næringar- og heilsuráðgjöf í formi fyrirlestra í fyrirtækjum, félagasamtökum og íþróttafélögum, en þó lítið undanfarna mánuði vegna COVID-19.

Við fengum Geir Gunnar til að fara yfir venjulegan dag í lífi sínu. „Flesta virka daga vakna ég um klukkan sex og útbý minn daglega morgunmat, sem ég hef gert síðan ég man eftir mér. Kem mér svo hjólandi í vinnuna og seinni-partinn eftir vinnu næ ég í dæturnar í skóla, skutlast í frístundir, eltist við dæturnar heima, elda mat og kem dætrunum niður. Kvöldin eru róleg og oftast er ég dauðþreyttur eftir langa daga. Ég reyni að vera kominn í háttinn fyrir klukkan 22.30 svo ég fái nægilegan svefn. Æfingar síðustu árin hafa aðallega verið í formi 20-30 kílómetra hjólréiðatúra til og frá vinnu. Um helgar hleyp ég, eða hjóla, lengri túra og hef sérlega gaman af því að hlaupa tvær til þrjár ferðir á Helgafellið í Hafnarfirði. Ef tími gefst til næ ég einni til tveimur styrktaræfingum á viku í vinnunni, eða á kvöldin ef ég hef orku, sem er sjaldnast,“ segir hann.

**Alæta með áherslu á „flexitarian“**

Geir Gunnar segist ekki fylgja neinu ákveðnu mataræði. „En ætli mitt mataræði sé ekki mest í ætt við „flexitarian“ mataræði þar sem áherslan er á jurtafæði, en dýraafurðir eru takmarkaðar og þá sérstaklega rautt kjöt. Af kjötafurðum er meira neytt af fiski, alifuglakjöti og eggjum. Mikið af próteinum kemur úr hnetum og baunum. Þetta mataræði á einnig að stuðla að meiri sjálfbærni og umhverfisvernd og rímar það vel við mig, sem er mikill umhverfisverndarsinni,“ segir hann.

„En ég er enginn 100 prósent „flexitarianisti“ og fæði mitt er alætufæði. Sem næringarfræðingur reyni ég að borða sem fjölbreyttast, fiskur tvisvar í viku, borða reglulega, mikið af grænmeti og ávöxtum, að minnsta kosti tvö til þrjú epli á dag og drekka aðallega vatn. Allt er þetta nú mjög týpískt en þetta þrælvirkar fyrir mig og þetta gefur mér þá orku sem ég þarf yfir daginn. Minn helsti löstur í mataræði væri of mikil kaffidrykkja.“

**Samdi við konuna**

Aðspurður hvort hann verji miklum tíma í eldhúsinu og sé góður kokkur segir Geir Gunnar: „Ég veit ekki hvort ég á að segja þetta, en jú, ég



Geir Gunnar fær sér að minnsta kosti tvö til þrjú epli á dag.

MYND/STEFÁN

**Matseðill Geirs Gunnars**

**Morgunmatur**

Hafragrautur úr tröllahöfrum, chia-fræjum, möndlum, kókosflögum, niðurskornu epli og kanil. Þessi klikkar aldrei og hefur haldið mér gangandi frá því að ég man eftir mér.

**Millimál nr. 1**

Lífkornabrauðsneið eða hrökkbrauð með smjöri, osti og gúrku. Hálf appelsína og eitt egg. Þetta er svona týpískt.

**Hádegismatur**

Ýmis eldaður matur á vinnustöðum mínum, annars afgangar að heiman.

**Millimál nr. 2**

Lúkufylli af möndlum, epli og ein teskeið hnetusmjör.

**Kvöldmatur**

Heimilismatur. Síðasta kvöldmáltíðin mín var soðin ýsa með soðnu grænmeti og ég bætti við súrkálinu mínu og nokkrum tómötum. Í eftirrétt er alltaf eitt gott epli. Borða ekkert eftir klukkan 19 og aðhyllist 12:12 föstu sex daga vikunnar. Það er að segja ég borða ekkert í tólf klukkustundir, frá sjö á kvöldin til sjö á morgnana, en borða reglulega hinar tólf klukkustundirnar.

Það er hægt er að fylgjast með Geir Gunnari á Facebook og Instagram undir „Heilsugeirinn“.

# MATARMIKIL GÚLLASSÚPA Á KÖLDU HAUSTKVÖLDI

Næringarfræðingnum Geir Gunnari er mjög umhugað um heilsu. Hann fylgir fjölbreyttu mataræði með áherslu á svokallað „flexitarian“ mataræði. Hvað ætli hann borði á venjulegum degi?

**Gúlassúpa lögfræðingsins (konunnar)**

Nú er haustið komið og við erum þó nokkuð með súpur og matarmikil gúlassúpa er eitthvað sem klikkar ekki núna þegar farið er að kólna í veðri. Ekki skemmir fyrir að dætur mínar elska þessa súpu.

- 500 g nautagúllas
- 2-3 rauðlaukar
- 2 msk. ólífuolia
- 2 nautateningar
- 1 grænmetisteningur
- 2 dósir hakkaðir tómatar
- 3 tsk. tómatakraftur/puré
- 2 lítrar vatn
- 1-2 tsk. paprikuduft
- 6 hvítlauksrif

- 6-8 kartöflur, skornar
- 4 gulrætur, skornar
- 1 paprika
- 1 peli rjómi
- Salt, pipar og timían
- Fersk steinselja
- Sýrður rjómi

Hitið olíu og snöggsteikið lauk og kjöt. Bætið þá hvítlauk, papriku og tómatakrafti út í og eldið í 10 mín.

Bætið síðan vatni út í ásamt tómötum, krafti, paprikudufti, kartöflum og gulrótum og látið sjóða í a.m.k. 1 klst.

Hellið rjómanum saman við og

kryddið með salti, pipar og timían. Látið sjóða í aðra klst. og lengur ef tími gefst. Það ætti eiginlega að vera sér tölulíður, en á þessum tveimur tímum sem súpan fær að malla er virkilega mikilvægt að smakka til og krydda og smakka svo meira. Jafnvel að bæta krafti út í ef með þarf.

Berið fram toppað með sýrðum rjóma og steinselju.

**Hugmynd að framreiðslu**  
Borið fram með nýbökuðu brauði til að dýfa í súpunna. Rauðvín smakkast alveg sérlega vel með þessari súpu fyrir þá sem það þiggja.

læt það flakka. Ég var orðinn svo þreyttur á spurningunni: „Hvað eigum við að hafa í matinn?“ að ég samdi við konuna fyrir nokkrum mánuðum um að við myndum skiptast á, á vikufresti, að sjá um matinn og matarinnkaupin. Þetta hefur gengið vonum frammar og ég er hættur að fá þessa leiðindaspurningu. Ég hvet fleiri þó til að prófa þetta, það einfaldar lífið og útrýmir leiðinlegustu spurningu allra tíma,“ segir hann.

„Almennt er ég nú ekki mikill matgæðingur eða kokkur og konan segir stundum í gríni að ég gæti bitað gras og skolað því niður með lýsi, ef það gæfi mér öll næringarefni sem ég þarf.“ ■







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

## STAFARUGL

Leynigeturinn í síðasta stafarugli var **SÝKJAST**. Já, sama hvort við erum enn þá til í að „hlýða Víði“ eða orðin hundleið á þessu and... kófi og viljum fá að lifa lífinu eins og fyrir það, þá er held ég vart neinn sem ekki ber með sér þá heitu von, jafnvel þótt hún sé vel falin í bakhöfðinu, að sýkjast ekki af þessari veiru.

Og nú er allt komið á haus eina ferðina enn, neyðar-ástand segja Almannaþingurinn o.s.frv. og því örugglega enn þá meiri ástæða til þess að dreifa huganum og

hugsa um eitthvað allt annað. Því held ég uppteknum hætti frá síðustu viku og í stafarugli dagsins eru vonandi engin, eða þá fá, orð sem nokkuð minna á ástandið í þjóðfélaginu eins og það er núna.

Svo, hér er 20 orða orðasúpa, 19 gefin upp eins og venjulega en það tuttugasta, leynigeturinn, er þó líkt og í síðasta stafarugli eitt orð sem tengist jú kófinu þótt það sé langt í það enn, en þó eru nokkur búin að hafa orð á því í spurn hvernig verður.

bógfiskur fegrandi sáðgresi haustlaukur	geimferja glaðasólskin manntafl róðrabátur	rúbíksteningur blossaviti skálabúnaður skóáburður	lifrarpylsa bloggsíða skinnhúfa háaalda	slátur vellingur danheiður
--	---	--	--	----------------------------------

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

## AMERÍSK KROSSGÁTA

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

**LÁRÉTT**

- 1. spik
- 6. fiskur
- 11. skaða
- 12. eftirsjá
- 13. framburður
- 14. borgun
- 15. jötunn
- 16. stífur
- 17. vinnusöm
- 18. augnalok

**LÓDRÉTT**

- 19. egó
- 21. umstang
- 24. rógur
- 28. hætta
- 31. efldu
- 32. ábati
- 33. krydd
- 34. viðfellidín
- 35. tjón
- 36. aldin
- 37. eyða

**LÓDRÉTT**

- 1. transistor
- 2. kirnan
- 3. tiltekni
- 4. einungis
- 5. ringulreið
- 6. sjúkdómur
- 7. vaðall
- 8. hroki
- 9. innhverfur
- 10. svipan

- 16. skemmu
- 20. svífa
- 21. rúm
- 22. stórvirki
- 23. drollara
- 25. vesælar
- 26. grön
- 27. áma
- 29. forðum
- 30. mikilleiki
- 33. snæfok



MoReq2



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



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





# Hverjar eru Jill Biden og Melania Trump?

Forsetafrúin Melania Trump og kennarinn Jill Biden gætu varla verið ólíkari. Þær eiga þó tvennt sameiginlegt. Eiginmenn þeirra sækjast eftir sömu stöðunni og þær hafa báðar gegnt fyrirsætustörfum. Á meðan Melania gerði það að farsælum ferli, einbeitti Jill sér að náminu og náldi sér í fjórar háskólagráður.

## MELANIA TRUMP



MYND/GETTY

Melania Trump er forsetafrú Bandaríkjanna. Hún er fyrsta útlenda konan til að gegna því hlutverki síðan árið 1829.

### MENNTUN OG FYRRI STÖRF

Melania Trump fæddist Melanija Knavs í Slóveníu þann 26. apríl árið 1970.

Melania lagði stund á arkitektúr og hönnun í háskólanum í Ljubljana í Slóveníu í eitt ár, þar til hún sagði skilið við nám.

Þegar Melania var sextán ára gömul hóf hún farsælan feril sem fyrirsæta. Hún breytti eftirnafni sínu í „Knauss“. Þegar hún var átján ára gömul komst hún á skrá hjá ítalskri umboðs-skrifstofu og þá byrjaði boltinn að rúlla. Hún hefur setið fyrir á síðum fjölda frægra tímarita á borð við Vanity Fair og GQ.

### ATHAFNAKONA

Melania flutti til Manhattan árið 1996 og kynntist núverandi eiginmanni sínum í veislu í september 1998. Þau gengu í það heilaga árið 2005 og eignuðust soninn Barron ári seinna. Fyrir átta Donald Trump fjögur uppkomin börn, þau Donald Trump Jr., Eric Trump, Ivönku Trump og Tiffany Trump.

Árið 2010 byrjaði Melania með eigin skartgripalínu, Melania Timepieces and Fashion Jewelry. Hún byrjaði einnig með húðvörulínu sem var til sölu í verslunum víða um Bandaríkin. Eftir að Melania varð forsetafrú sleit hún sambandi sínu við fyrirtækin líkt og embættið kveður á um, í kjölfarið lögðust vörulínurnar af.

Forsetafrúin talar fimm tungumál: slóvensku, serbnesku, ensku, þýsku og frönsku.

## JILL BIDEN



MYND/GETTY

Jill Tracy Jacobs Biden er eiginkona fram-bjóðanda Demókrata, Joe Biden. Jill Biden er bandarískur prófessor og var varaforsetafrú Bandaríkjanna á árunum 2009-2017.

### FYRRUM HJÓNABÖND OG BÖRN

Jill fæddist þann 3. júní árið 1951. Hún giftist Bill Stevenson árið 1970 og skildu þau fimm árum seinna.

Jill og Joe Biden eiga saman þrjú börn. Líf-fræðilega eignuðust þau saman eina dóttur, Ashley Biden. Joe átti tvö börn úr fyrra hjónabandi, drengina Hunter og Beau Biden. Hann missti eiginkonu sína og unga dóttur, þær Neilíu Hunter og Naomi Christínu Biden, í hræðilegu bílslysi árið 1972. Beau Biden lést árið 2015 eftir hetjulega baráttu við heilæxli.

Jill og Joe Biden hafa verið gift síðan árið 1977, en Joe þurfti að ganga töluvert á eftir framtíðareiginkonu sinni, það tók samtals fimm bónorð. Í viðtali við Vogue sagðist Jill vilja vera alveg viss áður en hún gengi að eiga Joe. Bæði vegna þess að hún vildi ekki að synir Joe Biden myndu missa aðra móður, en einnig vegna þess að hún var ekki viss um hvað sér þætti um að vera í sviðsljósinu. Á þessum tíma var Joe Biden öldungadeildar-þingmaður með stóra drauma.

### NÁM OG STARF

Jill tók sér eitt ár í frí frá námi til að sinna fyrirsætustörfum. Hún útskrifaðist með BA-gráðu í ensku árið 1975.

Jill vann sem kennari á meðan hún tók mastersgráðu í kennsluréttindum (Masters Of Education), með áherslu á lestur, árið 1981. Sama ár fæddi hún dóttur þeirra hjóna. Hún hætti að vinna í tvö ár til að ala upp börnin þeirra þrjú. Jill náldi sér svo í mastersgráðu í ensku árið 1987. Hún sneri aftur í skóla á sextugsaldri og fékk doktorsgráðu í mennta-vísindum árið 2007.

Jill Biden hefur kennt við hinar ýmsu menntastofnanir, meðal annars við almenningskóla (e. public schools) í þrettán ár. Í dag er hún enskuprofessor við almenningsháskóla (e. community college) í Norður-Virginíu í Bandaríkjunum. Hún segist ekki ætla að hætta að kenna þó að eiginmaður hennar verði kjörinn forseti. Hún ætlar að halda áfram að kenna við háskólann, alveg eins og hún gerði í þau átta ár sem hún var varaforsetafrú. Það þýðir að Jill, enskukennari með fjórar háskólagráður, gæti orðið fyrsta forsetafrúin sem er prófessor. Hún yrði þá einnig fyrsta forsetafrúin til að vera í launaðri vinnu, sem býr í Hvíta húsinu.

Jill sagði eitt sinn: „Að vera kennari er ekki eitthvað sem ég geri, heldur hver ég er.“

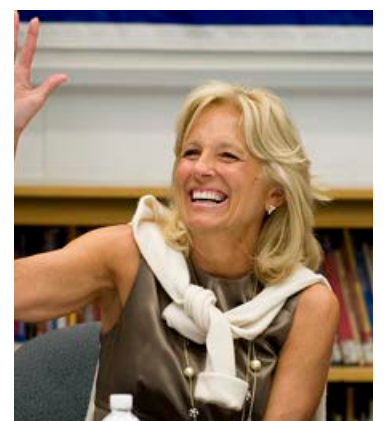


### FYRIRSÆTUR

Jill Biden og Melania Trump gegndu báðar fyrirsætustörfum á einhverjum tímamarki.

### FYRRI STÖRF

Melania seldi eitt sinn skartgrip. Jill er kennari að mennt.





# SPÁÐ Í... stjörnurnar



## LESID Í TAROT Aníta Bríem

### Frjósemi og tækifæri

Aníta Bríem þykir afburðagóð í Ráðherranum á RÚV og hefur hlotið mikið lof landsmanna. Aníta er fædd í lok maí, sem gerir hana að Tvíbura. Það kemur kannski ekki á óvart þar sem Tvíburinn er bæði listrænn og ófeiminn. Tvíburinn er mikil félagsvera og mikil 'já' manneskja. Alltaf til í ný ævintýri og nýjar áskoranir. Tvíburinn er oftast bara í flæðinu en á erfiðast með að ákveða hvað á að vera í kvöldverðinum.



MYND/ANTON BRINK

#### Hengdi maðurinn

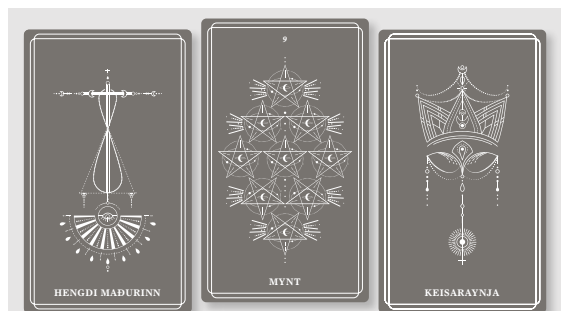
Hlé | Uppgjöf | Sleppa tókum | Ný sjónarmið  
Það tekur alltaf smá tíma að aðlagast breyttum aðstæðum. Sérstaklega eftir flutninga, ýmsar tilfinningar koma upp, sem er eðlilegt. Mikilvægt að vera auðmjúk/ur við sjálfa/n sig og taka einn dag í einu. Ofan á eigin breytingar eru breytingar í öllum heiminum. Spilið gefur til kynna að þú sért á réttri braut, en vill bara minna þig á að það er í lagi að líða alls konar. Einnig að þú þurfir að gefa þér og þínum tíma til þess að ná jarðtöngu á nýjum stað, það hjálpar ekki að vera með óþarfa pressu eða nota orku til þess að fleyta einhverju áfram, það er allt á áætlun.

#### Nía í myntum

Gnægð | Lúxus | Sjálfbærni | Fjárhagslegt sjálfstæði  
Hálfgert lottó-spil sem kemur hér upp. Ég sé að samningar sem mögulega hafa staðið ókláraðir um tíma nást loks. Þessir samningar munu gefa þér fjárhagslegt sjálfstæði. Svo er það alltaf mikill léttir að klára loksins eitthvað sem hefur lengi verið með lausa enda. Ef þetta er ekki að gerast akkúrat um þessar mundir, þá er mjög stutt í það.

#### Keisaraynja

Kvenleiki | Fegurð | Náttúra | Ræktarsemi | Gnægð  
Þú hefur sjaldan líðið eins vel í eigin skinni. Hér sést þú tengjast þínum rótum á ný og finna sjálfsástina eins og aldrei fyrr. Þú hefur mikla þörf fyrir sköpun og ert mikill fagurkeri. Spákonan sér einhvern innflutning á fallegri vöru eða vörubrúun í samstarfi við einhvern annan. Það er mikil kvenleg orka sem fylgir þessari



### Skilaboð frá spákonunni

Það er ekki áfangastaðurinn heldur ferðalagið sem skiptir máli.

sjón, mögulegt samstarf við aðrar konur eða merki með kvenlegri áherslu. Þetta er líka mikið frjósemispil, en það virðist frekar tengjast framanum að þessu sinni – eða hvað?

## SVONA EIGA ÞAU SAMAN

### Fyrirsætan Bryndís Líf komin með kærasta

Fyrirsætan Bryndís Líf er gengin út og sá heppni heitir Stefán Jónsson. Um er að ræða nýja ást sem blómstraði í sumar. DV lék forvitni á að vita hvernig þau eiga saman ef lítið er til stjörnumerkjana.

Ef það eru einhver merki sem passa illa saman þegar kemur að nánd þá eru það Meyjan og Tvíburinn. Þau eru bæði forvitin, en annað þeirra er úthverft og hitt innhverft. Tvíburinn væri til í að hlaupa nakinn um götur borgarinnar, en Meyjan kys að halda sínum líkama fyrir sjálfa sig. Þessi ólíku viðhorf gætu orðið þeim að falli ef þau tala ekki opinskátt um tilfinningar sínar.

Traust er einnig veikleiki hjá þáinu, Tvíburinn þarf að koma niður til jarðar og virða viðkvæmu Meyjuna. Með tímanum byggir parið upp traust, en til þess þarf Meyjan að opna sig.

Sem betur fer eru samskipti eitthvað sem parið á sjaldan erfitt með. Þau deila sömu gildum og kunna að meta gáfur, útsjónarsemi og skynsemi. ■



MYND/SAMSETT

#### Bryndís Líf Eiríksdóttir Tvíburinn

20. júní 1996
- Góð aðlögunarhæfni
  - Skapandi
  - Fljót að læra
  - Blíð
  - Óákveðin
  - Ástúðleg

#### Stefán Jónsson Meyja

19. september 1994
- Metnaðarfullur
  - Traustur
  - Góður
  - Vinnuþjarkur
  - Of gagnrýnn
  - Feiminn

## STJÖRNUSPÁ Vikan 09.10. – 15.10.

### Hvað segja stjörnurnar um þig þessa vikuna?

#### ♈ Hrútur 21.03. – 19.04.

Hrúturinn er óvenjuvel upplagður til að takast á við áskoranir vikunnar. Viðmót hans er jákvætt og skemmtilegt og smitar út frá sér. Orka sem er vel þegin inn í komandi vikur. Hann kemur jafnvel sjálfum sér á óvart með þessari Pollýönnu-hegðun.

#### ♏ Vog 23.09. – 22.10.

Vogin er einstaklega góð í því að vera sálfræðingur allra og oft jafnvel óumbeðin. Hún er klók með ýmis góð ráð, en stjörnurnar minna hana á að hlusta sjálf á þessi ráð sem hún veitir öllum öðrum.

#### ♉ Naut 20.04. – 20.05.

Það sem liggur þér helst á hjarta þessa vikuna er að einhver náin/n þér sjái þín sjónarmið og sé þér samtaka í næstu skrefum fram á við. Þá er helsta ráðið að opna sig og ræða málin. Kannski væri sniðugt fyrir ykkur að prófa eitt-hvað nýtt saman.

#### ♍ Sporðdreki 23.10. – 21.11.

Þín áskoran er á persónulegri nótnum. Þú berst við ávana sem þú veist upp á hárf gerir þér ekkert gott. Hvað er það sem þú þarft að sleppa tókum á? Gefðu þér tíma til að ihuga þessa spurningu.

#### ♊ Bogmaður 22.11. – 21.12.

Það er aðdúnarvert hversu uppátækjasöm/amur þú ert. Þú fylgir innsæi þínu meira en þú gerir þér grein fyrir og tekur áhættu, innst inni veistu að það er rétt. Þú veist ekki nákvæmlega hvernig spilin munu leggjast en getur þó treyst því að þau verði þér í hag.

#### ♎ Steingeit 22.12. – 19.01.

Einhver er að stíga inn í styrkleika sinn... Essasú? Fyndið hvernig einn dagur getur gjörbreytt stefnu manns, eða gefið manni stefnu, réttara sagt. Það er að skýrast betur hvert þú vilt stefna og hvernig þú ætlar að komast þangað. Spannandi tímar.

#### ♋ Krabbi 22.06. – 22.07.

Krabbinn er endalaust hvattur eða í raun neyddur til að hugsa út fyrir kassann. Breytt fyrirkomulag hefur leitt hann í þessar aðstæður en hann má vera stoltur af útsjónarseminni. Hún er til fyrirmyndar!

#### ♊ Vatnsberi 20.01. – 18.02.

Þú þarft aðeins að berjast fyrir þínu þessa vikuna. Ekki örvænta! Það mun enda farsælega, en verður klárlega æfing í að standa upp fyrir sjálfri/um sér og setja mörk. Það líður engum vel í þessum aðstæðum en það er þó sannarlega góð tilfinning að vera samkvæmur sjálfum sér.

#### ♌ Ljón 23.07. – 22.08.

Það virðist vera þitt hlutverk þessa vikuna að láta öðrum líða vel og sannfæra þá um að það verði allt í lagi. Þetta hlutverk getur dregið úr manni til lengdar, en ljónið er vel upplagt og nýtur þess að hjálpa sínum nánustu.

#### ♊ Meyja 23.08. – 22.09.

Já, þetta eru svo sannarlega yfirþyrmandi tímar. Mundu bara, elsku Meyja, að þú ert ekki ein í þessum aðstæðum. Æfðu þig í þakklæti, þakkaðu fyrir litlu hlutina í lífinu. Sú æfing mun hjálpa þér að sjá allt í réttu samhengi og gleðja þig.

#### ♋ Fiskur 19.02. – 20.03.

Innri bylting og orkustraumsbreyting er í kortunum þínum. Loksins finnst þér eins og kosmósið sé þér hliðhollt og ekkert getur haldið aftur af þér. Enda hefur ýmislegt komið upp á og þetta ár verði þér afar lærdómsríkt. Nú dettur þú í uppskeruna.



# MIKIÐ GENGIÐ Á Í LÍFI KJARTANS HENRYS UNDAFARNAR VIKUR

Viðtal sem Kjartan Henry Finnbogason fór í við danska fjölmiðla fór illa í forráðamenn félagsins, íslenski sóknarmaðurinn er harður í horn að taka innan sem utan vallar og segir hlutina umbúðalaust. Eftir farsælan feril í atvinnumennsku styttist í heimkomu.

Hörður Snævar  
Jónsson  
hoddi@433.is



Það gekk ýmislegt á í lífi Kjartans Henrys Finnbogasonar í liðinni viku; þessi 34 ára gamli atvinnumaður í knattspyrnu rifti samningi sínum við Vejle í Danmörku seint á mánudagskvöld og degi síðar gekk hann í raðir Horsens skammt frá. Kjartan þekkir hverja þúfu hjá Horsens, eftir farsæla dvöl þar frá 2014 til 2018. Mikil læti voru á bak við tjöldin þegar Kjartan yfirgaf Vejle, en hann treystir sér ekki enn til að fara út í smáatriði. Framkoma forráðamanna Vejle vekur mikla furðu meðal stuðningsmanna félagsins, framherjinn hafði leikið með félaginu í eitt og hálf ár og raðað inn mörkum. Það liggur því í augum uppi að eitthvað annað en frammistaða Kjartans innan vallar var ástæða þess að félagið ákvað allt í einu að hætta að spila honum.

„Það er ýmislegt búið að ganga á, ég ætla samt að sleppa því að fara út í smáatriði á þessu augnabliki. Staðreyndin er hins vegar sú að ég kom til Vejle þegar liðið var nánast fallið úr dönsku úrvalsdeildinni. Ég átti að koma og reyna að hjálpa liðinu að halda sér uppi, en það tókst ekki. Ég tók ákvörðun um að framlangja samninginn og hjálpa liðinu að komast upp, það tókst á endanum eftir langt og strangt kórónaveiru-tímabil. Ég endaði sem markahæsti leikmaður liðsins og allt gekk í blóma, síðan æxluðust hlutirnir þannig að minna krafta var ekki óskað. Það var ýmislegt sem gekk á sem ég get ekki farið út í,“ sagði Kjartan þegar hann var spurður út í þennan óvænta viðskilnað.

## Ekki í þessu til að eignast vini

Eftir fyrsta leik tímabilsins fyrir örfáum vikum fór Kjartan Henry í viðtal við danska fjölmiðla, þeir furðuðu sig á því að hann hefði byrjað sem varamaður. Íslenski framherjinn sagði hlutina umbúðalaust: „Þetta er ótrúlega flókið, eigandi Vejle er ekki danskur, það er ekki algengt í Danmörku. Það þótti ekki heillandi að vera með 34 ára gamlan fram-



Hetja Vejle fyrir nokkrum vikum, en Kjartani var síðan hálfpartinn sparkað út skömmu síðar.

MYND/GETTY

herja, sem er engin söluvara lengur. Það var eitthvað annað en frammistaðan á vellinum sem hafði áhrif á spilatíma. Ég er eins og ég er, ég er ekki í þessu til að eignast vini, heldur til að ná árangri innan vallar. Þegar ég er spurður þá svara ég á hreinskilinn hátt, ég fór í viðtal eftir fyrsta leikinn þar sem ég var spurður út í spilatímann og var heiðarlegur. Það var ekki tekið vel í það hjá þeim sem stjórna hjá félaginu.“

Eftir viðtalið sem Kjartan fór í fann hann að hann átti enga leið til baka, hann segir ýmislegt hafa gengið á bak við tjöldin, sem ekki þoli dagsljósið alveg strax. „Ég fann það að þetta var búið eftir það viðtal, það var ýmislegt sem gerðist eftir það sem ég get farið út í síðar. Ég veit að það er öllu snarað yfir á dönsku í dag, ég verð því að passa mig á hvað ég segi.“

## Eiginkonan með í för þegar samningi var rift

Helga Björnsdóttir, eiginkona Kjartans, var með í för þegar hann hélt upp á skrifstofu Vejle seint á mánudagskvöld til að rifta samningi sínum. Helga er menntaður lögfræð-

ingur og gat því séð til þess að allt væri eftir laganna bókstaf. Degi síðar skrifaði hann undir hjá Horsens, sem líkt og Vejle leikur í efstu deild. „Það var ýmislegt í boði en þetta gerðist allt mjög fljótt, ég fór niður á völlum hjá Vejle 23:30 á mánudagskvöld, með eiginkonu minni sem er lögfræðingur, til þess að skrifa undir riftun á samningi, degi síðar skrifaði ég undir hjá Horsens og fór á mína fyrstu æfingu. Það kom til greina að koma heim til Íslands en ég var ekki tilbúinn til þess núna. Ég skoraði mikið á síðustu leiktíð í 1. deildinni og ef maður getur skorað þar, þá á maður að geta skorað í efstu deild. Mér finnst ég eiga það skilið eftir söguna hérna og það sem hefur gengið á, að gefa allt sem ég á í eitt tímabil til viðbótar. Það var fullt af möguleikum, en ekkert lið frá Íslandi sem hafði samband við mig.“

## Heimkoma á næsta ári

Kjartan á tvö börn sem þekkja lítið annað en að búa í Danmörku, hugurinn leitar þó heim og gæti Kjartan spilað hér á landi um mitt næsta

Ég veit að það eru öllu snarað yfir á dönsku í dag, ég verð því að passa mig á hvað ég segi.

sumar. Kjartan hefur alla tíð leikið með KR hér á landi og sögur um að hann snúi heim í Vesturbæinn heyrast reglulega. „Strákurinn okkar sem er fjögurra ára er fæddur hérna í Danmörku, dóttir mín er 9 ára og hefur verið hér í fimm ár og er nánast dönsk. Við erum alltaf Íslendingar og komum heim, konan mín er komin í flotta vinnu. Það kæmi mér ekki á óvart ef heimkoman yrði næsti sumar þegar samningurinn er frá.

Ég átti frábær ár með Horsens síðast, við fórum úr því að verða gjaldþrota yfir í það að verða flottur klúbbur í úrvalsdeild. Stærsta ástæða þess að ég valdi að koma hingað aftur er að ég er fimmtán mínútur að keyra á æfingu. Mér líður eins og ég sé að loka hringnum, ég kom hingað frá KR 2014 og er núna að loka hringnum erlendis aftur hérna. Mér finnst eitthvað fallett við það,“ sagði þessi öflugur framherji að lokum. ■





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](http://www.zenus.is).

ZENUS | Víkurhvarfi 2 | 203 KÓPAVOGI | S: 554 2450 | [www.zenus.is](http://www.zenus.is)

ZENUS





## SAND KORN



MYND/AÐSEND

### Listakona á lausu

Einn vinsælasti tískuljósmyndari landsins, Saga Sigurðardóttir, er á lausu. Saga og tónlistarmaðurinn Vilhelm Anton Jónsson, betur þekktur sem Villi naglbítur, eru hætt saman eftir rúmlega árs samband. Saga er ákaflega vel tengd inn í lista-elítu Íslands og yfirleitt umkringd mörgum færustu hönnuðum og fyrirsætum landsins. Saga er þekkt fyrir eldrauðan varalit sem hún ber oftast, dulúðugt augnaráð og einstakan fatastíl. Saga er ekki aðeins listagóður ljósmyndari því hún malar einnig myndir og leikstýrði nýlega sínum fyrstu auglýsingum fyrir Símann og Kristal.

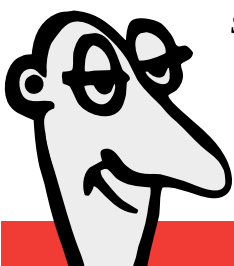


MYND/ANTON BRINK

### Kórónalíngó

Veiran hefur mestmegnis fært heiminum bøl að undanskildum auknum samverustundum fyrir þá sem búa svo vel að vilja auka samveru með fjölskyldunni og auðvitað hreinlæti.

Það sem faraldurinn hefur kennt okkur er meðal annars alls kyns undarleg nýyrði eins og smitbit (samviskubit yfir að hafa smitast), smitkömm, sóttkvíði, margmennisskömm, faraldursþreyta, faðmflótti, samkomusýki, Sótólfur, bannbugun, skjáumst og kófið. Spurning hvað landsmenn þurfa að muna þessi orðskrípi lengi. ■



Smitbit?

LOKI



[www.krokur.net](http://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