

Hér starfar fólk fyrir fólk

Halla Þorvaldsdóttir, framkvæmdastjóri Krabbameinsfélags Íslands, segir það hafa sýnt sig að þær opinberu stofnanir sem tóku við brjóst- og leghálsskimun um áramótin hafi fengið allt of stuttan undirbúningstíma.

— sjá síðu 10

UPPÁHALDS VEGAN GÓÐGÆTI



Eva Kristjánsdóttir er 28 ára tveggja barna móðir úr Reykjavík sem hefur verið vegan í fimm ár. Hún er dugleg að deila frá lífinu, uppskriftum og vegan ráðum á Instagram, @evakristjansd. Hún deilir með okkur sætum lista af uppáhalds vegan vörum sínum, sem innihalda enga pálmólú.



1 Kanelbullar

Frosnir kanilsnúðar frá Findus sem er gott að hita í ofni eða í örbylgjuofni. Passið að lesa innihaldslýsinguna þar sem það eru aðrar týpur sem innihalda mjólk.



2 Snúður með súkkulaði-glassúr úr Bónus

Þessi snúður var keyptur inn heima þegar ég var lítil en svo komst ég að því fyrir nokkrum árum að hann er óvænt vegan!

3 Betty Crocker Devil mix

Mitt go to þegar ég vil styttri leiðina fyrir afmæli. Í stað olíu, vatns og eggja bætirðu við 0,33 lítrum af sóðavatni, hrærir saman og fylgir leiðbeiningum varðandi bökunartíma, og þá ertu komin með vegan köku!

4 Lay's rautt

Klassískar flögur með salti. Hefur lengi verið í uppáhaldi hjá mér.

5 Suðusúkkulaði 54%

Klassíka súkkulaðið sem flestir þekkja er vegan og hentar vel í bakstur og flest sætt.

Fnykur af fúski

Það hefur ekki farið fram hjá neinum að flutningur skimana vegna legháls- og brjóstakrabbameins frá Leitarstöð Krabbameinsfélags Íslands til opinberra stofnana hefur ekki gengið snurðulaust fyrir sig.

Samhliða flutningnum um áramótin var tilkynnt að hætta ætti að skima konur fyrir brjóstakrabbameini frá fertugu og hefja skimunina um fimmtugt. Engin kynning hafði farið fram á þessari breytingu og konur voru aldeilis ósáttar. Á met tíma söfnuðust yfir 35 þúsund undirskriftir þar sem þessu var mótmælt og heilbrigðisráðherra dró ákvörðunina tímabundið til baka. Að baki þessari ákvörðun var mat færra vísindamanna en þeim upplýsingum hafði bara ekki verið komið til almennings.

Þrátt fyrir að uppi hefðu verið hugmyndir um flutning þessara skimana um árabíl vildi ekki betur til en svo að þegar Landspítalinn tók við brjóstaskimuninni var þar engin aðstaða, engin tæki og ekkert sérhæft starfsfólk. Landspítalinn leigir því aðstöðuna af Leitarstöðinni þangað til í vor. Öllu starfsfólki Leitarstöðvarinnar var síðan sagt upp og var þar með í óvissu um framtíð sína. Hluta þessa starfsfólks var síðar boðin vinna, til að mynda við brjóstaskimun hjá Landspítalanum. Það hefði óneitanlega verið skemmtilegra að bjóða þessu fólki nýja vinnu strax því það hefði átt að vera fyrirséð að það þyrfti starfsfólk til að sinna þessu verkefni.

Síðan er það legháls-skimunin. Síðustu legháls-sýnin voru tekin á Leitarstöðinni í nóvember og þau flutt til heilsugæslunnar. Heilsugæslan og Sjúkratryggingar Íslands voru hins vegar ekki búnar að ganga frá samningum um hver ætti að greina sýnin. Nú stendur til að senda þau til Danmerkur. Í millitíðinni hafa um tvö

Það hefði óneitanlega verið skemmtilegra að bjóða þessu fólki nýja vinnu strax.

þúsund sýni verið lokað ofan í kassa á heilsugæslustöð. Á sama tíma hafa þær konur sem fóru í legháls-skimun í nóvember beðið í von og óvon eftir fregnum af því hvort þær hafi greinst með frumubreytingar í leghálsi. Ljóst er að biðin verður eitthvað lengri. Eftir fréttum af því hvort þú sért kannski með krabbamein.

Þarna er síðan hópur sérhæfðs starfsfólks sem starfaði við greiningar á legháls-sýnum á Leitarstöðinni, fólk sem hefur aflað sér einstakrar þekkingar á undanförunum árum, sem er að leita sér að vinnu því sýnin eru á leið út fyrir landsteinana til greiningar. Þetta hljómar ekki eins og sérlega skilvirk kerfi, ekki einu sinni þó heilbrigðisráðherra hafi sagt að mögulega yrðu sýnin bara greind tímabundið erlendis. Fastlega má reikna með því að sérhæfða starfsfólkið verði komið með aðra vinnu ef og þegar greiningin verður færð aftur til Íslands. Kaldar kveðjur til þessa mikilvæga starfsfólks frá ríkisstjórninni.

Loks vikur sögunni að hópskimunum vegna krabbameins í ristli. Þetta verkefni hefur verið á dagskrá um árabíl og töluvert fé lagt til þess. Með þessari skimun væri beinlínis hægt að koma í veg fyrir dauðsföll. Það deyja fleiri úr ristilkrabbameini en úr brjóstakrabbameini. En þetta er alltaf á áætlun hjá hinu opinbera, aldrei í framkvæmd.

Einn af hverjum þremur fær krabbamein einhvern tímann á lífsleiðinni. Við hljótum að geta gert svo miklu betur. ■

Sundurfylkingin

SVART HÖFÐI

Ekkert er öruggt í þessum heimi nema dauðinn og skatturinn, segja þeir. Svarthöfði veit þó um annað sem er álíka öruggt, rífrildi meðal vinstri manna. Svona álíka öruggt og að sólin rísi í austri og Davíð Oddsson níði reglulega skóinn af Degi B. Eggertssyni.

Nú hafa Samfylkingarmenn ákveðið að losa sig við Ágúst Ólaf Ágústsson, sem hefur verið ótrúlega fyrirséð í þessi tvö ár síðan hann ákvað að fá sér einum of marga bjóra og reyna að stinga tungunni upp í blaðamann í hennar óþökk, og það ítrekað. Varla ættu menn að taka andköf af furðu yfir að þetta sé að gerast, hér er um að ræða flokk sem gerir sig út fyrir að vera jafnréttisflokkur með frekar femínískum gildum. Varla hægt að hafa í framlínu slíks flokks mann sem hefur opinberlega verið sakaður um, og enn fremur gengist við, kynferðislegri áreitni.

Treystum þó Samfylkingarmönnum til að missa engu að síður svefn yfir þessu. Enda hefur mesta púðrið verið í þessum blessaða flokki þegar kemur að innanbúðarátökum. Ef þeir gætu stundað þingstörf af jafn miklum eldmóð þá kannski sæi sér einhver fært að kjósa þau svona til tilbreytingar.

En þetta hefur verið vandi krata á Íslandi að geta aldrei verið sammála um neitt og geta ekki fyrir sitt litla líf staðið saman eða fórnað nokkru af hugsjónum sínum til að bola íhaldinu frá völdum. Hér mætti vinstrið taka

hægrið sér til fyrirmyndar og afgreiða sín blóðugu innanhússátök þar sem þau eiga heima – innanhúss – og heilsa síðan lýðnum við útidyrnar með breiðu brosi.

Ágúst Ólafur má þó eiga það að hann ásamt Helgu Völu Helgadóttur hefur nánast staðið fyrir Samfylkingunni eins og hún leggur sig undanfarin ár. Formaðurinn, Logi Einarsson, virðist ganga með veggjum, Guðmundur Andri Thorsson talar eiginlega bara í bundnu máli sem enginn skilur, Guðjón S. Brjánsson hefur ekkert unnið sér til frægðar og Oddný G. Harðardóttir – hvar er hún eiginlega? Hvað á svo að gera við Albertínu Friðbjörgu Elíasdóttur? Hún hefur líka verið hálf ósýnileg.

Heyrst hefur úr herbúðum Samfylkingar að þar stígi nú

hver Ágústar-grúppían fram eftir aðra og kvarti sáran yfir meðferðinni á þingmanninum. Líklegast standa vonir til að hægt sé að grenja kallinn inn á lista. Ágúst virðist þó sjálfur hafa gefist upp og farið í fýlu, honum mun hafa verið boðið þriðja sætið en stoltið hafi ekki boðið upp á annað en annað sæti að lágmarki.

Nú vill flokkurinn fá okkar atkvæði í kosningunum. Flokkur sem virðist ekki einu sinni standa með sínum eigin þingmönnum. Hvernig í drottins nafni er slíkum flokki treystandi fyrir atkvæði, hvað þá meirihluta-valdi? Flokkur sem er meira sundur en saman en kallar sig samt Samfylkingu, þrátt fyrir að vera hvorki saman, né fylking. Frekar sundurleitur hópur af fólki sem þreytist ekki á þófinu. ■



BESTA

NÝJA NAMMIÐ!*



MEST LESIÐ

Á DV Í VIKUNNI

- 1** Jarðarför Ástu var á föstu-daginn – Lætur eftir sig fjögur börn Ásta Halldóra Styff Óladóttir varð bráðkvödd að heimili sínu þann 9. desember 2020.
- 2** Manstu eftir ítalska kyntröllinu Fabio? – Svona lítur hann út í dag Ítalska fyrirsætan Fabio er 61 árs og enn í fantaformi.
- 3** Mæðgur naktar saman í Playboy Þýska útgáfa Playboy skartaði nöktum mæðgum á for-síðunni, þeim Claudelle og Romy Eckert.
- 4** Hún hvarf sporlaust í skemmtisiglingunni – Síðan kom tölvupósturinn sem fékk mjög á foreldrana Foreldrar Amy Bradley fengu senda mynd sjö árum eftir hvarf dóttur þeirra. Á myndinni var vændiskona sem var sláandi lík Amy.
- 5** Jóhannes Haukur borðaði þri-rétta máltíð með einni fræg-ustu leikkonu heims – „Við vorum tvö ein mætt“ Leikarinn Jóhannes Haukur Jóhannesson snæddi með leikkonunni Cate Blanchet.
- 6** 35 ára kennari ákærð fyrir kynferðisbrot gegn nemanda sínum – „Hún bað hann um að hitta sig utan skóla“ Breskur kennari tældi 15 ára dreng og á nú yfir höfði sér fangelsisdóm.
- 7** Ásmundur fylgdi tengda-syni sínum til grafar í dag – „Við eigum góðar minningar um dugnaðar tengdason“ Ingimar Ágúst Guðmarsson, tengdasonur Ásmundar Friðrikssonar þingmanns, var borinn til grafar 16. janúar.
- 8** Var rekinn eftir að það fréttist af honum á djamminu í Reykjavík Frakki sem kom til KA árið 2006 var rekinn eftir að hann fór á djammið daginn fyrir leik.
- 9** Hafnar því að hafa haldið framhjá Litlu bauninni Sara Kohan var ásökuð um að hafa haldið framhjá Javier Hernandez sem er kallaður Litla baunin.

Í FRÉTTUM ER ÞETTA HELST...



Gríðarlegt tjón í Háskóla Íslands

Gríðarlegt tjón varð í byggingum Háskóla Íslands í miklum vatnsleka aðfaranótt fimmtudags. Hurðir sprungu undan vatninu sem streymdi inn af miklum krafti, að því er talið er um 500 lítrar af vatni á sekúndu í 75 mínútur. Ástæða lekans var rof á aðalkaldavatnsæð Veitna við Suðurgötu. Á sumum stöðum náði vatn upp að hné og jafnvel í efri dyrakarma. Að sögn rektors er háskólinn ekki tryggður fyrir tjóninu sem er talið að geti hlaupið á hundruðum milljóna króna.

Óánægja með flutning á skimunum

Kvensjúkdómalæknar höfðu varað við því að heilsugæslan væri ekki tilbúin til að taka við skimunum vegna leghálskrabbameins um áramót. Fjöldi kvenna bíður þess að komast í skimun og ekki er víst hvenær úr því verður bætt. Krabbameinsfélagið hætti greiningu sýna í nóvember og nú liggja 2.000 sýni kvenna í pappakössum hjá heilsugæslunni og bíða þess að vera rannsökuð. Leghálssýnin verða send úr landi til greiningar, en það fyrirkomulag hefur verið harðlega gagnrýnt enda hafa sýni verið greind hér á landi um árabil og því ljóst að bæði tæknin og þekkingin er fyrir hendi innanlands.

Alvarlegt bísllys

Alvegt bísllys varð í Skötufirði á laugardag. Fjölskylda, búsett á Flateyri, var að snúa heim eftir ferðalag til Póllands er bifreið hennar fór út af veginum og hafnaði úti í sjó. Tvö létust í kjölfar slyssins, drengur á öðru ári og móðir hans. Faðirinn lifði af og er líðan hans eftir atvikum. Í kjölfarið var það fyrirkomulag gagnrýnt að ferðalangar frá útlöndum væru skikkaðir til að keyra beina leið heim til sín eftir komuna til landsins, jafnvel þótt þeir ættu langa leið fyrir höndum.



Ágúst Ólafur hættir

Ágúst Ólafur Ágústsson, þingmaður Samfylkingarinnar, mun ekki taka sæti á lista flokks síns í komandi kosningum. Ágúst var ekki meðal fimm efstu í skoðanakönnun félagsmanna í Reykjavík en bauð uppstillingarnefnd sáttatillögu um að hann færi úr oddvitasæti yfir í annað sæti. Þeirri tillögu var hafnað. Mikil ólga er innan Samfylkingarinnar vegna þessa og þykir mörgum að Ágústi sé með vilja bolað burt vegna kynferðis-legrar áreitni sem hann var sakaður um á kjörtímabilinu.



Donald Trump ekki lengur forseti

Joe Biden tók við sem forseti Bandaríkjanna á miðvikudag og varð 46. forseti Bandaríkjanna. Donald Trump, fráfarandi forseti, er því fluttur úr Hvíta húsinu og snúinn aftur til Flórída þar sem hann er búsettur.

Sviss hafði betur

Sviss vann Ísland, 20-18, í fyrsta leik milliriðils III á Heimsmeistaramótinu í handbolta á miðvikudag. Íslenska landsliðið var í kjölfarið gagnrýnt fyrir slakan sóknarleik, en Ísland skoraði aðeins átján mörk í leiknum og tvö af þeim skoraði markvörðurinn Björgvin Páll Gústavsson og varð þar með næstmarkahæsti leikmaður liðsins í leiknum.

ALDREI AÐ SKAFA!
MEÐ WEBASTO BÍLAHITARA

BÍLASMÍÐJURINN HE

Þú hitar bílinn með fjarstýringu og nýtur þannig þæginda og öryggis





SINFÓNÍUHLJÓMSVEIT
ÍSLANDS

20 2020 21

SINFÓNÍAN STÍGUR Á SVIÐ

FÁÐU ÞÉR SÆTI

Í janúar og febrúar býður Sinfóníuhljómsveit Íslands upp á fjölbreytta klukkustundarlanga tónleika, án hlés, sem spanna litríkt svið tónlistar. Þar ættu allir að finna eitthvað við sitt hæfi – hvort sem það er Richard Wagner eða Maxímús Músíkús.

Við leggjum áherslu á ábyrgt viðburðahald og fylgjum ávallt gildandi sóttvarnareglum. Sætaframboð er takmarkað og því gott að tryggja sér miða sem fyrst á sinfonia.is

Sjáumst í Hörpu!

KONTOR REYKJAVÍK



Miðasala
sinfonia.is

Sími
528 5050

SEGJA STYTTINGU VINNUVIKUNNAR FJANDSAMLEGA FJÖLSKYLDUM

Leikskólakennarar sjá ekki fyrir sér að hægt verði að stytta vinnuvikuna án þess að annaðhvort skerða þjónustu við foreldra leikskólabarna eða auka framlög til leikskóla. Borgin segir að það sé víst hægt, og það sé forsenda fyrir styttingu vinnuvikunnar.

Heimir
Hannesson
heimir@dv.is



Kergja er meðal leikskólakennara vegna framkomu Reykjavíkurborgar gagnvart stéttinni í málum tengdum styttingu vinnuvikunnar. Samið var um styttingu vinnuvikunnar í samningum sem undirritaðir voru um mitt ár í fyrra en sjálf styttingin tók gildi 1. janúar.

Stytting vinnuvikunnar hefur raunar lengi verið kappsmál hjá stéttarfélagum á Íslandi og fögnuðu forkólfar hreyfingarinnar ákaft þegar það lá fyrir að vinnuvika þúsunda starfsmanna hjá hinu opinbera færi úr 40 klukkustundum niður í 36 á nýju ári.

Samkvæmt samningnum skal hver vinnustaður fyrir sig útfæra hvernig að styttingunni skuli staðið. Hópur skal skipaður innan hvers vinnustaðar sem vinnur tillögu að útfærslu sem vinnustaðurinn kys svo um.

Ljóst hlaut að vera að talsverður kostnaður myndi hljótast af því að borga starfsmönnum jafn mikið fyrir minni vinnu. Í skriflegu svari mannauðs- og starfsumhverfissviðs Reykjavíkurborgar sem lagt var fram í borgarráði í þarsíðustu viku kom fram að kostnaður Reykjavíkurborgar vegna styttingar vinnuvikunnar yrði 520 milljónir króna. Langstærsti hluti þess kostnaðar hlýst á velferðarsviði borgarinnar, eða 473 milljónir.

Má ekki kosta neitt

Einhver hefur útreikningurinn verið, því útreikningur mannauðs- og starfsumhverfissviðs var svar við spurningu borgarfulltrúa Miðflokksins sem hún lagði fram í nóvember, fyrir tveimur mánuðum. Fyrirspurnin var svohljóðandi: „Hvað er áætlað að stytting vinnuvikunnar muni kosta Reykjavíkurborg á árinu 2021 tæmandi talið eftir sviðum borgarinnar?“

Í ljósi tæmandi orðalags svars Reykjavíkurborgar vakti það athygli að ekkert var minnst á skóla og leikskóla borgarinnar. Mátti því ráða af svarinu að ekki væri gert ráð fyrir því að neinn kostnaður félli til þar vegna styttingar



Leikskólabörn á leið í ævintýraferð í Strætó. Leikskólakennarar segja styttingu vinnuvikunnar munu skerða þjónustu við börnin.

MYND/STEFÁN

vinnuvikunnar. Fyrir því er einföld ástæða: Reykjavík ætlar ekki að eyða peningum í styttingu vinnuvikunnar í skólum borgarinnar. Í skilaboðum Skóla- og frístunda-sviðs borgarinnar til leikskólastjóra kom fram að styttingin mætti ekki kosta borgina neitt, og þjónustuna mætti ekki skerða heldur.

Í svarinu segir jafnframt: „Forsenda styttingar hjá dagvinnufólki er að breyting á skipulagi vinnutíma skuli ekki leiða til breytinga á launum starfsfólks eða launakostnaði starfsstaða. Að óbreyttu mun stytting vinnuskyldu vaktavinnufólks, úr 40 í 36 virkar stundir, hafa veruleg áhrif á starfsemi starfsstaða og svokallað mönnunargat myndast.“

Leikskólastarfmenn hissa á borginni

Í samtali við DV orðaði leikskólakennari það svo að tvíráð skilaboð borgarinnar yllu leikskólastarfmönnum „miklum heilabrotum“ um þessar mundir. „Borgin skrifar undir þennan samning. Síðan segir hún að forsenda hans hafi verið að hann mætti ekki kosta neitt en hún er nú samt meðvituð um að stytting vinnuvikunnar mun hafa veruleg áhrif á starfsemi vinnustaða og „mönnunargat“ myndast. Samt koma svo skilaboð um að útfærslan megi ekki kosta neitt og ekki bitna á þjónustunni. Maður skilur ekki neitt í þessu,“ sagði einn leikskóla-

kennarinn sem DV ræddi við í vikunni.

„Nú liggur það í augum uppi að þegar manneskja gengur úr starfi eftir hádegi án þess að afleysing komi á móti myndast skarð og ekki er lengur hægt að halda uppi leikskólastarfi af sömu gæðum og ef um fullmannaðan vinnustað væri að ræða,“ sagði annar. Hvorugur leikskólastarfsmaðurinn vildi koma fram undir nafni, en báðir sögðust þeir spenntir að heyra hvernig borgin ætlaði sér að útfæra þetta með þessum hætti.

Bollaleggingar borgarinnar fjandsamlegar fjölskyldum

Borgarfulltrúi Sjálfstæðisflokksins svarar þessari spurningu í aðsendri grein í Fréttablaðinu í vikunni: „Þetta er ekki hægt,“ segir Hildur Björnsdóttir. „Framkvæmdinni fylgdi ekkert viðbótarfjármagn og því fyrirséð að leikskólaþjónusta mun skerðast við útfærsluna,“ skrifar hún. Segir hún útfærslu borgarinnar á þessu ákvæði kjarasamnings ekki vera fyrstu „ísilagða áramótakveðju“ jafnaðarmanna til fjölskyldufólks, en opnunartími leikskólanna var stytur í haust. Hildur segir skerta þjónustu til þess fallna að auka umönnunarbyrði barna á heimilum borgarinnar, og sú aukna byrði er líklegri til þess að falla af meiri þunga á mæður en feður. „Minni atvinnuþátttaka kvenna á vinnu-

markaði hefur svo aftur áhrif á tekjuöflun þeirra, framgang í starfi og lífeyriskjör.“

Vísar Hildur til jafnréttismats sem unnið var fyrir borgina vegna hugmynda um styttingu opnunartíma leikskólanna. Niðurstaða matsins var að styttingin myndi leggja þyngst á einstæða foreldra, láglaunafólk, þá sem minna mega sín í samfélaginu en fyrst og fremst á konur. Engu að síður var ráðist í styttingu opnunartíma leikskólanna til áramóta 2020. Árið er nú 2021, og styttingin er enn í gildi.

Á það er nú bent að verði stytting vinnuvikunnar til þess að draga enn frekar úr veittri þjónustu í leikskólum borgarinnar hljóta sömu rök að eiga við. Þjónustuskerðingin mun leggja þyngst á þessa sömu hópa.

Stærsta breyting á vinnumarkaði í 50 ár

Þórdís Lóa Þórhallsdóttir, borgarfulltrúi Viðreisnar og staðgengill borgarstjóra, segist hafa skilning á því að það séu skruðningar í tengslum við þetta verkefni. „Þetta er enda risa breyting, líklega stærsta breyting á vinnumarkaði í að minnsta kosti 50 ár,“ segir hún. Aðspurð hvort hún hafi ekki samúð með því að leikskólakennarar fái þau skilaboð að borgin sé tilbúin til þess að leggja hundruð milljóna á ári í önnur svið en ekkert til skólanna segir Þórdís að það sé ekki hægt

að bera saman sólarhringsvaktir á hjúkrunarheimilum borgarinnar og leikskólakennara í dagvinnu. „Það var gert tilraunaverkefni árið 2015 og niðurstaðan þar var sú að þetta er hægt. Við vitum að það er hægt að ná fram styttingu vinnuvikunnar án þess að skerða þjónustu og auka kostnað,“ segir Þórdís. Hún bendir jafnframt á að þegar tilraunaverkefninu 2015 lauk hafi orðið mikil óánægja. „Það var mikil ánægja með verkefnið og þegar því lauk hafði fólk haft af því miklar áhyggjur að þetta myndi ekki nást inn í kjarasamningana.“ Til þess að þetta geti gengið, útskýrir Þórdís, þarf fólk að endurskipuleggja vinnudaginn, breyta ferlum og verkefnum. „Nágrannalöndin okkar fóru í gegnum þetta á sínum tíma og þá var ýmsu breytt á vinnustöðunum. Ég hef sjálf ekki orðið vör við óánægju, en ég get tekið undir það að það þurfi að spyrja gagnrýna spurninga,“ segir hún að lokum.

Leikskólakennarar taka ekki í sama streng og Þórdís. „Ef svigrúm væri fyrir aukna hagræðingu í starfi hér hjá okkur, þá hefði borgin fundið það fyrir löngu síðan og nýtt hann til að skera niður kostnað. Á leikskólum borgarinnar hefur allt verið skorið niður við nögl síðustu ár og áratugi. Þetta endar bara á einn veg, með skertri þjónustu,“ segir heimildarmaður DV. ■

Við kvefi og flensulíkum einkennum

- ▶ Fyrir fullorðna og börn frá 1 árs aldri.
- ▶ Má nota á meðgöngu og með barn á brjósti.
- ▶ Notist að minnsta kosti þrisvar á dag.
- ▶ Náttúrulegt virkt innihaldsefni.
- ▶ Auðvelt og þægilegt í notkun.
- ▶ Sýnt hefur verið fram á virkni með klínískum rannsóknum.
- ▶ Vörurnar henta þeim sem eru vegan.



Viruseptin®

Alvogen



Erla Dóra
Magnúsdóttir
erladora@dv.is



Bræðurnir Ágúst Arnar Ágústsson og Einar Ágústsson hafa ítrekað ratað á síður fjölmiðla undanfarin ár. Þeir eru athafnamenn sem sífellt leita nýrra sóknarfæra. Um þessar mundir söla þeir um og eru komnir á veitingamarkaðinn en á dögnum opnuðu þeir pítsustaðinn Slæs. Viðskiptahættir þeirra hafa þó verið umdeildir í gegnum tíðina.

Kickstarter-bræður

Bræðurnir vöktu athygli árið 2015 þegar þeir söfnuðu metfé á hóp fjármögnunarsíðunni Kickstarter þar sem þeir leituðu fjármagns fyrir þrjú verkefni, sólarrafhlöðu sem er fest á bakpoka, alhliða tengisnúru og vindmyllu til einkanota. Fengu bræðurnir í kjölfarið viðurnefnið Kickstarter-bræður. Kickstarter lokaði fyrir eina söfnunina eftir að um tuttugu milljónir höfðu safnast, en mikið þarf til svo að síðan loki fyrir slíka söfnun. Í kjölfarið var greint frá því að bræðurnir sættu rannsókn sérstaks saksóknara.

Skömmu síðar vakti það mikla athygli þegar sérstakur saksóknari gaf út ákæru á hendur Einari fyrir umfangsmikil fjársvik og gjaldeyrisbrot, en honum var gefið að sök að hafa svikið tugi milljóna út úr fjórum einstaklingum. Árið 2018 staðfesti Landsréttur dóm Héraðsdóms Reykjaness í málinu þar sem Einar var fundinn sekur um að svíkja 74 milljónir króna út úr fjárfestum sem áttu að renna inn í fjárfestingarfélag í Bandaríkjunum, en Einar nýtti peningana í eigin þágu. Samkvæmt dóminum átti Einar sér engar málsbætur og brot hans voru metin skipulögð og úthugsuð og var hann dæmdur í þriggja ára og níu mánaða fangelsi.

Zúista-bræður

Í árslok 2015 var upplýst að bræðurnir væru skráðir fyrir félagi Zúista, trúfélagi sem lofaði meðlimum að þeir fengju sóknargjöld sín endurgreidd og væri tilgangur félagsins að vekja upp umræðu um trúfrelismál, en einnig var það sagt byggjast á trúarbrögðum fornarrar Þjóðar Súmera sem eru ein elstu trúarbrögð í heimi. Vegna lofordis um endurgreiðslu skráði mikill fjöldi landsmanna sig í félagið og fljótlega urðu Zúistar eitt stærsta trúfélag landsins. Bræðurnir voru þó ekki í forsvari fyrir félagið til að byrja með þótt Ágúst Arnar hafi tekið þátt í stofnun þess árið 2013.

Ljóst var því að tugir milljóna myndu berast félaginu í formi sóknargjalda. Áður höfðu bræðurnir ekki verið við stjórn félagsins en gerðu nú kröfu um yfirlýðinguna í krafti þess að þeir voru í forsvari



Ágúst Ágústsson segir vörumerki Slæs ekki stolið. MYND/ÚR EINKASAFNI



Einar var dæmdur í tæplega fjögurra ára fangelsi. MYND/ANTON BRINK

ALRÆMDIR BRÆÐUR OPNA PÍTSUSTAÐ

Hinir alræmdu bræður Ágúst Arnar Ágústsson og Einar Ágústsson höfðu varla opnað dyrnar á nýjum veitingastað sínum, pítsustaðnum Slæs, þegar þeir voru sakaðir um lögbrot, en að þessu sinni ekki fyrir fjársvik, heldur hugverkastuld.

*Fljótlega urðu
Zúistar eitt
stærsta trúfélag
landsins.*

rekstrarfélagsins á bak við það. Öldungaráð Zúista fór fram á að þeir fjármunir sem félagið átti rétt á yrðu frystir á meðan þeir reyndu að stofna nýtt rekstrarfélag, en þeir gátu ekki gert það. Einar og Ágúst Arnar fengu því full yfirlýðing yfir félaginu og sóknargjöldunum og fyrrverandi forráðamenn gáfu út yfirlýsingu um að þeir gætu ekki ábyrgst endurgreiðslu sóknargjalda og hvöttu meðlimi til að skrá sig úr félaginu.

Í desember síðastliðnum var svo greint frá því að ákæra

hefði verið gefin út á hendur bræðrunum fyrir fjársvik í tengslum við rekstur Zúista. Eru þeir sagðir hafa styrkt og hagnýtt sér þá röngu hugmynd starfsmanna íslenskra stjórnvalda að trúfélagið uppfyllti skilyrði fyrir skráningu trúfélags og á þeim grunni tekið við 85 milljónum frá íslenska ríkinu frá október 2017 til janúar 2019. Í ákæru er vikið að því að engin starfsemi fari fram innan félagsins og þar sé ekki lögð stund á átrúnað eða trú. Talið er að bræðurnir hafi flutt um 46 milljónir

af sóknargjöldunum yfir á reikning félagsins EAF hf., en Einar er skráður eigandi þess og samkvæmt fyrirtækjaskrá er starfsemi félagsins blönduð heildverslun. Eins er þeim gert að sök að hafa lagt pening inn á persónulega reikninga sína og eytt þeim í veitingar, áfengi, matvörur og ferðalög.

Slæs-bræður

Greint var frá því í byrjun síðasta árs að bræðurnir hefðu stofnað félagið Megn ehf. Tilgangur félagsins var skráður veitingarekstur, lánastarfsemi, verslunarrekstur og kaup og sala eigna. Það var þó ekki fyrr enn nýlega sem fyrirtækið hóf eiginlega starfsemi þegar pítsustaðurinn Slæs var opnaður í Garðabæ. Líkt og bræðrana er háttur vakti Slæs fljótlega athygli fyrir ánað en flatbökugerd en vörumerki staðarins þótti sláandi líkt vörumerki sams konar staðar í Bandaríkjunum. Ágúst Arnar hefur þó hafnað því að um hugverkastuld sé að ræða og segir merkið hafa verið keypt í stærsta myndabanka heims,



STOLIÐ VÖRUMERKI?

Merki nýja pítsustaðar bræðrana og merki bandaríska pítsustaðarins. Vart má sjá hvort er hvað.

Shutterstock. Áður hafði Ágúst þó sagt að merkið hefði fengist í gegnum vefsíðuna Fiverr þar sem hægt sé að kaupa þjónustu af einyrkjum.

Rétt er að afbrigði vörumerkisins má finna á Shutterstock, sem er sláandi líkt vörumerki bandaríska pítsustaðarins Firecraft Artisan Pizza. Vörumerki bandaríska pítsustaðarins er hannað af manni að nafni Allan Peters og er höfundarréttarvarið. Vörumerki Slæs er nákvæm eftirlíking skráða vörumerkisins, jafnvel með nákvæmlega sama rauða litnum. Það er þekkt vandamál að óprúttir aðilar steli höfundarréttarvörðum myndum til að selja á Shutterstock, svo kaup á vörumerki frá Shutterstock tryggir ekki að ekki sé um stuld á höfundarréttarvörðu efni að ræða.

Bræðurnir hafa því nóg að gera um þessar mundir. Nýr rekstur, mögulega stolið vörumerki og ákæra fyrir stórfelld fjársvik sem hefur verið þingfest í héraðsdómi. Þeir verða því líklega seint kallaðir lognmollu-bræður. ■



**Hjólastandar á bíla og í bílskúrinn.
Hver standur er fyrir 2-3 hjól.
Vönduð evrópsk framleiðsla.**



*YFIR 30 ÁRA REYNSLA Í AÐ ÞJÓNUSTA VIÐSKIPAVINI
- MIKIL ÞEKING OG VÖNDUÐ VINNUBRÖGÐ -*



**Toppogar á margar
gerðir bíla.**

**Farangursbox á allar gerðir bíla.
Stærðir 360 - 550 lítra
Vönduð evrópsk framleiðsla.**



STYRKUR, ÞJÓNUSTA OG ÁREIÐANLEIKI

*Víkurvagnar ehf. - Hyrjarhöfði 8. - 110 Reykjavík -
Sími 577-1090 - www.vikurvagnar.is - sala@vikurvagnar.is*



**Dráttabeisli á allar gerðir bíla ásamt ásetningu.
Fastar kúlur, smellukúlur og prófílbeisli.
Ásetning á staðnum.**



Ótal margt enn ófrágeingið

Halla Þorvaldsson, framkvæmdastjóri Krabbameinsfélags Íslands, segir félagið engar skýringar hafa fengið vegna flutnings skimana frá Leitarstöðinni til opinberra stofnana. Stuttir tíma- bundnir samningar af hálfu hins opinbera hafi haldið rekstrinum í heljargreipum undanfarin ár.

Erla
Hlynsdóttir
erlahlyns@dv.is



M álefni fólks með krabbamein og aðstandenda þeirra hafa lengi talað sterkt til mín," segir Halla Þorvaldsson, framkvæmdastjóri Krabbameinsfélags Íslands. „Í störfum mínum hef ég kynnst fólki sem er að takast á við gríðarlega erfið veikindi og ítrekað fengið staðfestingu á því hvað fólk getur ótrúlega mikið.

Ég er hlaupari til margra ára, hef hlaupið maraþon og Laugavegin en engin „ultra“ hlaup. Ég hef hins vegar lesið frásagnir fólks sem hefur jafnvel hlaupið dögum saman og hef spurt mig af hverju fólk hættir ekki, hvernig kemst það alla leið? Ég held að hér séu svipuð öfl að verki. Fólk sem glímir við krabbamein segist ekki hafa val, það verði að klára, það sé ekki í boði að gefast upp. En fólk hefur



Halla segir það hafa verið hræðilegt þegar upp kom í haust að leghálsnýni hafði verið ranglega greint.
MYND/STEFÁN

„Það var um tíma óljós staða og óheppileg.“

heim vildi hún vinna áfram með þessum hópi en það var ekki auðvelt og enginn sálfræðingur að vinna markvisst með krabbameinsveikum. Hún fékk loks inni á krabbameinsdeild á Sjúkrahúsi Reykjavíkur, þar sem Landspítalinn í Fossvogi er nú. Sigurður Björnsson krabbameinslæknir var þar yfirlæknir en hann var enn fremur formaður Krabbameinsfélagsins. Hann fékk Höllu fyrst inn í hlutastarf en stöðugildið stækkaði hratt. Sigurður gerði Höllu ljóst að það væri sjálfsgöð skylda hjá nýjum starfsmanni í þessum geira að sinna sjálfbodaliðastarfi hjá Krabbameinsfélaginu svo hún kynntist starfi félagsins og aðildarféлага fyrst og fremst með fræðsluerindum.

Eftir níu ára starf á spítalanum réð Halla sig sem framkvæmdastjóra Sálfræðingafélags Íslands en tók svo við sem framkvæmdastjóri Krabbameinsfélagsins 2017.

Reykingar, drykkja og ofþyngd

Í huga margra hefur starf Krabbameinsfélagsins aðallega snúist um starf Leitarstöðvarinnar sem var lögð niður um áramótin en Halla bendir á að hlutverk félagsins sé mun víðtækara. Yfirlýst markmið Krabbameinsfélagsins eru að fækka nýjum tilfellum krabbameins, fækka dauðsföllum af völdum sjúkdómsins og bæta lífsgæði þeirra sem greinast með sjúkdóminn.

„Þegar krabbamein eru annars vegar látum við okkur allt varða. Í framkvæmd lýsir það sér þannig að við sinnum fræðslu og forvörnum, rannsóknunum, ráðgjöf og hagsmunagæslu.“

Félagið heldur úti öflugum fræðslustarfi, við förum víða með fræðsluerindi og framleiðum ýmiss konar fræðsluefni. Hér er líka heilmikið rannsóknastarf, bæði rannsóknir sem félagið stendur sjálft fyrir og rannsóknir sem unnar eru í samstarfi við aðra, svo sem norrænar og evrópskar rannsóknir.

Við rekum stóran vísindasjóð sem var stofnaður árið 2015. Frá árinu 2017 hefur um 230 milljónum verið úthlutað úr honum. Vísindamenn hafa lýst þessu sem byltingu í krabbameinsrannsóknum hér á landi.

Hér vinna reyndir hjúkrunarfræðingar, félagsráðgjafi og sálfræðingur sem veita ráðgjöf og stuðning, og bjóða

einnig upp á ýmiss konar námskeið, bæði fyrir sjúklinga og aðstandendur. Í COVID hefur þetta þróast mikið út í fjarþjónustu og aðgengi þeirra sem búa úti á landi því orðið enn meira. Starfsfólk félagsins fer enn fremur reglulega út á land og um allt land er fjöldi öflugra aðildarféлага,“ segir Halla. Það er aldrei langt í næsta krabbameinsfélag.

„Þá sinnum við hagsmunagæslu, fylgjumst til að mynda með hvað er að gerast á þingi í þessum málaflokki og beitum okkur fyrir stórum verkefnum eins og að koma á laggirnar krabbameinsáætlun. Fyrsta íslenska krabbameinsáætlunin var samþykkt árið 2019 en þetta er áætlun sem Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin lagði til árið 2002 að þjóðir kæmu sér upp enda mætti búast við auknum fjölda krabbameinstilvika á næstu árum.“

Krabbamein er ein af stóru heilbrigðisógnunum okkar tíma, fyrst og fremst því þjóðir eru að eldast en lífsstíll nútímafélks gerir það einnig að verkum að við fáum frekar krabbamein en áður. Danir voru lengi eftirbátar annarra Norðurlandþjóða varðandi greiningu og meðferð krabbameina, auk þess sem þeir reyktu mikið, drekka frekar mikið og eru að þyngjast eins og margar þjóðir. Þeir hins vegar tóku sig á, komu sér upp áætlun og fylgja nú skilgreindum og fjármögnum markmiðum, og hafa náð betri árangri í mörgu tilliti.

Það voru mikil tímamót þegar krabbameinsáætlunin var samþykkt af heilbrigðisráðherra en við höfum raunar lítið heyrt af henni síðan en félagið átti stóran hlut í því að hún var gerð. Upphaflega átti hún að gilda frá 2017-2020 en þar sem hún varð ekki opinber fyrr en 2019 ákvað ráðherra að hún gildi til 2030 í staðinn. Það er hins vegar ekki nóg að samþykkja fínar áætlanir, það þarf að fylgja þeim eftir og þeim þarf að fylgja fjármagn,“ segir hún.

Rosaleg breyting

Mikið hefur verið fjallað um þær breytingar sem urðu á skimun vegna legháls- og brjóstakrabbameins um áramótin þegar Leitarstöð Krabbameinsfélagsins var lögð niður samkvæmt ákvörðun heilbrigðisráðherra. Skimun fyrir krabbameini í leghálsi fluttist þá til heilsugæslunnar en Landspítali tók við skimunum fyrir krabba-

meini í brjóstum, í samvinnu við Sjúkrahúsið á Akureyri.

Húsnæði Landspítalans er ekki tilbúið og hann leigir því aðstöðu og búnað af Krabbameinsfélagi Íslands í Skógarhlíð fyrir skimanir vegna brjóstakrabbameins fram á vormánuði þegar þjónustan flyst á Eiríksgötu.

„Þetta er auðvitað rosaleg breyting. Á meðan Leitarstöðin var starfandi komu í hús um 2.000-2.500 konur í hverjum mánuði. Fram á vor koma konur áfram hingað í brjóstaskimun en þær eru þá í raun að koma til Landspítalans. Það hafa reyndar ekki margar konur komið síðan um áramótin og ég held að Landspítalinn sé ekki farinn að bjóða konum í brjóstaskimun. Mér skilst að þær konur sem hafa verið að koma séu konur sem voru búnar að panta tíma fyrir áramót,“ segir Halla.

Hún bendir á að þegar félagið rak Leitarstöðina hafi það verið byggt á þjónustusamningi við hið opinbera. „Við lögðum Leitarstöðinni síðan til viðbótarfé því peningarnir sem við fengum frá Sjúkratryggingum dugðu ekki til.“

Halla segir að lengi hafi verið uppi hugmyndir um að færa skimunina frá Leitarstöðinni en langtímaskipulag hafi skort. „Frá árinu 2013 hafa allir samningar um leitarstarfið verið lengst til eins og háls árs í einu og má segja að þetta hafi haldið þessum rekstri í heljargreipum. Það er afskaplega vont fyrirkomulag að gera ekki lengri samninga því með þessum hætti var starfsfólki haldið í óvissu. Það var líka erfitt fyrir okkur að þróa starfið en það tókst þó að gera ýmsar breytingar til batnaðar.“

Á miðju ári 2017 kemur síðan bréf frá heilbrigðisráðuneytinu þar sem tilkynnt er að það eigi að ganga frá samningi um leitarstarfið til þriggja til fimm ára. Þá átti líka loksins að hefja viðræður um að koma í gang skimun fyrir krabbameini í ristli og endaparmi, verkefni sem Krabbameinsfélagið og ráðuneytið höfðu lagt mikið fjármagn í. Það er hins vegar ekki enn orðið að veruleika.

Af þessum lengri samningi varð ekki, meðal annars þar sem kemur í ljós andstaða af hálfu Sjúkratrygginga sem töldu að bjóða ætti starfseminna út. Það var um tíma óljós staða og óheppileg.

Það er síðan 2019 sem heilbrigðisráðherra tilkynnir að skimunin eigi að færast til opinberra stofnana. Óskað var eftir því við Krabbameinsfélagið að félagið sinnti skimuninni áfram meðan framtíðarfyrirkomulag væri skipulagt og kæmi með tillögum að samkomulagi um það. Félagið lagði fram tillögur að þriggja ára samkomulagi þannig að hægt væri að vinna að flutningnum þannig að hann gengi sem best og sem minnst truflun yrði fyrir þær konur sem koma í skimun.

Ekki varð heldur af því sam-

alltaf val. Það er það sem mér finnst svo merkilegt við fólk, að sjá að því eru eiginlega engin takmörk sett hvað fólk ræður við.“

Fólk fyrir fólk

Halla er menntaður sálfræðingur og lauk prófi frá háskólanum í Árósum vorið 1998. Hún er gift Baldri Eiríkssyni sem starfar á upplýsingatæknisviði Háskóla Íslands, og saman eiga þau tvö börn – dóttur sem nemur læknisfræði í Danmörku og son sem var að ljúka stúdentsprófi frá Menntaskólanum í Hamrahlíð. Ekki má svo gleyma fjölskylduhundinum Vektari sem er af tegundinni Miniature Schnauzer.

Halla hleypur og hjólar, prjónar og les. Hún er alin upp á Hvammstanga en flutti að heiman 16 ára þegar hún byrjaði í Menntaskólanum á Akureyri.

„Í litlu samfélagi eins og Hvammstanga þá venst maður því að ef eitthvað á að gerast

þá þurfa allir að taka þátt. Ég er alin upp við það. Krabbameinsfélagið er auðvitað félagasamtök og hafa alla tíð starfað þannig að þau sýna frumkvæði og bregðast við þörf sem er ekki sinnt. Þá fara allar hendur upp á dekk. Hér starfar fólk fyrir fólk.“

Áfallasálfræðin heillaði

Þegar Halla var við nám í Danmörku er að komast á skrið umræða um áfallasálfræði og áfallahjálpm sem vakti mikinn áhuga hennar. „Þarna var verið að tala um heilbriggt fólk sem verður fyrir lífsógnandi atburðum og þar undir heyrðu síðan lífsógnandi sjúkdómar eins og krabbamein eru. Ég fór í starfsnám hjá danska Krabbameinsfélaginu og fékk þá enn meiri áhuga á málefnum. Á þessum tíma var ekkert krabbamein í minni fjölskyldu en ég átti vini sem höfðu ungar misst foreldra sína og vissi hvaða álag fylgdi þessum veikindum.“

Þegar Halla flutti aftur

komulagi og samningurinn frá 2013 var framlengdur áfram þar til opinberar stofnanir taki við áramótin 2020/2021. Það var svo um miðjan júní 2020 sem þessum stofnunum er tilkynnt formlega um að þær eigi að taka við þessum verkefnum. Þessu fylgdu ekki leiðbeiningar heldur var einfaldlega tilkynnt með bréfi að verkefni sem voru á einni hendi eru færð á margar hendur. Leitarstöð Krabbameinsfélagsins fékk engar leiðbeiningar varðandi frágang mála, upplýsingar um hvernig ætti að skila verkefninu til annarra eða verklokaáætlun, hvorki frá Sjúkratryggingum né ráðuneytinu, þjónustusamningurinn rann bara út. Auðvitað var hins vegar samstarf við stofnanirnar sem tóku við verkefnum.

Ég held að það hafi sýnt sig að undirbúningurinn sem þessum stofnunum, Landspítalanum, heilsugæslunni og Embætti landlæknis var gefinn hafi verið allt of stuttur. Við sjáum að ótal hlutir eru enn ófrágengnir.“

Tæki og starfsfólk til staðar

Halla segir að Krabbameinsfélagið hafi aldrei lagst gegn breytingunni heldur viljað að vandað væri til verka. Þá hafi starfsfólk félagsins upplifað að engin skýr svör hafi borist varðandi ástæðu þess að farið var í breytingarnar.

„Við höfum ekki fengið að heyra hvort þetta snýst um hagræðingarsjónarmið, hvort þetta snýst um að hægt sé að sinna skimuninni betur annars staðar og þetta sé því betra fyrir þær konur sem koma í skimun. Það hefur í raun aldrei komið fram af hverju. Helst hefur verið nefnt að það sé hvergi annars staðar sem félagasamtök sjái um krabbameinsskimun, sem eru auðvitað ekki rök, og svo að það verði betra aðgengi fyrir konur. Það á hins vegar enn eftir að koma í ljós og ég hef ekki séð raunverulegt mat á því að aðgengið muni batna. Mín upplifun er að það skorti heildræna áætlun.“

Þá segir Halla að í öllum samtölum hafi Krabbameinsfélagið lagt áherslu á að passað yrði upp á þá sérþekkingu sem orðið hefði til hjá starfsfólki félagsins. „Við hefðum talið eðlilegt að starfsfólkið fylgdi verkefninu yfir til stofnananna. Hjá starfsfólkinu hefur byggst upp verðmæt sérþekking sem halda þarf í. Þegar Landspítalinn fær það verkefni að taka við brjóstaskimun er spítalinn ekki með húsnæði, ekki með tæki og ekki með sérhæft starfsfólk. Öllu starfsfólki Leitarstöðvarinnar var sagt upp um áramótin. En Landspítalinn fór síðan í að kaupa tæki og ráða það sérhæfða starfsfólk sem hér sinnti brjóstaskimunum. Fleiri starfsmenn hafa fengið starf hjá stofnunum ríkisins en einn hópur situr sérstaklega eftir og það eru þeir sem sinntu frumrannsóknunum leg-



Halla segir félagið hafa lagt Leitarstöðinni til fé til viðbótar við opinbert framlag.

MYND/STEFÁN

Lífsstíll nútímafélks gerir það einnig að verkum að við fáum frekar krabbamein en áður.

hálssýna.

Þetta eru tæplega tíu starfsmenn með mikla sérþekkingu, lífeindafræðingar, líffræðingar og læknir og aðstoðarmenn. Þessi verkhluti var skilinn eftir í lausu lofti. Heilsugæslunni var falið að sinna leghálssýnatöku og leita tilboða vegna rannsókna á sýnunum. Við heyrðum síðan bara af því þegar ráðherra greindi frá því á Alþingi að rannsóknirnar yrðu gerðar erlendis tíma- bundið sem er nokkuð sem ég

skil ekki. Landspítalinn var að fá gríðarlega öflugt tæki til að greina COVID-sýni og það myndi einnig nýtast til að greina þessi leghálssýni. Þess í stað eru tvö þúsund sýni enn í kassa síðan í nóvember því ekki var búið að ganga frá samningum um hver ætti að rannsaka þau. Tækin eru til staðar hér á landi og sömuleiðis starfsfólk með þá sérþekkingu sem til þarf. Landspítalinn bara græjaði það sem til þurfti vegna brjóst-

skimananna og ég skil ekki af hverju það er ekki hægt að gera það sama þegar kemur að leghálssýnunum.“

Átak til að auka þátttöku

Samhliða flutningi á skimunum var tilkynnt um áramótin að hætta ætti að skima konur fyrir brjóstakrabbameini frá fertugu eins og hafði verið heldur færa aldursviðmiðið upp í fimmtíu ár. Þetta lagðist illa í konur sem brugðust kröftuglega við

og söfnuðu hátt í 35 þúsund undirskriftum á örskömmum tíma þar sem breytingunni var mótmælt. Stuttu síðar tilkynnti heilbrigðisráðherra að breytingunni yrði frestað og ástæður hennar kynntar betur í millitíðinni.

„Þarna sá maður ótrúlega samstöðu meðal kvenna og greinilegt að þær kunna vel að meta að geta farið í skimun vegna brjóstakrabbameins. Það var alveg fyrirsjáanlegt að það er ekki hægt að keyra svona breytingar í gegn án þess að eiga samtal um þær og af hverju þetta þótti óhætt. Viðbrögðin voru þó jafnvel meiri en ég átti von á. Konur hér á landi geta sannarlega látið í sér heyra. Allar breytingar í heilbrigðisþjónustu þarf að kynna vel og þar getum við lært mikið af COVID-tímanum þar sem mikið var lagt upp úr upplýsingagjöf og reglubundnu samtali við fólkið í landinu.“

Halla segir að eins ánægjulegt og það er að konur vilji halda í brjóstaskimun fyrir konur eldri en fertugar þá sé mikilvægt að þær taki líka höndum saman og nýti boð í skimunir, og skimun vegna leghálsskrabbameins. „Við fórum í átak haustið 2018 til að auka þátttöku og náðum að fjölga komum mjög mikið. Í fyrstu bylgju COVID þurftum við að loka í nokkrar vikur en ef við tökum þann tíma ekki með þá hefur þessi aukna þátttaka haldist.“

Skimanir aldrei 100%

Síðasta vor kom í ljós að skjólstæðingur Leitarstöðvar Krabbameinsfélagsins hafði greinst með leghálsskrabbamein þrátt fyrir að hafa fengið neikvæða niðurstöðu í leghálsskimun hjá leitarstöð Krabbameinsfélagsins árið 2018. Mikil fjölmíðlaumfjöllun var um málið og margar konur óttaslegnar um að það væri lítið að marka þessar skimanir. Krabbameinsfélagið tók þessu mjög alvarlega og setti í gang endurskoðun á fimm þúsund sýnum. Ekkert viðlíka kom í ljós við endurskoðunina.

Halla segir hins vegar mikilvægt að átta sig á því að skimun sé aldrei 100% örugg. „Það er eðli skimunar að það kemur fyrir að ekki sjáist breytingar sem þó eru til staðar. Það gerist í öllum skimunum, hvort sem það eru leghálsskimanir, brjóstaskimanir eða ristilskimanir. Þess vegna eru þær ekki fullkomin trygging fyrir því að fólk sé ekki með krabbamein. Að því leyti má segja að það sé ekki óeðlilegt að upp komi að frumubreytingar sjáist ekki í skimun. Fyrir þann sem lendir í slíku er það hins vegar mikill harmleikur. Það er líka erfitt fyrir starfsfólk sem kemur þar að. Sem betur fer gerist þetta eiginlega aldrei en það er óhjákvæmilegt að það gerist einhvern tímann. Árangur Leitarstöðvar Krabbameinsfélagsins er með því allra besta sem gerist í heiminum.“

Halla segir starfsfólk Leitarstöðvarinnar og Krabbameinsfélagsins hafa verið slegið. „En auðvitað er þetta hvergi eins erfitt og hjá þeim sem fyrir þessu verður. Þetta var auðvitað hræðilegt. Í kjölfarið kom síðan fjölmiðlaumfjöllun sem var mjög óvægin á köflum og jafnvel birtar ýmsar rangfærslur, svo sem alhæfingar um að hér væri allt í molum sem er enginn fótur fyrir. Þá var því einnig haldið fram að félagið hefði misfarið með opinbert fé sem er afskaplega alvarlegt og á heldur ekki við nein rök að styðjast.“

Hún ítrekar að manneskjan sé ekki fullkomin og því verði atvik á borð við þessa röngu greiningu. „Svona gerist á rannsóknarstofum um allan heim. Sem gerir það samt ekkert betra. Það eru líka gerðar rangar sjúkdómsgreiningar reglulega en ég þekki ekki til þess að það sé farið aftur í tímann og farið yfir vinnu þess starfsfólks með þeim hætti sem gert var hér. Við tókum þetta gríðarlega alvarlega.“

Það er mikilvægt að vera meðvitaður um að það eru kostir og gallar við skimun. Það er auðvelt að hugsa að maður sé öruggur eftir að hafa komið einu sinni í skimun en það er ekki þannig. Það þarf að koma reglulega og þess vegna eru konur boðaðar reglulega í skimun.“

Halla segir þetta hafa verið undarlegan tíma fyrir starfsfólk félagsins. „Á sama tíma og þetta er í gangi var hér gríðarleg aðsókn í skimanir, meðal annars því konur vissu að verkefnið væri að fara héðan og því mikið vinnuálag. Á þessum sama tíma var einnig verið að undirbúa flutninginn. Þarna upplifði ég þennan styrkleika sem fólk býr yfir og hvað fólk getur þegar á reynir. Það er ótrúlegt að starfsfólk Leitarstöðvarinnar hafi staðið vaktina alveg til enda og unnið sína vinnu með sóma. Ég er virkilega stolt og þakklát fyrir að hafa unnið með þessu fólki.“

Sextán þúsund velunnarar

Þrátt fyrir að Leitarstöðin hafi verið lögð niður er enn fjöldi verkefna hjá Krabbameinsfélaginu. „Einn af hverjum þremur fær krabbamein á lífsleiðinni. Það út af fyrir sig er stór tala. Ég hef sagt að hinir tveir séu aðstandendur því þótt krabbamein sé misnærri manni þá þekkja allir fólk sem veikist af krabbameini.“

Hún segir Krabbameinsfélagið stundum vera eins og maðurinn á bak við tjöldin í Spaugstofunni. „Það er ekki allt mjög sýnilegt sem við gerum en við látum okkur allt varða sem tengist krabbameinum og það er okkar von að fólk upplifi að félagið er til staðar á svo mörgum vígstöðvum.“

Þá bendir hún á að starf félagsins sé alfarið kostað af söfnunarfé frá einstaklingum og fyrirtækjum. „Við fengum



Fram á vor koma konur áfram í brjóstaskimun í húsnæði Krabbameinsfélagsins en þær eru þá í raun að koma til Landspítalans sem leigir aðstöðuna tímabundið. MYND/STEFÁN

„Mín upplifun er að það skorti heildræna áætlun.“

greitt frá hinu opinbera vegna Leitarstöðvarinnar og vegna reksturs krabbameinsskrár þar sem haldið er utan um allar krabbameinsgreiningar hér á landi. Annars erum við algjörlega háð styrkjum og stuðningi almennings. Við eigum sextán þúsund velunnara

sem styðja við bakið á félaginu í hverjum mánuði og erum í góðu sambandi við þennan hóp fólks.“

Hún segir félagið beita sér fyrir því að þeir sem fá krabbamein njóti betri þjónustu og samfelli í þjónustu, að biðtími sé stytur og ör-

yggi sjúklinga aukið. Þarna komi krabbameinsáætlunin sterk inn.

Halla vill einnig koma á framfæri að skimun er fyrir heilbrigða einstaklinga. Þeir sem hafi einkenni verði að leita sér aðstoðar. „Það er annars konar heilbrigðisþjónusta sem konur þurfa að hafa greiðan aðgang að, upp á það vantar sárlega í dag, allt of löng bið er eftir skoðunum vegna einkenna í brjóstum.“ Þá leggur hún áherslu á að komið verði á reglubundinni skimun fyrir ristilkrabbameini sem býðst öllum kynjum. „Krabbameinsfélagið og ráðuneytið lögðu 45 milljónir í að koma því verkefni á laggirnar árið 2016. Heilbrigðisyfirvöld verða að svara af hverju þetta er ekki orðið að veruleika. Ristilskimun á

ekki að vera á áætlun heldur koma í framkvæmd. Það deyja fleiri úr ristilkrabbameini en úr brjóstakrabbameini. Með skimunum getum við komið í veg fyrir fjölda dauðsfalla,“ segir Halla.

„Við erum að sjá eftir allt of mörgum sem deyja af völdum krabbameina. Með því að breyta lífsstíl getum við komið í veg fyrir fjögur af hverjum tíu krabbameinum. Þetta er risastórt langtíma-verkefni og við þurfum að gera betur. Það hefur náðst mikill árangur varðandi reykingar en þar kom til samstillt átak Krabbameinsfélagsins, stjórnvalda og fleiri aðila. Það sýnir okkur mjög skýrt hvers við erum megnug þegar við setjum okkur markmið sem samfélag og vinnum öll saman að því.“ ■

Erla Dóra
Magnúsdóttir
erladora@dv.is



Samkvæmt birtum dómum á vefsíðu héraðsdómstóla Íslands hafa fimmtán dómur fallið í málum þar sem ákært hefur verið fyrir nauðgun á tímabilinu 1. janúar 2020 fram til 20. janúar 2021. Af þessum dómum var sakfelld í tólf tilvikum. Hér er horft til nauðgunar eins og hún er skilgreind í 194. gr. almennra hegningarlaga en þar segir:

„Hver sem hefur samræði eða önnur kynferðismök við mann án samþykkis hans gerist sekur um nauðgun og skal sæta fangelsi ekki skemur en 1 ár og allt að 16 árum. Samþykki telst liggja fyrir ef það er tjáð af frjálsum vilja. Samþykki telst ekki liggja fyrir ef beitt er ofbeldi, hótunum eða annars konar ólög-mætri nauðung. Til ofbeldis telst svipting sjálfræðis með innilokun, lyfjum eða öðrum sambærilegum hætti.1)

Það telst einnig nauðgun og varðar sömu refsingu og mælt er fyrir um í 1. mgr. [að beita blekkingum eða notfæra sér villu viðkomandi um aðstæður eða] 1) að notfæra sér geðsjúkdóm eða aðra andlega fötlun manns til þess að hafa við hann samræði eða önnur kynferðismök, eða þannig er ástætt um hann að öðru leyti að hann getur ekki spornað við verknáðinum eða skilið þýðingu hans.“

Vægasta refsingin var átján mánaða skilorðsbundinn fangelsisdómur og þær þingstu fangelsi í fimm ár. Algengast var tveggja og hálfis árs fangelsisdómur.

Stjórnumedhöndlarinn

Fimm ára fangelsi var dæmt í tveimur tilvikum á því tímabili sem kom til skoðunar. Annars vegar var karlmaður sakfelldur fyrir fjórar nauðganir og hins vegar var það karlmaður sem var sakfelldur fyrir stórfellt brot í nánu sambandi ásamt nauðgun.

Jóhannes Tryggvi Sveinbjörnsson var þann 6. janúar sakfelldur fyrir nauðgun í fjórum ólíkum ákærulíðum. Brotabolar voru konur sem leitað höfðu til hans eftir meðhöndlun, en hann starfaði sem nokkurs konar nuddari án þess að tilheyra þó neinni sérstakri fagstétt. Notaðist hann þar við aðferð þar sem hann stakk fingrum inn í kynfæri kvennanna án þeirra samþykkis. Þegar kom að ákvörðun refsingar sagði eftirfarandi í niðurstöðu Héraðsdóms Reykjaness:

„Samkvæmt sakavottorði ákærða hefur hann ekki áður gerst sekur um refsiverða háttsemi sem hér skiptir máli. Verður tekið tillit til þess við ákvörðun



HÁTT SAKFELLINGAHLUTFALL KYNFERÐISBROTA Í HÉRAÐI

Af birtum dómum héraðsdómstóla Íslands þar sem ákært hafði verið fyrir nauðgun á tímabilinu 01.01.20 til 20.01.21 var sakfelld í tólf af fimmtán málum sem gerir um 80 prósent sakfellingarhlutfall.

refsingar, sem og þess hve langt er liðið frá því að brotin voru framin. Á hinn bóginn ber að líta til þess að ákærði er sakfelldur fyrir alvarleg kynferðisbrot gegn fjórum konum sem leituðu til hans vegna stoðkerfisvandamála og væntu þess að fá meðhöndlun í samræmi við þá kvilla. Ákærði byggði upp meðferðartraust hjá konunum og voru þær grandalausar er þær lögðust fáklæddar og varnarlausar á nudd-bekk á meðhöndlunarstofu hans. Ákærði misnotaði

þetta traust með freklegum hætti þegar hann rak fingur inn í leggöng kvennanna án nokkurrar tengingar við þá stoðkerfismeðhöndlun sem þær þurftu og ákærði kundi skil á. Þykja brot ákærða gegn A og B sérlega ósvífin í ljós ungs aldurs A og þess að B var haldin langvinnum [...] sjúkdómi. Ákærði á sér engar málsbætur.“

Brot í íbúðargámi

Karlmaður var sakfelldur þann 18. mars fyrir stórfellt brot í nánu sambandi og nauðgun gegn unnustu sinni,

en hann veittist að henni með grófu ofbeldi og hafði í kjölfarið samræði við hana með því að beita hana áframhaldandi ofbeldi. Um ákvörðun refsingar segir í niðurstöður Héraðsdóms Reykjavíkur.

„Ber að líta til þess að um var að ræða mjög alvarleg brot sem beindust gegn mikilsverðum hagsmunum og í aðstæðum þar sem brotaboli átti að vera örugg. Horfir þetta til refsipýngingar [...] Ljóst er af gögnum málsins að brotaboli varð fyrir talsverðu líkamlegu tjóni

af völdum ákærða og horfir það til refsipýngingar. [...] Þá verður ráðið af framburði brotabola að hún hafi átt mjög erfitt andlega eftir umrædd atvik [...] Að mati dómsins eru því líkur á því að brotaboli hafi einnig orðið fyrir talsverðu andlegu tjóni af völdum ákærða sem ekki sér fyrir endann á.“

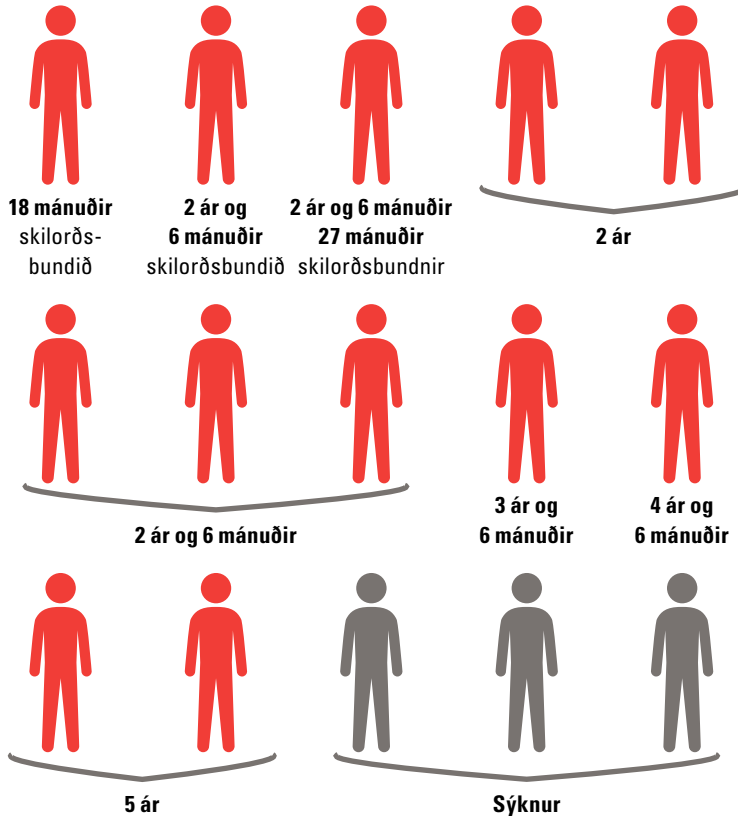
Eins var horft til þess að ofbeldið var gróft og það beindist gegn sambýliskonu geranda en slíkt auki á grófleika brotsins. Gerandi átti langan sakaferil og hafði áður verið sakfelldur



Alls hlutu sakborningar 36 ár í fangelsi, þar af sex ár og þrjú mánuði í skilorðsbundið fangelsi.

MYND/GETTY

FANGELSIÐÓMAR



Birtir héraðsdómar í nauðgunarmálum frá ársbyrjun 2020.

HEIMILD: DOMSTOLAR.IS

svefndrunga brotþola til að hafa við hana kynmök í rúminu. Fyrir liggur að ákærði var ölváður, hrifinn af brotþola og óskaði þess að samband þeirra yrði annað og meira en náð vinasamband. Ákærði hafði þó engan rétt til að yfirfæra eigin þrjár yfir í löngun brotþola til kynferðislegs samneytis við hann, svo sem hann gerði umrædda nótt. Af framburði brotþola og vitna er ljóst að framferði ákærða hefur valdið henni verulegri vanlíðan. Eins og málið liggur fyrir verður fallist á það með ákærvaldinu að ákærði eigi sér engar málsbætur.“

þannig að hún falli niður að liðnum fimm árum frá dómsbirtingu, haldi ákærði almennt skilorð.“

Blygðunarsemisbrot og nauðgun

Karlmaður var sakfelldur fyrir að hafa nauðgað sambýliskonu sinni og misboðið blygðunarsemi hennar, en hann meðal annars stundaði sjálfsfróun yfir henni og fékk sáðlát yfir höfuð hennar og í öðru tilviki nauðgað henni þegar hún gat ekki spornað við verknaðinum sökum svefndrunga. Var hann dæmdur í tveggja og hálfis árs fangelsi en hins vegar voru 27 mánuðir af refsingunni bundnir skilorði svo gerandinn mun aðeins þurfa að afplána þrjú mánuði í fangelsi. Við ákvörðun refsingar horfði Héraðsdómur til þess að maðurinn hafði ekki komist áður í kast við lögin, játaði hluta ákæru skýlaust, samþykkti hluta bótakröfu og hafði reynt að bæta sig eftir að brot voru framin, meðal annars með því að leita sér sérfræðiaðstoðar í meðferðarúrræði fyrir gerendur í ofbeldismálum. Brot hans voru metin gróf þar sem um brot í nánu sambandi var að ræða, ásetningur talinn einbeittur og brotþoli hlaut alvarlegar andlegar afleiðingar. Svo var horft til þess að miklar tafir urðu á meðferð máls sem geranda yrði ekki kennt um. Því var sú leið farin að skilorðsbinda refsinguna, nánast að fullu.

Sýknað

Í þremur tilvikum á umræddu tímabili var sakborningur sýknaður af ákæru um nauðgun. Í tveimur tilvikum voru sakborningar sakfelldir fyrir önnur brot.

Brot í nánu sambandi

Karlmaður var ákærður fyrir nauðgun og stórfellt brot í nánu sambandi fyrir að hafa

gengið í skrokk á fyrrverandi kærustu sinni og hafa við hana samræði og önnur kynferðismök án hennar samþykkis. Hann var fundinn sekur um brot í nánu sambandi en sýknaður af ákæru um nauðgun, þar sem brotþoli hafði fyrir dómi dregið til baka þá ásökun. Eins var maðurinn sakfelldur fyrir stórfellt umferðarlagabrot.

Ásetningur

Karlmaður var sýknaður af ákæru um grófa nauðgun þar sem dómara þótti ekki hafa verið sannað að maðurinn hefði haft ásetning til þess að nauðga brotþola. Í niðurstöðu Héraðsdóms Reykjavíkur segir:

„Eins og atvikum máls þessa er háttað telur dómurinn ákærða hafa haft réttmæta ástæðu til að túlka virka þátttöku brotþola í kynmökunum sem samþykki hennar fyrir því sem fram fór.“

Áreitni

Karlmaður var ákærður fyrir nauðgun fyrir að hafa stungið fingri inn í leggöng konu fyrir utan skemmtistað í Reykjanesbæ. Dómara þótti ekki hafa verið sannað að hann hefði stungið fingri sínum inn í leggöng, en þó sannað að hann hefði áreitt konuna kynferðislega. Því var sýknað af nauðgunarákæru en sakfelldur fyrir kynferðislega áreitni.

Ákvörðun refsinga

Það er misjafnt hvernig dómurinn færir rök fyrir ákvörðun refsinga í dómum sínum. Lögin marka þó vissa ramma, til dæmis er refsiramminn svokallaði fyrir nauðgun samkvæmt 194. gr. almennra hegningarlaga 1-16 ár, það er að lágmarki eins árs dómur og að hámarki sextán ár. Dómstólar hér á landi hafa þó haldið sig við lægri mörk þessa refsiramma, eins og sést á þessari úttekt. Ákvæði í hegningarlögum veita dómurum ákveðna leiðbeiningu við ákvörðun refsinga og skipta þá helst máli í tilviki kynferðisbrota afleiðingar sem brotin hafa fyrir þolanda, hversu einbeittur brotaviljinn var, trúnaðarbrott, hversu gróft var um ofbeldið, hvort gerandi var ungur, og hvort hann eigi sakaferil.

Eins og áður hefur komið fram var sakfelldur í ellefu málum af fjórtán sem gerir 78,6% sakfellingahlutfall í héraðsdómi síðasta árið. Ekki er ljóst hversu mörgum af þessum dómum verður, eða hefur verið, áfrýjað til Landsréttar. Nokkrar umræður hafa átt sér stað undanfarið um dómaframkvæmd Landsréttar í kynferðisbrotamálum, en samkvæmt greiningu Fréttablaðsins staðfesti Landsréttur aðeins niðurstöðu héraðsdóms í fjórum tilfellum af sautján á síðasta ári. Í sjö tilvikum var refsing milduð og í sex tilvikum var sakfellingardómi héraðsdóms snúið við. ■

fyrir að beita sambýliskonu sína ofbeldi. Var talið að gerandi ætti sér engar málsbætur fyrir utan það að hann hafi verið samvinnuþýður og komið vel fram við meðferð fyrir dómi. Var hæfileg refsing talin fimm ára fangelsi.

Hótelherbergi erlendis

Í þeim tilvikum þar sem aðeins var ákært fyrir brot gegn 194. gr var algengast að fangelsisdómur væri tvö ár eða tvö og hálf ár.

Karlmaður var sakfelldur fyrir nauðgun með því að hafa í ágúst 2008 í hótelherbergi erlendis nauðgað konu með því að beita hana ofbeldi og ólög-mætri nauðung. Var honum gert að sæta tveggja og hálfis árs fangelsi en refsingin var skilorðsbundin til tveggja ára. Við ákvörðun refsingar skipti máli hversu langt var um liðið frá brotinu og hversu langan tíma rannsókn málsins tók, en einnig var horft til þess að brotið beindist að kynfrelsi konunnar, það olli miklu tjóni, brotavilji mannsins var einbeittur og brotið taldist stórfellt og framið á sérstaklega sársaukafullan og meiðandi hátt. Hins vegar er ekki færður rökstuðningur í birtri reifun dómans fyrir því að refsingin var alfarið skilorðsbundin, eða

fyrir því hvers vegna skilorðstíminn er skemmri en sjálfur fangelsisdómurinn.

Braut gegn vinnufélag

Karlmaður var sakfelldur fyrir nauðgun og dæmdur í fangelsi í tvö ár og sex mánuði eftir að hann nauðgaði konu sem hann starfaði með á heimili hennar í Kópavogi. Við ákvörðun refsingar var horft til þess hversu langt var liðið frá brotinu og til þess að maðurinn átti sér ekki sakaferil. Þó var tekið fram að hann ætti sér engar málsbætur.

Brot gegn vinkonu

Vægasti dómurinn var 18 mánaða fangelsi skilorðsbundið til fimm ára. Í því tilviki var karlmaður fundinn sekur um að hafa farið með fingurinn inn í leggöng náinnar vinkonu sinnar, án hennar samþykkis, á meðan hún svaf. Um ákvörðun refsingar segir í niðurstöðu Héraðsdóms Vestfjarða:

„Við ákvörðun refsingar ber að líta til þess að brotþoli leit á ákærða sem trúnaðarvin, treysti honum í hvívetna og átti sér einskis ills von þegar hún leyfði honum að gista í hjónarúmi hennar. Ákærði rauf þetta traust þegar hann notfærði sér

Heimir
Hannesson
heimir@dv.is



Joe Biden varð á miðvikudaginn 46. forseti Bandaríkjanna er hann sór embættiseið sinn á tröppum þinghússins í Washington, þeim sömu og óeirðaseggir höfðu vanhelgað aðeins tveimur vikum fyrr.

Innsetningarathöfnin var ólík þeim sem áður hafa sést. Í stað áhorfenda blöktu tvö hundruð þúsund bandarískir fánar á grasblettinum á milli Washington-minnisvarðans og þinghússins á Capitol-hæð. Frægir tónlistarmenn sungu þjóðlega tónlist og fyrrverandi forsetar og varaforsetar, allir nema Donald Trump reyndar, voru viðstaddir þegar Biden og varaforseti hans, Kamala Harris, sóru embættiseiða sína.

Innsetningardagur í bandarískum stjórnámálum markast alla jafna af hefðum sem orðið hafa til í gegnum árin og aldirnar. Margar hefðirnar voru brotnar á miðvikudag. Sumar vegna fýlu Donalds Trump sem neitaði að vera viðstaddur og flaug á brott úr Washington-borg. CNN sagði frá því að hann hefði gert það vegna þess að hann vildi ekki fara frá borginni sem fyrrverandi forseti og vildi ekki þurfa að biðja nýjan forseta um að fá forsetavélina lánaða.

Stílbrot á stílbrot ofan

Að athöfn lokinni ók forsetinn að Hvíta húsinu, sem er stílbrot frá því sem áður þekktist, þó Biden hafi gengið síðustu örfáu metrana upp Pennsylvania Avenue að Hvíta húsinu.

Um klukkan fjögur að staðartíma var Biden kominn í Hvíta húsið sem Donald Trump hafði yfirgefið aðeins 8 klukkustundum fyrr. Þann tíma nýttu starfsmenn Hvíta hússins í að flytja einkaeigur Trumps úr íbúð forsetans á 2. hæð hússins og forsetaskrifstofunni í vesturálmunni, þrifa allt, skipta út rúmum og færa til húsgögn samkvæmt breyttum þörfum nýrra íbúa og flytja svo loks eigur Biden-hjónanna inn.

Tími annarra starfsmanna Hvíta hússins hefur einnig verið vel nýttur, því á slaginu 12.00 að staðartíma var kominn ný forsíða á vefsíðu Hvíta hússins, whitehouse.gov, og opinber Twitter-reikningur forsetans var færður yfir á Biden.

Á blaðamannafundi síðdegis í Hvíta húsinu mátti sjá Biden sitjandi við Resolute-skrifborðið fræga með persónulegar myndir uppstilltar í bakgrunni. Joe Biden hefur verið innanbúðarmaður í að verða hálföld og fylgst með hvorki meira né minna en níu forsetum taka við auk þess sem hann var sjálfur varaforseti í tíð Baracks Obama. Þessi mikla reynsla leyndi sér ekki á fyrstu klukkustundum hans í embætti.



Eftir aðeins nokkrar klukkustundir í starfi hófst Biden handa við að snúa við tilskipunum forvera síns í Hvíta húsinu.

MYND/GETTY

SETUR BIDEN BANDARÍKIN Í TÍMAVÉL?

Eftir aðeins örfáar klukkustundir í starfi hafði Biden þegar undið ofan af óvinsælum stefnumálum forvera síns. Viðbúið er að Biden muni á næstu vikum reyna að forða arfleifð sinni frá því að markast um of af Donald Trump.

Vatt sér beint að efninu

„Við megum engan tíma missa,“ sagði Biden við fjölmiðlamenn er hann undirritaði fyrstu forsetatilskipanir sínar, eftir aðeins örfáar klukkustundir í embætti. Á borðinu mátti sjá háan stafla af möppum sem hann spændi í gegnum í beinni útsendingu. Á meðal tilskipana var innganga Bandaríkjanna á ný í Alþjóðahelbrigðismálastofnunina, stöðvun framkvæmda við olíuleiðslur á norðurheimskautinu og byggingar veggs á landamærum Bandaríkjanna við Mexíkó, og að afnema ferðabann til múslimaríkja. Ætlun Bidens hér er hverjum ljós sem vill sjá: Hann ætlar að snúa við eins mörgum ákvörðunum Trumps og hann kemst upp með. Þá hefur Biden þegar sent sitt fyrsta frumvarp til þingsins til umfjöllunar. Efni

frumvarpsins, innflytjendamál, er heldur engin tilviljun. Trump lagði mikla áherslu á það að torvelða flutning fólks til landsins.

Biden hefur í sjálfu sér ekki dregið dul á ætlun sína. Hann hefur opinberlega sagt marg oft að hans fyrstu verk verði að vinda ofan af eins mörgum tilskipunum og framkvæmdum Trumps og hægt er.

Óvinsældir Trumps marka framtíð Bidens

Trump var og er með eindæmum óvinsæll forseti. Hann er fyrsti forseti sögunnar sem sá aldrei vinsældatölur sínar fara yfir 50%, og fór úr embætti sem óvinsælasti forseti í sögu Gallupmælinga. Pólitískt séð ætti það því ekki að koma Biden illa að ráðast á stefnur Trumps á fyrstu dögum sínum í embætti. Stjórnmalaskýrend-

„Kosningabaráttan undanfarna mánuði snerist minna um málefnið og meira um COVID og persónuna Donald Trump.“

ur vestanhafs hafa þó undanfarna daga bent á að fyrstu hundruð dagarnir í embætti marki gjarnan forsetatíð forseta. Málin sem hann leggur áherslu á á þeim tíma munu fylgja honum næstu fjögur árin.

Biden þarf því að fóta sig varlega á næstu vikum og mánuðum ætli hann sér ekki að láta arfleifð síns fyrsta kjörtímabils vera það eitt að slátra arfleifð Trumps. Biden mun vilja marka sína eigin arfleifð, en hver hún verður er óráðið. Kosningabaráttan undanfarna mánuði snerist minna um málefnið og meira um COVID og persónuna Donald Trump. Hafa sumir gárungar haft á orði að helsta stefnumál Bidens hafi verið að hann sé ekki Trump.

Viðbúið er að allt sem Biden og teymi hans segja og gera fyrstu vikurnar í embætti verði borið saman við það sem Trump hefði sagt eða ekki sagði um sama mál. Þetta sýndi sig einna best á viðbrögðum netverja við fyrstu framkomu Jen Psaki, fjölmiðlafulltrúa Hvíta hússins.

Bandaríski fjölmiðillinn The Wrap orðaði það svo að fyrsti fundurinn hefðu verið „eðlilegur“, en ekki „brunaslönguúði af lygum“. Ágætis byrjun hjá Psaki, myndi maður segja.

En, aftur, ef Biden-stjórnin á að öðlast sjálfstætt líf þarf hún, benda skýrendur á, að slíta sig mjög fljótlega frá samanburðinum við Trumpstjórnina, alveg óháð því hversu vel Biden-stjórnin kann að koma út í þeim samanburði.

100 dagar án Trumps

Í stefnuáætlun forsetans fyrir fyrstu 100 dagana í embætti er efling viðbragða alríkisins við COVID-19 faraldrinum í forgrunni. Biden hefur sagst ætla að stórefla viðbrögðin, innleiða grímuskyldu, efla bólu-setningarætlanir alríkisins og stórefla útgjöld alríkisins til að hægja á samdrætti í hagkerfinu vegna faraldursins.

Í ljósi þessa alls er arfleifð Bidens líklegast þegar innsiglið í þremur orðum; Ekki Trump og COVID-19. Hvort Biden takist að skapa sér nýja arfleifð á næstu mánuðum verður að koma í ljós. ■

Verið velkomin í skýið hjá dk

Eitt vinsælasta bókhalds- og sölukerfið

Yfir 7.000 fyrirtæki nýta sér þjónustu dk hugbúnaðar í dag. Það gerir dk að einu stærsta hugbúnaðarfyrirtæki landsins. Lítil sem stór fyrirtæki eru með bókhaldið í skýinu hjá dk og nýta sér þannig fjölbreytta þjónustu þess í hugbúnaðar- og hýsingarlausnum. Bókhaldskerfi, birgðakerfi, innkaupakerfi, sölukerfi, sjálfsafgreiðsla, rafrænar lausnir ásamt tengingum við banka og opinbera aðila hérlandis. Hafið samband við okkur og fáið kynningu á þeim fjölbreyttu lausnum sem dk hugbúnaður hefur fyrir ykkar fyrirtæki.



dk hugbúnaður
510 5800 | dk@dk.is | dk.is
Smáratorgi 3 | 201 Kópavogi
Hafnarstræti 53 | 600 Akureyri

ÍSLANDSBANKA TIL ALMENNINGS

Ísland var lungann úr síðustu öld þróað ríki með vanþróaða fjármálastarfsemi. Reglur um virka eigendur í bönkum orðnar mjög strangar. Mikill áhugi á hlutabréfakaupum.

SKOÐANAPISTILL

Á ÞINGPÖLLUM

Björn Jón
Bragason

eyjan@eyjan.is



Hinn 13. júní á næsta ári verður „fagnað“ aldarafmæli íslensku krónunnar, en þennan dag 1922 var tekin upp sérstök skráning á gengi íslenskrar krónu. Þetta var nauðvörn stjórnvalda þess tíma vegna djúprar gjaldeyriskreppu. Umræddur dagur markar upphaf nærri aldarlangs erfiðleikaskeiðs einnar smæstu myntar í heimi. Fyrir veraldarvönnum og vel menntuðum ráðamönnum hins nýfrjálsa ríkis hafði aldrei vakað annað en að viðhalda jafngengi við skandinavísku krónuna, enda skildu þeir vel mikilvægi þess að landsmenn byggju við alþjóðlegan gjaldmiðil eins og sjá má af þingræðum þess tíma.

Vanþróuð bankastarfsemi

Helsti banki landsmanna í byrjun tuttugustu aldar var Íslandsbanki hf. sem hafði með erlendu hlutafé stuðlað að byltingu á íslenskum atvinnuháttum. Afleit stjórn peningamála á þriðja áratugnum varð til þess að Íslandsbanki biðlaði til ríkisvaldsins um aðstoð þegar komið var fram á árið 1930. Alþingi hafnaði beiðni bankans um ríkisábyrgð og var afraðið að þjóðnýta hann þess í stað. Kreppan sem fylgdi í kjölfar endaloka Íslandsbanka leiddi til gjaldeyrishafta sem vörðu með einum eða öðrum hætti í 62 ár.

Stöðnun ríkti í bankaþjónustu hérlendis, Ísland varð „þróað ríki en með vanþróaða fjármálastarfsemi“ eins og Ásgeir Jónsson seðlabankastjóri hefur orðað það. Hér var bankakerfið að stærstum hluta í höndum ríkisvaldsins. Stjórnmalaflokkarnir skiptu bróðurlega með sér bankastjórastólum og sætum í bankaráðum. Lánveitingar urðu háðar pólitískum geðþótta en ekki markaðsforsendum.

Komið var á skilaskyldu gjaldeyris í byrjun fjórða áratugarins og þess var ekki langt að biða að sett yrðu á víðtæk innflutningshöft. Haftamúr var reistur um íslenskt efna-hagslíf með gegndarlausri soun verðmæta og spillingu. Höftin voru að miklu leyti afnumin um 1960 en ekki að fullu fyrir en komið var fram á tíunda áratug síðustu aldar.



Íslandsbanki varð til við samruna fjögurra banka árið 1990.
MYND/HARI

Banki í fararbroddi

Breytingar í átt til aukins frjálsræðis á fjármálamarkaði áttu sér stað á löngum tíma. Einn mikilsverður áfangi í nútímavæðingu fjármálakerfisins var stofnun Íslandsbanka hf. árið 1990 – annars bankans sem fékk þetta nafn – en hinn nýi Íslandsbanki átti rætur í þeim gamla. Hann var vel rekið fyrirtæki og í fararbroddi einkarekinna fjármálafyrirtækja allan tíunda áratuginn og fram á fyrstu ár nýrrar aldar. Eignarhald hans var mjög dreift, en ýmis miðlungsstór og minni fyrirtæki voru meðal hluthafa. Þar var í mörgum tilfellum um að ræða fyrirtæki í iðnaði og verslun sem átt höfðu hlutabréf í Verslunarbanka Íslands og Iðnaðarbankanum, forverum Íslandsbanka, en bankinn hafði orðið til við samruna þeirra tveggja við Alþýðubankann og Útvegsbankann. Þá voru lífeyrissjóðir stórir hluthafar í bankanum og fóru samtals með um 20% hlut.

Á nýrri öld komust allir viðskiptabankarnir undir yfirráð kjölfestufjórfa sem jafnframt voru umsvifamiklir á öðrum sviðum atvinnulífsins og farið var offari við rekstur þeirra með afleiðingum sem allir þekkja.

Breyttar aðstæður

Nú er þriðji Íslandsbankinn til umræðu vegna áforma ríkisstjórnar um sölu að minnsta kosti fjórðungshlutar í honum. Talsvert mikið hefur verið

“Íslenska ríkið á tvo þriðju hluta bankakerfisins en alls staðar á Vesturlöndum er minnihluti bankakerfa í ríkiseigu.

karpað um tímasetningu sölu bankans nú, en minna verið rætt um eignarhald ríkisins á bönkum almennt. Íslenska ríkið á tvo þriðju hluta bankakerfisins en alls staðar á Vesturlöndum er minnihluti bankakerfa í ríkiseigu, enda fjármálastarfsemi talin mun betur komin í höndum sparisjóða og einkarekinna banka.

Þá eru aðstæður líka gerbreyttar frá því fyrir bankahrún og reglur um virka eigendur allt aðrar en áður var.

Raunar er regluverkið orðið með þeim hætti að fjárfestar hafa að líkindum lítinn áhuga á að verða stórir eigendur banka, þar sem slíkt getur hamlað öðrum viðskiptum þeirra. Þannig er girt fyrir að það ástand sem varð hér í aðdraganda bankahrunsins geti endurtekið sig. Við þetta má bæta að síðan þá hefur lögum um fjármálafyrirtæki verið breytt ríflega tuttugu sinnum, ýmsar nýjar Evróputilskipanir verið settar um mála-

flokkinn og þremur nýjum, evrópskum fjármálaeftirlitsstofnunum komið á fót.

Lærdómur sögunnar

Með sölu á Íslandsbanka fengju almenningur, lífeyrissjóðir og aðrir fagfjárfestar fleiri kosti á hlutabréfamarkaði. Ætla má að almenningur verði fús að eignast hluti í bankanum, enda skortir álitlega fjárfestingarkosti. Áhugi almennings á hlutabréfakaupum fer vaxandi um þessar mundir samanber hlutafjárútböð Icelandair á síðasta ári þegar níu þúsund manns keyptu hluti.

Um þessar mundir er aðeins einn banki á hlutabréfamarkaði og verð hlutabréfa hans með því hæsta sem það hefur verið frá því að hann var skráður á markað. Í því er fólgin vísbending um að nú sé heppilegur tími til bankasölu.

Það fjármagn sem ríkissjóður fengi fyrir sölu gæti nýst til að greiða niður þær gríðarmiklu skuldir sem hlaðist hafa upp vegna faraldrsins og aðgerða ríkisins til aðstoðar fyrirtækjum í rekstrarvanda. En fjárlagahallinn er samt meiri en svo að sala á Íslandsbanka leysi hann. Hér þarf líka að koma til stíft aðhald í opinberum rekstri og sala fleiri ríkiseigna sem eru betur komnar í höndum borgaranna sjálfra og félaga þeirra heldur en ríkissjóðs. Það er einn af stóru lærdómum íslenskrar fjármálasögu síðastliðna öld. ■

KOMDU STRAX Í STUÐIÐ!

Þú ert aðeins eina
mínútu að skipta yfir

Það er einfalt og þægilegt að skipta yfir.
Þú skráir þig bara hjá okkur og við sjáum
um að tengja þig við 100% græna raforku.

Komdu yfir í stuðið á orkusalan.is



MYND/INSTAGRAM



MYND/INSTAGRAM



MYND/INSTAGRAM

BLÓMSTRA

Ástin blómstrar hjá Svölu og Kristjáni.

JÓLALEG

Eyþór og Ástríður voru jólaleg í desember.



NÁTTÚRA

Baltasar og Sunneva njóta í íslensku náttúrunni.

GLÆSILEG

Skúli og Gríma falleg og fín saman.



MYND/ÞSEND

Máni Snær
Þorláksson
manisnaer@dv.is



Það eru nokkur íslensk pör sem virðast ætla að sýna fram á að niðurstöður þessarar rannsóknar eigi ekki við um þau. Þessi íslensku pör hafa vakið mikla athygli og þá oft einmitt vegna aldursmunarins.

Svala og Kristján

Að sjálfsögðu er ofurparið Svala og Kristján efst á blaði þegar kemur að íslenskum pörum og aldursmun. Svala og Kristján hafa verið á gífurlegu flugi síðan þau opinberuðu samband sitt í ágúst í fyrra.

Kristján var síðan ekki lengi að fara á skeljarnar en þau Svala trúlofuðust í desember, einungis nokkrum mánuðum eftir að þau byrjuðu saman. „Ég sagði hiklaust já. Ég elska þig endalaust ástin mín,“ skrifaði Svala, þegar hún tilkynnti um trúlofunina á Instagram-síðu sinni.

Það er 21 ár á milli Svölu og Kristjáns, hún er 43 ára en hann er 22 ára. DV spurði Svölu út í þennan aldursmun þegar þau Kristján voru að stíga fyrstu skrefin í sambandinu. „Varðandi aldursmun þá finnst mér alltaf jafn fátíðlegt að karlmenn mega deita eða vera með konum sem eru kannski 20-25 árum yngri og enginn segir neitt. Það er bara eðlilegt og engum finnst neitt að því,“ sagði hún.

Ástin spyr ekki um aldur

Samkvæmt rannsókn sem birt var í Journal of Population Economics verða pör óhamingjusamari þegar líður á sambandið ef aldursmunurinn er mikill. Í niðurstöðum rannsóknarinnar kom fram að þegar fólk í parsambandi er nálægt hvort öðru í aldri eru minni líkur á að hamingjan renni þeim úr greipum.

„Mér finnst að fólk megi bara lifa sínu lífi og gera það sem gerir það hamingjusamt.“

„Svo þegar við konur erum að deita yngri menn þá hefur fólk svaka sterkar skoðanir á því og það þykir tabú. Alger hræsni, segi ég bara, og mér finnst að fólk megi bara lifa sínu lífi og gera það sem gerir það hamingjusamt. Aldur er afstæður, ég á vini á öllum aldri og ég dæmi ekki fólk út frá aldri. Það er sálin þeirra sem segir allt um persónuna og ef hún er góð og falleg þá tengist ég þeim.“

Eyþór og Ástríður

Eyþór Arnalds, oddviti Sjálfstæðisflokksins í borginni, og

Ástríður Jóséfína Ólafsdóttir myndlistarkona, byrjuðu að rugla saman reytum snemma á síðasta ári. Það má með sanni segja að ástin blómstri hjá þeim Eyþóri og Ástríði, en aldursmunur þeirra vakti mikla athygli þegar fyrst var greint frá sambandinu. 26 ár eru á milli þeirra Eyþórs og Ástríðar, Eyþór er 56 ára gamall en Ástríður er 30 ára.

Skúli og Gríma

Skúli Mogensen, ferðapjónustufrömuður og fyrrverandi forstjóri hins fallna flugfélags WOW air, og innanhúss-

hönnuðurinn Gríma Björg Thorarensen byrjuðu saman árið 2017. Þá lék allt í lyndi hjá WOW air en Gríma var einmitt flugfreyja þar áður en hún hóf nám í innanhússhönnun í Bretlandi.

Aldursmunur Skúla og Grímu vakti athygli þegar þau byrjuðu saman en 23 ár skilja á milli þeirra. Skúli er árgerð 1968 og er því 52 ára gamall en Gríma er 1991 árgerð og því 29 ára gömul. Skúli og Gríma hafa nú eignast barn saman, en drengurinn Jaki Mogensen fæddist í byrjun sumars á síðasta ári. Skúli á síðan þrjú börn úr fyrra hjónabandi.

Baltasar og Sunneva

Það vakti athygli í fjölmiðlum landsins þegar leikstjórinn knái Baltasar Kormákur og listakonan Sunneva Ása Weissshappel byrjuðu saman vorið 2019. Aldursmunurinn á Baltasar og Sunnevu vakti þá einnig athygli, en 23 ár eru á milli þeirra.

Baltasar og Sunneva eru bæði algjörlega frábær á sínum sviðum. Baltasar er auðvitað einn frægasti leikstjóri okkar Íslendinga, bæði fyrr og síðar. Þá er Sunneva einnig mögnuð en hún vann til að mynda Grímuverðlaunin árið 2015 fyrir búninga í sýningunni Njálu og hefur starfað mikið erlendis við búningahönnun með leikstjóranum Þorleifi Erni Arnarssyni. Þá hefur hún einnig sinnt myndbandagerð og kóreógrafíu fyrir leikhúsverk. ■

Berglind Hilmarsdóttir er fædd og uppalin í Reykjavík og flutti í sveitina fyrir 30 árum. „Ég starfa nú sem bóndi á Núpi undir Eyjafjöllum með 250 nautgripi, þar af 65 mjólkurkúr, ásamt eiginmanni, syni og tengdadóttur. Við erum einnig með sauðfé og hross og mikið af fallegri náttúru sem ég nota til úti-vistar,“ segir Berglind.

Hún segist lifa mjög heilsusamlegu lífi á Núpi og að þau fjölskyldan rækti og framleiði mikið af þeim matvælum sem þau neyti dagsdaglega. Þá segist hún algerlega húkkt á kombucha frá Kombucha Iceland. „Kombucha frá Kombucha Iceland er fullkomin viðbót við okkar mataræði og lífsstíl, enda er hann gríðarlega hollur og góður fyrir meltinguna. Góðgerlarnir í drykknum hafa mjög góð áhrif á mig og ég finn strax sérstaka tilfinningu, bæði róandi og líka seðjandi, þegar ég drekk kombucha.“

Ást við fyrsta sopa

Berglind kynntist svaladrykknum fyrst fyrir fjórum árum þegar hún starfaði sem verkefnastjóri Landbúnaðarklasans. Landbúnaðarklasinn var stofnaður í Bændasamtökum Íslands árið 2014 og er nú klasi rúmlega 30 fyrirtækja og stofnana sem fjármagna starfið. „Sjálf var ég fram til ársins 2019. Klasinn hefur gegnt afar mikilvægu hlutverki í frumkvöðlastarfi á sviði framleiðslu á landbúnaðarafurðum. Þá hefur hann staðið fyrir og tekið þátt í fjölda ráðstefna og stuðningi við frumkvöðlastarf, meðal annars með þátttöku í viðskiptahraðlinum „Til sjávar og sveita“, sem er stjórnað af Icelandic Startups í samvinnu við Sjávarklasann, Matarauð Íslands og fleiri fyrirtæki.“ Eitt af þeim frumkvöðlafyrirtækjum sem hafa notið góðs af stuðningi Landbúnaðarklasans er Kombucha Iceland með þeim Rögnu Björku Guðbrandsdóttur og Manuel Plasencia Gutiérrez í fararbroddi.

Mörg þúsund ára saga

Þegar Berglind tók fyrsta sopann af kombucha árið 2017 hreifst hún samtundis af drykknum. „Ég kynntist kombucha og þeim Rögnu og Manuel sem reka Kombucha Iceland í ársbyrjun 2017, eftir sameiginlega kynningu Landbúnaðarklasans og Sjávarklasans. Þá var fyrirhugað að veita stuðning við frumkvöðla með því til dæmis að bjóða þeim aðstöðu í frumkvöðlasetrinu í húsi Sjávarklasans á Grandu. Manuel mætti brosandi út að eyrum með fyrstu prufurnar af kombucha og leyfði okkur að smakka og fylgjast með þróuninni í kjölfarið. Þessi svalandi drykkur vakti strax áhuga, enda var þetta spennandi því við höfðum aldrei bragðað neitt þessu líkt. Því varð úr að Manuel og Ragna þáðu aðsetur í Sjávarklasnum. Kombucha er gífurlega lifandi, braðgmikill og hressandi drykkur sem á sér þar fyrir utan mörg þúsund ára sögu. Svo er þetta einfaldlega bragðgott, svalandi og hollt.“

Þrátt fyrir að Berglind starfi ekki lengur sem verkefnastjóri Landbúnaðarklasans, þá er langt frá því að hún hafi sagt skilið við frumkvöðlasenuna. „Eftir að ég hætti sem verkefnastjóri klasans hef helgað mér pláss í frumkvöðlasenunni sem grúppía og aðdáandi okkar frábæru frumkvöðla á öllum sviðum. Þá gerðist ég aðili að Samtökum smáframleiðenda matvæla (SSFM) til að missa ekki af lestinni.“



Berglind segir kombucha frá Kombucha Iceland vera fullkoma viðbót við mataræði og lífsstíl fjölskyldunnar, enda er drykkurinn gríðarlega hollur og góður fyrir meltinguna.

MYND/ERNIR

Það verður að vera kombucha – líka í sveitinni

Svaladrykkurinn kombucha frá Kombucha Iceland hefur heillað fólk úr ýmsum kimum þjóðfélagsins og fyrrverandi verkefnastjóri Landbúnaðarklasans, kúabóndinn og frumkvöðla-„grúppían“ Berglind Hilmarsdóttir er þar engin undantekning.



MYNDIR/DANI GUINDO

Berglindi finnst gott að byrja daginn á einu glasi af engiferdrykknum og ljúka honum síðan með glóaldindrykknum sem virkar eins og svefnlyf á hana. Hún hefur líka prófað að nota glóaldin kombucha í matargerð sem kemur afar skemmtilega á óvart.

Alger sælustund

Berglind segist ekki eiga kost á því að nálgast kombucha að staðaldri og birgir sig því upp þegar hún á leið í bæinn. „Ég bý langt frá höfuðborgarsvæðinu og næsta verslun við okkur



birgðir og margar tegundir til að eiga á Núpi þangað til ég á aftur leið á höfuðborgarsvæðið. Eftir langar og strangar borgarferðir þá klikkar ekki að svolgra í sig einni flösku af krækiberja- eða jarðarberjakombucha á leiðinni heim í sveitina. Það er alger sælustund! Þá sleppi ég líka við að detta í nammi eða aðra óhollustu sem er innan seilingar þegar mann vantar orku.

Þegar ég á kombucha heima þá drekk ég hálfu til eina flösku á dag, en ég kaupi alltaf stóru flöskurnar frá Kombucha Iceland og er með nokkrar bragðtegundir í gangi hverju sinni. Þá er líka gott að byrja daginn á einu glasi af engiferdrykknum og ljúka honum síðan með glóaldindrykknum sem virkar eins og svefnlyf á mig. Ég hef líka prófað að nota glóaldin kombucha í matargerð og það kemur afar skemmtilega á óvart.■

Eftirfarandi aðilar í Reykjavík eru meðlimir í Kombucha Iceland-fjölskyldunni

Krónan| Melabúðin| Fjarðarkaup| Heilshúsið| Matarbúðin Náðin| Brauð og co. og nú nýlega fánlegt í Heimkaupum.

Einnig fæst Kombucha Iceland í

BioBorgara| Kaffihúsi Vesturbæjar| Le Kock| Kaffi Laugalæk| Mr. Joy| Mamá| Te og Kaffi| Systrasamlaginu og á fleiri stöðum.

Einnig eru nokkrir sölustaðir úti á landi:

Vistvera á Selfossi| Ljómalind í Borgarnesi| Fisk kompaní á Akureyri| Hús handanna á Egilsstöðum og Kaja Organic á Akranesi.

sem selur kombucha frá Kombucha Iceland er Krónan á Selfossi, sem er um klukkustundar akstur frá okkur. Í bæjarferðum geri mér alltaf ferð í þær verslanir sem ég veit að selja kombucha og kaupi mér þá góðar



Húsið þar sem Bobby Jo var myrt.

MYND/GETTY

HROLLVEKJANDI LÍF LISU MONTGOMERY

Lisa Montgomery var tekin af lífi þann 13. janúar fyrir hrottalegt morð. En var Lisa í ástandi til að skilja alvarleika brots síns, eða hafði áratuga misnotkun, ofbeldi og pyntingar gert hana ósakhæfa?



Mótæli vegna aftökunnar.

MYND/GETTY

SAKAMÁL

Erla Dóra
Magnúsdóttir
erladora@dv.is



Þann 22. október 2007, eftir aðeins fimm klukkustunda íhugun, lýsti kviðdómur í Bandaríkjunum Lisu Montgomery seka um morð. Jafnframt mælti hann með dauðarefsingunni. Lisa var tekin af lífi þann 13. janúar, þrátt fyrir að teymi lögmanna sem og systir hennar hefðu barist ötullega fyrir því að mál hennar yrði tekið til endurskoðunar. Lisa ætti ekki skilið að deyja.

Lisa hefði verið viti sínu fjær eftir hrollvekjandi ævi, sem enginn kæmist óskaddaður í gegnum. Hún var fyrsta konan í tæp 70 ár sem tekin var af lífi af alríkisstjórninni í Bandaríkjunum.

Óléttur dýravinur

Bobbie Jo Stinnett var hamingjusöm 23 ára kona, nýgift og átti von á sínu fyrsta barni. Árið var 2004. Bobbie var mikill dýravinur og ræktaði hunda. Vegna þessa var hún virk á spjallborði á netinu um áhugamál. Þar kynntist hún konu að nafni Lisa Montgomery. Þær skrifuðu mikið á, enda elskuðu þær báðar hunda og áttu þar að auki báðar von á barni.

Ekkert virtist athugavert við samskiptin.

Bobbie var með hvolpa sem þurftu að komast á nýtt heimili. Við hana hafði samband Darlene nokkur Fischer, sem hafði áhuga á að fá hjá henni hvolp. Þær mæltu sér því mót svo Darlene gæti hitt hvolpana og beinast lá við að hittast á heimili Bobbie Jo. Þetta varð seinasta heimsóknin sem Bobbie fékk í lífinu.

Skömmu síðar kom móðir hennar að heimili hennar til kanna stöðuna á dóttur sinni, enda sú síðarnefnda komin átta mánuði á leið og spennan mikil. Við henni tók þó ekki blómleg dóttir með framtíðina fyrir sér, heldur blóðugur vettvangur skelfilegs glæps.



MYND/LÖGMENN FYRIR LISU MONTGOMERY

Lisa eyddi rúmum áratugum á dauðadeild.



Lisa átti hryllilega æsku.

MYND/LÖGMENN FYRIR LISU MONTGOMERY



Bobbie Jo var nýgift og átti von á barni.

MYND/ÚR EINKASAFN



Lisa þóttist ætla að skoða hvolpa hjá Bobbie Jo.

MYND/GETTY

Bobbie Jo var dái og aðkoman hræðileg. Helst leit út fyrir að magi hennar hefði sprungið, og lögreglumenn sem fyrstir voru á vettvang hafa lýst aðstæðum sem í hryllingsmynd. Ekkert bólaði á barninu sem hún hafði borið undir belti.

Vel undirbúið

Tæpum 300 kílómetrum í burtu sýndi Lisa Montgomery vinum og vandamönnum nýfætt barn sitt. Ekkert virtist sérstaklega athugasvert við það, enda Lisa búin að vera ólétt í níu mánuði og því eðlilegt að sjá hana með nýfætt barn.

Hins vegar var það athugasvert í ljósi þess að Lisa var ófrjó. Hún hafði undirgengist

ófrjósemisaðgerð mörgum árum fyrr, eftir að hún átti sitt fjórða barn. Engu að síður hafði hún stutt og stöðugt haldið því fram að hún gengi með barn undir belti.

Það tók lögregluna ekki langan tíma að bera kennsl á Darlene Fischer, sem reyndist dulnefni Lisu sjálfar. Í kjölfarið var Lisa handtekin og ákærð fyrir sérstaklega hrottalegt morð og mannrán. Á daginn kom að Lisa hefði mætt til Bobbie vel undirbúin. Hún hafði með sér reipi, hníf og búnað til að taka á móti barni. Áður hafði hún kynnt sér hvernig keisaraskurður var framkvæmdur. Allt bar með sér að um ósvífið morð af yfirlögðu ráði væri að ræða og þegar Lisa var sótt til saka var

farið fram á dauðarefsingu. Eftir sat þó spurningin hvers vegna 36 ára gömul, fjögurra barna móðir, fremdi þennan svívirðilega glæp.

Myrti hundinn

Sorgarsaga Lisu hófst áður en hún fæddist. Móðir hennar, Judy, drakk mikið á meðgöngu og Lisa fæddist með það sem kallast áfengisheilkenni, en einkenni heilkennisins getur verið skertur vitsmunabroski, skert hreyfifærni og hegðun vandamál.

Fyrstu þrjú árin ólst hún upp með hálsystur sinni og þriggja ára varð hún vitni að því þegar barnfóstra þeirra, karlmaður, nauðgaði átta ára systur hennar ítrekað. Systir hennar var fjarlægð af heimilinu eftir að faðir þeirra stakk af, og varð það henni til bjargar. Lisa hins vegar varð eftir hjá móður sinni og martröð hennar var rétt að hefjast.

Móðir hennar Judy, var ofbeldisfull. Meðal annars átti hún til að tjóðra Lisu til að þagga niður í henni, neyða hana í ískalda sturtu og berja hana með beltum, snúrum og herðatrjám. Eitt sinn drap hún hund fjölskyldunnar fyrir framan Lisu og systkini hennar, með skóflu, til að refsa þeim. Judy skipti hratt um karlmenn og giftist oft. Einn eiginmanna hennar var Jack Kleiner sem varð stjúpfaðir Lisu og hennar versti kvalari.

Niðurlægingin algjör

Jack beitti Lisu margþættu ofbeldi. Hann útbjó sérstakt herbergi fyrir utan hjólhýsið sem þau bjuggu í og þangað átti Lisa að koma beint eftir skóla. Þar fylgdist hann með henni tímunum saman í gegnum gægjugat og nauðgaði henni reglulega. Þegar það nægði honum ekki lengur bauð hann vinum sínum að slást í leikinn og var Lisu hópnauðgað tímunum saman, barin og niðurlægð. Hún greindi síðar frá því að sumir mennirnir hefðu lokið

sér af með því að hafa yfir hana þvaglát. Niðurlægingin og örvæntingin var algjör.

Ekki þýddi fyrir Lisu að reyna að streitast á móti ofbeldinu. Í eitt sinn er hún hafði gert svo barði Jack höfði hennar í steipt gólfið á herberginu af því líkum krafti að Lisa hlaut varanlegan heilaskaða af.

Engin hjálp

Ekki gat hún leitað til móður sinnar heldur, en móðir hennar var meðvituð um ofbeldið. Hún gekk eitt sinn inn er stjúpfaðirinn var að misnota Lisu. Viðbrögð hennar voru þau að sækja skotvopn, beina því að höfði Lisu og spyrja hana: „Hvernig gastu gert mér þetta?“ Fljótlega sá móðirin þó tækifæri í stöðunni. Þegar hún þurfti að kalla til iðnaðarmenn á borð við pípara eða rafvirkja, bauð hún þeim að misnota dóttur sína frekar en að greiða þeim peninga.

Enginn kom Lisu til bjargar. Ekki lækniurinn sem skoðaði hana eitt sinn og sá ummerki ofbeldisins. Ekki frændi hennar, sem hún greindi frá ofbeldinu. Ekki barnaverndarnefnd sem kom aðeins einu sinni til að kanna aðstæður hjá henni, ekki skólinn, ekki neinn. Móðirin skildi loks við Jack og fyrir dómi, er gengið var frá skilnaðinum, greindu bæði Judy og Lisa frá kynferðisofbeldinu. Dómarinn skammaði Judy fyrir að gera ekkert í málunum, en gerði svo ekkert sjálfur.

Áframhaldandi ofbeldi

Aðeins 18 ára gömul gekk Lisa að eiga stjúpbróður sinn og eignaðist fjögur börn á fimm árum. Eiginmaður hennar beitti hana hrottalegu ofbeldi og tók það meðal annars upp á myndband. Þrautaganga Lisu virtist engan enda ætla að taka.

Eftir að Lisa gekk að eiga seinni eiginmann sinn fór hún ítrekað að halda því fram að

hún væri þunguð, þrátt fyrir að vera líkamlega ófær um slíkt eftir að hafa eftir nauðgun gengist undir ófrjósemisaðgerð.

Þarna er talið að Lisa hafi verið orðin verulega veik á geði og í litlum tengslum við raunveruleikann. Það hafi því verið sturluð manneskja sem fór til fundar við Bobbie Jo, vafið reipi um háls hennar, kyrkt og skorið úr henni ófætt barnið.

Misnotkunarsökunin

Lisa hefur verið greind með umfangsmikil andleg veikindi og annmarka, geðhvörf, rofinn persónuleika, alvarlega áfallastreituröskun og alvarlegan heilaskaða, eftir ítrekað ofbeldi sem hún mátti þola frá stjúpfaður sínum og tveimur eiginmönnum.

Kviðdómur fékk aldrei almennilega að heyra um fortíð Lisu, saksóknarar eyddu heldur púðri í að greina frá því hvað Lisa væri léleg húsmóðir, að hún héldi ekki hreint heimili og eldaði ekki mat, líkt og það hefði eitthvað með morðið að gera. Reynolds Lisu af alvarlegu, líkamlegu og kynferðislegu ofbeldi, þar sem hún var barnung hneppt í kynlífsþrælkun þar sem henni var nauðgað í leggöng, endaparm og munn, var kölluð „misnotkunarsökunin“ og alfarið vísað á bug.

Verjandinn sem henni var skipaður, Dave Owen, hafði enga reynslu af málum þar sem dauðarefsing kom til álita, honum var skipaður til aðstoðar virtur verjandi með mikla reynslu af því að vinna með þolendum ofbeldis, Judy Clarke, en Owen þoldi ekki tilhugsunina um að kona færi að segja honum til verka svo hann fékk Clarke setta af, eftir að hún hafði náð góðu trúnaðarsambandi við Lisu. Talið er að vörn hennar hafi verið verulega ábótavant.

Engin lokaorð

Það var því barist allt til síðustu stundar fyrir lífi Lisu. Systir hennar og lögmenn biðdu til fráfarandi Bandaríkjaforseta, Donalds Trump, um að þyrma lífi hennar og taka tillit til ofbeldissögu hennar. Enginn var að fara fram á að Lisa fengi frelsi, hún ætti heima á bak við lás og slá, en hún ætti ekki skilið að tapa lífinu, heldur vist á stað þar sem hún gæti fengið viðeigandi aðstoð við veikindum sínum.

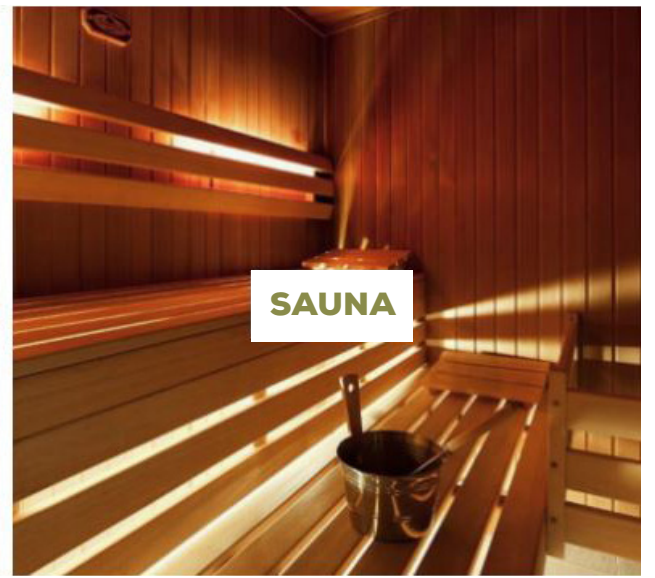
Það reyndist þó til einskis og 13. janúar lét Lisa lífið eftir að hafa verið sprautuð með banvænni blöndu efna er dauðarefsingu hennar var framfylgt. Hún var 52 ára gömul. Aðspurð hvort hún hefði eitthvað að segja áður en hún léti lífið svaraði hún „nei“. Það var hennar síðasta orð. Hálf öld af hryllingi, af ofbeldi, niðurlægingu og pyntingum. Enginn kom henni til bjargar þá og hví ætti einhver að gera það núna? Hvað var þá í reynd eftir fyrir Lisu að segja annað en nei? ■



BÁTAR



SAUNATUNNUR



SAUNA

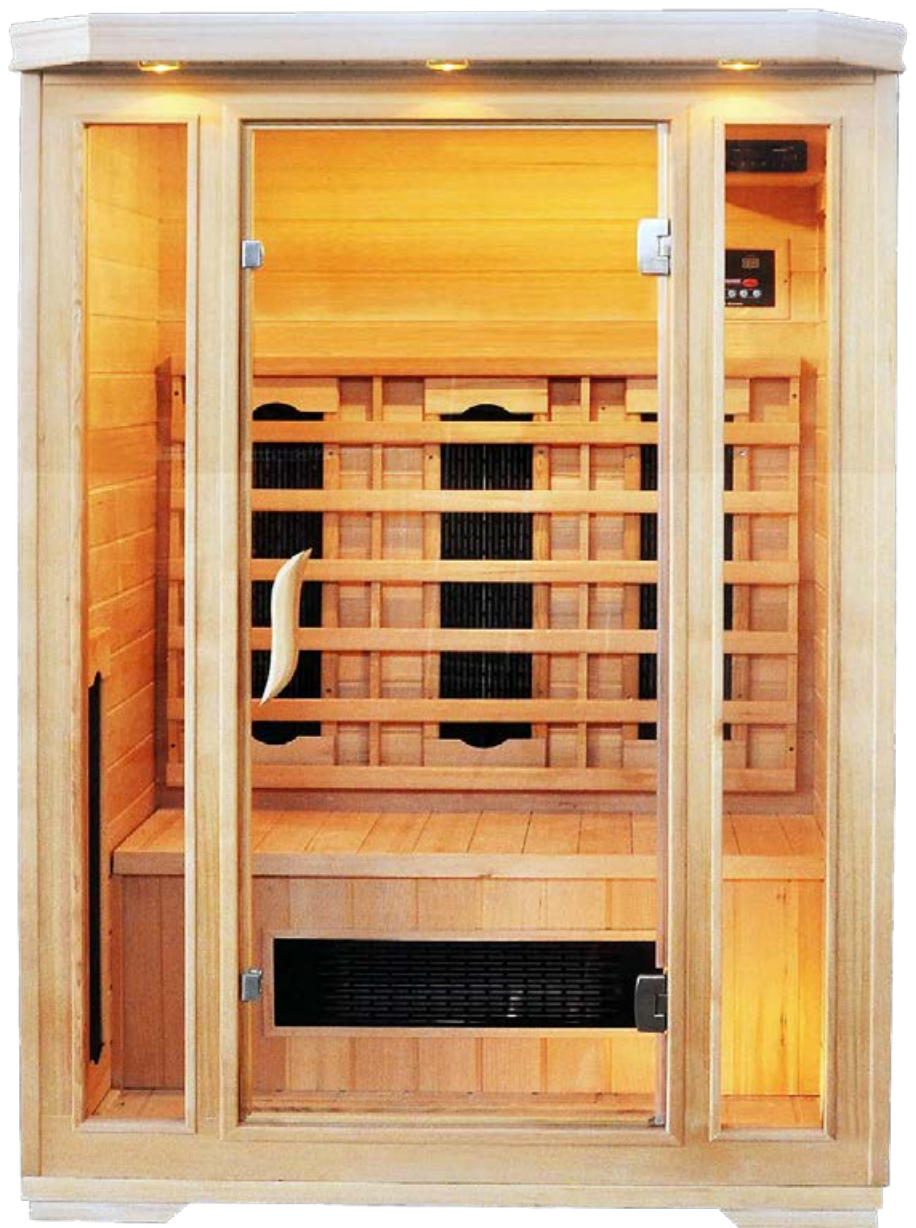
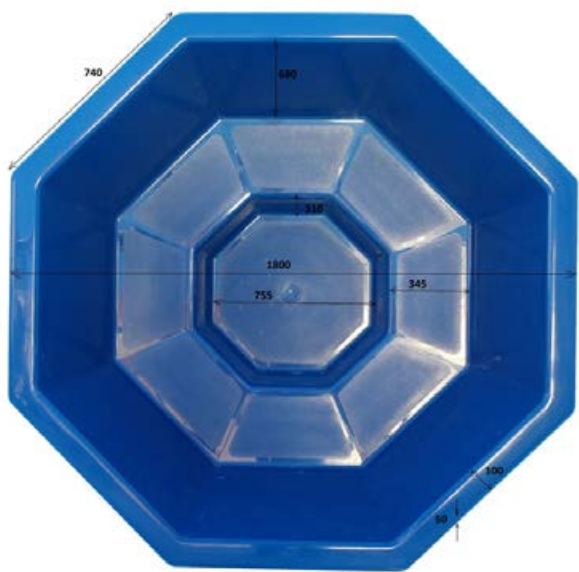
Sauna- og gistitunnur ásamt hitaveitupottum og nokkrum tegundum af skeljum



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



Sjáðu úrvalið á goddi.is Infrared saunur ásamt viðarkyntum pottum



GODDI.IS

AUÐBREKKU 19 - KÓPAVOGI - S. 544 5550

Það er alltaf smá drasl

Þúsundir deila opinskáum myndum af eigin heimilum í vinsælum Facebookhópi. Myndatextar þar sem húmorinn fær að njóta sín vekja sérstaka kátínu.

Erla
Hlynsdóttir
erlahlyns@dv.is



Yfir ellefu þúsund manns eru í Facebook-hópi þar sem fólk deilir myndum af ýmiss konar óreiðu sem finna má á venjulegum heimilum. Hópurinn kallast Family living – the true story – ICELAND og á hann mun stærra systurhóp í Svíþjóð, sem listakonan og feminískri aktivistinn Lotta Sjöberg stofnaði.

„Mér þótti full ástæða til að stofna hóp með sama tilgang á Íslandi þar sem ég skynja mikla pressu í garð kvenna um hið fullkomna heimili,” segir Elín Oddný Sigurðardóttir sem stofnaði íslenska hópin. „Tilgangur síðunnar er fyrst og fremst sá að sýna hvernig getur oft lítið út inni á venjulegum heimilum á þeim

stundum sem ekki er venjulega deilt á samfélagsmiðlum. Lífið er nefnilega alls konar og alls ekki jafn fullkomið og í heimi áhrifavalda á samfélagsmiðlum.

Það er mín einlæga trú, að með því að deila slíkum myndum getum við skapað gagnmenningu gegn ríkjandi óraunsæjum birtingarmyndum hinna fullkomnu heimila og losnað undan því oki sem því fylgir fyrir marga. Í hópnum erum við aðallega að sýna hvernig ástandið getur stundum verið, það er alltaf eitthvað smá drasl, allavega oftast.

Viðbrögðin komu mér satt best að segja á óvart, sérstaklega skilaboð frá oft buguðum konum sem eru að ströggla daginn út og inn. Það felst styrkur í því að finna samtakamátinn, að við erum ekki einar.“ ■



ELÍN ODDNÝ SIGURÐARDÓTTIR

ÚTPÆLT GULT LITAPEMA

Sniðug lausn fyrir svona opið hol, athugið að fleiri samsetningar eru mögulegar. Endilega prófa sig áfram.



ELVA DÖGG HAFBERG GUNNARSDÓTTIR

PARNA TEKUR FÓLK NIÐUR GRÍMUNA

„Ég hef ekki orku í að hafa alltaf fínt og ég er ekkert sérlega húsleg að eðlisfari, og þess vegna er þessi hópur algjör lífsbjörg fyrir mig,” segir Elva Dögg Hafberg Gunnarsdóttir.

„Að horfa yfir heimilið, sem er stundum næstum því eins og eftir sprengjuárás, og vera á bömmum yfir ástandinu, verður svo miklu auðveldara þegar maður veit að maður er ekki eina manneskjan sem þarf að díla við akkúrat þetta. Parna tekur fólk grímuna niður, sýnir raunverulegt ástand heimilisins og fær tækifæri til þess að hlæja að sjálfu sér og öðrum án skammar. Fólk setur inn myndir og fyndinn texta og þetta er einfaldlega afar hressandi, að sjá hvernig flest okkar lifa og hvernig við tækjum draslið í lífi okkar.“

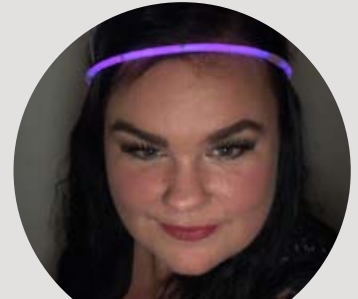


HUGMYND FYRIR EINHLEYPA

Eitt það leiðinlegasta við að vera einhleyp er að hafa engan að kúra með uppi í bóli. Þjó því til þennan fína „þvottamann“ á rúmhelsingnum sem var auður. #ástinsigrarallt

NÚTÍMALEG VINNUAÐSTAÐA

Heimaskrifstofan þarf ekki að vera óþægileg eða ósmekkleig. Vel má nýta vannýtt rými innan íbúðar til að búa til hágæða og nútímalega vinnuaðstöðu.



KRÍSTRÚN ÚLFARSDÓTTIR

HÆTTUM AÐ VERA MEÐ SAMVISKUBIT

„Ég var alltaf að keppast við að reyna að hafa fínt og flott eins og maður sér á mörgum Instagram-myndum, sat í fatahrúgu í sófanum að horfa á Snapchat þar sem allt var svo hreint og flott hjá öðrum og hugsaði: „Hvað er eiginlega að mér að vera alltaf með svona drasl?“ segir Krístrún Úlfarsdóttir.

„Ég er sjálf að snappa (krissa4) og sýni þegar heimilið er á öðrum endanum, ég var alltaf að afsaka draslið en fékk svo boð í þennan Facebook-hóp.“

Hópurinn hefur algjörlega bjargað samviskubitinum mínu og hreinlega gæðheilsunni. Parna sá ég bara svart á hvítu að það má alveg vera með dót hér og þar, og vera ekkert síðri mamma eða amma en þessi með fallega heimilið.

Hættum að vera með samviskubit yfir því að komast ekki í Hús og híbýli og höfum húmor fyrir sjálfum okkur.



NÝSTÁRLEGT GLUGGASKRAUT

Er alltaf á leiðinni að ganga frá spilunum, lagði frá mér fægiskófluna að fara loksins í að ganga frá þeim en fór óvart að gera eitthvað annað og gleymdi fægiskóflunni sem bætist þá við verkefnalistann.

HÓPURINN LÉTTIR FÓLKI LUND

„Ég játa að ég lít ekki á mig sem heilagan stríðsmann í baráttu gegn staðalmyndum Húsa og híbýla. Fyrir mér snýst þetta bara um að hafa bara smá húmor fyrir sjálfum sér,” segir Pawel Bartoszek.

Ég held að hópurinn sé fyrst og fremst mikilvægur fólk því hann léttir fólkum lund. Maður veit að maður mun ekki rekast á færslur um sölu Íslandsbanka, eða nýjan skort á COVID-bóluefni. Ég hef orðið var við fleiri svona hópa, þar sem fólk vill ekki þras eða illindi. Bara að setja eitthvað sniðugt og fá gleði á móti.

Ég sjálfur er ekki lengur neinn svaðalegur draslar. Ég tek alveg til og held heimilinu hreinu. En það helst auðvitað aldrei lengi. En ég er kannski í svona öfugri ímyndarvinnu myndi frekar taka mynd af fatahrúgu og setja inn heldur en að monta mig af vel hreinsaðri spanhellu.



PAWEL BARTOSZEK



TÍMAVÉLIN

Erla Dóra Magnúsdóttir erladora@dv.is



Fæddi blaðamaturinn Franklín Steiner

Lögreglan átti í samstarfi við þekktan mann úr íslensku undirheimunum, samkvæmt gögnum sem nýlega var lekið. Þetta er ekki í fyrsta sinn sem svona mál kemur fram á sjónarsviðið.

Með sérkennilegum hætti hefur einn helsti glæpamaður þjóðarinnar náð að verða einhver merkasti maður sinnar samtíðar. Franklín Steiner, margdæmdur eiturlyfjásali, fær sérstaka meðferð í kerfinu, meðferð sem ekki þýðir fyrir almúgamenn að fara fram á. Þar er greinilega ekki neinn Jón Jónsson á ferð. Framangreint ritaði Dagfari í DV árið 1998 í kjölfar þess að upp komst að margdæmdur glæpamaður, Franklín Kristinn Steiner, hafði verið í upplýsingasambandi við fíkniefnadeild lögreglunnar um árabil.

Fæddur blaðamatur

„Ég held að ég sé fæddur blaðamatur,“ sagði Franklín Steiner í samtali við DV árið 1999. „Ég var aðeins fimm daga gamall þegar ég komst á forsíðu heimspersunnar fyrir að vera yngsti maðurinn sem flogið hafði yfir Atlantshafið.“ Franklín fæddist á sjálfan Valentínusardaginn árið 1947. Faðir hans var af indíánaættum og móðir hans var komin í beinan karllegg frá dómkirkjuprestinum í Reykjavík. Franklín bjó fyrstu sex ár lífs síns í Bandaríkjunum, áður en hann flutti ásamt móður sinni til Íslands.

Franklín hafði varla slitið barnsskónum í Reykjavík þegar hann komst fyrst í kast við lögin, en tæplega tvítugur var hann dæmdur í þriggja mánaða skilorðsbundið fangelsi og næstu áratugi hafði Franklín bætt fleiri dómum á Íslandi í safnið, auk dóma í Danmörku og Svíþjóð. Allt fyrir fíkniefnabrot sem sum hver voru stórfelld.

Furugrundarmálið

Árið 1988 var Franklín handtekinn í máli sem kallað er „Furugrundarmálið“, en við það tilefni fundust yfir 100 grómm af hassi og eitt-hvað af amfetamíni á heimili hans. Hins vegar dagaði mál þetta uppi í kerfinu, frumrit rannsóknargagna hurfu og níu árum síðar gat enginn innan lögreglunnar svarað til um hvers vegna svona hefði farið fyrir málum. Til að gera málið enn vandræðalegra hafði Franklín viðurkennt að eiga fíkniefnin sem fundust að heimili hans í yfirheyrslu lögreglu. Málið var aldrei sent til ríkissaksóknara og Franklín var aldrei kærður. Þessi málalok þóttu afar tortryggileg, einkum í ljósi þess sem síðar kom fram og ekki var það eina málið þar sem hann kom við sögu sem virtist ekki hljóta hefðbundna meðferð í kerfinu.

Franklín Steiner lofar bít og betrun:

Hættur í dópinu

Franklín Steiner, haldur og bítur.

Útrýma neyðendum – ekki síðum.

Franklín Steiner lofar bít og betrun.

Franklín Steiner lofar bít og betrun.

Krefst skaðbóta af hálfu ríkisins vegna meints harðræðis við handtöku:

Franklín Steiner ósáttur við framburð lögreglu

Franklín Kristinn Steiner var ástættur við framburð lögreglu hjá lögretunni í Hafnarfirði í gær þegar hann bar viti í máli þess sem hann stýrði ríkissjóki til greiðslu skaðbóta fyrir drögum og þarðalega handtöku, að umfangi áttu stundum ástæðu, í lok janúar á síðasta ári. Ljóst er að Franklín hefur óskert bítur af sér þegar lögreglan ósáttur við framburð lögreglu um að Franklín hefði óttu í Kröfuvæðingum – þess vegna hefur hann verið veitir ástæðu í dómstjórnunni þar sem stæði við heimili hans. Varðveitirinn sagði að ákveðið hefði verið að Franklín yrði í stöðu grannsókn og því hefði þótt stæðu til að „þjuga málið“, en á með því að bíta í bít hans og stítt átti bítur sína. Franklín krefur ríkið um rúmlega milljón króna í skað- og málakostnað.

Alþingi hefur áttu bítur á bítstjórnun, en ástættur bítur í bítstjórnun og lögretunni hefði bítur, og handtöku stæði með handtöku máli. Franklín sagði að hann hefði verið ósáttur við handtöku sína – kyrráttar máli, þegar stjórnun hefði ástættur verið mjög handtöku enda hefði hann átt af hálfu bítstjórnun. Varðveitirinn krefur ríkið um til að kyrráttar máli hefði verið bítur.

Franklín sagði að hann hefði áttu bítur með stjórnun í átt að hlífðinni en hann hefði hann bítur eftir að handtöku var veitir eftir. Stjórnun hefði hann verið fráséður varðveitirinn um handtöku máli. Franklín sagði að hann hefði verið ósáttur við handtöku sína – kyrráttar máli, þegar stjórnun hefði ástættur verið mjög handtöku enda hefði hann átt af hálfu bítstjórnun. Varðveitirinn krefur ríkið um til að kyrráttar máli hefði verið bítur.

Stjórnun hefði hann verið ósáttur við handtöku sína – kyrráttar máli, þegar stjórnun hefði ástættur verið mjög handtöku enda hefði hann átt af hálfu bítstjórnun. Varðveitirinn krefur ríkið um til að kyrráttar máli hefði verið bítur.

Franklín Steiner var sagður njóta góðs af samstarfi við lögregluna. Hann lést árið 2013. MYNDIR/TIMARIT.IS

Í guðanna bænum – látið mig í friði.

Reynslulausnin

Ekki var heppnin með Franklín tveimur árum síðar, en þá hlaut hann 29 mánaða fangelsisdóm fyrir fíkniefnabrot. Lögum samkvæmt áttu fangar, dæmdir fyrir fíkniefnabrot, að sitja af sér að lágmarki tvo þriðju dómstíns. Franklín hins vegar slapp eftir aðeins helminginn. Við nánari skoðun málsins kom á daginn að Franklín hafði sótt um reynslulausn, en verið neitað. Kvartaði hann yfir því við dómsmálaráðherra og fór sá fram á að erindi hans yrði aftur tekið til skoðunar. Var fallist samdægurs á reynslulausn án frekari rökstuðnings. Síðar var greint frá því að það hefðu verið starfsmenn fíkniefnadeildar sem fóru þess á leit við dómsmálaráðherra að veita Franklín reynslulausn, þar sem hann hafði lofað upplýsingum í skiptum fyrir

frelsið. Upplýsingarnar ollu þó vonbrigðum, en þá hafði þegar verið fallist á að frelsa Franklín. Árið 1992, þá enn á reynslulausn, var Franklín gripinn með fíkniefni í fórum sínum. Það mál dagaði líka uppi og Franklín fékk áfram um frjálst höfuð að strjúka.

Dekraður fjölskylduvinur

Það taldist vel þekkt staðreynd í samfélaginu á þessum tíma að Franklín væri umfangsmikill í eiturlyfjásölu hér á landi. Þótti það því sæta furðu hversu lítil afskipti fíkniefnadeildin hafði af starfsemi hans. Heimildarmaður Mannlífs sagði árið 1997: „Ég veit að það hafa verið fjölmörg tækifæri til að taka Franklín með fangið fullt af fíkniefnum. Ástæðan fyrir því að þetta hefur gengið svona lengi er að hann er í beinu sambandi við lögregluna og gefur þeim upplýsingar sem þykja svo verðmætar að það sé ástæða til að láta hann í friði.“

Einn af heimildarmönnum Blaðsins, sem þekkti vel til starfsemi lögreglunnar, sagði árið 2006 að samband Franklín við fíkniefnadeildina hefði verið náði. „Mér ofbauð dekríð við Franklín Steiner. Það leit út eins og hann væri fjölskylduvinur. Málið sem fyllti mælinn var þegar

ungur piltur var handtekinn með kíló af fíkniefnum eftir uppljóstrun Franklín: Hið óeðlilega við handtökuna var að drengurinn hafði nefnilega upphaflega keypt fíkniefnin af Franklín, en hann var algjörlega friðhelgur.“

Blóraböggull

Það var ekki fyrr en árið 1996 sem hann var handtekinn aftur og dæmdur í 20 mánaða fangelsi, eftir að 250 grómm af amfetamíni fundust á heimili hans. Furðu vakti að í málinu hafði annar maður gefið sig fram sem taldi sig eiga efnin. Hann gat hins vegar ómögulega munað nákvæmlega hvað þetta var mikið af efnunum eða í hvaða ástandi. En þótti því ljóst að maðurinn hefði átt að gerast blóraböggull Franklín. Ekki gekk sú áætlun þó eftir.

Árið 1997 varð Franklín einn af umtöluðustu Íslendingum ársins, eftir að upp komst um samstarf hans við fíkniefnadeildina. Fengu þá um fjórutíu lögreglumenn stöðu grunaðra í rannsókn á meintum brotum í opinberu starfi og brotum gegn refsilögum. Rannsóknin beindist einkum að tveimur starfsmönnum fíkniefnadeildar. Annar var sá sem hafði þrýst á dómsmálaráðherra að láta Franklín lausan til reynslu,

og hins vegar lögreglumaður sem hafði kvittað upp á byssuleyfi Franklín. Rannsókn lauk þó með því að ekki þótti líklegt að sakfellingun yrði náð í málinu og það því fellt niður og ekki gefin út ákæra. Rannsókn var þó gerð á málefnum lögreglunnar og fundnir þar ýmsir annmarkar sem úr mætti bæta.

Nei, ekki um jólin

Franklín sjálfur átti á Þorláksmessu 1997 að hefja afplánu dómstíns, en tók það ekki í mál að sitja inni yfir hátíðirnar svo hann lét sig hverfa fram á nýársdag, þegar hann lét sjúkrahús sækja sig. Árið 1999 var Franklín aftur kominn heim í heiðardalinn og veitti DV viðtal í einbýlishúsi sínu. Þar greindi hann frá því að hann væri á framfæri félagsmálafyrivalda í Hafnarfirði því hann væri hættur að selja dóp. Hvernig útskýrði hann umfram fjármagn sem hann hafði? Jú, hann hafði grætt svona svakalega á spilakössum og hann gat sko sannað það með kvittunum. „Ég er 52 ára og í fínu formi eins og allir geta séð, þrátt fyrir allt. Ég hef tekið út mína refsingu og nú vil ég halda áfram að lifa eins og ég á rétt á. En í guðanna bænum – látið mig í friði“ ■

Fjölskylduhornið

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

Fjölskylduhorni DV. Að þessu sinni svarar Kristín spurningu lesenda sem er ekki alveg sáttur við mömmu sína.

Sérfræðingur svarar



Mamma er endalaust búin að vera að tala um megrun núna á nýju ári. Hún ætlar í megrun og vill að ég sé með. Ég er í „þykkum“ holdum en vil taka heilsuna föstum tókum á mínum eigin forsendum en ekki á forsendum mömmu. Það fer líka ótrúlega mikið í taugarnar á mér að hún sé alltaf að tala um að ég verði að fara í megrun og mér finnst þetta mjög triggerandi. Hvernig kem ég skýrum skilaboðum til mömmu?

Megrun er tímabundið átak

Hæ, hæ. Takk fyrir einlæga spurningu. Ég hélt að orðið „megrun“ væri ekki lengur í tísku en ég er svo sem enginn tiskuspekúlant. Auðvitað eru orð bara orð, en mig grunar að mögulega sé það einmitt orðanotkunin, nálgunin og áherslan á líkamann sem þér finnst triggerandi. Ef svo er, þá gætu vinsamlegar ábendingar um viðeigandi orðanotkun verið góð byrjun á þessum skýru skilaboðum til mömmu þinnar.

Í megrun felst tímabundið átak þar sem fólk reynir að létta líkama sinn. Rannsóknir hafa sýnt að tímabundið átak skilar ekki langvarandi árangri, þvert á móti getur það haft í för með sér aukna líkamsþyngd þegar til lengri tíma er litið. Breyttur lífsstíll og heilsusamlegt lífverni er eitthvað allt annað, það getur skilað minni þyngd en fyrst og fremst betri líkamlegri heilsu og hún mælist ekki endilega í kílógrömmum.

Tengsl líkamsímyndar dætra og mæðra

Bein tengsl eru á milli líkamsímyndar dætra og líkamsímyndar mæðra. Það merkir að upplifun mæðra á sínum eigin líkama og það hvernig mæður tala um líkamann við dætur sínar, hefur mjög mótandi áhrif á það hvernig dætur upplifa líkama sinn í framtíðinni. Í ykkar tilfelli getum við því líka verið að glíma við líkamsímynd móður þinnar, óháð þér og þinni heilsu. Spurning þín hljómar á þann veg og kannski myndi því virka að snúa vörn í sókn og beina umræðunni að líkamsímynd móður þinnar frekar en þér?

Fjölskyldufræðin leggja mikla áherslu á ólík kerfi innan fjölskyldunnar og nauðsyn þess að hafa skýr mörk milli kerfa. Mamma þín tilheyrir foreldrakerfinu og þú tilheyrir barnakerfinu, þó þú sért orðin fullorðin. Það merkir að þú munt alltaf vera barn móður þinnar og hegðun



MYND/GETTY

MAMMA VILL FÁ MIG MEÐ SÉR Í MEGRUN

Bein tengsl eru á milli líkamsímyndar dætra og líkamsímyndar mæðra.

og tengsl ykkar verða á þeim forsendum. Ef við skoðum hegðun móður þinnar, þá er klárt mál að hún er í hlutverki mömmunnar og sennilega að reyna að hlúa að þér, ala þig upp og segja þér hvað er þér fyrir bestu. En getur verið að hún sé komin yfir mörkin þín og inn í kerfið sem þú átt sem fullorðinn ein-

staklingur og er henni óviðkomandi eftir að þú varðst sjálfráða?

Skýrari rammi og mörk

Það lærir engin fjölskyldufræði í grunnskóla. Við lærum að vera mömmur af okkar eigin mömmum og þeirri reynslu sem fylgir því að verða móðir. Þar gildir að

stundum rekum við okkur á og sumt er bara erfiðara að tækla en annað. Eitt af því sem reynist mömmum erfitt er að slíta á naflastrenginn og sleppa takinu. Kannski standið þið mæðgur frammi fyrir frábærri raun, þar sem mamma þín þarf að losa um taumana og þú getur bent henni á að þú þurfir að fá að finna út úr þinni heilsu sjálf. Með því að beina samtalinu frá megrunarmræðunni yfir í skýrari ramma og mörk, gætuð þið verið að slá margar flugur í einu höggi.

Af meðferðarvinnu með fjölskyldum hef ég lært að það er ekki mitt að segja fólki hvað það á að gera með sinn vanda. Ég reyni heldur að hjálpa fólki að finna sínar lausnir og aðferðir. Það sem hentar einni fjölskyldu hentar ekki endilega annarri fjölskyldu í sambærilegri stöðu. Það sama gildir um

ykkur mæðgurnar. Mögulega hentar það mömmu þinni á þessum tímamarki að fara í megrun, þú telur það ekki vera réttu leiðina fyrir þig. Þá er kannski réttast að vera sammála um að vera ósammála um hvað er ykkur fyrir bestu og veita hvor annarri frekar stuðning og hvatningu að þeim leiðum sem þið kunnid að velja sem einstaklingar. Ég treysti ykkur fullkomlega til þess að finna leiðir sem þið verðið ánægðar og hraustar með og óska ykkur góðs gengis á þeirri vegferð. ■

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

Spurningunum verður svo svarað hér í Fjölskylduhorninu, að sjálf-sögðu nafnlaust og í fullum trúnaði.



Vinsælustu kynlífstækin árið 2020

Við getum flest verið sammála um að árið 2020 hafi verið sérstakt, en á þessum forðæmalausu tímum hafa kynlífstækin frá Hermosa komið mörgum að góðum notum við að stytta sér stundir og gera skemmtilegar tilraunir í svefnherberginu og víðar.

Satisfyer vörurnar voru áfram vinsælustu vörurnar hjá Hermosa, en það kemur reyndar ekki mikið á óvart þar sem þetta eru alveg frábærar og vandaðar vörur.

Við höldum okkar striki og buðum áfram upp á fría heimsendingu, og það munum við gera einnig á nýju ári. Þá tókum við inn nokkur flott og spennandi vörumerki en þar má helst nefna Fun Factory, sem við erum mjög spennt fyrir. Fun Factory vörurnar koma frá Þýskalandi og eru sérlega vandaðar. Ekki skemmir fyrir að Fun Factory er mjög annnt um kolefnisspor sitt og er sífellt að leita nýrra leiða til þess að hlúa betur að umhverfi sínu,“ segir Kristín Björg Hrólfsdóttir hjá Hermosa.

Fullnægjandi afsláttur

Hermosa er í miklu stuði þessa dagana og býður nú upp á 20% afslátt út 25. janúar af öllu sem er á listanum. Einnig er 15% afsláttur út 25. janúar af öllu paradóti og dóti fyrir hann í tilefni bóndadagsins.



HERMOSA.IS

Kíktu við í [hermosa.is](https://www.hermosa.is) og skoðaðu úrvalið.
Facebook: [Hermosa.is](https://www.facebook.com/hermosa.is)
Instagram: [hermosaisland](https://www.instagram.com/hermosaisland)

Vinsældalisti Hermosa árið 2020

1. Satisfyer Wand

Í fyrsta sæti er Satisfyer vöndurinn sem er kraftmikill en samt sem áður fallegur. Vöndurinn er mjúkur viðkomu og allur húðaður með silíkoni. Vöndurinn er tilvalinn í forleikinn með þínum félagi. Hægt er að nota vöndinn til þess að nudda líkamann og finna næmu staðina á félagi þínum og nudda þá sérstaklega.

2. Satisfyer Multifun 3

Næstvinsælasta varan er Multifun 3. Spennandi og fjölbreytilegt paratæki sem er þó alveg jafn gaman að nota sjálf/sjálfur. Hægt er að nota tækið á 32 vegu, jafnvel fleiri ef þú hefur gott ímyndunarafli. Tækið er einstaklega skemmtilegt í forleikinn þar sem hægt er að skiptast á að nota það á hvort annað.

3. Satisfyer Pro 3

Sogtækin halda áfram að vera gríðarlega vinsæl en þau eru klárlega eitthvað sem öll með sníp ættu að prufa. Það sem gerir þetta sogtæki frábrugðið öðrum er að það er ekki einungis með sog heldur líka titring. Tækið hefur 11 sogstillingar og 10 titringsstillingar, þannig að þú getur fundið hina fullkomnu örvun fyrir þig til þess að ná nýjum hæðum. Tækið er einstaklega fallegt og nett í hendi sem gerir það að hinum fullkomna félagi.

4. Satisfyer Traveler

Traveler er lítið og nett sogtæki sem

gefur þeim stærri ekkert eftir. Það er einstaklega fallegt og passar fullkomlega í lófa. Snilldin er líka sú að þegar þú ert búin að setja lokið á tækið myndi engum detta í hug að um væri að ræða sogtæki.

5. Satisfyer Signet Ring

Signet parahringurinn er kröftugt tæki sem hægt er að nota sem fingratitrara, typpahring, egg eða jafnvel setja hann á strap-on. Hringurinn er silíkonhúðaður og með plasti að hluta til. Breiður silíkonhringurinn veitir einstaka upplifun þegar tækið er notað sem typpahringur, en sá sem er með hann finnur vel fyrir titringnum á meðan hinn aðilinn finnur fyrir unaðslegum titringi á snípnum í kynlífi. Þar sem tækið er typpahringur í grunninn þá hjálpar það einnig til við að halda stinngu lengur og betur.

6. Satisfyer Men

Satisfyer Men er elsta múffan frá Satisfyer en hún stendur alltaf fyrir sínu. Hún er þröng og lagar sig að stærð typpisins. Hún er gerð úr cyberskin sem minnr á alvöru húð og hitnar auðveldlega.

7. Satisfyer Dark Desire

Dark Desire Lay-on er fallegt egg frá Satisfyer. Eggjið er svart og rósaýllt, lítið og létt og fellur vel í lófa og er því fullkomið til þess að nota á meðan

kynlífi stendur eða í einrúmi. Tækið er einstaklega meðfærligt og frábært til þess að örva næm svæði eins og snípinn eða geirvörturnar.

8. Fun Factory Cobra Libre

Cobra Libre er vægast sagt öðrvísi múffa og verulega frábrugðin hinum hefðbundnu múffum. Cobra Libre hefur yfir tveimur móturum að ráða sem sjá til þess að þú fái djúpa og mikla örvun. Cobra libre er með kröftugan titring til að örva kónginn vel. Auðvelt er að nota aðra höndina til þess að leika sér með múffuna en það er líka hægt að láta Cobra Libre sjá um alla vinnuna og nota engar hendur.

9. Satisfyer G-spot Rabbit

Þessi frábæri kanínutitrari frá Satisfyer er með allt sem þú þarft. Með tvöfaldrörvunarvirkni örvar hann bæði snípinn og g-blettinn. Það sem gerir þennan titrara betri en hina er að hann er einnig með létt sog fyrir snípinn. Það gerist ekki mikið betra að fá örvun á bæði í einu.

10. Fun Factory g5 Big Boss

The Big Boss er stór og kraftmikill titrari fyrir þá sem vilja hafa þá stóra og kraftmikla. Big Boss titrarinn er mjúkur, með náttúrulegar línur og sveigist með þér. Auk þess er hann með handfangi sem auðvelt er að halda í þó svo þú sért með sleipiefni á höndunum.

HELGAR KROSSGÁTAN

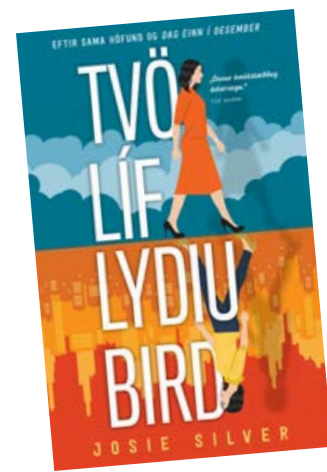
		KRYDD	SKOÐUN		FORMUN	MASTUR	
		EDLA	STIG			ÁVÖXTUR	
LJÓSGJAFI							STÓRVIRKI
TRÉ							
				UPPNÁM			
PÁR			2		TALA		
BJARTUR					SPENDÝR		
				KRABBA- DYR		4	
				FÁLÁTUR			
SKORA		PÍSKUR	GRÆÐA				LEIÐINDA- PESI
		EGNA LÁNAR	MAT- VANDUR	3		GAUL	TVEIR EINS MINNKA
RÍKI Í AFRÍKU							
HITA				ÞÆGI- LEGUR	STRUNSA		
					UMRÓT		DRABBA
			ÓSTILLTUR			SÓNN	
			BYRJUN			DRYKKUR	
AÐGÆTA		TREINA SMÚLA			LÍFGA	5	
					BOGLÍNA		
LEIKNI				SKAÐI			AÐ
VINDA							VERK FALL
				PUÐA	KUNNÁTTA FUGL		GÁ
		LAG- FÆRING ÖÐUR		1		VÍNANDI	NÚMER
KVAÐ					RÁNDÝR		SALLA- RIGNIR
PYRMA					DVÍNA		BRESTA
			FISKUR			ESPAR	
			BLANDAR			SKAMMT	
		MÆLI- EINING	BORGA DRASLA			AFDREP	
						FEIKN	
PREYTA							7
SALT- MYNDARI				SÍTT			DINGLANDI
					ÖNUG- LYNDI TÓNN		TITILL
NÚA				STÖÐVUN			ÞJÁ
SNERILL					HINDRA		



Verðlaunahafi síðustu helgarkrossgátu

Lýður Þorgeirsson,
Seltjarnarnesi.

Rétt svar við gátu vikunnar
skal senda til [krossgata@
dv.is](mailto:krossgata@dv.is) ásamt nafni, símanú-
meri og heimilisfangi.



Verðlaun fyrir rétt svar er
bókin *Tvö líf Lydiu Bird*
eftir Josie Silver.

Lydia Bird og Freddie Hunter hafa verið óað-
skiljanleg frá unglings-
árum, alltaf saman, alltaf
ástfangin. Þar til á 28 ára
afmælisdegi Lydiu – þegar
Freddie lætur lífið í slysi.

Líf Lydiu er í rúst, allt
virðist óhugsandi án Fred-
dies. En þegar læknirinn
lætur hana hafa pillur til að
sofna gerist kraftaverkið;
í svefni hittir hún Freddie
og samband þeirra heldur
áfram eins og ekkert hafi í
skorist, þau ferðast saman
og undirbúa brúðkaupið
... en vökulífið heldur líka
áfram og þar þarf Lydia að
takast á við sáran missi og
breyttar aðstæður. Þessi tvö
samhlíða líf, tvær sögur með
ólíka framvindu, taka brátt
að togast á um hug hennar og
hjarta. Og í raunheiminum
kviknar von um nýja ást ...

Lausn síðustu helgarkrossgátu

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

SUDO KU

Lausnaröð þessarar helgarkrossgátu er:

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

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

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

Áður er komin út á íslensku
fyrsta skáldsaga hennar, Dag
einn í desember.

Herdís Hübner þýddi.

Tímalína um samband

Kim Kardashian og Kanye West

Kardashian-Jenner fjölskyldan er örugglega frægasta fjölskylda í heimi, fyrir utan bresku konungsfjölskylduna. Það voru því stórfréttir þegar það var greint frá því að leiðir raunveruleikastjórnnunar Kim Kardashian og rapparans Kanye West væru að skilja eftir rúmlega átta ára samband.



MYND/E! ENTERTAINMENT

2011

Kim gekk í það heilaga með Kris Humphries árið 2011 í sérstökum sjónvarpsþætti. Kanye afhjúpaði mörgum árum seinna að hann hefði reynt að hvetja Kim til að hætta við brúðkaupið, en það gekk þó ekki. Kim og Kris skildu þó eftir 72 daga.



MYND/GETTY

2010

Á þessum tíma voru Kim og Kanye góðir vinir og Kim í sambandi með Kris Humphries. Kanye kom í fyrsta sinn fram í raunveruleikaþætti fjölskyldunnar, „Kourtney and Kim Take New York“. Í þættinum heimsótti hann Kim og Kourtney í Dash, verslun þeirra í stórborginni. Kanye var frekar feiminn á skjánum.

MAÍ 2013

Kanye var sakaður um að hafa haldið fram hjá Kim. Leyla Ghobadi, kanadísk kona, sagðist hafa sofið tvisvar hjá Kanye, einu sinni á meðan Kim var ólétt. Kanye neitaði þessu staðfestlega.

JÚNÍ 2013

Þann 15. júní 2013 kom fyrsta barn þeirra í heiminn, North West.



MYND/GETTY

OKTÓBER 2013

Kanye fór á skeljarnar á hafnaboltavelli í San Francisco. Kim sagði já.



MYND/INSTAGRAM

MAÍ 2014

Kim og Kanye gengu í það heilaga á Ítalíu. Mynd af þeim að kysast framan við blómavegg var vinsælust á Instagram það ár.

MAÍ 2015

Hjónin tilkynntu að þau ættu von á öðru barni.



MYND/INSTAGRAM

DESEMBER 2015

Saint West fæddist.

MAÍ 2019

Hjónin bjóða fjórða barn sitt velkomid í heiminn, aftur með aðstoð staðgengils móður. Drenginn Psalm West.



MYND/INSTAGRAM

MAÍ 2019

Hjónin endurnýjuðu heit sín við litla athöfn.

2020

Margt gerðist árið 2020. Kanye bauð sig fram til forseta í Bandaríkjunum, sagðist vera á móti fóstureyðingum og hágrét á kosningaviðburði þegar hann sagðist hafa beðið Kim um að fara í fóstureyðingu þegar hún var ólétt að North. Fyrstu fregnir bárust um mögulega bresti í sambandi þeirra.



MYND/GETTY

2003

Kim og Kanye hittust fyrst árið 2003 í gegnum sameiginlega vini. Kim var þá enn gift Damon Thomas, en hún og Kanye urðu vinir. Kanye varð hins vegar strax skotinn í framtíðareiginkonu sinni. Í viðtali við Ryan Seacrest árið 2013 sagði hann: „Ég bara vissi að ég vildi að hún yrði mín.“

2008

Árið 2008 gaf Kanye út hipphopp-brúðsýningu og vildi að Kim yrði hluti af henni. Hún fór með hlutverk Princess Leiu í þættinum.

APRÍL 2012

Kim og Kris Humphries stóðu í miðju skilnaðarferli þegar Kanye tjáði ást sína á Kim í rapplagi. Hann rappaði um að hann væri ástfanginn af stjórnnuni. Stuttu seinna staðfesti Kourtney Kardashian, systir Kim, að framtíðarhjónin væru að stinga saman nefjum.

MAÍ 2012

Kim og Kanye voru formlega orðin par og voru að gera hluti sem þör gera. Fóru út að borða, á körfuboltaleiki og á ýmsa viðburði fyrir fína og fræga fólk. Kanye fór einnig með Kim á fjölskylduviðburði. Í júní staðfesti Kim loks sambandið á Twitter og kallaði sig „stolta kærustu“.

ÁGÚST 2012

Margir aðdáendur Keeping Up With The Kardashians muna eftir þættinum þegar Kanye fór í gegnum fataskáp Kim. Það féll ekki vel í kramið hjá áhorfendum sem þótti hann stjórnsamur.

DESEMBER 2012

Kanye var að halda tónleika á gamlárskvöld 2012 þegar hann tilkynnti að hann og Kim ættu von á barni. Kim staðfesti síðan fregnirnar.



MYND/E! ENTERTAINMENT

NÓVEMBER 2013

Kim var í sjóðheitu tónlistarmyndbandi fyrir lag Kanye, „Bound 2“. Í myndbandinu sitja þau hvort á móti öðru á mótörhjól, Kim án fata, en Kanye fullklæddur. Myndbandið vakti gríðarlega athygli.

JÚNÍ 2017

Fjölmíðlar greindu frá því að hjónin hefðu ráðið staðgengils móður til að ganga með þriðja barn sitt. Læknar höfðu varað Kim við að ganga með fleiri börn.

MAÍ 2018

Kanye óttaðist að Kim myndi fara frá sér eftir að hann sagði að „þrælalald“ væri val. „Þegar þú heyrir um þrælalald í 400 ár. Í 400 ár? Það hljómar eins og val,“ sagði hann í þættinum TMZ Live. Kanye sagði seinna í viðtali við The New York Times að hann hefði haft áhyggjur af að Kim færi frá sér og að andrúmsloftið heima fyrir hefði verið rafmagnað.

JANÚAR 2018

Þriðja barn þeirra og önnur dóttir, Chicago West, kom í heiminn.



MYND/REUTERS

2021

Fjölmíðlar greindu frá því að hjónin væru skilin að borði og sæng, og að Kim væri að skilja við Kanye.

SPÁÐ Í... stjörnurnar



LESID Í TAROT Ragnheiður Ragnarsdóttir

STJÖRNUSPÁ Vikan 22.01. – 28.01.

Á hvítum hesti...



MYND/VILHELM

Sunddrottningin Ragnheiður Ragnarsdóttir sýndi nýverið á sér nýja hlið sem stórkostleg leikkona þegar hún fór með stórt hlutverk í þáttunum *Vikings*. Ragga kemur fram sem Gunnhildur í seríu 5 og 6 en hægt er að horfa á þættina á Netflix.

Ragga er fædd í lok október og er því Sporðdreki. Það kemur ekki á óvart því Sporðdrekar eru þekktir fyrir að vera metnaðarfullir með mikinn drifkraft. Sporðdrekin veit hvað hann vill og er óhræddur að sækjast eftir því. Sumir hræðast Sporðdreka því þeir eru ákveðnir og þurfa ekkert að fegra hlutina, heldur segja sína skoðun. Þeir eru afar ljúfir þegar þeir hleypra þér inn og tryggstu vinir sem fyrir finnast. Agi þeirra er aðáunarverður en þeir þurfa að finna jafnvægi milli vinnu og heimilis.

Drottning í sverðum

Hugrekki | Sjálfstraust | Sjálfstæði | Félagslegt fiðrildi
Drottning í sverðum er hugrökk og sjálfstæð. Hún hefur lært að setja sér mörk og standa með sjálfri sér. Mér finnst þetta mjög lýsandi fyrir þig en það hefur tekið smá tíma að komast á þennan stað sem þú ert á núna. Nú er uppskerutímabil, þér líður vel í eigin skinni, veist hvað þú vilt og hvert þú stefnir. Þú átt það til að vera of krítísk og hörð við sjálfa þig en ert samt að mestu komin yfir það og finnur fyrir mikilli ró.

Riddari í sverðum

Metnaðarfullur | Árangursdrifinn | Fljótur að hugsa
Það er eins og prins á hvítum hesti ríði á ofsahraða í áttina til þín. Einhver jafningi hefur tekið eftir þér og það var ást við fyrstu sýn. Hvort þú hleypir honum inn eður ei er undir þér komið, en það er svigrúm fyrir mikla vináttu því þið eigið margt sameiginlegt og virðist hafa sömu gildi í lífinu. Það er sami drifkraftur í þessum einstaklingi og í þér, mögulega eruð þið að vinna saman eða eigið eftir að gera það í nánustu framtíð.

Drottning í bikurum

Umhyggjusamur | Stöðugur | Innsæi | Flæði
Þú sjálf kemur upp í þessu spili. Þú kafar meira inn á



Skilaboð frá spákonunni

Þú getur skapað rými fyrir þitt nánasta fólk og látið því líða vel en á endanum þarf það sjálft að bera ábyrgð á sjálfu sér.

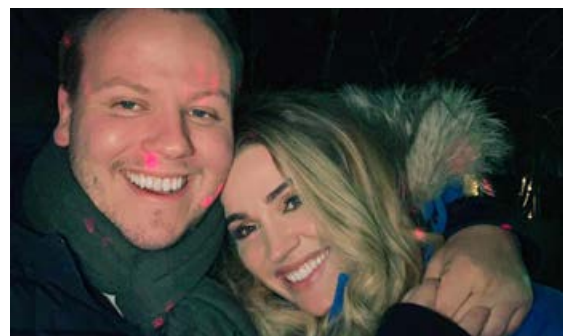
við og ferð inn í tímabil þar sem þú treystir innsæinu og getur stólað á það. Þú ert jarðbundnari en áður. Þessi orka laðar fólk til þín sem leitar jafnvel til þín eftir ráðum, innblæstri og stuðningi. Þegar þinn innri radar er svona virkur þá áttu auðvelt með að leyfa tilfinningunum að ráða. Þú finnur strax innra með þér hvort þú eigir að velja eða hafna verkefnum, hvort fólk í kringum þig sé rétt fyrir þig eða ekki. Ekki efast um þessa krafta, þeir eru náðargáfa. Hér skiptir máli að rækta þessa gáfu og gefa þér tíma til þess að viðhalda henni með því að hugleiða eða jarðtengja þig á hverjum degi.

SVONA EIGA ÞAU SAMAN

Nýfundin ást

Söngkonan Elísabet Ormslev er nýlega gengin út. Sá heppni er hljóðhönnuðurinn Sindri Þór Kárason. DV lék forvitni á að vita hvernig þau eiga saman ef litið er til stjörnumerkjanna. Elísabet er Vatnsberi og Sindri er Vog. Vatnsberinn og Vogin eru bæði loftmerki og þörun þessara merkja er áreiðanleg og sterk. Þau hafa bæði ríka tjáningarþörf og þörf fyrir að skiptast á hugmyndum og skoðunum. Vogin elskar það þegar aðrir taka stefnuna og Vatnsberinn þrífst í leiðtogahlutverkinu.

Þegar Vatnsberinn og Vogin koma saman og verða ástfangin, þá verða þau alveg virkilega ástfangin. Vogin tekur Vatnsberanum eins og hann er, sem skiptir hann miklu máli. Vatnsberinn getur hjálpað Voginni að losa um allar hömlur, sérstaklega í svefnherberginu. Þrátt fyrir að eiga margt sameiginlegt getur reynst þeim erfitt að aðlagast karakter hvort annars en lykillinn er virðing. Á meðan þau bera virðingu fyrir hvort öðru er ekkert vandamál of stórt. Það er margt spennandi fram undan hjá parinu. ■



MYND/FACEBOOK

Elísabet Ormslev
Vatnsberi
15. febrúar 1993

- Frumleg
- Sjálfstæð
- Mannvinur
- Framsækin
- Fjarlæg
- Ósveigjanleg

Sindri Þór Kárason
Vog
6. október 1988

- Málamiðlari
- Samstarfsfús
- Örlátur
- Félagsvera
- Óákveðinn
- Fordast deilur

Hvað segja stjörnurnar um þig þessa vikuna?

♈ Hrútur
21.03. – 19.04.

Loksins fara atvinnumál að detta í farveg og rútínu. Þú þarft aðeins að venjast því að vera meðal vinnufélaganna á ný og rifja upp hvað þau nú heita öllsömul og hvað þau gera innan fyrirtækisins. Þú nærð góðri einbeitingu í þessari viku.

♎ Vog
23.09. – 22.10.

Þú ert að flýta þér svo hægt inn í nýja árið að þú ferð í gegnum daginn hálfsofandi, vaknar aldrei alveg. Skelltu þér í sjósund eða plataðu vin að draga þig út að hlaupa, þig vantar smá spark í rassinn til að koma þér betur af stað. Og mundu að taka vítamínin þín!!

♊ Naut
20.04. – 20.05.

Persónulegur ávinningur er í kortunum hjá Nautinu. Mikill kraftur með Nautinu þessa vikuna. Ég er leiðtogi lífs míns, er mantran þín, og þú ert spennt/ur fyrir komandi tímum. Allt upp á við og á réttri leið.

♈ Sporðdreki
23.10. – 21.11.

Ef þú deyrð á morgun viltu í alvöru að selderídjús hafi verið það síðasta sem þú borðaðir? Á meðan við kunnum að meta agann þinn þá má nú líka alveg leyfa sér aðeins. Stjörnurnar hvetja þig til að lofa þér 1-2 svindldögum þú þarft á þeim að halda. Við lofum að segja engum.

♊ Tvíburi
21.05. – 21.06.

Tvíburrinn er áfram smá tvístígandi og á erfitt með að taka ákvarðanir. Hvað á að vera í matinn reynist honum meira segja erfitt! Mundu bara eins og allt annað þá er þetta bara tímabil og líður hjá.

♈ Bogmaður
22.11. – 21.12.

Bogmaðurinn mun eiga eitt „aha“, móment á næstu dögum, hvað það verður sem mun valda því vitum við ekki nákvæmlega, en það mun hafa í för með sér jákvæðar breytingar. Stundum getur annað sjónarmið eða viska einhvers annars haft mikil áhrif á aðstæður.

♋ Krabbi
22.06. – 22.07.

Það er brjáláð að gera! Og þú kannski ekki alveg nógu vel upplagður því þetta er óvænt og fljót breyting. Hvað getur þú gert til að hlúa að sjálfum þér og takast þar af leiðandi betur á við þessa skemmtilegu uppskeru sem er að flæða til þín?

♎ Steingeit
22.12. – 19.01.

Okkur langar að gefa þér rafrænt „high five“, því það er eins og þú hafir verið a finna kúlið þitt aftur og þegar við meinum það þá meinum við þitt sanna sjálf og nýjan tilgang sem færir þér hamingju.

♏ Ljón
23.07. – 22.08.

Þú ferð í sleik við spegilinn – mikið lítur þú vel út beibi, frábært hárl! Það er kominn tími fyrir smá sjálfást og sjálföruggi. Haltu áfram að gera það sem þú ert að gera, það er að virka. Sjálföruggi hjálpar þér að takast á við öll önnur mál í lífinu.

♋ Vatnsberi
20.01. – 18.02.

Við sjáum hér gæðastundir með vinum og fjölskyldunni, jafnvel bústaðarferð og dagsferðir í sveitina. Áreynslulaus vika þar sem þú ert bara í flæðinu samviskulaust og nýtur hverrar mínútu. Þetta er kannski bara takturinn fyrir árið og ekki er það amalegt.

♊ Meyja
23.08. – 22.09.

Elsku Meyja. Þú, af öllum, ert meira segja komin með leið á því að skipuleggja og litaraða bókunum heima hjá þér! Þér leiðist þessa vikuna og þráir eitthvað gott, nýtt og krefjandi verkefni. Prófaðu að biðja um meiri ábyrgð í vinnu og kannski bara stöðu-hækkun í leiðinni.

♋ Fiskur
19.02. – 20.03.

Já, það er fullkomlega eðlilegt að þurfa frí eftir fríð sitt! Janúar er bara endalaus og dimmur, þú mátt eiga markmið í febrúar, í millitíðinni máttu bara vera í dýrseðlinu, borða þegar þú finnur til svengdar og sofa þegar þú þarft svefn. Netflix og chill fram undan...

Sjúkdómur sonarins varð kveikjan að jurtaástríðunni

Sigurlaug Knudsen og Hildigunnur Einarsdóttir eru konurnar á bak við matarþjónustuna SONO matseljur, sem gerir hollan partímat sem minnir helst á listaverk.

Guðrún Ósk
Guðjónsdóttir
gudrunosk@dv.is



SONO matseljur er grænmetis- og vegan matarþjónusta og „pop-up“ veitingastaður, nú opinn á Götumarkaðinum til 24. janúar. Kröftugu konurnar á bak við SONO matseljur eru Sigurlaug Knudsen Stefánsdóttir og Hildigunnur Einarsdóttir.

Það mætti lýsa réttum SONO matselja sem hollum partímat sem lítur út eins og listaverk. Mottó Sigurlaugar er „let food be thy medicine“ og segir hún að hugmyndin að SONO matseljum komi út frá því.

„Þetta er um tólf ára gamalt kerfi hjá mér, út frá því að sonur minn varð veikur. Svona kemur oft út frá einhverjum tragedíum, þar sem maður verður fyrir reynslunni,“ segir hún.

Sonur hennar varð fátækur af sjálfsofnæmissjúkdómi. „Mjög alvarlegum og var að berjast fyrir lífi sínu í langan tíma. Svo varð hann betri fyrir tilstilli læknisfræðinnar og hann kom heim, en allt í einu hrakaði honum svakalega, og þá fórum við að hugsa um hver orsakavaldurinn væri. Við byrjuðum á því að kíkja á matinn,“ segir Sigurlaug.

Mjólkin hafði áhrif

„Við höfðum ávallt borðað hollt þannig að við hugsuðum að þetta gæti verið eitthvað í matnum. Það er alltaf talað um mjólk, hveiti og sykur, og við byrjuðum að fjarlægja það fyrsta. Það reyndist vera akkúrat málið, því þá sáum við honum strax líða betur. Þá var náttúrulega ekkert um annað að ræða en að þetta væri það. Enda ekki skrytið því við vorum að fá mjólk beint frá bónda, ógerilsneydda. Þess vegna voru áhrifin svona áberandi,“ segir Sigurlaug og bætir við að út frá þessari reynslu hafi ástríðan fyrir hollri matargerð byrjað fyrir alvöru.

„Ég fór að sjá hvaða áhrif mismunandi matur hafði á hann, hegðun hans og sjúkdóminn. Út frá því fór ég að kafa dýpra í það sem ég hef alltaf haft áhuga á: jurtir, jurtafræði, heilsusamlegt lífni, ræktun og svona lagað.



Sigurlaug hefur ætíð haft áhuga á jurtafræði og heilsusamflegu lífni. MYND/VALLI

Vatnsmelónusalat

Sigurlaug deilir hér einni af sínum uppáhaldsuppskriftum. „Einföld, holl og góð. Kannski eilítið sumarleg. En stundum er sumar allt árið. Eða eins og ljóðið segir: „Sól í hjarta, sól í sinni,“ segir hún.

1 þroskuð vatnsmelóna

Smá myntulauf, söxuð

Nýttindur þari (bólupang er uppáhaldið mitt), annars ef þið nennið ekki að vaða sjóinn má stökkva út í búð og kaupa þarasnakk.

Vegan fetaostur

Skolið snögglega þangið svo enginn sandur eða annað lifandi fylgi með. Þurrkið bólupangið, eða hvaða annað þang sem ykkur lystir, og setjið á ófnplötu með smá ólífuolíu yfir inn í ofn á blástur við 140 gráður í 15 mínútur. Fylgist vel með að ekki brenni. Við viljum bara þurra þangið, ekki elda það.

Skerið vatnsmelónuna í kubba og setið á fallegan disk (stundum skiptir útlitið máli).

Myljið fetaostinn yfir miðjuna og skvettið sósunni yfir. Myljið þangið og hendið smá myntu yfir í lokin.

Salatsósa

1 mál gott eplaedik

1 msk. myntuvatn (blómavatn, fæst í Ístanbul Market)



1 msk. hrásykur
Salt og pipar eftir smekk
Smá, þurrkuð birkilauf eða steinselja

Hrærið öllu saman.

Vegan feta í legi

2 þurrkaðir chilli (eftir smekk)
Börkur af 1 lífrænni sítrónu (annars er hættu á að börkurinn sé sprautaður með eitrefnum)

4 þurrkuð lárviðarlauf

Salt og pipar

2 bollar af ólífuolíu

Vegan fetaostur

Ristið á pönnu sítrónubörk, lárviðarlauf og chilliflögur. Látið reyka (já, það verður hóstað) og kælið með góðri ólífuolíu. Bætið fetakubbum út í og látið standa í góða klukkustund eða jafnvel einhverja daga.

Mér finnst Violife feta best í þetta.

Ég fór að taka þetta skrefinu lengra og kanna hvaða jurtir væru góðar fyrir manneskju með sama sjúkdóm og hann. Þá kynntist ég alls konar nyt-samlegum jurtum. En þá stóð ég frammi fyrir öðru vandamáli. Ég horfði á þessar jurtir og þetta pínulitla barn og hugsaði með mér, hvernig kem ég þessu eiginlega ofan í hann? Ekki gat ég látið hann japla á vallhumli,“ segir Sigurlaug og hlær.

„Þá voru góð ráð dýr og ég byrjaði í tilraunastarfsemi að setja jurtirnar í matinn, og það virkaði sem slíkt. Hann varð betri, en það spilaði margt inn í, eins og reglubundið lífverni og að hugsa vel um líkamann. Í dag liggur sjúkdómurinn niðri en við vitum ekki hvort hann blossar upp aftur, en í dag er hann stálhraustur.“

Notar jurtir mikið

Sigurlaug segir að jurtirnar hafi fylgt henni síðan þá í gegnum lífið. Eins og þegar hún fær kvef, er með hausverk eða eitthvað annað bjátar á. „Þá leita ég alltaf til jurtanna og alltaf geta þær hjálpað mér. Og þaðan kemur þetta. Ég hef ætíð verið heltekin af mat í öllum formum. Þetta varð bara sjálfkrafa næsta skref, að taka þessa nálgun á matinn. Að blanda lækningajurtum við mat.“

Matseljurnar kynnst

Sigurlaug og Hildigunnur eru báðar tónlistarmenn og kynntust í gegnum tónlistina. „Við vorum oft að vinna saman. Þegar maður situr á æfingum og þarf að bíða leiðist manni óskaplega, og þá hef ég oft tekið með mér einhverja matarbók eða uppskriftabók, og við Hildigunnur sátum oft hlið við hlið. Þarna kviknaði þessi sameiginlegi áhugi okkar, við fundum hvor aðra í okkur sjálfum og fórum að kafa meira í þetta. Fórum að bera saman bækur okkar og út frá þessu varð samstarf okkar til,“ segir Sigurlaug.

Það er að verða komið ár síðan þær byrjuðu að vinna saman og viðbrögðin hafa farið fram úr björtustu vonum þeirra. Þær vissu að þær væru með eitthvað í höndunum eftir fyrstu „pop-up“ opnunina, sem þær voru með á Flateyri.

„Þetta varð að einhverju ævintýri sem sprakk í höndunum á okkur. Við höfðum ekki hugmynd um að viðbrögðin yrðu svona. En það er greinilega eftirspurn eftir hollum jurta- og grænmetismat.“

Sigurlaug segir að það sé einnig meiri eftirspurn eftir grænmetis- og vegan fæði, þar sem sífellt fleiri eru farnir að minnka við sig kjötneyslu og neyslu á öðrum dýraafurðum, fyrir heilsuna, umhverfið og dýrin. ■



Vilt þú koma skjalamálunum í lag?

1 SYSTEMS OneRecords Mála- og skjalakerfi

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

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

1 SYSTEMS OneQuality



1 SYSTEMS OnePortal Self-Service



Gæða-
stjórnun á
stóran þátt í góðum
árangri fyrirtækja.

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

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



MoReq2

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



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



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

Tófúhræra sem allir elska, að hætti Aldísar Amah

Aldís Amah Hamilton listakona varð nýlega vegan, en hefur að mestu leyti verið grænmetisæta síðastliðin sjö ár. Hún elskar pítsur og gerir dúndurgóða tofúhræru.

Guðrún Ósk
Guðjónsdóttir
gudrunosk@dv.is



Aldís Amah lýsir venju-
legum degi í lífi sínu. „Ég er sjálfstætt starfandi listakona. Sem þýðir að flesta daga ræð ég vinnutím-
anum sjálf og vakna bara þegar ég vakna. Það getur verið klukkan sjö á morgnana, oftast um níuleytið en stundum alveg klukkan ellefu ef ég er dauðþreytt,“ segir hún.

„Það þýðir líka að dagarnir eru óreglulegir. Stundum sakna ég þess að vera 9-5 eða með aðeins meiri rútínu, en svona tarnavinna hefur hentað mér hingað til. Fjölskylduhundurinn þarf heldur aldrei að vera einn eða hafa áhyggjur af því að fá ekki nóg af göngutúrum þar sem ég og foreldrar mínir, sem deilum forræði, erum öll heimavinnandi og búum í 500 metra fjarlægð.“

Aldís Amah kys að stunda líkamsrækt seinni part dags til að brjóta daginn upp ef hún er ekki verkefnabundin. „Ég nenni ekki að rífa mig fram úr snemma til þess að hanga uppi í sófa restina af deginum. Því ég get það. Oft hverfa heilu klukkutímarnir í góðum tölvuleik eða góðri þáttaröð. Skammast mín ekkert.“

Vegan

Aldís Amah hefur verið grænkeri (e. vegan) síðan í fyrrahaust. „Ég var mestmegnis grænmetisæta frá 2013 en varð alvöru grænkeri haustið 2020 held ég, það var náttúruleg þróun svo það er engin ákveðin dagsetning. Mataræðið mitt er mjög næringarríkt myndi ég segja og ég borða sjaldan mjög „unnar“ vörur. Ég reyni að tikka í flest box fæðuhópna og þar sem ég elda mikið sjálf hef ég mikla stjórn á því sem fer ofan í mig. Það eru algjör forréttindi að mínu mati og ég er mjög ánægð með það,“ segir hún.

„Þegar ég er í vinnu eru 90 prósent tímans frábærir vegan réttir enda eru margir farnir að fylgja kjötlausum lífsstíl finnst mér. Ég er allavega ALDREI svöng á setti,“ segir Aldís Amah og hlær.

Uppáhaldsmáltíð?

„Ég ELSKA pítsur. Saknaði þeirra mjög þegar ég hætti að njóta pítsakvölds hjá for-



Aldís Amah borðar engar dýraafurðir og nýtur þess í botn.

MYNDIR/SIGTRYGGUR ARI

Tófúhræra fyrir tvo

300 g tofú

Marínering

- 1 msk. dijon-sinnep
- 1 msk. reykt paprika (ég vil meira en minna)
- 1 tsk. túrmerik
- 1 tsk. karrí
- ½ tsk. laukduft (eða steikja lauk)
- 1 msk. vatn til að þynna.
- 1 msk. sæt tómatsósa (elska Dr. Wills) en má sleppa.

Tófú mulið ofan í maríneringu.

Blandað og geymt meðan grænmeti er steikt.

Ég nota yfirleitt kúrbít, papriku, spínat/grænkál, tómata, sveppi eða hvað sem ég á inni í ísskáp, sem ég hefði áður notað í ommelettu.

Þegar grænmetið er mjúkt set ég tofúíð á pönnuna, stráí næringargeri yfir, set lok á og hita þetta í 5-10 mín. á meðalhita. Hræri við og við.

Ber fram með brauði, avókadó og Sriracha-sósu. ALLIR sem hafa smakkað elska þetta. Svo er gaman að prófa sig áfram með kryddin, „go nuts“!



Matseðill Aldísar Amah

Morgunmatur

Stór tebolli og vítamín. Fer yfirleitt seint á fætur svo morgunverður og hádegisverður slást yfirleitt saman í eina máltíð.

Hádegismatur

Hafragrautur með epli, banana, kanil og rúsínum í grunninn (bæti svo til dæmis engifer á veturna/berjum á haustin, vanillupróteini eftir æfingaálagi og svo framvegis). Grauturinn er toppaður með hnetusmjöri, jógúrt, möndlum og súkkulaði á tyllidögum. Aðra daga yfirleitt tofúhræra!

Millimál

Yfirleitt er ég södd þar til ég borða kvöldmat. En fæ mér kannski ávöxt eða heimabakað hafrabrauð með avókadó, hummus eða vegan osti. Stundum smá snakk. Eða orkustykki. Það er augljóslega engin regla á þessu hjá mér.

Kvöldmatur

Ég hef alla tíð verið mikil brauð- og súpukona. Ég fékk mandólín í jólagjöf og geri oft kúrbítsnúðlur með því og nota í asíska eða ítalska matargerð. Annars hef ég prófað mig mikið áfram og við mæðgur reynum að elda reglulega saman nýja rétti. Oft eitt-hvað indverskt, það klikkar ekki og er mjög vegan-vænt.

Eftirréttur

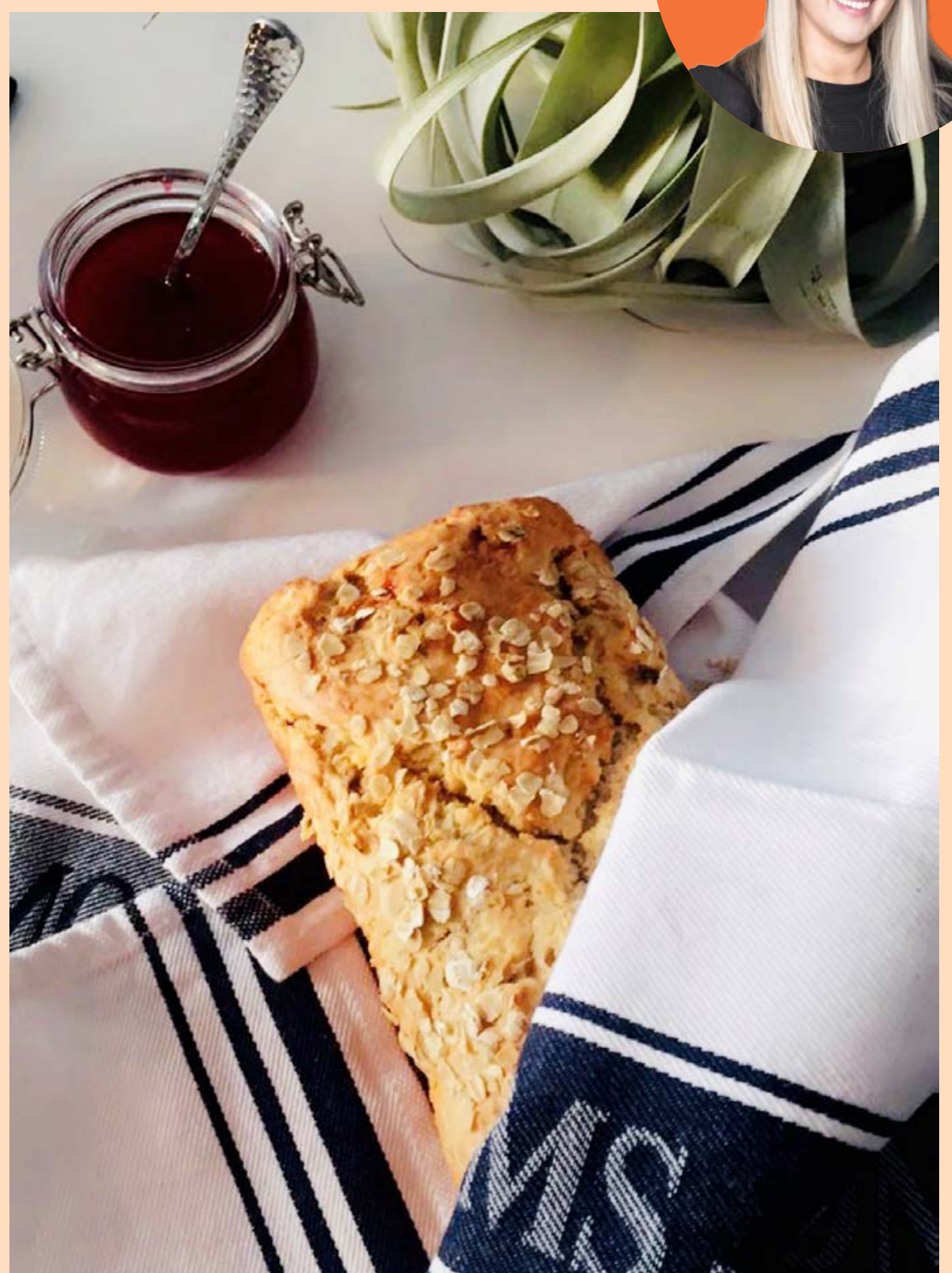
Ég elska ís með músli. En sykur fyrir svefn hefur rosaleg áhrif á mig því miður, svo desert kemur yfirleitt á eftir hádegismat. Svo er misjafnt eftir dögum hvort ég enda á epli og tei eða dökku súkkulaði.

eldrum mínum. Núna kann ég að gera frábærar sjálf, þó ég nenni því aldrei, en blessunarlega er æðislegt úrval á pítsustöðum landsins. Mér finnst að Íslenska flatbakan eigi inni hrós fyrir metnaðarfullar vegan pítsur, og svo er ég líka ánægð með Blackbox. Ein besta pítsa sem ég fékk nýlega var avókadópítsa á Pure Deli í Kópavogi,“ segir hún.

„Sjálf geri ég pítsu með blómkálsbotni, nóg af grænmeti, döðlum, salthnetum og heimagerðum kasjúhneturjómaosti. Það er meira en minna á henni í raun.“ ■

Una í eldhúsinu

Hversu yndislegt er það að vera saman fjölskyldan á köldum vetrardegi og baka gott banana-brauð, franska súkkulaðiköku og bollakökur með After Eight? Mæli með þessu fyrir helgina og allir geta tekið þátt í að baka saman.



MYNDIR/ÁSENDAR



Bollakökur með After Eight súkkulaðibitum

- 250 g hveiti
- 300 g sykur
- 3 tsk. lyftiduft
- 1½ tsk. vanilludropar
- ½ tsk. salt
- 4 egg
- 100 g smjör, mjúkt
- 2½ dl mjólk
- 200 g After Eight súkkulaði

Blandið saman hveiti, eggjum, sykri, salti, lyftidufti, smjöri, mjólk og vanilludropum, hrærið í hrærivél í nokkrar mínútur.

Skerið niður After Eight súkkulaði í grófa bita og blandið varlega saman við deigið með sleikju.

Setjið í pappaform og bakið í um 17-20 mínútur.

Hitið ofninn í 180°C.

Bananabrauð

- 2 stórir, þroskaðir bananar
- 60 g smjör
- 2 egg
- 1 dl sykur
- 2½ dl hveiti
- ½ dl mjólk
- 2 tsk. lyftiduft
- 2 tsk. vanillusykur
- 1 tsk. kanill

Byrjið á stilla ofninn á 180°C.

Hrærið egg og sykur saman, þannig að blandan verði létt og ljós.

Bætið hveiti, lyftidufti, kanil og vanillusykri saman við og hrærið vel saman.

Stappið bananana og blandið

saman við mjólkina, hellið svo saman við deigið.

Smyrjið vel brauðform að innan, ég nota gjarnan PAM-sprey en einnig má nota smjör eða smjörlíki.

Hellið blöndunni í formið, stráðið smá höfrum yfir og bakið í 30-40 mínútur.

Frönsk súkkulaðikaka

- 2 dl sykur
- 200 g smjör
- 200 g suðusúkkulaði með sjávarsalti og karamellu
- ½ dl hveiti
- 3 stk. egg

saman við eggin.

Blandið hveitinu saman við hrærið vel saman.

Hellið í form, mér finnst best að nota smelluform og þar sem deigið er mjög fljótandi er gott ráð að hafa bökunarpappír í botninum.

Bakið kökuna í um 35 mínútur.

Byrjið á því að hita ofninn við 170°C.

Þeytið saman sykur og egg.

Bræðið saman smjör og súkkulaði við vægan hita. Leyfið blöndunni að kólna aðeins áður en hún er sett

Berið fram með þeyttum rjóma og ferskum berjum.



Hörður Snævar
Jónsson
hoddi@433.is



Avintýramaðurinn, Árni Vilhjálmsson hefur undanfarið hálf tveggja ár verið án atvinnu. Eftir vel heppnaða dvöl í Úkraínu ákvað hann að róa á önnur mið, en ekkert beit á til að byrja með. Árni hefur síðasta hálf árið búið í Frakklandi þar sem unnusta hans, Sara Björk Gunnarsdóttir, leikur með Lyon. Þessi besti íþróttamaður Íslands hefur haldið Árna við efnið og nú stefnir allt í að hann haldi til Rússlands.

Ekki til í að fara hvert sem er

Árni hefur verið atvinnumaður í knattspyrnu frá árinu 2015, fyrst í Noregi og Svíþjóð en síðan í Póllandi og Úkraínu. Hann gerði vel í Úkraínu og nú síðast með Kolos Kovalivka, félagi sem er staðsett rétt utan við Kænugarði.

„Ég var ekki tilbúinn að fara bara hvert sem er og þess vegna hef ég verið í þeirri stöðu að vera án félags, ég var búinn að byggja upp góða hluti í Úkraínu og var ekki tilbúinn að fórna þeirri vinnu með því að fara í slakari deild eða eitthvað sem var miklu verra fyrir mig fjárhagslega. Ég endaði á því að sitja og bíða í hálf tímabil,“ sagði Árni, sem mun að öllum líkindum semja við Krylia Sovetov Samara sem leikur í næstefstu deild Rússlands, lið í úrvalsdeild þar í landi hafa þó áhuga.

„Þetta kom upp núna í Rússlandi. Ég hafði verið í sambandi við þá í fjóra mánuði. Það er nánast allt klárt en á sama tíma er ég með aðra kosti á borðinu sem gætu verið áhugaverðir, það kom allt í einu upp á borð mitt eftir að ég mætti á æfingar hjá Krylia.“

Ekki í boði að sitja heima og grenja

Atvinnuleysið fór ekki illa í Árna sem lagði hart að sér í Frakklandi til að halda sér í formi. „Ég held að maður sé ekki alveg eðlilegur í hausnum, maður er með eitthvert markmið. Þegar þú tekur sjálfur ákvörðun um að hafna liðum og bíða aðeins, þá getur þú ekkert setið heima hjá þér og grenjað. Ég hef verið í Frakklandi hjá Söru í sex mánuði og það hafa bara verið æfingabúðir, þú ert með markmið í hausnum um að fara eitthvað og ert bara að vinna í því. Á einhverjum tímupunkti var þetta smá erfitt, maður býr í óvissu. Innra með mér þá vissi ég að þetta myndi nú reddast,“ segir Árni um síðustu mánuði.

COVID-19 faraldurinn hefur haft veruleg áhrif á fjárhag flestra íþróttafélaga, áhorfendabann og aðrir hlutir hafa verið þeim dýrkeyptir. „Ég vissi það í raun ekki



Árni sem er 26 ára hefur á stuttum tíma flakkað víða um Evrópu og heldur nú til Rússlands. MYND/GETTY

ÆVINTÝRAMAÐUR Á LEIÐ TIL RÚSSLANDS

Sara Björk Gunnarsdóttir, besti íþróttamaður Íslands árið 2020, hefur séð til þess að Árni Vilhjálmsson, atvinnumaður í knattspyrnu, hefur haldið sér í sínu besta formi í atvinnuleysi. Árni er ævintýramaður, sem hefur meðal annars leikið í Póllandi, Úkraínu og er nú á leið til Rússlands.

hversu slæmt fjárhagslegt ástand er hjá flestum félögum vegna veirunnar, lið sem eru ekki í Meistaradeild eða Evrópu-deild eru flest í vöndum málum. Ég hef náð að halda einbeitingu og æfa vel, en maður var orðinn þreyttur á því að vera einn að stilla upp æfingum í tvo tíma á dag.“

Fann sig ekki í Svíþjóð

Segja má að dvöl Árna á Norðurlöndunum hafi verið misheppnuð, frá 2015 til 2016 gekk lítið upp hjá Lilleström í Noregi og sömu sögu var að segja ári síðar hjá Jönköping Södra í Svíþjóð. „Ég fer til Póllands frá Svíþjóð, þá þurfti ég bara eitthvað nýtt. Ég fílaði lífið í Svíþjóð en fékk ekki ánægjuna frá fót-

„Þá getur þú ekkert setið heima hjá þér og grenjað.“

boltanum þar, ég sem karakter fann mig ekki þar. Ég vildi taka skref þar sem ég þyrfti að berjast fyrir hlutunum, það leit allt vel út á blaði í Póllandi, en síðan var algjört rugl sem kom þar upp sem ég má því miður ekki tala um. Það skref leiddi mig til Úkraínu sem gekk vel.“

Naut þess að búa í Kænugarði

Eftir dvölinu í Póllandi var Árni í Úkraínu í tvö ár og raðaði inn mörkum, hann segir fótboltann þar mjög öflugan. „Deildin yfir höfuð í Úkraínu er mjög sterk, fótboltinn í Svíþjóð var ekki að ganga upp. Kannski vantaði mig þroska en ég kem í miklu sterkari deild og þá fer allt að gerast, það voru margir að setja spurningarmerki við Úkraínu, en svo er okkar besti varnarmaður kannski í sögunni að skrifa undir þar. Við Íslendingar sjáum bara fréttir í sjónvarpi og vitum lítið um þessa deild, hún er virkilega sterk,“ segir Árni, en Ragnar Sigurðsson er nú mættur til Úkraínu.

Árni lék síðast með Kolos Kovalivka frá samnefndum bæ, íbúar þar eru aðeins 1.500 og búa allir leikmenn liðsins í Kænugarði. Hálf tími er þar á milli. „Ég bjó í Kænugarði, þar búa allir leikmenn liðsins. Það er hálf tími yfir í Kovalivka en við æfðum oftast bara í Kænugarði,“ segir Árni, sem staddur var í Tyrklandi að semja um kaup og kjör við Rússana. ■

Ennþá meira úrval af listavörum



Listverslun.is



Verkfæralagerinn

Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@verkfaeralagerinn.is
Mán.-fim. kl. 9-18, fös. kl. 9-18:30, lau. kl. 10-18, sun. kl. 12-17

SAND KORN



MYND/GETTY

Frelsun Melaníu

Donald Trump varð atvinnulaus í vikunni. Donald vakti athygli fyrir að neita að mæta í innsetningarathöfn Bidens. Það kom þó fáum á óvart. Lítið hefur farið fyrir Melaníu á undanförunum vikum en innanbúðarmenn segja hana frelsinu fegna. Gróa á Leiti hefur síðustu mánuði sagt að samkomulag væri á milli þeirra um að láta hjónabandið tóra út kjörtímabilið. Nú er því lokið og verður fróðlegt að sjá hversu áreiðanleg sögurnar hennar Gróu eru.

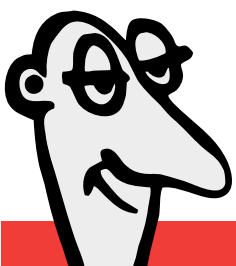
Af því bara!

Framboðstilkygningar vegna kosninga til Alþingis hrannast inn og ljóst að það stefnir í spennandi kosningarár.

Skemmtilegur fylgifygur kosningabaráttunnar eru slagorðin sem fundin eru upp til að tryggja frambjóðendum bæði athygli og aðdáun.

Eftirminnilegt er slagorð Ara Edwald sem nú stýrir Mjólkursamsölunni með myndarskap, vildi að fólk kysi Ara – af því bara, þegar hann gaf kost á sér fyrir Sjálfstæðisflokkinn fyrir allöngu síðan. Fáir geta síðan gleymt því þegar Einar Skúlason gaf kost á sér fyrir Framsókn og birti auglýsingar með slagorðinu „Þú meinar Einar“. Önnur skemmtileg slagorð sem heyrst hafa eru „Drífa Sig – í 3. sæti“ og „Spáðu í Bolla“ og er þá vísað í Bolla Thoroddson sem bauð sig fram í 5. sæti hjá Sjálfstæðisflokknum í borginni árið 2005.

Það verður áhugavert að fylgjast með hugmyndaauðgi frambjóðenda í ár og vonandi að við fáum einhver gullkorn sem lifa frambjóðendum sína af. ■



Þú meinar Einar!

LOKI



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 bíla eða flytja þarf þá á verkstæði



KRÓKUR

á þinni leið

Vesturhraun 5, 210 Garðabær