

„Ég var óþekk, hortug og hvatvís“

Viðtal 14

Helga Vala Helgadóttir vill jöfnuð á Íslandi. Hún segist óttast harðan niðurskurð í haust í grunnþjónustu vegna áhrifa COVID-19.



Íslendingar eru mestu sóðarnir

Innlent 20

Algengt er að Íslendingar djammi í náttúrulaugum og ferðaþjónustuaðilar hafa áhyggjur af sumrinu.



Fasteignir hinna frægu

Séð og Heyrt 38

Ólafur Darri og fleiri þjóðþekktir Íslendingar selja eignir sínar.



Íslensk hjón fluttu alfarið í sumarhúsið

Sérblað um heimili, palla og garða fylgir

20. TÖLUBLAÐ 4. ÁRGANGUR

FÖSTUDAGURINN 29. MAÍ 2020

MANNLÍF

nning / Séð og heyrt

VIÐTALIÐ

Guðmundur Franklín Jónsson

Verðbréfasalinn sem vill verða forseti

Guðmundur Franklín Jónsson athafnamaður segir spillingu ríkja á Íslandi og boðar breytingar verði hann forseti. Í viðtali við Mannlíf segir hann frá pöddusöfnun í æsku, skemmtilegum samskiptum við Björgólf Thor og erfiðu gjaldþroti. Hann viðurkennir að honum hætti til að taka „örlítið sterkt til orða“.



Umdeildar framkvæmdir

Texti / Trausti Hafsteinsson



Eva Sigurbjörnsdóttir, oddviti Árneshrepps á Ströndum

Vesturverk sem er að mestu í eigu HS Orku hugðist reisa Hvalárvirkjun í Ófeigsfirði á Ströndum og virtist fátt koma í veg fyrir þær fyrirætlanir. Skipulagsstofnun taldi að virkjunin kæmi til með að hafa veruleg neikvæð áhrif á óbyggð víðerni Vestfjarða. Óbyggðanefnd hafði úrskurðað Drangjökul sem þjóðlendu og landeigendur stóðu í deilum vegna vegagerðar og landamerkja. Náttúrfræðistofnun blandaðist í málið eftir að andstæðingar virkjunarinnar vísuðu á að friðaðir steingervingar væru á framkvæmdasvæðinu. Fjögur íslensk náttúruverndarsamtök börðust gegn áformunum, Landvernd, Náttúrverndarsamtök Íslands, Ungir umhverfissinnar og Rjúkandi, með því að leggja tvívegis fram kæru gegn deilduskipulagi og framkvæmdaleyfi Hvalárvirkjunar. Alþjóðlegu náttúruverndarsamtökin tóku undir þá kröfu að svæðið beri að vernda. Úrskurðarnefnd umhverfis- og auðlindamála hafnaði stöðvunarkröfunni í fyrra og til stóð að nefndin tæki afstöðu til seinni kæru náttúrverndarsamtakanna fjögurra. Á endanum kom ekki til þess, framkvæmdum var slegið á frest í COVID-19 faraldrinum, en þær áttu að hefjast nú í sumar, skrifstofu Vesturverks var lokað og starfsfólki sagt upp.

Í samtali við Mannlíf segist Eva Sigurbjörnsdóttir, oddviti Árneshrepps á Ströndum, afar vonsvikin. Hún segir náttúruna skipta minna máli en orkuöryggi íbúa Vestfjarða. „Í nútímasamfélagi er þetta ekki ásættanlegt. Náttúran er bara lítill hluti af þessu máli. Að fá sæmilegt orkuöryggi vegur miklu þyngra en þessi litli partur af Vestfjörðum sem fer undir. Nema ríkisstjórnin vilji flytja okkur hreppaflutningum suður. Við myndum svo sem ekki taka mikið pláss í Reykjavík," segir Eva.



Texti / Trausti Hafsteinsson



Krefst rannsóknar vegna virkjunar

Ekki er nóg að framkvæmdum við Hvalárvirkjun hafi verið slegið á frest heldur þarf að fara fram opinber rannsókn á öllu ferlinu. *Elías Kristinssson, sjómaður á Dröngum í Árneshreppi á Ströndum, er sannfærður um að lög hafi verið brotin og krefst lögreglurannsóknar.*

„Ég er nú bara trillukarl á Ströndum en ef ég væri ríkur færi ég alveg á fullt í þetta því óréttlætið er svo mikið. Málið verður að rannsaka ofan í kjölinn því ég er viss um að þarna hafa lög verið brotin," segir Elías sem heimtar opinbera rannsókn á öllu verkferlinu hvað varðar Hvalárvirkjun. Hann hefur með formlegum hætti óskað eftir því við Lögregluembættið á Suðurnesjum, stjórnendur HS Orku og stjórnendur Lífeyrissjóðsins Gildi að allt ferlið verði rannsakað frá upphafi til enda. Hann skilur ekkert í því af hverju engin svör fást frá viðkomandi aðilum.

> Þetta verður auðvitað að rannsaka því það er svo margt þarna skrítið.

Enginn samanburður

„Ég er búinn að rita öllum þessum aðilum en fæ engin svör til baka frá neinum þeirra. Það finnst mér ótrúlegt. Þeir ættu að minnsta kosti að geta svarað mér því að ég sé bara að bulla, það er þó allaveganna svar," segir Elías.

Sigurður Gísli Pálmason kaupsýslumaður hefur einnig gagnrýnt hvernig staðið var að málum með Hvalárvirkjun þar sem lagaskyldu hafi ekki verið sinnt með því að bera saman ólíka kosti. Hann bauðst á sínum tíma til að greiða úr eigin vasa mat á stofnun sérstaks UNESCO-þjóðgarðs í Árneshreppi á Ströndum og stendur við tilboð sitt verði til hans leitað. Sigurður Gísli telur að hugsandi menn hafi á endanum séð að þarna væri ekki á vetur setjandi. „Í þessu tilfelli var samanburðarkosturinn svokallaður núllkostur. Það var enginn samanburður og ég hef bent á að um það gildi lagaskylda. Ef fólk í Árneshreppi kemur til mín mun ég sannarlega taka á móti því," sagði Sigurður Gísli í samtali við Mannlíf.

Verður að rannsaka

Elías segist spyrja sjálfan sig að því hvaðan allir peningarnir hafi komið til Vesturverks vegna framkvæmdarinnar. Hann segir allt of mörgum spurningum ósvarað. „Það er því miður svo margt í þessari vegferð sem vekur upp stórar spurningar. Til dæmis skil ég ekki þetta fyrirtæki Vesturverk. Samkvæmt ársreikningum þess virðist það eignarlaust félag með engar tekjur sem tekst að eyða milljörðum í þetta verkefni. Hvaðan komu peningarnir? Var þetta fyrirtæki með óútfylltan tékka frá HS Orku og lífeyrissjóðunum?" spyr Elías.

„Þetta verður auðvitað að rannsaka því það er svo margt þarna skrítið. Að mínu viti er alveg pottþétt að þarna hafa verið brotin lög, svo langt sem réttarvitund almenns þegns nær. Ég krefst lögreglurannsóknar á þessu."

Lítið um málið að segja

Jóhann Snorri Sigurbergsson, forstöðumaður viðskiptaþróunar HS Orku, bendir á að þær framkvæmdir sem tengjast Hvalárvirkjun séu fyrst og fremst málefni Vesturverks að svara fyrir. Aðspurður segist hann ekki tjá sig um einstaka samskipti við aðila nema þau væru opinber. „Við reynum þó almennt að svara þeim fyrirspurnum sem er beint til okkar og tengjast HS Orku. Annars höfum við í sjálfu sér ekkert um þetta að segja. Varðandi kröfu um opinbera rannsókn þá er að sama skapi lítið um það að segja annað en að til þess bær yfirvöld eru best til þess fallin að taka afstöðu til þess."

Ólafur Helgi Kjartansson, lögreglustjóri á Suðurnesjum, kannaðist ekki við að hafa fengið beiðni frá Elíasi um lögregluannsókn þegar Mannlíf leitaði viðbragða. Gylfi Gíslason, formaður Lífeyrissjóðsins Gildi, kannast heldur ekki við að hafa fengið erindið til sín. „Muni erindið berast verður tekin afstaða til þess," segir Gylfi.

Elías Kristinsson sjómaður.

BIRTÍNGUR EHF
Útgáfufélag - Síðumúla 28, 108 Reykjavík S: 515 5500

Lumar þú á frétt?
Sendu ábendingu á ritstjórn@birtingur.is

Útgefandi og ábyrgðarmaður: Halldór Kristmannsson - **Framkvæmdastjóri:** Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir - **Útgáfustjóri Mannlífs:** Roald Viðar Eyvindsson - **Ritstjóri Mannlífs:** Reynir Traustason - **Ritstjórar tímarita:** Hanna Ingibjörg Arnarsdóttir, Steingerður Steinarsdóttir - **Blaðamenn:** Ragna Gestsdóttir, Friðrika Benónýsdóttir, Guðný Hrönn, Trausti Hafsteinsson, Malín Brand - **Umbrot og hönnun:** Ivan Burkni - **Forsíða:** Hákon Davíð Björnsson- **Auglýsingar:** auglysingar@birtingur.is **Prentun:** Landsprent - **Dreifing:** Póstdreifing



ATVINNULÍFIÐ ER LÍF OKKAR ALLRA

Þegar þú og kærastinn farið út að borða tekur atvinnulífið kipp. Kippurinn færist áfram þegar kokkurinn endurnýjar árskortið í ræktina og aftur þegar einkaþjálfarinn kaupir lambalæri til að grilla um helgina. Því stundum verður maður að leyfa sér smá. Allt í einu er allt komið af stað á ný.

SVÞ Samtök verslunar og þjónustu
SI Samtök iðnaðarins
Samtök fyrirtækja í sjávarútvegi
SA
BÆNDASAMTÖK ÍSLANDS
SAMTÖK FERÐAÞJÓNUSTUNNAR
SAMORKA
SFF
Stjórnarráð Íslands
Atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytið

Innlent
VINNUMARKAÐUR

Málið í hnotskurn

Sjálfstæðir atvinnurekendur sem halda út rekstri á eigin kennitölu passa illa inn í hlutabótaúrræði stjórnvalda vegna COVID-19. Þeirra á meðal eru leigubílstjórar sem eru sárir yfir að fá ekki bætur þrátt fyrir að hafa staðið í framlínunni í faraldrinum. Margir bílstjóranna hafa þurft að keyra á yfirdrætti eða taka bankalán til að fleyta sér áfram. Forstjóra Vinnumálastofnunar þykir þetta leitt en segist aðeins geta farið eftir settum reglum.

Texti / Trausti Hafsteinsson

Leigubílstjórar vilja fá bætur

„Það eru allar skoðanir á því að leigubílstjórar séu sniðgengnir þegar kemur að bótaúrræðum stjórnvalda. *Við leigubílstjórar erum ekki reiðir en upplifum svolitla mismunun, það verður að segja það. Þetta er talsvert ósanngjarnt," segir Daníel Orri Einarsson, formaður Bifreiðastjórafélagsins Frama.*

Sökum þess að leigubílstjórar eru flestir sjálfstæðir atvinnurekendur sem halda úti rekstri á eigin kennitölu virðast þeir illa passa inn í hlutabótaúrræði stjórnvalda vegna COVID-19. Útilit er fyrir að aðeins örfáir leigubílstjórar hafi fengið vilyrði fyrir hlutabótaleið stjórnvalda. Flestir þeira virðast aftur á móti hafa fengið höfnun frá Vinnumálastofnun. Forstjóra stofnunarinnar þykir leitt að hafa ekki getað aðstoðað leigubílstjórana betur á meðan faraldurinn hefur gengið yfir.



„Bílstjórar ganga margir á eigin sjóði, nýta yfirdráttarheimild eða taka lán í bönkum til þess að geta haldið rekstrinum áfram."

Falla illa að regluverki

Daníel Orri bendir á að leigubílstjórar hafi flestir orðið fyrir 80 til 90 prósenta samdrætti síðustu mánuði. Aðspurður hvort urgur sé í leigubílstjórum vegna málsins segir hann það alveg ljóst og segir það mjög leiðinlegt því bílstjórarnir hafi sinnt mikilvægri þjónustu á COVID-tímum. „Bílstjórar eru óþolinmóðir og vilja fá svör. Við höfum þurft að halda úti rekstri í framlínunni vegna COVID og fyrir fólk í neyð og það höfum við gert alfarið á eigin kostnað. Við höfum verið til staðar í þágu almennings. Þarna er vandi sem við höfum bent á og liggur á að leysa," segir Daníel Orri.

Unnur Sverrisdóttir, forstjóri Vinnumálastofnunar, staðfestir vandann og bendir á að stofnunin starfi aðeins eftir settum reglum sem hafi orðið til þess að leigubílstjórar falli utan úrræðanna. „Þetta er alveg rétt hjá þeim, þeir falla mjög illa inn í regluverkið og við getum ekkert annað gert en starfa eftir því. Við getum því ekki breytt neinu þótt okkur þyki eitthvað ósanngjarnt fyrir þennan hópinn eða hinn," segir Unnur.

Bílstjórar eru óþolinmóðir og vilja fá svör.



Unnur Sverrisdóttir, forstjóri Vinnumálastofnunar.

Taka lán til að keyra áfram

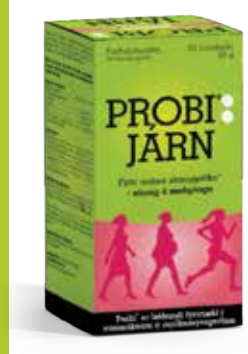
Aðspurður segir Daníel Orri það því miður ekki möguleika fyrir flesta bílstjóra að skila inn leyfunum tímabundið því þeir séu skuldbundnir til að halda úti rekstri vegna niðurfellingar vörugjalda á bifreiðum þeirra. „Sú leið að leggja inn leyfið gengur ekki. Af því við höfum verið til staðar í almannaþjónustu þá eru skilaboðin sem við fáum frekar slæm, að hafa ekki þennan öryggisventil eins og aðrir.

Bílstjórar ganga margir á eigin sjóði, nýta yfirdráttarheimild eða taka lán í bönkum til þess að geta haldið rekstrinum áfram. Staðan eins og hún er núna er ekkert sérstaklega jákvæð en við búumst við því að geta fengið einhvern stuðning eins og aðrir," segir Daníel Orri.

Unnur segir að þónokkrir leigubílstjórar hafi leitað til stofnunarinnar undanfarið og segir leitt að hafa ekki getað hjálpað þeim betur. „Þetta er vandamál, þetta er það. Mér finnst það mjög leitt en þannig eru bara lögin og reglurnar. Hvað leigubílstjórana varðar hafa þeir viljað halda áfram vinnu þrátt fyrir mikinn samdrátt og ég skil vel þá stöðu.

Ég átta mig á því að þarna hefur verið ákveðinn ómöguleiki í gangi en þetta fer vonandi að verða búið núna," segir Unnur.

Probi® Járn - fyrir aukna upptöku járns og til að viðhalda góðum járngildum



Probi® Járn
- Probi® mjólkursýrugerlar
- járn
- C-vítamín
- fólasín

Probi® Járn er milt í maga og hentar einnig á meðgöngu

abel heilsuvörur
www.abelheilsuvorur.is

Héraðsdómur

Texti / Trausti Hafsteinsson

Leynd yfir kostnaði við þrotaskipti Baugs

Héraðsdómur Reykjavíkur hafnar því að gefa upplýsingar um skiptakostnaðinn í þrotabúi Baugs Group. Mannlíf óskaði formlega eftir þeim en samkvæmt lögum um gjaldþrotaskipti skal skiptastjóri gera yfirlit í lok skipta um skiptakostnað. Það yfirlit liggur hjá dómstólnum en fæst ekki afhent þar sem héraðsdómur telur Mannlíf ekki eiga rétt á gögnunum þar sem um einkamál er að ræða og að fjölmiðillinn eigi ekki hagsmuna að gæta. Fjárfestingarfélagið Baugur var mjög umsvifamikið fyrir hrun, þar með talið á Íslandi, Bretlandi og Danmörku. Gjaldþrot Baugs er eitt stærsta gjaldþrot Íslandssögunnar. Það tók rúm tíu ár að skipta þrotabúinu en Héraðsdómur Reykjavíkur lýsti félagið gjaldþrota í mars 2009 og lauk skiptum ekki fyrr en í júní í fyrra. Kröfur í búið námu nærri **424 milljörðum** króna og fengust forgangskröfur greiddar að fullu en aðeins 2,7 prósent af almennum kröfum eða **6,7 milljarðar**.



Mannlíf óskaði eftir yfirliti yfir skiptakostnaðinn eftir að sögur fóru af stað um að lögfræðistofan LOGOS hefði hlotið rúman milljarð íslenskra króna greiddan í kostnað vegna skipta Baugs. Hvort sú tala fáist staðfest eður ei verður að koma í ljós því nú kemur málið til kasta úrskurðarnefndar upplýsingamála.

Orðrómur

rt@birtingur.is

Sigmundur seigur



Sigmundur Ernir Rúnarsson, sjónvarpsmaður og sérlegur sendiherra Akureyrar, er á meðal þeirra sem eru ódrepandi í bransanum. Sjónvarpsstöðin Hringbraut hefur farið í ýmsa hringi og kollsteypur í gegnum tíðina. Margir hafa fallið útbyrðis á þeirri vegferð. Sigmundur Ernir hefur alltaf lifað af og færist í aukana með hverju árinu. Hann gerði í fyrra þáttaröð um fjallaskála á Íslandi. Nú er hann að hefja nýja þáttaröð um kaupstaði á Íslandi ...

• • • • •

Fjölmiðlafeðgar



Meðal þeirra sem hrukku útbyrðis af Hringbraut er **Sigurjón Magnús Egilsson** ritstjóri. Hann heldur úti vefmiðlinum Miðjunni af mikilli elju og nýtur gjarnan aðstoðar bróður síns, Gunnar Smára Egilssonar, foringja sósíalista. Sonur Sigurjóns, **Kristján Sigurjónsson**, ritstjóri turisti.is, er einnig í fjölmiðlaheiminum og gerir



það gott sem einn helsti sérfræðingur þjóðarinnar í málefnum ferðaþjónustunnar. Fjölmiðlagenin eru svo sannarlega til staðar ...

• • • • •

Kjarnafólk á RÚV



Stefán Einar Stefánsson, blaðamaður á Mogganum og siðfræðingur, er á meðal umdeildari fjölmiðlamanna. Hann var um tíma formaður Verslunarmannafélags Reykjavíkur en var felldur í kosningum. Stefáni Einari misbauð þegar hann sá í Silfrinu að Fanney Birna Jónsdóttir, hluthafi í Kjarnanum, fékk **Þórð Snæ Júlíusson**, hluthafa og ritstjóra Kjarnans, í settið í



annað sinn á skömmum tíma. Spilling, sagði gamli verkalýðsformaðurinn.

• • • • •

Jónína í uppgjöri



Athafnakonan **Jónína Benediktsdóttir** er ómyrk í máli á Facebook-síðu sinni þar sem hún sagði frá því að hún hefði farið í meðferð í Krísuvík í vetur. Þar bjó hún um tíma. Í langri færslu gerir hún upp skilnað sinn við Gunnar Þorsteinsson í Krossinum. Jónína er þó hvergi af baki dottin og býður hópum upp á detox-meðferð á Hótel Örk ...

VELKOMIN
Í HÁSKÓLA ÍSLANDS

UMSÓKNARFRESTUR
UM GRUNNNÁM
ER TIL 15. JÚNÍ.



Spennandi nám og öflugt félagslíf
í háskóla í fremstu röð.
Yfir 250 námsleiðir í boði.

Skoðaðu úrval námsleiða í grunnnámi á **hi.is**.

HÁSKÓLI ÍSLANDS

LOF / LAST

Lof vikunnar fær Melabúðin fyrir að vera með tilboð á ákveðnum aðalréttum alla mánudaga, þriðjudaga og miðvikudaga. Ekki spillir fyrir að viðmót starfsfólks er hlýlegt og vöruúrvalið einstakt.

Last vikunnar fá ísbúðir sem enn nota styrofoam (frauðplast) í stað endurvinnanlegra umbúða. Hið andstyggilega efni, polystyrene (einnig þekkt sem EPS) ætti ekki að vera á boðstólum á Íslandi árið 2020 ef við ætlum að huga að umhverfinu því efnið er ekki endurvinnanlegt.



Ef í ljós kemur, meðan á verki stendur að vinna þurfi viðbótarverk þá ber verkstæðinu að setja sig í samband við kaupanda.

Láttu bifvélavirkjann ekki blekkja þig

Það hefur komið fyrir að viðskiptavinir bílaverkstæða reiði fram fúlgur fjár fyrir þjónustu sem ekki var beðið um. Til dæmis að farið sé með bíl í hjólaleguskipti en þegar bíllinn er sóttur er búið að skipta um hjólalegu og gott betur. Það eru komnir nýir bremsuklossar, dælur og borðar því bifvélavirkinn sá þegar hann byrjaði að vinna í bílnum að tími væri kominn á þessa hluti og því skipti hann um þá í leiðinni.

Vvað gerir neytandinn þá? Í mörgum tilfellum borgar hann þann reikning sem hann fær afhentan, í þeirri trú að þetta sé rétt hjá bifvélavirkjanum. Er eitthvað annað í stöðunni?

Þekktu rétt þinn

Fæst okkar myndu sætta sig við að fara út í búð eftir potti af mjólk en koma þaðan út með þvottaduft og klósettpappír líka því kaupmaðurinn hafi sagt að þetta færi nú að klárast heima hjá þér. Auðvitað myndi fólk ekki sætta sig við það heldur berja í borðið. Af hverju er þessu öðruvísi farið þegar kemur að rétti neytandans vegna keyptrar þjónustu hjá bílaverkstæðum? Ein skýring getur verið sú að hinn almenni bílaeigandi hefur ekki þekkingu á búnaði bíla. Önnur er sú að við trúum því að öryggi okkar og annarra í umferðinni sé í húfi, segi bifvélavirkinn að svo sé og því hafi verið nauðsynlegt til dæmis að skipta út bremsubúnaði. En málið snýst ekki um það. Það snýst um að þarna er verið að brjóta á neytandanum með því að rukka fyrir vöru eða þjónustu sem ekki var óskað eftir. Réttur neytenda er nefnilega meðal annars fólginn í því að borga ekki fyrir það sem ekki var beðið um.

„Þarna eiga við lög um þjónustukaup, að því gefnu að það sé einstaklingur sem fer með bifreiðina á verkstæði. Ef í ljós kemur, meðan á verki stendur að vinna þurfi viðbótarverk þá ber verkstæðinu að setja sig í samband við kaupanda og fá frekari fyrirmæli frá honum. Hann þarf að veita samþykki fyrir því að farið verði í verkið. Vilji kaupandi ekki láta framkvæma viðbótarverk er verkstæðinu ekki heimilt að fara í það," segir Einar Bjarni Einarsson, lögfræðingur hjá Neytendasamtökunum, í samtali við Mannlíf.

Á þessu eru undantekningar, til dæmis ef ekki næst í kaupanda þrátt fyrir ítrekaðar tilraunir innan eðlilegs tímaramma og viðbótarverkið sé nauðsynlegt vegna hættu sem skapast verði það ekki gert. En almenna reglan er sú að kaupandi sé sá sem þurfi að samþykkja að farið verði í viðbótarverk.

Að borga eða ekki borga

Strangt til tekið getur kaupandi neitað að borga fyrir það sem gert var án hans samþykkis (heyri viðbótarverkið undir framangreindar undantekningar). „Unnt væri fyrir einstakling sem lendir í þessu að bera ágreininginn undir kærunefnd vöru- og þjónustukaupa og fá úr því skorið hvort þetta hafi verið í samræmi við lög um þjónustukaup," segir Einar sem hvetur neytendur til að kynna sér rétt sinn lendi þeir í atvikum sem þessum.



Einar Bjarni Einarsson, lögfræðingur hjá Neytendasamtökunum.

Réttur neytenda er nefnilega meðal annars fólginn í því að borga ekki fyrir það sem ekki var beðið um.

Úr lögum um þjónustukaup nr. 42/2000 | Viðbótarverk. | 8. gr.

Seljanda þjónustu ber að tilkynna neytanda ef í ljós kemur þegar verk er unnið að eðlilegt sé að vinna önnur verk samtímis vegna tengsla þeirra við aðalverk. Skal seljandi óska eftir fyrirmælum neytanda um viðbótarverk.

Náist ekki til neytanda eða seljandi þjónustu fær ekki fyrirmæli frá honum innan sanngjarns frests skal hann vinna viðbótarverkið ef:

1. **viðbótarkostnaður vegna þess er óverulegur eða má teljast óverulegur miðað við verð þjónustu sem samið hefur verið um,**
2. **sérstakar ástæður mæla með því að neytandi vilji láta vinna viðbótarverkið í tengslum við kaup hans á þjónustunni,**
3. **ekki er unnt að fresta því vegna hættu sem af því getur stafað.**

Hafi seljandi þjónustu unnið viðbótarverk í samræmi við ákvæði þessara laga ber honum greiðsla fyrir þau verk samkvæmt ákvæðum VII. kafla.

Ummæli viðskiptavina um þjónustu nokkurra bílaverkstæða:

„Fór með bílinn til þeirra og bað um að skipt yrði um hjólalegu og gírolía sett á bílinn. Ég bjóst ekki við mjög háum reikningi. Þegar ég sótti bílinn hafði jú verið skipt um hjólalegu og olían sett á en þeir sáu að bremsuklossarnir voru orðnir tæpir og skiptu um klossa, borða og dælur án þess svo mikið sem hringja í mig og segja mér að þetta væri orðið tæpt og spyrja hvort ég vildi láta skipta!

Reikningurinn sem ég fékk var **180 þúsund** sem er ekki beint eitthvað sem maður dregur upp úr rassvasanum. Þeir sögðu bara æ, æ, og neituðu að afhenda mér bílinn nema ég borgaði! Halló, þetta voru þeirra mistök."

• • • • •

„Stutt dæmisaga um okur"

Fékk tilboð í nýtt púst á **87 þúsund krónur** sem ég ákvað að taka. Þeir hringdu og sögðu mér að skipta þyrfti um bensínsíu í bílnum sem ég samþykkti. Ég sótti síðan bílinn og þá hafði reikningurinn hækkað upp í **120 þúsund krónur**. Þessi „gullsía" hafði sem sagt kostað **33 þúsund**. Ég var ekki sáttur við þessa kröfu [redacted] og óskaði eftir að fá að sjá innkaupakvittunina á „gullsíunni" en því neitaði sölumaðurinn og var hinn versti. Ég bauðst til að greiða **110 þús** og klára málið þannig en því miður var engu tauti við hann komið og ég fékk hótun um að bíllinn yrði ekki afhentur ef ég borgaði ekki umbeðna upphæð. Ég get engan veginn mælt með þessu fyrirtæki sem greinilega hefur stórversnað frá fyrri árum, því græðgin virðist hafa tekið völdin með nýjum eigendum. Svo mikið er víst að ég mun aldrei aftur versla við fyrirtækið.

Góðar stundir."

• • • • •

„Hræðileg þjónusta, hef farið með bílinn í smurningu hjá [redacted] of oft. Þeir hafa alltaf rukkað mig um **18 þúsund** fyrir olíuskiptingu á Chevrolet Spark, 2013. Ég hef komið til þeirra 4-5 sinnum frá 2015 og fannst skrítið að þurfa að koma svona oft.

Fór svo á til annars fyrirtækis og þau sögðu mér að ég ætti enn þá 8 þúsund km eftir þar til þyrfti að smyrja, og að miðinn í bílnum væri rangur, þeir ætluðu að rukka mig um **8-10 þúsund** fyrir en þurftu ekki. Þið hafið sem sagt verið að setja ranga miða hjá mér í tvö ár og ofrukkað mig fyrir olíu sem þurfti ekki að skipta um. Er ekki í lagi með ykkur?"

Ert þú með ábendingu? Sendu póst á **malin@birtingur.is**

Innlent

NEYTENDAMÁL

Texti / Malín Brand

Flott hjá Brauð & Co

Brauð & Co selja fjölnota hörpoka undir súrdeigsbrauðin sem þar eru bökuð.

Í hvert skipti sem viðskiptavinir mæta með brauðpokann sinn fá þeir 10 prósenta afslátt af brauði. Pokinn kostar 1.200 krónur og geymist brauðið, að sögn, afar vel í honum. Sniðugt og umhverfisvænt.

Gættu réttar þíns

Þegar neytendum finnst á þeim troðið er um að gera að kanna lagalega stöðu sína þegar kemur að keyptri vöru eða þjónustu.

Það er ekki sérlega flókið ferli að senda inn kvörtun til kærunefndar vöru- og þjónustukaupa. Til að mynda má senda kvörtunina í gegnum vefgátt sem er á vefsíðu nefndarinnar, **www.kvth.is**. Ítarlegar leiðbeiningar er þar að finna en markmið nefndarinnar er að tryggja neytendum aðgang að skilvirkri og faglegri málsmeðferð við úrlausn ágreinings utan dómstóla.

Ekki alveg koffínlaust

Koffínlaust kaffi getur innhaldið allt að 30% þess koffíns sem venjulegt kaffi inniheldur.

Það er vert að hafa í huga ef þess er neytt skömmu fyrir svefninn. Þetta er á meðal þess sem lesa má um í bók taugavísindamannsins og svefnsérfræðingsins Matthews Walkers, Þess vegna sofum við. Sá sem drekkur þrjá til fjóra bolla af koffínlausu (koffínskertu) kaffi að kvöldi spillir því svefninum á sama hátt og hafi hann drukkið einn bolla af venjulegu kaffi.

Ekki klikka á nagladekkjunum

Ekki var byrjað að sekta ökumenn vegna notkunar nagladekkja í apríl eins og venja er.

Alla jafna er miðað við 15. apríl en í ár var ökumönnum gefið svigrúm fram í maí vegna veðurskilyrða sem og vegna aðstæðna í samfélaginu. Samkvæmt Sunnlenska fréttavefnum er lögregla farin að hafa afskipti af ökumönnum vegna nagladekkja og því ekki eftir neinu að bíða með dekkjaskiptin.



Skoðaðu rúmin okkar
áður en þú tekur ákvörðun.

JENSEN®
Designed for Sleep Comfort

Harpa / Skeifan 6 / Kringlan / Laugavegur 70 / 5687733 / epal.is

epal
45 ára





*Með kaupum á Jensen rúmi · Gildir til 30. júní 2020

Viðtalið
GUÐMUNDUR FRANKLÍN JÓNSSON

„ÉG VIL VERÐA FORSETI FÓLKSINS“

„Mín mesta sorg var þegar faðir minn lést. Ég var svo ungur og það bar svo brátt að,“ segir Guðmundur Franklín Jónsson forsetaframbjóðandi um mestu sorgarstund ævinnar.

Í barnaskóla stóð hann fyrir flöskutombólum og bauð vinum sínum reglulega upp á pylsu og kók fyrir ágóðann. Átta ára gamall byrjaði Guðmundur að vinna sér inn fyrir kaupi og hugurinn stefndi fljótt á verðbréfasölu á Wall Street. Lengi átti hann erfitt með að búa á Íslandi en með aldrinum hefur hann lært að meta það smáa. Guðmundur segir Guðna Th. ágætan en vill sjálfur verða betri forseti landsins með málskotsréttinn að vopni.

Texti / Trausti Hafsteinsson Myndir / Hákon Davíð Björnsson

Guðmundur Franklín er einn sex systkina og ólst up í Langholtshverfinu í Reykjavík. Heimilishaldið var með hefðbundnu sniði. Faðir Guðmundar, Jón Bjarnason, vann hjá Kaupmannasamtökunum og móðir hans, Guðbjörg Lilja Maríusdóttir, var lengi vel húsmóðir. Þau voru bæði harðdugleg og segir Guðmundur að þau eigi hrós skilið fyrir að koma öllum systkinunum til manns. „Ég átti marga vini og var atorkusamur sem barn og ungmenni. Hafði alltaf eitthvað fyrir stafni og ef ég hafði það ekki þá fann ég mér eitthvað að gera. Ég safnaði öllum pöddum sem ég fann og geymdi í krukkum í útigeymslunni. Pabbi henti þeim iðulega þegar lyktin var orðin yfirþyrmandi. Ég veiddi marhnúta, safnaði marflóm og marglyttum. Það var svo mikið ævintýraland fyrir krakka að búa í Vogunum,“ segir Guðmundur.

> **Þetta eru nú orðnar örlítið of persónulegar spurningar.**

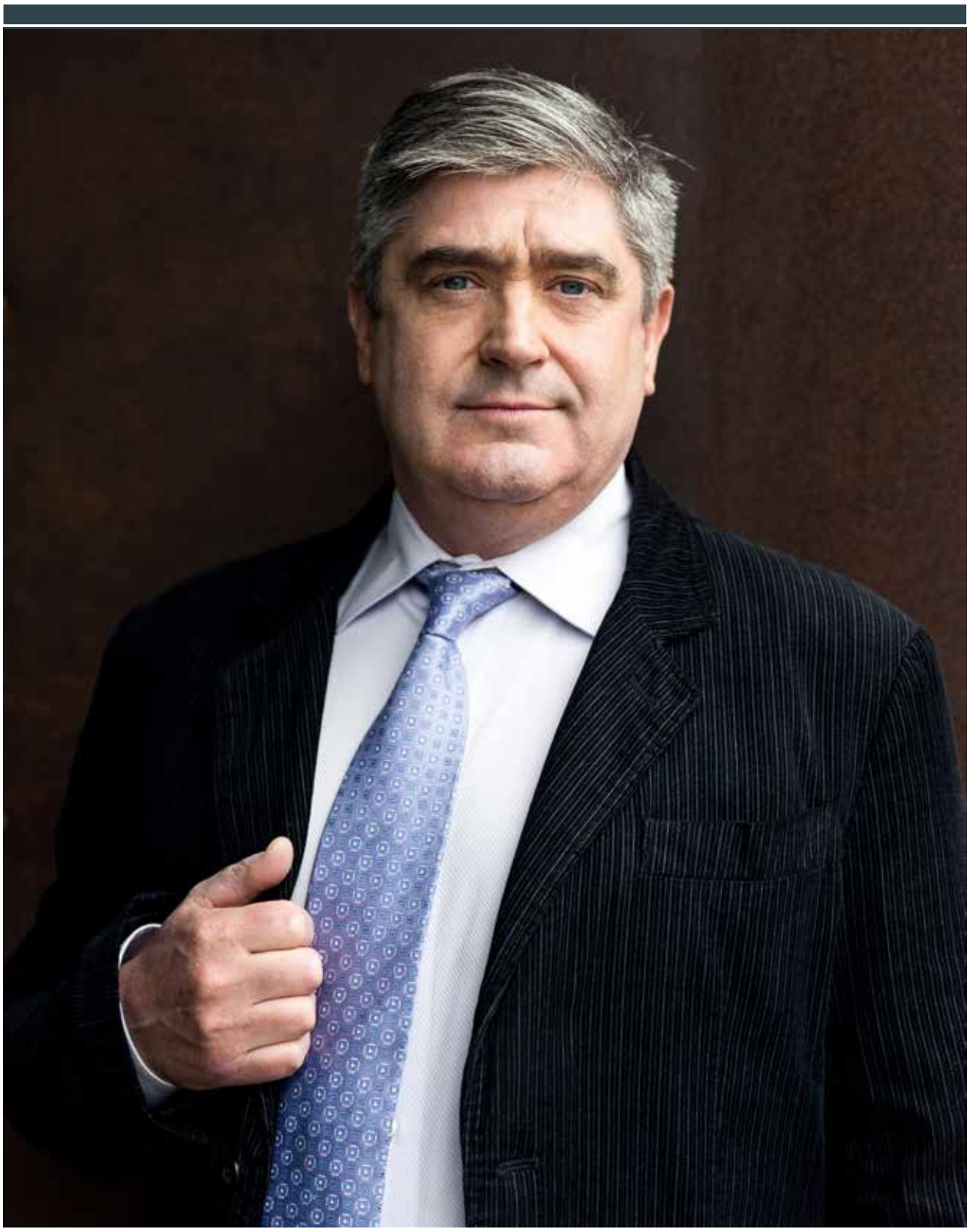
Vinirnir fengu pylsu og kók

Guðmundur var átta ára gamall er hann fór að vinna fyrir sér í versluninni Víði þar sem hann braut saman pappakassa og hjálpaði eldri viðskiptavinum að bera innkaupapoka heim. Þegar á leið urðu störfin ábyrgðarmeiri og vann hann hverja lausa stund meðfram skóla í versluninni. Þar að auki hélt hann reglulega flöskutombólur í Vogahverfinu. „Ég á margar skemmtilegar minningar úr hverfinu því ég var alltaf að finna mér eitthvað til dundurs. Einn sérstaklega gróðavænlegan dag á tombólunni hafði ég fyllt kjallarann af flöskum Svo kom mamma heim og fór niður í kjallara og þá var kallað: „Gúndi! Hvað ertu búinn að gera, strákur?“

Þessi fjársjóður dugði fyrir pylsu og kók svo dögum skipti fyrir mig og vini mína. Þarna kynntist ég viðskiptalífinu að nokkru leyti og varð staðráðinn í því að starfa við verðbréfamiðlun í Bandaríkjunum,“ segir Guðmundur brosandi.

Ævintýrið í New York

Spurður hvað hafi orðið til þess að hann fór til New York í verðbréfasölu segir Guðmundur þann heim hafa verið framandi og spennandi fyrir ungan mann. Verandi fylginn sér settist hann niður og skrifaði öllum helstu verðbréfafyrirtækjunum og sótti um starf. Hann fékk vinnu og fjölskyldan bjó lengst af nærri Dakota-byggingunni þar sem bítilinn John Lennon var skotinn. „Lífið í New York var yndislegt og ég sakna borgarinnar í hvert skipti sem ég sé henni bregða fyrir í bíómyndum eða þáttum. Ég bjó alltaf á Upper West Side við Central Park-garðinn og átti marga fræga nágranna. Það var svolítið sérstakt að búa nærri Dakota-byggingunni því þetta er hálfgerður minningarreitur,“ segir Guðmundur.



Ferill frambjóðandans

1985 Lauk stúdentsprófi frá Fjölbrautaskólanum við Ármúla. – **1989** BSc-gráða í viðskipta- og hagfræði frá Johnson & Wales University. – **1989-1991** Ráðgjafi hjá Bersec International Inc. – **1990** Opnaði veitingastaðinn Fiskur og franskar í Austurstræti. – **1991-1993** Verðbréfamiðlari hjá Oppenheimar Co. Inc. – **1993** Árni Franklín fæðist – **1993-2002** Framkvæmdastjóri fjárfestingabankasviðs hjá Burnham Inc. í New York. – **1996** Tók þátt í yfirtöku á fiskskyndibitakeðjunni Arthur Treacher´s. – **1997** Verónika fæðist. – **1997** Hluthafi og hugmyndafræðingur að stofnun Rauða hersins á Vestfjörðum. – **1999** Eignaðist Burnham International. – **2000** Diplóma sem löggiltur verðbréfamiðlari í New York. - **2001** Vigdís Lilja fæðist. – **2002** Gjaldþrot Burnham International. – **2002-2009** Hótelstjóri og eigandi Bellagio-hótelsins í Prag, Tékklandi. – **2005-2006** Stundakennari við University of New York í Prag, Tékklandi. – **2005-2008** Lauk meistaranámi í alþjóðastjórnmálum og hagfræði við Karlsháskóla í Prag, Tékklandi. – **2012** Leiðsögumannapróf frá Ferðamálaskóla Íslands. – **2010-2013** Stofnandi og formaður stjórnmálasamtakanna Hægri grænir. – **2013** Bauð sig fram til Alþingis undir merkjum Hægri grænna. – **2013** Guðmundur og Ásdís Helga skildu. – **2013** Hótelstjóri á Hótel Klippená, Borgundarhólmi í Danmörku. – **2016** Stefndi á forsetaframboð en hvarf frá því. Gaf kost á sér í prófkjöri Sjálfstæðisflokksins í Reykjavík í staðinn. – **2020** Býður sig fram til embættis forseta Íslands.

FERÐASUMARIÐ
MIKLA

VOTTAÐIR HÁGÆÐA VARAHLUTIR SÍÐAN 1962

SUMARVÖRURNAR ERU MÆTTAR



FARANGURSBOX



ÞVERBOGAR



REIÐHJÓLAFESTINGAR



HLIÐARSPEGLAR



TRAPPA



DÚKUR Í FORTJALD



KÆLIBOX



BÓNVÖRUR



NEYSLUGEYMAR



HLEÐSLUTÆKI



STRAUMBREYTIR



Bílanaust

Á FULLRI FERÐ

STÓRVERSLUN
DVERGSHÖFÐA 2
110 REYKJAVÍK
S. 535 9000

Vatnagarðar 12
104 Reykjavík
S. 535 9000

Dalshrauni 17
220 Hafnarfirði
S. 555 4800

Hafnargata 52
260 Reykjanesbæ
S. 421 7510

Hrísmýri 7
800 Selfossi
S. 482 4200

Furuvöllum 15
600 Akureyri
S. 535 9085

Sólvangi 5
700 Egilsstöðum
S. 471 1244

www.bilanaust.is

Viðtalið

GUÐMUNDUR FRANKLÍN JÓNSSON

Ég er ósammála því að ég sé braskari því það er mikill misskilningur að verðbréfamiðlun snúist um brask.

Hrikaleg minning

Fyrir utan að missa föður sinn ungur að árum missti Guðmundur góða vini í árásinni hrikalegu á tvíburaturnana í New York í september 2001. Hann á erfitt með að lýsa því með orðum hvernig það var að hafa verið staddur nærri turnunum þegar ósköpin dundu yfir. „Það síðasta sem þú heyrir áður en drunurnar í hrynjandi byggingunni bergmála á milli þröngra gatnanna eru öskrin í fólkinu sem reynir í örvæntinu að komast í burtu. Að horfa á háhýsi hrynja fyrir framan augun á þér þar sem fjöldi fólks lætur lífið og góðir félagar þínir þarna inni er í einu orði sagt skelfilegt. Ég myndi ekki óska versta óvini mínum þess að upplifa slíkar hörmungar," segir Guðmundur sem greinilega á erfitt með að rifja atburðina upp.

Þrjár gleðistundir

Lífið er bæði gleði og sorg, að mati forsetaframbjóðandans. Spurður hver sé sú stund sem hafi veitt honum mesta gleði er hann ekki lengi að hugsa sig um. „Ég get í raun ekki nefnt eina því ég verð að fá að nefna þrjár. Það er þegar börnin mín fæddust. Fyrst var það hann Árni minn. Svo Verónika og að lokum Vigdís," segir Guðmundur sem lengi var giftur Ásdísi Helgu Árnadóttur. Þau skildu árið 2013 og tók skilnaðurinn talsvert á Guðmund sem segist eiga erfitt með að ræða hann. „Þetta eru nú orðnar örlítið of persónulegar spurningar. Fyrrverandi konan mín er yndisleg manneskja sem mér þykir mjög vænt um. Við erum góðir vinir og eigum þrjú frábær börn saman."

Nýlega rataði Guðmundur inn á lista fjölmiðla yfir heita piparsveina. Mannlíf spurði hann að því hvort hann stefni á að finna sér forsetafrú komist hann í embætti forseta Íslands. „Ég er ekkert að flýta mér í nýtt hjónaband enda stýrir maður því ekki þegar maður hittir einhvern sem maður fellur fyrir."

Vandaðir menn

Þegar Guðmundur var ungur tók hann að sér að mála bílastæði og hjá honum starfaði þá Björgólfur Thor Björgólfsson, sem í dag er líklega ríkasti maður landsins. Aðspurður segir forsetaframbjóðandinn að Björgólfur Thor hafi verið góður undirmaður. „Sá Björgólfur Thor sem ég þekkti var frábær vinnukraftur og málaði stórkostlegar beinar línur. Sem unglingur átti hann framtíðina fyrir sér í bílastæðamálun en beygði eitthvað af beinu brautinni þegar fram liðu stundir," segir Guðmundur og brosir út í annað.

Síðar meir lágu leiðir Guðmundar og Bjarna Benediktssonar fjármálaráðherra saman er sá síðarnefndi starfaði fyrir hann sem lögmaður. „Sá Bjarni sem ég kynntist var mjög vandaður piltur og það var gott að vinna með honum. Okkar samskipti voru ánægjuleg en hann er ekki fullkominn frekar en aðrir og hef ég orðið fyrir töluverðum vonbrigðum með sum störf hans."

Meðmæli að taka áhættu

Eins og áður hefur komið fram var Guðmundur ungur er hann hallaðist að viðskiptum og hefur hann víða komið við, bæði hérlendis og erlendis. Sum verkefnin hafa endað með gjaldþrotum sem hann kennir engum öðrum um en sjálfum sér. Aðspurður hvort gjaldþrot sé gott veganesti í embætti forseta Íslands telur Guðmundur svo geta verið. „Persónulega finnst mér það vera meðmæli ef fólk hefur tekið einhverja áhættu í lífinu, jafnvel þó að sumt hafi mistekist. Sá sem gerir aldrei mistök hefur aldrei gert neitt sem máli skiptir. Ég hef tengst fjölda fyrirtækja á Íslandi og um allan heim sem blómstra og fjöldi manns vinnur hjá í dag," segir Guðmundur ákveðinn.

„Gjaldþrot koma því miður fyrir og stundum veðja menn á rangan hest og verða þá að taka því. Það er enginn sem lýsir yfir gjaldþroti sér til gamans. Við eigum ekki að úthrópa þá sem hafa orðið fyrir þessu heldur frekar styðja við bakið á þeim því þetta er alls ekki auðvelt. Gjaldþrot hefur skollið harkalega á mér og verið erfið lífreynsla fyrir mína fjölskyldu."

Stór orð stundum

Þegar Guðmundur er spurður út í kosti sína og galla segist hann ávallt hafa átt erfitt með að lýsa sjálfum sér. Í grunninn telur hann sig ósköp venjulegan mann, breyskan eins og flestir eru en að hann reyni alltaf að gera sitt besta. „Það sem hefur verið sagt um mig er að ég sé skemmtilegur, uppfinningasamur, duglegur og fylginn mér. Ég virðist hafa þann hæfileika að hugsa út fyrir rammann og hef oft á tíðum lag á að koma með hugmyndir sem öðrum hafa ef til vill ekki komið til hugar. Ég vil jafnframt meina að ég sé afkastamikill og jákvæður að eðlisfari og flestir tala um að það sé gott að umgangast mig," segir Guðmundur. „Minn helsti galli er að eiga það til að nota stærri orð en ég ætla mér þegar mér er heitt í hamsi. Ég er hins vegar að reyna að venja mig af þessu og hefur það gengið nokkuð vel."

Góðhjartaður grallari

„Vinir mínir myndu lýsa mér sem grallara. Ég verð víst að samþykkja það enda á ég það til að vera svolítið stríðinn. Þeir myndu líka eflaust segja að ég sé góðhjartaður og gjafmildur. Ég verð seint þekktur fyrir að safna að mér fé eða láta vini mína greiða götu mína,"bætir Guðmundur við.

Eins og áður sagði telur Guðmundur sig ósköp venjulega manneskju sem reglulega lendi þó í hinum ýmsu óheppilegu uppákomum. Flestar þeirra tengjast sósum sem hann telur meðal sinna helstu óvina. „Það er orðið hálfgert grín í fjölskyldunni minni að ég geti ekki sett upp bindi því þá sulli ég á mig. Ég er hreinlega farinn að hallast að því að sinnep og tómatsósa hafi sagt mér stríð á hendur. Það var nú bara núna síðast við opnun kosningabaráttunnar sem ég sullaði ofan á mig heilum mjólkurlítra og til að kóróna vandræðin tókst mér að reka nýja bindið í nagla og draga til í því."



Eftir að hafa séð að Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, nýti sér ekki málsskotsrétt embættisins segist Guðmundur hafa ákveðið að bjóða sig fram. Hann segir það vera hápólitísk hjá sitjandi forseta að gera ekkert í stórum málum.

Enginn braskari

Um Guðmund hefur það verið sagt að hann sé braskari í eðli sínu sem ávallt hafi haft þann draum að verða ríkur. Hann segir spillinguna á Íslandi hafa hamlað því hversu gott Íslendingar gætu haft það. „Ég er ósammála því að ég sé braskari því það er mikill misskilningur að verðbréfamiðlun snúist um brask. Það byrjar allt og endar með verðbréfaviðskiptum því án fjármögnunar er ekkert hægt að gera. Þau snúast fyrst og fremst um að byggja upp lönd, borgir, fyrirtæki og innviði og þess vegna höfum við það svona gott á Vesturlöndum. Við Íslendingar höfum því miður oft farið varhluta af þessu þar sem spillingin hefur séð til þess," segir Guðmundur alvarlegur.

„Mig hefur í sannleika sagt aldrei dreymt um að verða ríkur en mér finnst gott að hafa mikið að gera. Ég vinn hratt og vil vinna krefjandi störf. Það sem heillaði mest við að vinna á Wall Street var dýnamíkin."

Ríkur í dag

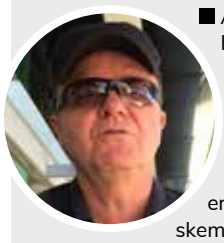
Þrátt fyrir að segjast aldrei hafa átt þann draum að verða ríkur telur Guðmundur sig ákaflega ríkan í dag. Honum líður hvergir betur en í faðmi vina og fjölskyldunnar. „Ég á þrjú hamingjusöm og góð börn sem ætla að ferðast með mér um landið í kosningabaráttunni. Ég hef lifað ævintýralegu lífi eins og sumir kjósa að kalla líf manns sem hefur látið hendur standa fram úr ermum og verið hvergi hræddur við að takast á við nýjar áskoranir. Ég hef ferðast víða, kynnst mörgum menningarheimum og ég er heilsuhraustur. Ég myndi því segja að ég sé ríkur af hamingju og góðum minningum," segir Guðmundur.

Elítan sleppur

Þegar Guðmundur er spurður út í ýmis orð sín sem hann hefur látið flakka í gegnum tíðina vísar hann í galla sinn um að taka stundum of sterkt til orða.

Ásgeir Bolli Kristinsson

„Alveg eldklár"



Ásgeir Bolli Kristinsson kaupmaður hefur verið vinur Guðmundar Franklíns síðastliðin 40 ár. Hann hefur ekkert annað en gott að segja um forsetaframbjóðandann. „Hann er alveg ótrúlega skemmtilegur og með mikið ímyndunarafl. Ljóngáfaður er hann, alveg eldklár. Það er alltaf skemmtilegt að umgangast hann því hann sér hlutina oft frá öðrum sjónarhornum og með einföldum hætti. Guðmundur er mjög lausnamiðaður líka. Í raun er það bara þannig að ég hef ekkert nema gott um hann að segja."

Hildur Sif Thorarensen

Enginn Wallstreet-töffari

Á„Guðmundur Franklín er að mínu mati réttsýnn og segir hlutina eins og þeir eru," segir Hildur Sif Thorarensen, kosningastjóri Guðmundar. „Þegar maður talar við Guðmund þá veit maður að það er ekkert leikrit í gangi, ekkert glimmer, engin reykvél, hann er hreinn og beinn. Ég kann að meta það." Hildur segir að hans helsti galli sé að vera mennskur og gera mistök en hann komist síður upp með það en þeir sem hafi fjölmiðlana með sér. „Eins á hann það til að taka of djúpt í árinni í hita leiksins, eins og gengur. Það er þó að slípast af honum." Hún bætir við að Guðmundur sé mjög skemmtilegur. „Hann er svolítið stríðinn og ósjaldan förum við út af sporinu og dettum í góðlátlegt grín. Það sem mér finnst merkilegast við hann er hversu margir misskilja hann og halda að þetta sé töffari frá Wallstreet. Sá Guðmundur sem ég þekki er hins vegar sá sem spilar skrafl á hverju kvöldi við 92 ára gamla móður sína til að hjálpa henni að halda minninu við. Sá Guðmundur sem ég þekki kallar fyrrverandi konuna sína enn „Dísu mína" og maður heyrir í röddinni hvað honum þykir vænt um hana. Sá Guðmundur sem ég þekki býðst alltaf til að hjálpa ef maður á í vandræðum með eitthvað. Það sem ég dáist sérstaklega að í hans fari er að hann talar alltaf vel um alla. Jafnvel þótt ég gagnrýni hann þá reiðist hann mér ekki heldur er þakklátur fyrir. Það er að mínu mati mikill mannkostur því fæstir átta sig á því að vinur er sá er til vamms segir. Manni fer fljótt að þykja vænt um Guðmund því hann er eitthvað svo einlægur og góður. Það er í raun svolítið sárt fyrir okkur sem þekkjum hann að sjá þá útreið sem hann fær á samfélagsmiðlum."

KIA GULL
HRINGURINN

KIA GULLHRINGURINN

HLUTI AF MÓTARÖÐINNI VÍKINGAR

LAUGARVATNI 11. JÚLÍ

SPECIALIZED

SALOMON TRAIL HENGILL ULTRA · KIA GULL HRINGURINN · LANDSNET MTB · ELDSLÓÐIN NATURE TRAIL



Í SAMSTARFI VIÐ UMFÍ

SKRÁNING OG ALLAR UPPLÝSINGAR Á NETSKRÁNING.IS/VIKINGAR

BAKHJARLAR VÍKINGA MÓTARAÐARINNAR

66 NORTH · HOTEL ÖRK · BYKO · LAUGARVATN fontana · SAMSKIP · GARMABÚÐIN · COMPRESSPORT · BUFF · Snickers · salomon · SPECIALIZED · TAG Heuer

GRILLPARTÝ VÍKINGA MÓTARAÐARINNAR

SS · Holla · SNICKERS · VÍKING BRUGGHÚS · POWERADE · Coca-Cola

Viðtalið

GUÐMUNDUR FRANKLÍN JÓNSSON

Þannig hefur hann til dæmis sagst ekki hika við að kenna fólki að svíkja undan skatti og segir Guðmundur það útilokað að hann muni beita sér fyrir slíku í embætti forseta. „Eins og ég sagði þá á ég það til að taka örlítið of sterkt til orða í hita leiksins. Ég hef aldrei brotið reglur um viðskipti. Það þarf að búa svo um hnútana í skattkerfinu í öllum löndum að ekki sé hægt að svíkja undan skatti því annars mun fólk nýta sér þær músarholur sem finnast. Ég vil að allir dragi vagninn en elítan komist ekki upp með að svindla á skattkerfinu á meðan hinn almenni borgari greiði upp í topp," segir Guðmundur.

Lærði að meta hið smáa

Guðmundur hefur líka látið hafa það eftir sér að hann þrífist illa á Íslandi og honum líði betur í stærri samfélögum. Aðspurður segir hann að upplifun hans á Íslandi hafi breyst með aldrinum og nú líði honum hvergi betur. „Já, það hefur breyst. Ég fór frá því að eiga heima í milljónaborgum yfir í að búa á Borgundarhólmi þar sem búa ekki nema rétt um 40 þúsund manns. Með aldrinum lærir maður að kunna að meta hið smáa aftur og í raun má segja að ég hafi verið kominn aftur í upprunann þar sem ég safnaði pöddum í útigeymslunni hjá pabba. Það var kominn tími til að flytja heim," segir Guðmundur.

Ég tel þjóðina þrá breytingar.

Fjarlægist hægrið

Guðmundur sagði eitt sinn að heimurinn yrði betri án vinstrimanna en í dag segist hann orðið eiga minna sameiginlegt með hægrimönnum en áður var. Aðspurður segist hann því ætla að verða forseti bæði vinstri- og hægrifólks. „Landslagið í pólitíkinni er alltaf að breytast og það sem er til vinstri í dag er orðið til hægri á morgun. Ég er farinn að eiga minna sameiginlegt með þeim hluta hægrimanna sem vilja einkavæða orkuauðlindir þjóðarinnar en ég á með vinstri mönnum. Það er til ærlegt fólk í öllum flokkum og ég hefði trúlega ekki getað ímyndað mér fyrir nokkrum árum að ég yrði hlaupandi samsíða Hjörleifi Guttormssyni og Ögmundi Jónassyni líkt og með orkupakkann. Baráttan snýst um hag þjóðarinnar og þá gildir einu hvar flokkslínur liggja," segir Guðmundur.

Þjóðin svipt reisn

Forsetaframbjóðandanum finnst undraverður töggur í Íslendingum og að þeir séu stolt þjóð. Guðmundi finnst sorglegt að fylgjast með hvernig íslensk stjórnvöld hafa á undanförnum árum gengið hart fram við að hafa reisnina af þjóðinni. „Við sjáum það best á háum lífaldri og óþreytandi baráttuvilja. Við stöndum okkur með ólíkindum vel í íþróttum og erum á heimsmælikvarða í fótbolta, handbolta, cross fit, bardagaíþróttum og svo mætti lengi telja. Þegar gengið er nærri okkur þá gerum við líkt og þegar Gísli Súrsson var kviðristur forðum daga, við mokum iðrunum inn aftur, reyrum fyrir og höldum áfram að berjast," segir Guðmundur af eldmóði.

„Það er reisn yfir mínu fólki en það er sorglegt að segja að eftir því sem árin líða þá finnst mér stjórnvöld ganga enn harðar fram við að reyna að hafa reisnina af okkur. Ég er farin að óttast að á endanum muni þeim takast það og þess vegna tel ég breytinga sárlega þörf í samfélaginu."



Bjartsýnn frambjóðandi

„Mér finnast íslensk stjórnmál vera of viðloðandi spillingu. Það hryggir mig að sjá hvern flokkinn á fætur öðrum svíkja sín kosningaloforð um leið og þjóðin er búin að kjósa þetta fólk inn á þing. Í dag er engin virðing borin fyrir grasrótinni og þingflokkurinn fer sínu fram sama hvað tautar og raular. Svikin eru þvert á línuna og þessu þarf að linna," bætir Guðmundur við um pólítíkina á Íslandi. Hann segist ekkert nema bjartsýnn fyrir komandi vikum í kosningabaráttunni.

„Auðvitað er ég bjartsýnn. Maður færi líklega ekki af stað ef maður væri ekki bjartsýnn. Bjartsýnin er reyndar frekar að aukast þessa dagana því mér er svo vel tekið alls staðar þar sem ég kem. Ég tel þjóðina þrá breytingar."

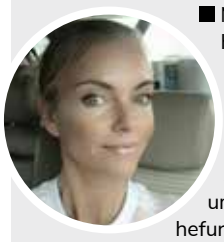
Guðni er ágætur

Eftir að hafa séð að Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, nýti sér ekki málsskotsrétt embættisins segist Guðmundur hafa ákveðið að bjóða sig fram. Hann segir það vera hápólitísk hjá sitjandi forseta að gera ekkert í stórum málum. „Guðni er ágætis maður sem þekkir greinilega sögu landsins ágætlega. Okkur greinir hins vegar á og þar fer beiting málskotsréttarins fremst í flokki. Ég tel hann algjört lykilatriði og lít svo á að þetta snúist í raun um hvort fólk vilji forseta sem kemur til með að nota málskotsréttinn eða forseta sem gerir það ekki. Það er oft sagt að ég sé pólitískur því ég hef skoðanir en við skulum ekki gleyma því að það er ekki síður pólitískt að gera ekkert en að gera eitthvað," segir Guðmundur.

„Sitjandi forseti hefur sannfært mig um að hann muni hvorki nota málskotsréttinn né beita krafti embættisins til að þrýsta á þingið að skoða málin betur þegar gjá hefur myndast á milli þings og þjóðar. Ég vil virkja málskotsréttinn og sýna þjóðinni virðingu með því að nýta embættið í þágu þjóðarinnar. Ég vil verða forseti fólksins."

Margrét Friðriksdóttir

Sorgarsaga



Margrét Friðriksdóttir, grafískur hönnuður, starfaði fyrir kosninga-framboð Hægri grænna fyrir alþingis-kosningarnar 2013. Hún segir farir sínar ekki sléttar í samskiptum við forsetaframbjóðandann þar sem hún hafi ekki fengið greidd umsamin laun. Guðmundur Franklín hefur sjálfur lýst því yfir að hún hafi verið í sjálfboðaliðastarfi. „Þetta er í raun sorgarsaga frá upphafi til enda og ég var mjög vonsvikin yfir framkomu Guðmundar Franklíns eftir næstum ársvinnu fyrir hann þar sem ég hafði treyst honum og var alltaf fullviss um að hann myndi borga mér á endanum eins og hann hafði lofað frá upphafi," sagði hún á Stjórnmálaspjallinu á Facebook. „Guðmundur hefur aldrei beðið mig afsökunar á þessari framkomu, en ég hefði alveg tekið hana góða og gilda ef hann hefði sýnt þann manndóm af sér."



Anna María Sigurðardóttir

Óþægilega hreinskilinn



„Guðmundur Franklín er einhver gleggsti greinandi á fjármálaheiminn sem ég hef kynnst og virðist alltaf vera nokkrum mánuðum, ef ekki misserum, á undan markaðnum með sínar greiningar," segir

Anna María Sigurðardóttir viðskiptafræðingur. „Hann er hreinskiptinn og þorir að segja sannleikann, líka þegar hann er óþægilegur. Þegar maður kynnist manninum betur sér maður mýkri mann sem hugsar vel um börnin sín og aldraða móður sína."

Jón Ragnarsson

Hrókur alls fagnaðar

„Ég get ekki sagt mikið um hann, annað en að hann var alltaf glaður piltur og hress," segir Jón Ragnarsson, fyrrum viðskiptafélagi Guðmundar Franklíns. Hann virkaði vel í viðkynningu og var alltaf hrókur alls fagnaðar. Það sem mér fannst áberandi var hvað hann var allaf hress og glaður, hann er svoleiðis týpa. Ég hef ekkert nema gott að segja og hef ekkert undan honum að kvarta, nema síður sé."

Lemon

Kombó mánaðarins

Chickencurry og Icelandic flirt

1.590 kr.

Sólskin í glasi
og sælkerasamlokur





#lovelemon

Lemon – Suðurlandsbraut – Hafnarfirði – Salalaug – Akureyri – Húsavík

Texti / Svava Jónsdóttir Myndir / Hallur Karlsson

Viðtal

HELGA VALA HELGADÓTTIR

„Ég var óþekk, hortug og hvatvís“

*„Lífið er ekki alltaf dans á rósum, sem er auðvitað algjör mótsögn því það getur ekki verið þægilegt að dansa á rósum, en þetta er lífið og á því þroskumst við,“ segir **Helga Vala Helgadóttir**, þingmaður Samfylkingarinnar og formaður velferðarnefndar Alþingis, sem segist óttast harðan niðurskurð í haust í grunnþjónustu vegna efnahagslegra áhrifa COVID-19 faraldursins og þá mest í heilbrigðiskerfinu. Helga Vala er vön að svara fyrir sig á þingi og segir að í æsku hafi hún þótt vera kotroskin, óþekk og hvatvís.*

Alþingishúsið. Helga Vala Helgadóttir, þingmaður Samfylkingarinnar og formaður velferðarnefndar Alþingis, er nýkomin af fjarfundi velferðarnefndar vegna COVID-19. Gengið er upp á aðra hæð og sest inn í lítið fundarherbergi. Austurvöllur og styttan af Jóni Sigurðssyni blasir við út um gluggann. Á A4-blaði sem límt er fyrir utan fundarherbergið stendur stórum stöfum: Haldið fjarlægð. Það er við hæfi að hefja spjallið á COVID-19 ástandinu.

„Mér þótti vera mjög ábyrgðarlaust af ríkisstjórninni að tilkynna umheiminum fyrir rúmum tveimur vikum að við ætluðum að opna landið 15. júní án þess að vera búin að ákveða hvernig þau ætluðu að haga framkvæmd og án þess að ræða við helstu aðila sem þurfa að koma að málinu, eins og stjórnendur lykilstofnana í heilbrigðiskerfinu og ekki síður Íslenska erfðagreiningu sem hefur annast 80% sýnataka. Ég heyrði af fjölmörgum í innlendri ferðaþjónustu sem beinlínis hættu að bóka Íslendinga í ferðir og gistingu af ótta við tvíbókun og því hefur þetta, að því er virðist, haft skaðleg áhrif á þau fyrirtæki sem ég veit að var ekki tilgangurinn.

Það var ekki búið að skipa þennan viðbragðshóp þegar tilkynnt var um opnun landsins en að mínu viti hefði hópurinn átt að vera að störfum frá því í byrjun mars. Umræðan síðastliðna daga hefur snúist um sýnatöku á Keflavíkurflugvelli en hvernig á að standa að sýnatökum á Seyðisfirði þar sem Norræna kemur í land? Á að fljúga eða aka með sýni þaðan? Hvar á það fólk að bíða niðurstöðu? Hvað ef einhver greinist smitaður um borð í vél eða skipi? Hvað gerum við þá við ferðafélaga, áhöfn eða hótelstarfsfólk ef ferðafólk er þegar farið af stað um landið? Hvar á að geyma það og hver borgar kostnaðinn við það?“

Ofmat og kæruleysi

Það þurfti að bregðast hratt við þegar COVID-19 faraldurinn skall á og segir Helga Vala að sér hafi fundist aðgerðir ríkisstjórnarinnar vera fálmkenndar og ómarkvissar. „Í byrjun var auðvitað verið að draga upp úr hattinum aðgerðir sem farið var í eftir efnahagshrunið árið 2008 og enn þá, þremur mánuðum síðar, finnast mér viðbrögðin vera þar. Lítil greining á framtíðaráhrifum virðist vera á bak við aðgerðirnar. Stjórnvöld eru að dúndra út aðgerðum upp á hundruð milljarða króna og mér skilst að fyrst núna í fyrradag hafi borist einhver sviðsmyndagreining til Alþingis og álit til dæmis fjármálaráðs sem er óháður aðili. Mér finnst það bera vott um bæði mikið ofmat ráðherra á eigin getu í bland við kæruleysi ríkisstjórnar. Þetta eru svo miklir fjármunir sem er verið að skuldbinda landsmenn til framtíðar. Ekkert er svo minnst á tekjuhliðina,“ segir Helga Vala.

„Ég óttast blóðugan niðurskurð í haust í grunnþjónustu og sem formaður velferðarnefndar hef ég mestar áhyggjur af heilbrigðiskerfinu sem hefur verið vanfjármagnað árum og áratugum saman. Við verðum að finna út úr því hvernig við viljum afla tekna til þess að geta borgað niður þær milljarða króna skuldir sem við erum núna að setja okkur í og þá hljótum við að horfa fyrst á sameiginlegar auðlindir okkar sem og þá efnameiri; er eitthvað þar að finna? Ríkisstjórnin hefur ákveðið að halda sérstökum hlífiskildi yfir þeim sem nýta auðlindina í sjónum og það finnst mér vera pólitískt, efnahagslega og samfélagslega mjög óheilbrigt.“

Helga Vala segir að hún sakni einhverrar framtíðarsýnar frá ríkisstjórninni. „Miðað við hvernig stjórnarþingmenn tala virðast þeir heldur ekki fá neinar upplýsingar svo það einskorðast ekki við okkur í stjórnarandstöðu.“

Áhersla á sprotafyrirtæki

Samfylkingin hefur talað fyrir hagsmunum lítilla og meðalstórra fyrirtækja og segir Helga Vala í þessu samhengi að eitt af stóru verkefnunum í dag sé að tryggja þau störf sem eru til staðar og leita allra leiða til að fjölga störfum. „Meginþorri fyrirtækja á Íslandi eru lítil fyrirtæki eða örfyrirtæki og við sjáum það á listanum sem kom frá Vinnumálastofnun yfir þau fyrirtæki sem nýta sér hlutabótaleiðina að þar eru rúm 80% fyrirtækja lítil fyrirtæki. Mér hefur fundist vera lítill skilningur hjá einstaka þingmönnum í stjórnarliðinu á rekstri fyrirtækja. Athygli þeirra er aðallega á stóru fyrirtækin og það hvernig þau bregðast við og aðgerðir miðaðar að þeim, sem henta ekki endilega þeim litlu. Sprotafyrirtæki eru á meðal lítilla fyrirtækja og þar er fólk sem getur auðveldlega farið með kröftugum hætti inn í hvers konar nýsköpun til að skapa ný og fjölbreytt störf um allt land og það er þar sem við eigum að vera með athygli okkar.“

Helga Vala segir að sér finnist gamaldags hugsun í viðbrögðum einkenna ríkisstjórnina og að það hafi valdið sér vonbrigðum. „Það er verið að setja einhverja fjármuni í nýsköpun en mér finnst svo lítið gert til að virkja allan þennan kraft sem er í samfélaginu; að blása raunverulega lífi í sprota út um allt land. Það mætti til dæmis búa til úrræði á meðal þeirra sem nú eru á atvinnuleysisskrá, virkja þá krafta, skapa störf út um allt land og efla hvers kyns nýsköpun í öllum geirum. Ég tel að okkur muni ganga betur eftir því sem við getum horft meira á framtíðina og heildarmyndina af því að við búum í frábæru samfélagi með ótrúlega kraftmiklu fólki. Við erum að mörgu leyti mjög hugrökk þjóð. Mér finnast Íslendingar vera mjög skapandi og drífandi en að sama skapi eins og stjórnvöld séu á bremsunni hvað þetta varðar. Ég held að framtíðin byggist á því hvenær við ætlum að virkja alla þessa krafta; þessa geggjuðu krafta sem eru í íslensku samfélagi því þeir eru einstakir.“

> ***Ríkisstjórnin hefur ákveðið að halda sérstökum hlífiskildi yfir þeim sem nýta auðlindina í sjónum og það finnst mér vera pólitískt, efnahagslega og samfélagslega mjög óheilbrigt.***

Helga Vala er spurð hvort það sé einhver flokkur sem hún gæti ekki hugsað sér að starfa með í ríkisstjórn ef til þess kæmi „Ég sé ekki að Samfylkingin ætti að vinna með flokkum sem við erum ósammála í grundvallaratriðum. Íhaldssamt miðjumoð, eins og virðist vera lenskan hjá ríkisstjórninni, þar sem samstarfið gengur út á að viðhalda gömlum og úrsérgengnum kerfum er ekki það sem kjósendur Samfylkingarinnar kalla eftir.“

Námsmenn út undan

Helga Vala hefur bent á að námsmenn hafi orðið út undan í aðgerðum stjórnvalda. „Velferðarnefnd náði að breyta fyrra frumvarpi um hlutabætur þannig að námsmenn í að minnsta kosti hálfu starfi með námi ættu rétt á hlutabótum. Þegar kom svo að almennum atvinnuleysisbótarétti námsmanna voru stjórnarflokkar ekki tilbúnir til þess og felldu tillögu okkar í Samfylkingunni. Námsmenn eru mjög fjölbreyttur hópur. Lítill hópur býr hjá foreldrum sínum sem geta veitt þeim húsnæði, fæði og klæði. Aðrir eru komnir með fjölskyldu, börn sem þarf að framfleyta. Hvernig sjá stjórnvöld fyrir sér að námsmaður framfleyti sér og fjölskyldu sinni í allan þennan tíma án þess að fá nokkurn stuðning? Ég skil það ekki. Mér finnst vera mjög brútalt af ríkisstjórninni að hafa, ekki óvart heldur meðvitað, tekið ákvörðun um að skilja námsmenn eftir. Þau svöruðu spurningunni um vonda stöðu námsmanna með því að þau ætluðu að útvega 3000 störf. Í vikunni voru auglýst 1.500 störf. Það eru um 30.000 manns í framhalds- og háskólum á Íslandi. Þetta fólk þarf meðal annars að borga leigu, leikskólagjöld, fæði og klæði fyrir börn sín. Hvar fær það hjálp?“

Jöfnuður

Helga Vala segir að það að auka jöfnuð á Íslandi sé stærsta málið að sínu mati. „Aukinn jöfnuður drífur áfram hagsæld fyrir allt samfélagið. Þess vegna segi ég að það sé verið að auka ójöfnuð þegar stjórnarþingmenn neita að hækka grunnatvinnuleysisbætur sem og þegar þeir hafna því að hækka grunnlífeyri til öryrkja og eldri borgara. Ef atvinnuleysisbætur og lífeyrir myndu hækka þá færu þessar fjárhæðir beint út í hagkerfið en ekki í sparnað. Þannig að efnahagslega er það óskynsamlegt að hækka ekki lægstu launin og lægsta lífeyrinn. Það velur sér enginn að vera öryrki eða á atvinnuleysisbótum. Þetta er neyð og við getum aukið hér lífsgæði umtalsvert hjá þeim hópum sem búa við lægstu innkomu en við getum líka aukið hagsæld almennt með því að auka jöfnuð því fátækt er kostnaðarsöm fyrir samfélagið. Fyrir mér er þetta stærsta pólitíska málið á Íslandi og heiminum öllum.“

Helga Vala segir að samfélagsmál hafi verið ástæða þess að hún fór upphaflega út í pólitík og valdi hún Samfylkinguna vegna hinnar frjálslyndu taugar og jafnaðarmennskunnar sem hún segir að skipti sig máli.

Helga Vala var formaður Samfylkingarfélagsins í Reykjavík á árunum 2009-2010 og þá virk í grasrót flokksins. Hún var síðan kjörin á Alþingi fyrir Samfylkinguna í Reykjavíkurkjördæmi norður í alþingiskosningunum árið 2017. Þess má geta að í aðdraganda þeirra hafði hún meðal annars lagt áherslu á jafnrétti, málefni flóttamanna og hælisleitenda, umhverfismál og að Ísland fengi nýja stjórnarskrá.

„Grundvallarréttur skiptir mig miklu máli; að við reynum eins og við getum að vera almennileg og tryggja jafnan rétt fólks. Þá skiptir ekki máli kyn, félagsleg staða, trúarbrögð eða kynþáttur.“

Mannfjandsamlegt kerfi

Helga Vala starfaði um árabil sem lögmaður áður en hún settist á þing og bæði í þeim störfum og á þingi hefur hún fengist við málefni brotaþola í kynferðisbrotamálum og málefni innflytjenda. Hún segir þessi málefni vera sér hugleikin.

„Ég var lögmaður á neyðarmóttöku og gekk þar vaktir í viku í senn á sex til sjö vikna fresti. Þetta eru erfið mál og þá skiptir öllu máli að réttargæslumaður sé vel vakandi og brenni fyrir málaflokkinn. Sama má segja varðandi fólk á flótta. Markmið mitt var fyrst og fremst að gera gagn til þess að líf skjólstæðinga minna yrði á einhvern



Helga Vala Helgadóttir. „Mér þótti vera mjög ábyrgðarlaust af ríkisstjórninni að tilkynna umheiminum fyrir rúmum tveimur vikum að við ætluðum að opna landið 15. júní án þess að vera búin að ákveða hvernig þau ætluðu að haga framkvæmd og án þess að ræða við helstu aðila sem þurfa að koma að málinu, eins og stjórnendur lykilstofnana í heilbrigðiskerfinu og ekki síður Íslenska erfðagreiningu sem hefur annast 80% sýnataka.“

hátt bærilegra, lina þjáningar þeirra og reyna að ná fram einhverju réttlæti.

Varðandi umsækjendur um alþjóðlega vernd þá vantar mannúð í kerfið og það þarf augljóslega að sníða lögin þannig að það sé ekki svona auðvelt að túlka þau umsækjendum í óhag. Ríkisstjórnin leggur ítrekað fram frumvörp sem sýna mannfjandsamlega stefnu hennar og það frumvarp sem er núna í meðferð þingsins varðandi breytingu á útlendingalögum gengur sýnu lengst og gefur lítið svigrúm til að stjórnvöld skoði mál einstaklinga í sérstaklega viðkvæmum aðstæðum.

Við búum í ríku samfélagi og mistökin sem við höfum gert er að egna saman hópum; að láta eins og umsækjendur um vernd séu að taka eitthvað af öryrkjum. Við getum alveg eins sagt að opinberir starfsmenn eða ríkisforstjórar séu að taka af öryrkjum.“

Það vakti athygli á hátíðarfundi Alþingis í júlí 2018, þegar Íslendingar fögnuðu 100 ára fullveldisafmælinu, að Helga Vala stóð upp þegar Pia Kjærsgaard, forseti danska þjóðþingsins, steig á svið. Helga Vala segist hafa gert það vegna þeirrar hörðu innflytjendastefnu sem Pia og flokkur hennar rekur.

„Ég valdi að senda skýr skilaboð um að mannfjandsamleg stefna hennar væri mér ekki að skapi en hún hefur grafið undan mannréttindum ákveðinna hópa í heimalandi sínu. Ég hafði enga rödd þarna til þess að mótmæla en ég gat gert það með því að yfirgefa svæðið undir ræðu hennar.“ Helga Vala hefur verið gagnrýnd fyrir að mæta til veislu um kvöldið þrátt fyrir þetta og segist fegin að fá að svara þeirri gagnrýni „Veislan var ekki afmæli Piu né á nokkurn hátt henni til heiðurs. Um var að ræða 100 ára afmæli fullveldis sem er stór viðburður í sögu okkar. Hún var aukaleikari og ég kaus að hlusta hvorki á hana að deginum né um kvöldið. En hún átti hvorki hátíðina á Þingvöllum né hófið og því sýndi ég því tilefni virðingu mína.“

Helga Vala segist ekki hafa tekið gagnrýni á sig vegna þessa nærri sér. „Mér fannst þetta ekkert mál. Þetta voru bara gusur sem ég tek venjulega lítið hátíðlega. Mér finnst erfiðara þegar fólk er beinlínis að ljúga upp á mig eða segja að ég sé til dæmis ómerkilegur iðjuleysingi sem mæti aldrei í vinnu því bæði ég og mínir nánustu vita að vinnudagarnir eru langir og helgarfríin fá. Í tengslum við umræðu um flóttafólk er því til dæmis haldið fram að ég reki enn lögmannsstofu og græði á flóttamönnum. Þetta er bara lygi. Ég hætti í lögmennsku eftir að ég fór á þing, hætti störfum sem talsmaður flóttafólks 2014 og þau verk sem ég tók að mér eftir 2014 voru í sjálfboðavinnu, skrifstofustjóra stofunnar til mikillar armæðu.“

Var mikill djammari

Helga Vala er dóttir leikaranna Helgu Bachmann og Helga Skúlasonar sem bæði eru látin. Hún á tvo eldri bræður, Skúla og Hallgrím, og eina eldri hálfsystur, Þórdísi, sem býr í Danmörku. Skúli, borgarfulltrúi Samfylkingarinnar og fyrrverandi alþingismaður, er sjö árum eldri en Helga Vala. „Hann þurfti að þola það að dröslast með mig í eftirdragi. Samband mitt við báða bræður mína er mjög gott og við erum mjög náin fjölskylda.“

Þess má geta að foreldrar þeirra voru flokksbundin í Sjálfstæðisflokknum. „Við systkinin höfum öll farið í áttina að jafnaðarmennskunni. Við erum vinstrisinnaðri.“

Það var ekki talað um pólitík á heimilinu heldur leiklist. „Það var alltaf verið að tala um leiklist. Alla daga. Allan ársins hring í öllum boðum. Þetta var svolítið flókið fyrir þá sem komu nýir inn í fjölskylduna en þeir vöndust því fljótt að það var eiginlega bara talað um leiklist og aðrar listir.“

Helga Vala segir að uppeldið hafi verið frjálslegt og mikill sveigjanleiki einkenndi það sem hafi falist í passlegu kæruleysi og miklu sjálfstæði. „Það var lítið um ramma en mikið um hvatningu. Ég held að það að hvetja börn áfram sé besti heimanmundur sem þau geti fengið og kenna þeim að það sé í lagi að gera mistök svo fremi sem það sé ekki á kostnað annarra.“

Hún segir að þau skilaboð úr uppeldinu að hún gæti gert allt hafi gert það að verkum að það vanti kannski pínulítið í sig þetta „hikgen“. „Ég hef bara brett upp ermar og farið í alls konar verkefni en sem betur fer endað standandi úr þeim flestum og lært mjög mikið af því.“

HELGA VALA HELGADÓTTIR



„Ég hef bara brett upp ermar og farið í alls konar verkefni en sem betur fer endað standandi úr þeim flestum og lært mjög mikið af því.“

Helga Vala ólst upp í Vesturbænum og gekk í Melaskóla og Hagaskóla. „Mér gekk ágætlega í skóla en ég var ekkert fókuseruð á námið og skólann og eiginlega alls ekki og sérstaklega á unglingsárunum. Námið var neðarlega á forgangslistanum. Ég vildi bara skemmta mér með vinum mínum, ég var ekki í neyslu eða óreglu en Vesturbæjarkrakkarnir djömmuðu mikið á þessum tíma. Að minnsta kosti í mínum vinahópi.“

Helga Vala segist hafa farið fulloft til skólastjóranna í þessum skólum. „Ég var óþekk, hortug og hvatvís. Ég var líka uppátækja- og afskiptasöm, klifraði utan á húsbyggingum og gerði ýmsar tilraunir með misjöfnum árangri. Sumt hefur elst af mér, annað ekki.“

Lék peruna

Helga Vala ætlaði sem barn að vinna í sjoppu vegna sérstaks dálætis á sælgæti en síðar dreymdi hana um að verða afbrotafræðingur. Hún fór í MH og eignaðist sitt fyrsta barn, Snærós, 19 ára gömul. „Hún er líf mitt og yndi eins og önnur börn mín. Þetta var yndisleg lífsreynsla og ég var algerlega tilbúin þegar hún kom. Einhverjir vildu meina að ég væri of ung til þess að eignast barn en ég var og er enn ósammála. Það var engin röskun á lífi mínu að verða mamma. Þetta var bara dásamlegt og mikil gæfa enda er Snærós einstök.“

Helga Vala ákvað í lok menntaskóla að sækja um í Leiklistarskóla Íslands og komst inn í annarri tilraun. „Leiklistin er auðvitað dásamlega lokkandi. Mömmu fannst það mjög skemmtilegt að ég ætlaði að fara í leiklist en pabbi spurði mig hvort ég væri nú alveg viss, enda heimurinn harður, en þau studdu mig bæði.“

Helga Vala útskrifaðist árið 1998. Fyrsta hlutverk hennar var í Ávaxtakörfunni, þar sem hún lék Pöllu peru, og svo í Snuðru og Tuðru en hún leysti af í báðum sýningum. Hún hélt síðan norður og starfaði sem leikkona og leikstjóri hjá Leikfélagi Akureyrar árið 1999. Við komuna suður aftur bauðst henni að leika með bresku farandleikhúsi, New Perspective Theatre Company, og það gerði hún í hálft ár árið 2000. Við heimkomuna fann hún að hugurinn leitaði annað. Hún vann við fjölmiðla í nokkur ár og segir að í því starfi hafi hún komist að því að lögfræðin snerist ekki um menn í jakkafötum sem haldi á stresstösku heldur snúist lögfræðin um lífið allt og réttindi borgaranna, mannréttindi og grundvallarrétt. Hún hafði aldrei leitt hugann að því að fara í lögfræði og tilkynnti fjölskyldunni það einn daginn að hún ætlaði að læra lögfræði og það gerði hún í fimm ár og útskrifaðist með meistarapróf í lögfræði frá Háskólanum í Reykjavík 39 ára gömul árið 2011.

„Það að fara í þetta nám var skyndiákvörðun eins og flest í lífi mínu. Framboð til Alþingis árið 2017 var til dæmis skyndiákvörðun sem ég sé ekki eftir.“

Helga Vala segir að vinnudagarnir séu oft langir og það hafi komið henni á óvart hvað því fylgi mikil vinna að vera alþingismaður. „Þegar ég vaknaði daginn eftir kosningar og áttaði mig á að ég væri að fara að skipta um starf hafði ég mestar áhyggjur af því að ég mér myndi leiðast en það hefur svo sannarlega ekki orðið raunin.“

Lífið er alls konar

Eiginmaður Helgu Völu er Grímur Atlason, framkvæmdastjóri Geðhjálpar. Þau voru bæði í MH en kynntust þó ekki fyrr en 1999 af alvöru og giftu sig ári seinna. Hún er spurð hvað hafi heillað hana við Grím. Hún horfir út á Austurvöll. Segir svo brosandi: „Grímur er svo fallegur maður. Hann er bara svo spennandi karakter. Hann hefur gert mig að betri manneskju. Hann er að einhverju leyti víðsýnni en ég og hann hefur meiri reynslu úr öllum kimum samfélagsins. Svo er hann ótrúlega umburðarlyndur gagnvart hvatvísi konu sinnar sem á það til að fara í miklar aðgerðir innan og utan heimilis með engum fyrirvara, eins og að ákveða skyndilega 14 dögum fyrir jól að láta saga niður vegg og umturna eldhúsinu. Grímur er frábær pabbi og guðdómlegur afi og já, svo hefur hann kennt mér að meta körfubolta.“

> *Ég held að ef maður nær að tækla vonbrigði einhvern veginn geri það mann sterkari og að betri manneskju. Lífsreynsla mín hefur bætt mig og gert mig víðsýnni.*

Helga Vala segir að hún sé rómantískari heldur en Grímur. „Laugardagsmorgnar þegar við náum að fá okkur kaffi saman og spjalla eru gæðatímar okkar. Þetta þarf ekkert að vera flókið eða íburðarmikið.“ Hvað með lagið þeirra? „Það er „Harvest Moon“ með Neil Young. Við hlustum mikið á tónlist og ekki síst nýja, óþekkta listamenn. Hann hefur kynnt fyrir mér alls konar tónlist.“

Grímur átti fyrir soninn Emil sem er núna 25 ára en Snærós, dóttir Helgu Völu, er 28 ára. Þá eiga hjónin saman Ástu Júlíu sem er 19 ára og Arnald sem er 17 ára. Snærós á tvö börn og tvö stjúpbörn. „Þannig að það eru fjögur barnabörn. Þetta er lífið! Ítölsk stórfjölskylda! Ég vil helst að allir búi bara hérna rétt hjá mér og séu hér í kring en maður þarf að taka tillit til þarfa fólks; sumir elska endalausa afskiptasemi en aðrir hafa minna gaman af því.“

Helga Vala fer í líkamsrækt nokkrum sinnum í viku og mætir um klukkan sex á morgnana. Það er mikið að gera en hún er samt að spá í að fara í kvöldskóla í Tækniskólanum í haust og læra húsasmíðar af því að hún hefur smíðað ýmislegt en langar til þess að læra það. „Ég vona að ég geti þetta en þetta er enn þá á draumastiginu. Þetta kallar á hressandi skipulag.“

Helga Vala segist vera hamingjusöm og segir að lykilinn að lífshamingjunni sé að skilja ekki ágreiningsmálin eftir. „Það þarf að mæta þeim og klára þau. Lífið er ekki alltaf dans á rósum, sem er auðvitað algjör mótsögn því það getur ekki verið þægilegt að dansa á rósum, en þetta er lífið og á því þroskumst við. Við megum stundum vera sorgmædd og stundum verðum við fyrir vonbrigðum með okkur sjálf eða aðra. Stundum lendum við í ástarsorg og það er hluti af lífinu og við komum sterkari út úr svona reynslu. Ég held að ef maður nær að tækla vonbrigði einhvern veginn þá geri það mann sterkari og að betri manneskju. Lífsreynsla mín hefur bætt mig og gert mig víðsýnni. Hún hefur líka orðið mér til góðs í störfum mínum bæði í lögmennskunni og á Alþingi. Þannig breytir maður erfiðri reynslu í styrkleika.“

Reykjavíkurborg
Menningar- og ferðamálasvið

„Pop up“ veitingarekstur í Iðnó sumarið 2020

Reykjavíkurborg óskar eftir áhugasömum aðila til að sjá um veitingarekstur í Iðnó 16. júní – 31. ágúst 2020, í samstarfi við Listahátíð í Reykjavík. Miðað er við að Iðnó verði opið almenningi fimmtudaga – sunnudaga í hverri viku frá hádegi og fram á kvöld, en opnunartími mun taka mið af viðburðum Listahátíðar.

Sá sem kemur til greina þarf að:

- Bjóða upp á veitingar sem henta starfsemi Iðnó í sumar. Ekki er gert ráð fyrir stórum matseðli og engu veisluhaldi.
- Hafa reynslu og hæfni til að sinna veitingarekstri og tilbúinn til að takast á við óvenjulegar aðstæður.
- Búa yfir sérlega góðri samskiptahæfni, samstarfsvilja og þjónustulund.
- Vera tilbúinn til að þróa veitingahald í takt við opnunartíma og þarfir Listahátíðar í Reykjavík.

Í umsókn skulu koma fram hugmyndir að útfærslu veitingaþjónustu í Iðnó í sumar og verður samningsaðili valinn út frá ofangreindum forsendum. Fulltrúar menningar- og ferðamálasviðs Reykjavíkurborgar og Listahátíðar í Reykjavík velja samningsaðila.

Samið verður um leigugreiðslur sem samræmast umfangi reksturs.

Umsóknum skal skila fyrir kl. 12:00 5. júní á netfangið menning@reykjavik.is með heitinu **„Veitingarekstur í Iðnó“**

Nánari upplýsingar veitir: Ása Dýradóttir í gegnum netfangið: **asa@artfest.is**


Rúbín
kaffi
Eðalkaffi
Meðalbrennt
Fínmalað
400 g
Rúbín
kaffi
Eðalkaffi
Meðalbrennt
Fínmalað
400 g
Rúbín
kaffi
- gersemi í amstri dagsins

Innlent
LEIÐARI

Þið munið hann Ástþór

Eftir / Reyni Traustason

Fyrir liggur að óbreyttu að þjóðin gengur til forsetakosninga 27. júní. Valið stendur á milli núverandi forseta, Guðna Th. Jóhannessonar og athafnamannsins Guðmundar Franklíns Jónssonar. Nokkuð hefur borið á reiði vegna þess að efnt sé til kosninga á milli vinsæls forseta og umdeilds einstaklings sem ekki eigi minnstu möguleika á því að ná kjöri. Það er skiljanlegt sjónarmið ef litið er til þess að kosningarnar munu kosta að minnsta kosti 300 milljónir króna og virðast snúast um að svala metnaðargirnd manns sem lítil eftirspurn er eftir. Vandinn er hins vegar sá að lýðræði verður aldrei metið til fjár. Þjóðin verður að stíga þennan dans og axla þá ábyrgð sem felst í því að halda úti lýðræði.

Kosningar eru sjálfsagðar á meðan einhverjir eru í kjöri. Kröfur til frambjóðenda eru samkvæmt stjórnarskrá að minnst 1.500 manns skrifi upp á sem meðmælendur. Þessi tala er allt of lág og býður upp á að lukkuriddarar fari í framboð án þess að hafa til þess innistæðu. Eðlilegra væri að frambjóðandi til embættis forseta Íslands skilaði að minnsta kosti 15 þúsund meðmælendum. Sá hópur myndi gefa til kynna hvort viðkomandi eigi erindi í framboð og traust til að gegna virðulegasta embætti þjóðarinnar. Þetta er stóri gallinn sem gerir fólki kleift að stíga á stóra sviðið án þess að áhorfendur hafi minnsta áhuga.



„Í komandi kosningum verða kjósendur að hafa það hugfast að ekkert er sjálfgefið.“

Það hefur gerst á síðari tímum að fólk sem ekki á erindi á Bessastaði hefur boðið sig fram í fullkominni blindu á getu sína eða erindi í æðsta embætti þjóðarinnar. Sumir lukkuriddaranna hafa ítrekað tranað sér fram til að komast í kastljósið. Þið munið hann Ástþór. Aðrir hafa komið sér í fjölmiðla með örfylgi og enga raunhæfa von um að ná kjöri. Þeir þrá umfram allt athygli og fá hana vegna galla í kosningalöggjöfinni. Auðvitað eru dæmi um frambærilegt fólk sem tekið hefur slaginn og haft til þess nauðsynlega verðleika og boðlega fortíð. Niðurstaðan úr síðustu forsetakosningum réðst eftir að málsmetandi fólk með breiðan stuðning bauð sig fram og niðurstaða fékkst. Flestir úr þeim hópi höfðu burði til þess að gegna því embætti að vera samnefnari þjóðarinnar.

Kosningarnar í ár verða fremur sirkus en barátta. Himinn og haf skilur að forsetaefnin tvö. Annar er sitjandi forseti með flekklausa fortíð sem fræðimaður og rithöfundur. Forsetinn hefur reynst vel í embætti og verið heiðarlegur. Þannig hefur hann viðurkennt að hafa gert ákveðin mistök þegar barnaníðingur fékk uppreist æru. Það er virðingarvert af forsetanum að viðurkenna undanbragðalaust mistök sín. Hinn er umdeildur viðskiptamaður sem valdið hefur sumum skaða. Hann hefur ítrekað reynt fyrir sér í stjórnmálum en verið hafnað af kjósendum. Smáflokkur hans, Hægri grænir náði ekki manni á þing. Bakland hans er rakið til þess bergmálshellis sem Útvarp Saga heldur úti.

Íslendingar hafa verið heppnir með forseta sína. Sú hætta er þó alltaf fyrir hendi að kjósendur falli fyrir fagurgalanum og kosinn verði einstaklingur sem fæstir vilja sem fyrirmynd og getur alls ekki verið samnefnari. Þar nægir að líta til Bandaríkjanna. Þjóðin situr uppi með forseta sem gerir út á lægstu hvatir fólks. Þar komst viðskiptamaður til valda á vængjum popúlismans. Í komandi kosningum verða kjósendur að hafa það hugfast að ekkert er sjálfgefið. Almenningur verður að nýta kosningarétt sinn og tryggja að embætti forseta Íslands verði skipað af einstaklingi sem sómi er að. Kjósendur mega ekki sofa á vaktinni og eiga þann eina möguleika að greiða atkvæði og láta þannig í ljós vilja sinn.





JONO DUFFY & EINAR V. MÁSSON

Skoðun

Eftir / Lilju Rafneyju Magnúsdóttur

Ásókn í auðlindir

Við verðum að búa svo um hnútana að náttúruauðlindir okkar nýtist kynslóðum landsins hverju sinni og að aðgengi að þeim sé tryggt með sjálfbærum nýtingarétti til takmarkaðs tíma í senn.

Þrátt fyrir hraðar samfélagsbreytingar þá er undirstaða efnahags okkar auðlindanýting. Hvort sem um er að ræða nýtingu á gjöfulum sjávarmiðum, sölu á endurnýjanlegri raforku til stóriðju eða komu ferðamanna til að sjá stórbrotna náttúru landsins. Við berum ábyrgð á því að nýta auðlindir okkar á skynsaman og hagkvæman hátt samhliða því að fólkið í landinu upplifi að nýtingin sé sanngjörn, gagnsæ og sjálfbær og skili arði til samfélagsins.

Við getum ekki horft upp á að auðmenn sölsi undir sig jarðir, vatnsföll, orkuauðlindir og sjávarauðlindina án þess að tekið sé til varnar fyrir land og þjóð. Sjálfstæði hverrar þjóðar byggist m.a. á að geta haft fullan yfirráðarétt yfir sinni auðlindanýtingu og að eignarhald færist ekki á hendur þeim sem bera enga samfélagslega ábyrgð heldur séu reknir áfram af auðsöfnun og græðgi. Afleiðingar þessa eru ójöfnuður og byggðaröskun, auðlindirnar færast frá þeim sem byggja afkomu sína á auðlindanýtingu í sínu nærumhverfi og rétturinn er tekinn frá komandi kynslóðum á að geta nýtt auðlindirnar í sínu nærumhverfi með sjálfbærum hætti.

Tryggja þarf sem best að land sem er nytsamlegt til matvælaframleiðslu verði ekki tekið til annarra nota með varanlegum hætti því öflug matvælaframleiðsla er okkur mjög dýrmæt til að tryggja matvælaöryggi.

Peningaöflin ásælast mjög okkar vistvænu orku og uppkaup auðmanna á laxveiðijörðum eru dæmi um ásælni og græðgi í yfirráð yfir verðmætum sem hafa verið mikill stuðningur við búsetu í sveitum landsins.

Sumargjafir eigenda stærsta útgerðarfélags landsins til afkomenda sinna eru sláandi dæmi um hvernig við erum komin á villigötur í að færa eignarhald á endurnýjanlegri sameign þjóðarinnar, sjávarauðlindinni á milli kynslóða sem hafa ekkert meiri rétt til þessara fjármuna en Jón og Gunna sem byggja Ísland.

Hvað er til ráða?

Alþingi er með til meðferðar mikilvæg frumvörp sem eru skref í rétta átt í nýtingu auðlinda. Þar má nefna frumvarp forsætisráðherra um breytingar á lögum um eignarráð og nýtingu fasteigna annars vegar og frumvarp um minnihlutavernd í veiðifélögum hins vegar.

Óheft framsal kvótakerfisins hefur bitnað harkalega á mörgum sjávarbyggðum og ýtt undir fólksfækkun.

„Við getum ekki horft upp á að auðmenn sölsi undir sig jarðir, vatnsföll, orkuauðlindir og sjávarauðlindina án þess að tekið sé til varnar fyrir land og þjóð.“

Mikil verðmætasköpun hefur átt sér stað í sjávarútvegi í skjóli hagræðingar og samþjöppunar á kostnað félagslegra- og byggðarsjónarmiða. Fáir einstaklingar og fyrirtæki hafa grætt á tá og fingri á kostnað nýliðunar í atvinnugreininni og atvinnuöryggis íbúa sjávarbyggðanna.

Það er aldrei mikilvægara en nú að koma auðlindarákvæði í stjórnarskrá og festa í sessi að landsréttindi og auðlindir á láði og í legi sem ekki eru háðar einkaeignarrétti séu í eign íslensku þjóðarinnar. Ásælni í auðlindir þjóða er alþjóðlegt vandamál. Hún grefur undan lýðræði og möguleikum þjóða til að tryggja efnahagslegt sjálfstæði, sjálfbæra nýtingu og að afraksturinn af nýtingu auðlindanna renni til fólksins sem byggir landið.

Þessari hættulegu þróun eigum við að berjast gegn og klára sem fyrst þau mál sem bíða afgreiðslu Alþingis.



Höfundur er þingmaður VG og formaður atvinnuveganefndar.

*Aðsendar greinar ásamt mynd af höfundi sendist á **ritstjorn@birtingur.is**. Hámarkslengd texta er 450 orð.*

Sleggjan



„Ég hef á langri ævi kynnst fjölmörgum alþingismönnum úr öllum stéttum og flokkum, á mismunandi aldri og af báðum kynjum. Þeir hafa verið ólíkir um margt en eitt er þeim öllum sameiginlegt: Að vilja halda í þingsætið sitt hvað sem það kostar.“

Óttar Guðmundsson geðlæknir í pistli í Fréttablaðinu.

„Ef ferðastyrkurinn er ferðagjöf stjórnvalda er gistináttagjaldið þá „ferðarán stjórnvalda“? Það er þó ekkert miðað við „útvarpsránið“ og öll „grænu ránin“ sem fjölgar nú hratt.“

Sigmundur Davíð Gunnlaugsson, formaður Miðflokksins.



„Ferðagjöf stjórnvalda, að taka úr sameigninni og senda á þrælana skilyrta ávísun er „gjöf stjórnvalda“? — skýrari verður birtingarmynd „Ríkið það er ég“ heilkennið ekki.

Halldór Högurður, textasmiður með meiru.



„Að þykjast vera góður en vera í raun mjög vondur- siðlaus, tilfinningalaus án samkenndar er algengari í kirkjum en ég hefði trúað.“

Jónína Ben opnar sig á Facebook um „kirkjupólitík“ í Krossinum.



„Menn veðjuðu á rangan hest.“

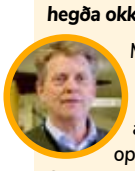
Bjartmar Oddur Þeyr Alexandersson blaðamaður lá ekki á skoðunum sínum um gas- og jarðgerðarstöð Sorpu í útvarpsþættinum Sprengjusandi.

„Að baki Sorpuklúðrinu, þar sem rúmum fimm milljörðum hefur verið eytt í úrelta tækni standa að mestu leyti sömu aðilar og vilja byggja borgarlínu, en þar er einnig óljóst með aðferð, verð og tækni. Ekki er það traustvekjandi.“



Vigdís Hauksdóttir, borgarfulltrúi Miðflokksins.

„Við erum með efniviðinn í annan faraldur og þess vegna þurfum við að hegða okkur skynsamlega.“



Már Kristjánsson, yfirlæknir smitsjúkdómadeildar Landspítalans, ræddi ákvörðun yfirvalda um að opna landamæri Íslands á ný á Sprengisandi á Bylgjunni.

„Stefna komandi kosningar í leðjuslag? Guðmundur Franklín segist hafa stóra vopnageymslu af upplýsingum gegn stuðningsmönnum Guðna á RÚV, það verður áhugavert að fylgjast með framhaldinu.“



Margrét Friðriksdóttir, stjórnandi Stjórnmálaspjallsins á Facebook.

„Eini árangurinn sem stóru fyrirtækin skila er sá að þau draga meira fé til eiganda síns.“



Gunnar Smári Egilsson sósíalistaforingi ræddi stóru útgerðarrisana á Útvarpi Sögu.

„Landsliðin komin í Puma. Soldið eins og unglingur sem fær alvörutískuföt í fyrsta sinn og þarf ekki lengur að vera í flauelsbuxum af frænda sínum og dóti sem einhver prjónaði á hann.“



Bergur Ebbi um nýja landsliðstreyju með nýju merki knattspyrnulandsliðsins.

Góð vika

Brynhildur Lára



*„Ég er svo heppin,“ voru þau orð sem **Brynhildur Lára Hrafnsdóttir**, ellefu ára stúlka, lét falla í vikunni þegar hún sá loks fram á að geta keypt sérútbúinn bíl fyrir hjólastól sem hún notar. Á samfélagsmiðlum hafði Lára óskað eftir 500 krónum „sem fólk væri hætt að nota“ til kaupanna og viðbrögðin létu ekki á sér standa. Þegar Lára kom heim eftir helgardvöl á hvíldarheimili fékk hún þau gleðitíðindi að 2.941 fimm hundruð krónu seðlar hefðu safnast á reikningi hennar og gott betur, sem dygðu til að kaupa bílinn. Í samtali við Mannlíf sagði móðir Láru að dóttir hennar væri himinlifandi. „Að sjá barnið sitt gleðjast, sérlega þegar maður hefur allt of oft séð það þjást, er miklu miklu meira en ómetanlegt,“ sagði hún, en Lára er með sjaldgæfan ólæknandi erfðasjúkdóm sem veldur því að hún þarf að nota hjólastól og kemur bíllinn til með að auðvelda henni lífið. Kom móðirin á framfæri djúpstæðu þakklæti dóttur sinnar: „Lára vil skila kveðju til allra sinna góðu vina og þakkar þeim þúsund-milljóntrilljónfalt.“*

Slæm vika

Gísli Marteinn



*Fjölmiðlamaðurinn geðþekki **Gísli Marteinn Baldursson** ratаði heldur betur í ógöngur í vikunni þegar hann gerði sér ferð til Garðabæjar. Gísli þurfti að fara með Tinna hundinn sinn til dýralæknis og varð fyrir menningaráfalli þegar í ljós kom að hann virtist hvergi geta fengið sér morgumat og kaffi á meðan hann beið. Gísli greindi frá þessu á Twitter og fékk í kjölfarið þó nokkrar ábendingar frá hjálpsömum netverjum og uppástungur um staði sem hann gæti farið á, en þeir reyndust ýmist vera lokaðir eða of langt í burtu að mati Gísla. Stungu netverjar þá upp á Hafnarfirði, þangað væri stutt að fara, en sú hugmynd virtist heldur ekki eiga upp á pallborðið hjá borgarskipulagsfræðingnum, sem féllst reyndar á að þar væru líklega ýmsir góðir kostir, en lélegar ákvarðanir hefðu verið teknar í borgarskipulagi bæjarins. Gísli, sem hefur oft grínast með að í Vesturbænum sé borgarlífið best, var augljóslega full alvara því hann greindi svo frá því að hann hafi endað á því að taka strætó aftur til Reykjavíkur.*



Texti / Guðný Hrönn

Innlent
UMHVERFISMÁL

„Alltaf einhverjir fábjánar innan um hina“

Náttúrulaugar og manngerðar laugar og pottar úti í íslenskri náttúru eru hrífandi fyrirbæri. En flöskur, dósir, sígarettustubbar og annað rusl setur ljótan svip á þessa baðstaði. *Eigandi heitu pottanna í Sandvíkurfjöru við Hauganes er farinn að kæla pottana á nóttunni vegna slæmrar umgengni næturgesta og landeigandi í Skagafirði íhugar að fylla upp í Fossalaug vegna sóðaskaps baðgesta. Mannlíf tók nokkra umsjónarmenn lauga og potta úti á landi tali til að forvitnast um umgengnina.*

„Ég lét reyna á þetta því ég vil auðvitað hafa pottana opna allan sólarhringinn,“ segir Elvar Reykjalín sem rekur heitu pottanna í Sandvíkurfjöru við Hauganes. Hann neyðist nú til að kæla pottana á nóttunni vegna slæmrar umgengni gesta sem sækja pottana seint á kvöldin og nóttunni.

„Þetta er alveg fullreynt. Það er bara ekki hægt að hafa opið á nóttunni,“ segir Elvar í samtali við Mannlíf. „Það hefur komið í ljós að það eru alltaf einhverjir fábjánar innan um hina sem eyðileggja fyrir öðrum. Maður er bara sorgmæddur.“

Drukkið og djúsað langt fram á nótt

Elvar tekur fram að meirihluti þeirra sem sækja pottana séu til fyrirmyndar. „Almennt er þetta gott fólk og gengur vel um sem kemur hingað. En þegar kvölda tekur þá fer fólk að mæta sem er að drekka og djúsa langt fram á nótt. Það skilur eftir flöskur, jafnvel brotnar, og annað drasl,“ segir Elvar sem var í miðri tiltekt á svæðinu þegar Mannlíf náði tali af honum.

„Þetta er heilmikil aukavinna,“ segir Elvar um vinnuna sem fer í að þrífa eftir þá sem ganga illa um svæðið. „Maður hefur lagt rosalega mikla vinnu og pening í að gera svæðið flott þannig að það er leiðinlegt að örfáir skuli skemma og vera til leiðinda.“

Hræddur um að Íslendingarnir gangi verr um en útlendingarnir

„Já, þetta hefur verið vandamál að einhverju leyti en þetta hefur ekki verið neitt hræðilegt,“ segir viðmælandi Mannlífs sem hefur haft umsjón með náttúrulaug á Vestfjörðum. Hann segir gesti laugarinnar reglulega skilja dósir og stubba eftir við laugina. Þetta á sérstaklega við um gesti sem heimsækja laugina á nóttunni og um helgar.

Við laugina er búningsklefi. Þar hefur fólk jafnvel skilið eftir fatnað. „Það hefur safnast upp töluvert af óskilamunum,“ segir hann en tekur fram að þetta hafi ekki verið neitt stórkostlegt vandamál, að almennt gangi fólk ágætlega um svæðið í kringum laugina. Hann tekur fram að á svæðinu sé ruslatunna og kassi fyrir tómar dósir og að almennt losi fólk sig við rusl í tunnuna. Hann segir umsjónaraðila þá hafa lagt metnað sinn í að hafa umhverfið í kringum laugina snyrtilegt. „Við sjáum að það bætir umgengni baðgesta.“



Elvar Reykjalín, framkvæmdastjóri og eigandi heitu pottanna í Sandvíkurfjöru við Hauganes.

„Ég hef samt meiri áhyggjur af því að Íslendingarnir muni ganga verr um svæðið en erlendu ferðamennirnir. Þannig að það verður forvitnilegt að sjá hvernig sumarið verður.“



Elvar Reykjalín rekur heitu pottanna í Sandvíkurfjöru við Hauganes.

> *Það skilur eftir flöskur, jafnvel brotnar, og annað drasl.*



Kúkur og klósettpappír

Dagur Torfason, landeigandi í Skagafirði, sagði í samtali við RÚV í vikunni að hann íhugi núna að moka yfir Fossalaug vegna umgengni þeirra sem baða sig í lauginni. Hann sagði fólk kúka á svæðinu við laugina og skilja klósettpappír eftir. Munntóbaksbréf og annað rusl er líka áberandi á svæðinu.



Seljavallalaug.

Ekkert breyst milli ára

Umgengnin í kringum Seljavallalaug undir Eyjafjöllum hefur lengi verið vandamál. Laugin er afar vinsæl hjá bæði íslenskum og erlendum ferðamönnum enda rataði laugin á lista The Guardian árið 2013 yfir tíu bestu sundlaugar heims.

Vinsældir laugarinnar hafa svo farið vaxandi með tilkomu samfélagsmiðla enda myndast náttúran um kring einstaklega vel.

Fólk sem starfar innan ferðaþjónustunnar hefur reglulega vakið athygli á slæmri umgengni við laugina og jafnvel birt myndir af því rusli sem gestir laugarinnar skilja eftir við hana. Flöskur, dósir, umbúðir utan af matvælum, föt og handklæði er dæmi um það sem fólk hefur skilið eftir.

Laugin er í umsjá Ungmennafélagsins Eyfellingur. Ármann Fannar Magnússon, formaður félagsins, segir í samtali við Mannlíf að það hafi ekki mikið breyst undanfarin ár, umgengnin sé svipuð á milli ára. Hann segir lítið breytast þrátt fyrir umræðu um slæma umgengni á samfélagsmiðlum og í fjölmiðlum. Hann tekur fram að umgengnin hafi þó verið „ágæt“ undanfarið.

Spurður út í hversu oft sé hreinsað í kringum laugina segir Ármann það fara eftir þörfum. Hann segir „alls konar dót“ skilið eftir við laugina.

„Djammumgengni“ er vandamálið

„Það er svona djammumgengni, ef svo má að orði komast, sem er vandamálið,“ segir Björn Magnússon sem hefur haft umsjón með lauginni í Reykjarfirði í Arnarfirði. Hann segir reglulega koma upp að hann þurfi að hreinsa upp bjórdósir og sígarettustubba í kringum laugina. „Það hefur komið tvisvar sinnum upp núna í vor,“ segir Björn.

Hann tekur fram að það séu ekki erlendir ferðamenn sem gangi illa um heldur frekar ungmenni sem búa í nágrenni sem koma síðla kvölds í laugina. „Það eru helst þau sem sjá sér ekki fært um að taka ruslið til baka með sér,“ segir Björn.

Fara nokkrum sinnum á dag að losa rusl

„Það er farið nokkrum sinnum á dag og þá eru sígarettustubbar og annað hreinsað og ruslatunnur tæmdar.“ Þetta segir Soffía Haraldsdóttir, einn eigenda Hótels Flókalundar á Patreksfirði. Eigendur Flókalundar hafa umsjón með náttúrulauginni Hellulaug sem er skammt frá hótelinu.



Hellulaug.

„Við höfum sinnt þessari laug í mörg ár og aðsóknin hefur aukist mikið undanfarið. Við erum með ruslatunnur á svæðinu og biðjum fólk að ganga vel um,“ útskýrir Soffía. Hún segir fólk almennt ganga vel um en segir starfsfólk Flókalundar leggja mikla áherslu á að halda svæðinu snyrtilegu og að það hvetji fólk örugglega til að leggja sitt af mörkum.

„Ég verð samt að viðurkenna að eftir veturinn, á meðan við vorum ekki á svæðinu, þá var þetta ekki snyrtilegt.“

Soffía segir erlenda ferðamenn vera í meirihluta þeirra sem sækja laugina yfir sumartímann. Aðspurð hvort að hún sé hrædd um að það séu Íslendingarnir sem gangi verr um en erlendir ferðamenn segir Soffía: „Það er erfitt að fullyrða um það en jú, maður hefur áhyggjur.“ Hún tekur aftur fram að flestir gangi vel um svæðið.



4 *Sveitarómantík á Suðurlandi*
Innlit til hjóna sem búa alsæl í sumarbústað allt árið um kring.



6 *Verkin í garðinum*
Gátlisti fyrir samviskusama garðyrkjumenn.

Heimilið
PALLURINN & GARÐURINN

Sælureitir sumarsins

Sumarið er tími til að njóta sín hvort sem er heima við á pallinum eða í garðinum, eða í sumarhúsinu. Það er margt sem þarf að dytta að og huga að viðhaldi, en ekki má að njóta líka.

sb

Stúdíó Birtíngur

TEKK-COMPANY Í SAMSTARFI VIÐ STÚDÍÓ BIRTÍNG

Sígild og vinsæl hönnun

Belgíska fyrirtækið Ethnicraft hefur í 25 ár hannað falleg tímalaus húsgögn úr harðviði; eik, hnotu og tekki. *Tekk-Company hefur síðan 1999 verið umboðsaðili fyrir Ethnicraft á Íslandi og býður upp á alla vörulínu framleiðandans. Telma Birgisdóttir, eigandi Tekk-Company, segir húsgögnin vinsæl og ekki að ástæðulausu.*





Reynslan af húsgögnunum er góð og viðskiptavinirnir ánægðir," segir hún. „Sumir hafa smám saman verið að bæta inn í línu heima hjá sér, kannski var byrjað á stofunni og svo jafnvel bætt við rúmi og fallegum fylgihlutum."



Telma segir að Ethnicraft-húsgögnin prýði mörg heimili, hótel og veitingastaði Íslandi. Líka bústaði á vegum stéttarfélaga sem hafi verið mjög sátt með endingu húsgagnanna. „Til marks um það byrja þau oft á einu húsi og enda svo á því að innrétta þau öll með húsgögnum frá Ethnicraft. Kosturinn við húsgögnin er líka sá að viðurinn er massívur og því er alltaf hægt að pússa og olíubera og þá verða þau eins og ný."

Húsgögnin þykja einnig tímalaus. Telma segir að það lýsi sér kannski best í einfaldri hönnun og mjúkum, fallegum línum í viðnum, sem ljái heimilinu bæði karakter og hlýleika. Ethnicraft kynni síðan reglulega til sögunnar nýjar útfærslur þannig að alltaf sé eitthvað nýtt og spennandi í gangi hjá fyrirtækinu.

„Ethnicraft heldur alltaf tryggð við harðviðinn en hefur líka komið inn með nýja sófa sem hafa vakið mikla lukku. N701-sófinn þeirra er hrikalega smart einingasófi sem hægt er að raða saman á marga vegu og fá í nokkrum litum. Síðustu ár hafa líka bæst við alls konar fylgihlutir. Í fyrra fóru þau til dæmis að framleiða textíllínu; púða og teppi sem njóta sín vel í sófunum og árið 2017 hófu þau samstarf við fyrirtækið Notre Monde og hönnuðinn Dawn Sveitzer. Dawn hannar falleg munstur sem eru sett á bakka og sófaborð og hafa verið gríðarlega vinsæl hjá okkur. Fyrirtækið er í stöðugri vöruþróun og nýsköpun."

Telma bendir á að nú séu tilboðsdagar í Tekk sem þýði að 20 prósent afsláttur sé af öllum húsgögnum frá Ethnicraft. Starfsfólk fyrirtækisins aðstoði við val á húsgögnum og fylgihlutum fyrir heimilið, vinnustaðinn eða hótel, en hægt sé að skoða alla línuna bæði á heimasíðunni www.ethnicraft.com og á www.tekk.is.

> *Reynslan af húsgögnunum er góð og viðskiptavinirnir ánægðir.*



Telma Birgisdóttir, eigandi Tekk-Company.
Mynd / Ásdís Ósk Finnsdóttir



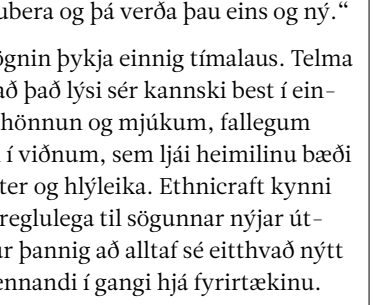
h **Heimilið**

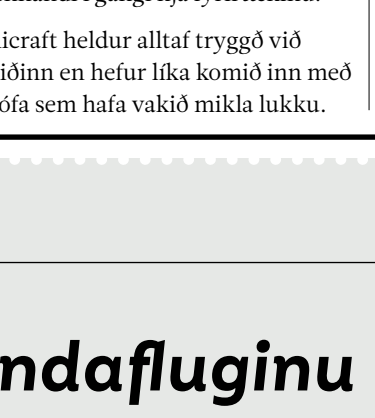
PALLURINN & GARÐURINN

Texti / Ritstjórn Húsa og híbýla

Gefðu hugmyndafluginu lausan tauminn

Með hækkandi sól fær fólk oft löngun til þess að breyta og bæta á heimilinu en hægt er að færa vorið inn með einföldum hætti. *Náttúran hefur upp á ótal margt að bjóða og auðvelt er að fara út og klippa hvers kyns greinar, strá og annað sem hugurinn girnist. Blóm og greinar í vasa gleðja alltaf. Bjartir og glaðværir litir í smáhlutum létta lund og eins er hægt að taka upp pensilinn og mála veggi, húsgögn eða hluti sem þarfnast upplyftingar. Góður ilmur svíkur heldur engan og er oft það fyrsta sem fólk finnur þegar það gengur inn á heimili, burtséð frá öðru. Þetta þarf ekki að kosta skildinginn. Leyfðu hugmyndafluginu að ráða í aðdraganda sumar.*









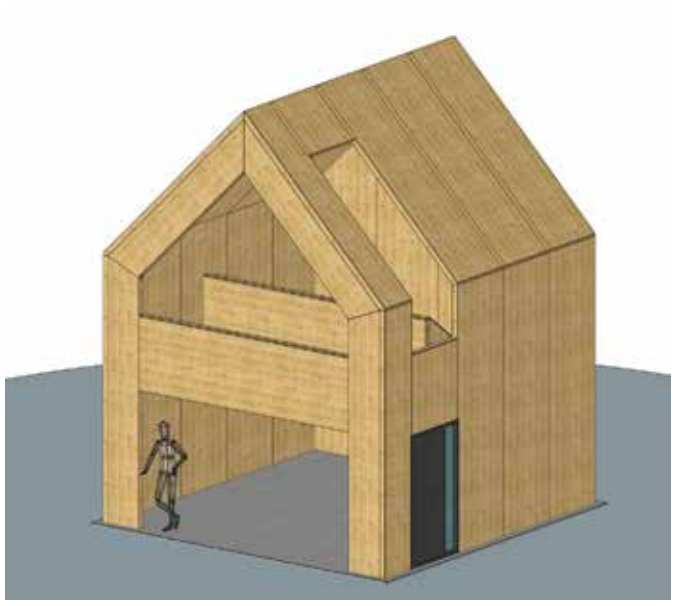


Rakagefandi hanskar frá Meraki

■ Nú þegar allir huga að handþvotti finna eflaust margir fyrir þurrki á höndum. Við rákumst á þessa rakagefandi hanska frá Meraki en þeir eru tilvaldir ef þú vilt gera vel við þig. Hanskarnir eru auðveldir í notkun. Þú þværð vandlega á þér hendurnar með heitu vatni, setur á þig rakagefandi handáburð og skellir svo hönskunum á þangað til áburðurinn hefur farið vel inn í húðina. Hanskana má nota í um það bil 50 skipti en þá er hægt að nálgast í vefverslun Krabbameinsfélagsins.

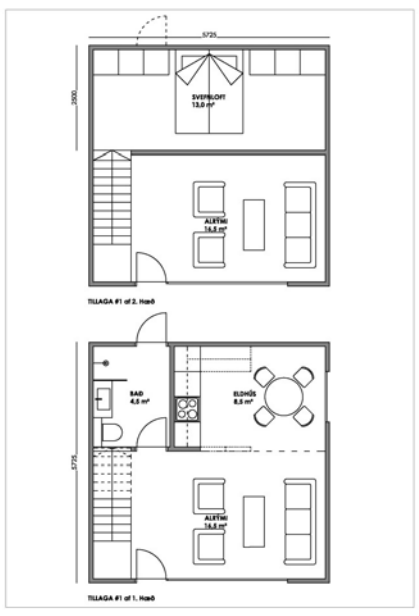
TIL Á LAGER. CLT EININGAHÚS—GRUNNFLÖTUR 5,7m x 5,7m

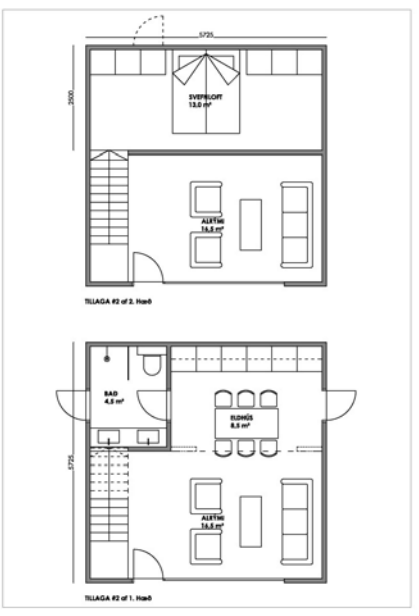
MILLILOFT 2,5m x 5,7m. SÝNILEG ÁFERÐ ÚR LERKI OG FURU

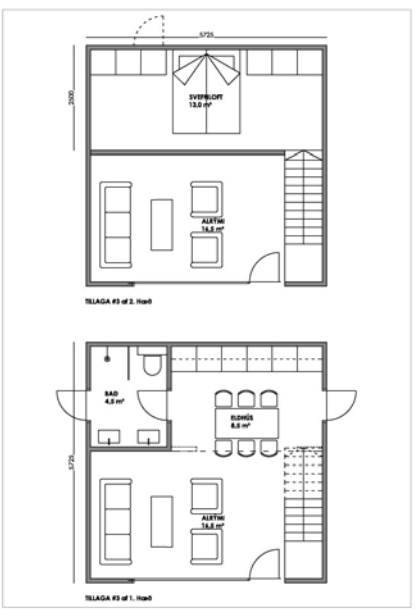




4.700.000kr m/vsk—Verk og burðarþolsteikningar innifaldar







Skipulag að innan eftir þínu höfði

Ýmsir möguleikar

STRÚKTÚR

STÁLGRINDARHÚS—Z-STRÚKTÚR HÚS —LÍMTRÉSHÚS—CLT HÚS





STRÚKTÚR ehf | Stangarhyl 7 | 110 Reykjavík | struktur@struktur.is | Sími: 588 6640

Texti / Stefanía Albertsdóttir Myndir / Heiðdís Guðbjörg Gunnarsdóttir







Það heyrði til undantekninga að sumarhús á svæðinu væru til sölu þar sem mörg þeirra hafa gengið í erfðirerfðir, en það var fyrir tilviljun eina að hjónunum bauðst húsið til kaups árið 2014.

Létu drauminn rætast

Skammt utan við ys og þys höfuðborgarsvæðisins stendur fallegt timburhús á gróinni lóð.
Þar búa heiðurshjón í sannri sveitarómantík.

Landsvæðið sem húsið stendur á hefur verið sumarhúsabyggð um margra áratuga skeið. Húsið sem um ræðir var forsmíðað og flutt í heilu lagi á lóðina árið 1991 en áður hafði staðið þar töluvert eldra hús sem var komið til ára sinna og því rifið. Gamla húsið hafði þjónað sínum tilgangi vel en áður tíðkaðist að fólk flutti í sumarhúsið yfir sumartímann og aftur í bæinn á haustin. Hjónin sem við heimsóttum höfðu lengi dreymt um að eignast sumarhús á svæðinu og höfðu athugað þann möguleika að fá lóð og byggja á svæðinu en engar lóðir voru í boði. Það heyrði til undantekninga að sumarhús á svæðinu væru til sölu þar sem mörg þeirra hafa gengið í erfðir, en það var fyrir tilviljun eina að hjónunum bauðst húsið til kaups árið 2014. Þau voru ekki lengi að hugsa sig um enda biðin búin að vera löng eftir sumarhúsi. Þeim líkaði hins vegar veran þar svo vel að þau ákváðu að flytjast búferlum og hafa búið alfarið í húsinu síðan.

> *Eftir kaupin á húsinu hófust hjónin fljótt handa við að stækka húsi.*



Handlagin hjón

Eftir kaupin á húsinu hófust hjónin fljótt handa við að stækka húsið og breyta innra skipulaginu. Eldhúsið sem áður hafði verið í lokuðu rými var flutt fram og svefnherbergi komið fyrir þar sem áður hafði verið eldhús. Einnig byggðu þau litla viðbyggingu við húsið og fengu þannig betri stofu. Húsið hefur vaxið og breyst með eigendunum í tímans rás en það má segja að þess háttar breytingar séu einkennistákn íslenskrar byggingararfleifðar allt frá því að fyrsti torfbærinn var byggður. Hjónin eru þekkt fyrir að vera afar handlagin og fellur þeim sjaldnast verk úr hendi en ásamt breytingum á íbúðarhúsinu hafa þau byggt á lóðinni hænsnakofa, verkfæraskúr og gróðurhús ásamt því að hafa gert upp gestahús sem fyrir var.

Húsmóðirin nostrar við heimilið innandyra á meðan hann vinnur úti en hún er þekkt fyrir einstaklega vandað og fallegt handverk og gefur það heimilinu rómantískan blæ. Kyrrð og ró ríkir yfir svæðinu og fuglalífið er einstakt. Heimili sem sveipað er sönnum ævintýraljóma.

Texti / Ragna Gestsdóttir Myndir / Lilja Birgisdóttir

sb

Stúdíó Birtíngur

LANDBÚNAÐARHÁSKÓLI ÍSLANDS Í SAMSTARFI VIÐ STÚDÍÓ BIRTÍNG

„Einstaklingar sem lifa og snúast í skógrækt er jarðbundið og fallegt fólk“

Hjördís Jónsdóttir útskrifaðist 25 ára gömul úr Ljósmyndaskólanum, en ljósmyndun er hennar ástríða og segist hún heppin að geta unnið við hana. *Forvitni og áhugi á því að læra meira varð til þess að hún hóf nám í skógfræði við Landbúnaðarháskóla Íslands, sem hún segir mikilvægt fag og ótal starfstækifæri tengd náminu.*

Ég valdi námið í Ljósmyndaskólanum því ég vildi læra að tjá mig betur á myndrænan hátt. Ljósmyndun neyðir þig til að sleppa öllum kvíða og áhyggjum og þú einbeitir þér fullkomlega að þessu eina viðfangsefni sem er myndefnið. Það sem kom mér mest á óvart við það að vinna við ljósmyndun eru dýrmæt samskipti sem ég á með einstaklingum sem ég mynda,“ segir Hjördís, sem útskrifaðist fyrir ári síðan. „Ljósmyndun er ástríðan mín og mér finnst ég heppin að kalla það vinnuna mína.“



Hjördís Jónsdóttir.

Fór í skógfræði vegna forvitni og áhuga

Hjördís segir að forvitni og áhugi á að læra meira um heiminn ýti sér út í að prófa nýja hluti. Hún hefur tamið sér að segja já við sem flestum nýjungum og hugmyndum og ekki séð eftir neinu enn þá heldur orðið reynslunni ríkari. „Þessi hugsunarháttur hefur reynst mér vel og fékk mig til að skrá mig í skógfræðinám í Landbúnaðarháskólanum,“ segir Hjördís.

„Ég hafði upplifað mikinn loftlagskvíða í einhvern tíma og hugsaði mikið um hvernig ég gæti lagt mitt af mörkum en ég ákvað að ég vildi frekar nota tímann minn í að bæta umhverfið frekar en að taka þátt í eyðileggingu þess. Gróður er undirstaða lífs á jörðu eins og við þekkjum það. Við reiðum okkur á plöntur og annan gróður fyrir nánast allt. Helsta og lífsnauðsynlegasta hlutverk gróðurs er framleiðsla súrefnis og undirstaða fæðu okkar. Einnig reiðum við okkur á gróður fyrir lyf, fatnað, skjól, eldsneyti og samgöngur, eldivið, geðheilsu og innblástur, en fegurð gróðurs getur prýtt umhverfi okkar eins og list,“ segir Hjördís og bætir við:

„Á meðan vinkonur mínar þjást af „babyfever“ er ég illa haldin af „plöntufever“ og litlar líkur á bata á næstunni.

> *„Á meðan vinkonur mínar þjást af „babyfever“ er ég illa haldin af „plöntufever.*

Það er eitthvað fullnægjandi við að læra að hirða um lífveru og sjá hana dafna eða blómstra,“ segir Hjördís, sem segist vel geta hugsað sér að nýta ljósmyndunina í skógræktinni, þar sem henni þykir skóglendi eitt fallegasta og áhugaverðasta umhverfi í heimi.

Ótal tækifæri tengd skógfræðinni

Hjördís fann strax að loknu fyrsta námsári í skógfræðinni að ótal tækifæri voru tengd faginu og segir hún mikla eftirspurn eftir ungum einstaklingum innan skógræktargeirans. „Ísland er tilraunaland þegar kemur að mörgu og er skógrækt þar með talin. Aðeins lítill hluti trjátegunda þrífst hér á landi en mikilvægt er að þekkja aðrar erlendar tegundir og einkenni þeirra til þess að halda áfram tilraunastarfsemi í skógrækt. Með hlýnandi loftslagi gætu skilyrðin hérlendis orðið hentugri fyrir fleiri tegundir.“

Hjördís lætur vel af náminu og skólanum og segir að það sé greinilega aukinn áhugi á skógrækt, sem sést í fjölgun nýnema milli ára en á síðasta ári margfaldaðist fjöldi nýnema í skógfræðinni.

„Utan frá virðist skógfræði og skógrækt kannski vera frekar karllægt starf, en ég er ánægð með þann fjölda kvenna sem sækir í námið en konur eru í meirihluta í bekknum. Það er mjög hvetjandi að sjá aðrar flottar konur sækja í stéttir þar sem karlar hafa alltaf verið í miklum meirihluta og vonandi getum við orðið fyrirmyndir fyrir einhverjar ungar stelpur sem eiga eftir að ákveða framtíðarstarfið. Ég vil sjá fleiri konur í skógrækt!“ segir hún og brosir.

„Mikilvægi skógræktar mun aukast á næstu áratugum“

Hún lætur líka vel af skólanum og persónulegri starfsemi og viðmóti starfsfólks þar. „Viðmótið er jákvætt og allir tilbúnir til að hjálpast að. Ég er svo heppin að geta stundað námið sem er kennt á Hvanneyri þó að ég búi í Reykjavík en allir fyrirlestrar eru mér aðgengilegir á netinu. Skyldumæting í verklega kennslu fylgir þó náminu inn á milli, en á meðan ég læri um náttúru Íslands fæ ég að njóta útivistar svo ég tel það algjöran plús,“ segir Hjördís.



Hjördís lætur vel af skógfræðináminu.

„Margir hafa áhuga á að græða landið og vinna úr afurðum skógarins en vita ekki alveg hvernig eða hvar þeir eiga að byrja. Nýlega stofnuðum við nokkur hópinn Ungviður, sem er nýtt Ungmennafélag SÍ (Skógræktarfélags Íslands). Við hvetjum alla áhugasama um að fylgjast með okkur þar sem við færum fréttir af viðburðum, gróðursetningum, fólki í listum sem vinnur með skógarafurðir og fallegt myndefni úr skógum Íslands,“ segir Hjördís.

„Ég sé mig auðveldlega geta unnið við skógrækt í framtíðinni en mikilvægi hennar mun einungis aukast á næstu áratugum. Það er ekki síst fólkið í skógræktinni sem laðar mann að en einstaklingar sem lifa og snúast í skógrækt er jarðbundið og fallegt fólk með hjartað á réttum stað og ég dáist að alúðinni sem það leggur í starfsemina.“



Konur eru í meirihluta í bekk Hjördísar.



Hlutverk LbhÍ er að skapa og miðla þekkingu á sviði sjálfbærrar nýtingar auðlinda, umhverfis, skipulags og matvælaframleiðslu á norðurslóðum. Við leggjum áherslu á að efla rannsóknir, nýsköpun og kennslu með sjálfbærni, hagsæld og framsækni að leiðarljósi. Við bjóðum góða þjónustu til nemenda í litlum skóla með mikla sérstöðu. Námið er vandað og hagnýtt og boðið uppá starfsmennta- og iðnnám, grunnnám og framhaldsnám.

SÆKTU UM FYRIR 15.JÚNÍ
WWW.LBHI.IS

sb

Stúdíó Birtíngur

GÓÐKAUP Í SAMSTARFI VIÐ STÚDÍÓ BIRTÍNG

Sérhannaðir fyrir íslenskar aðstæður

Það verður að segjast eins og er að það jafnast fátt á við að vera með sinn eigin heita pott í garðinum. *Í hann er bæði gott að fara á sólríkum sumardegi sem og á stjörnubjörtu vetrarkvöldi.*







„Pottarnir eru framleiddir eftir okkar forskrift og sérhannaðir fyrir íslenskar aðstæður.“

Eftirspurnin er mikil og það staðfestir Kristján Bergsteinsson, stofnandi og eigandi fyrirtækisins Góðkaup. Fyrirtækið er nýtt en kveikjan að stofnun þess var einfaldlega sú að Kristján og félagar hans ætluðu að fá sér heita potta en blöskraði verðið á þeim. „Okkur blöskraði álagningin þegar við fórum að leita okkur að pottum og þess vegna fórum við út í að láta framleiða þessa vöru fyrir okkur.

Pottarnir eru framleiddir eftir okkar forskrift og sérhannaðir fyrir íslenskar aðstæður,“ segir Kristján.

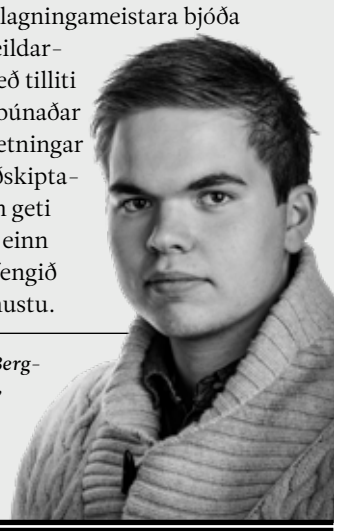
> *Við gerum það með því að lágmarka birgðahald, safna pöntunum saman og fáum betra verð með því að kaupa í magni.*

Aðrir njóta góðs af hugmynd þeirra félaga því fyrirtækið Góðkaup var stofnað með það í huga að lágmarka álagningu og bjóða góða vöru á betra verði. „Við gerum það með því að lágmarka birgðahald, safna pöntunum saman og fáum betra verð með því að kaupa þetta í magni,“ segir Kristján og á síðu fyrirtækisins, www.godkaup.is má sjá opnunartilboð á heitum pottum sem kosta frá 595.000 kr. til 795.000 kr. Öllum pottum fylgja lok og tröppur.

Einangrun skiptir máli

Íslenskar aðstæður þarf vart að kynna en pottarnir sem Góðkaup býður upp á eru sem fyrr segir sérhannaðir fyrir veðráttuna hér. „Umræðan á Íslandi um heita potta hefur þróast út í umræðu um stærð vatnshitarans. Þar eru menn dálítið á villigötum því stærð vatnshitarans þarf í raun bara að fylgja vatnsmagni í pottinum og óþarfi að vera með of stóra hitara á pottum sem ekki eru vatnsfrekir. Svo þarf ekki að vera með mjög stóra hitara þegar einangrunin er góð,“ segir Kristján og bendir á að góð einangrun spari raforkunotkun og komi í veg fyrir vindkælingu á skel pottsins.

Fyrirtækinu hafa borist fjöldi fyrirspurna um hitaveituskeljar og segir Kristján að þeir hafi brugðist við eftirspurninni og koma skeljarnar í febrúar á næsta ári. „Nú er verið að smíða fyrir okkur mót eftir okkar hönnun á hitaveituskeljum og frá febrúar munum við bjóða upp á þessa vöru á verði sem hefur ekki sést áður hérna heima.“ Góðkaup munu í samstarfi við pípulagningameistara bjóða upp á heildarlausn með tilliti til tengibúnaðar og uppsetningar til að viðskiptavinurinn geti komið á einn stað og fengið alla þjónustu.



Kristján Bergsteinsson, eigandi fyrirtækisins Góðkaup.

h

Heimilið

PALLURINN & GARÐURINN

Verkin í garðinum

Eflaust eru margir garðeigendur búnir að taka til í beðunum, forsá sumarblómum og setja moltu í beðin. *Þá er kominn tími til að huga að öðru. Hér er gátlisti fyrir samviskusama garðyrkjumenn.*



Allt sumarið og fram eftir hausti er hægt að planta plöntum úr gróðrarstöðvum.

Góður undirbúningur

Ef einhverjar stórar framkvæmdir eru fyrirhugaðar, eins og að byggja pall, helluleggja verönd, leggja gangstíga eða annað er um að gera að hafa teikningar eða skissur reiðubúnar. Ef leita þarf til landslagsarkitekta eða byggingafræðinga til að teikna og hanna fyrir sig er ágætt að panta slíkt sem fyrst.



Dyttað að og borið á

Tilvalið er að gera við skökk grindverk, brotnar spýtur, viðarverja hengipotta úr basti, hreinsa gömul ker og velja ný, bera á garðhúsgögnin og síðast en ekki síst bera á pallinn. Góð regla að fara líka vel yfir garðverkfærin, hreinsa þau vel, athuga hvort eitthvað sé bilað og hvort eitthvað vanti. Það er gott að fara inn í sumarið með allt í röð og reglu þá er ekki hætta á að biluð verkfæri valdi vandræðum.

Plöntur til prýði

Allt sumarið og fram eftir hausti er hægt að planta plöntum úr gróðrarstöðvum. Huga þarf að því að gefa plöntunum áburð og hvort þurfi að bæta jarðveginn.

Safnkassa valinn staður

Ef ekki er þegar kominn safnkassi í garðinn er góður tími núna til að kaupa einn slíkan og koma honum fyrir. Til eru margar gerðir af slíkum kössum og þeir geta verið allt frá plasttunnum upp í háa og mikla trékassa. Best er velja sinn safnkassa í samræmi við stærð garðsins og þeirrar aðstöðu sem menn hafa til að vinna við þá. Sumir smíða sjálfir sinn kassa úr greinum sem til falla þegar trén eru klippt í garðinum. Safnkassar eru góð leið til að vernda umhverfið.

> *Ef einhverjar stórar framkvæmdir eru fyrirhugaðar, eins og að byggja pall, helluleggja verönd, leggja gangstíga eða annað er um að gera að hafa teikningar eða skissur reiðubúnar.*

Heimilissorp mun minnka mjög mikið og margir hafa mjög gaman af að upplifa niðurbrot náttúrunnar á lífrænum efnum. Í safnkassann fer þar að auki allt gras af flötinni, plöntuafklippur, greinastúfar og arfi úr beðunum. Einu sinni í mánuði er nauðsynlegt að hræra vel og lyfta upp af botni kassans með garðgaffli eða einhverju góðu verkfæri. Að öðru leyti sér safnkassinn um sig sjálfur.

Lagst í lestur

Þegar stund gefst og hlýtt er í garðinum er gott að setjast niður með bækur og blöð til að fá hugmyndir eða upplýsingar um hvernig á að útfæra eitthvað af þeim hugmyndum sem kviknað hafa yfir veturinn og vorið. Oft þarf að færa til plöntur, grisja þær eða koma fyrir nýjum og þá er gott að hafa á takteinum þær upplýsingar sem þarf til að tryggja að vel takist til. Stóra garðabókin ætti að vera til á heimili allra garðræktaráhugamanna en einnig eru til góð tímarit um garðrækt.

Viðarvörn
fyrir íslenskar aðstæður



kjörvari

Notaðu sumarið til að verja viðinn!

Þeir sem til þekkja nota Kjörvara á allt tréverk utanhúss. Reynslan hefur sýnt að Kjörvari er viðarvörn sem er gædd einstökum eiginleikum fyrir íslenskt veðurfar.

Kjörvari - fyrir íslenskar aðstæður

málning
- það segir sig sjálft -

Útsölustaðir Málningar: BYKO, Kópavogi • BYKO, Granda • BAUHAUS • Garðar Jónsson málarameistari, Akranesi • Smiðjan Fönix, Hellissandi • Málningarbúðin, Ísafirði • Vilhelm Guðbjartsson málarameistari, Hvammstanga • Lífland, Blönduósi • Verslunin Eyri, Sauðárkróki • BYKO, Akureyri • Ísfell, Ólafsfirði • Launafl, Reyðarfirði • Verslunin PAN, Neskaupstað • BYKO, Selfossi • Miðstöðin, Vestmannaeyjum • Rúnar málari, Grindavík • BYKO, Keflavík

ÍSLENSKA/SIA.IS/MAL 93738 05/20

Heimilið
PALLURINN & GARÐURINN



Frumlegt og fjölbreytt vöruúrval

Hönnunarfyrirtækið Dzek var stofnað af Brent Dzekciorius árið 2013. Markmið Dzek er að hanna vörur með listræna þýðingu og sameinar fyrirtækið næmni handverks og iðnaðar.



Nálgun fyrirtækisins byggir á samspili fortíðar og nútíðar og er mikil virðing borin fyrir náttúrunni og efninu sem er þróað í samvinnu við hönnuði, arkitekta og efnafræðinga. Á þann hátt er hráefni sem fellur til umbreytt í gagnlegar vörur og er sérhvert húsgagn smíðað af faglærðum iðnaðarmönnum. Marmoreal-línan er hönnuð í samstarfi við breska hönnuðinn Max Lamb og er drifin áfram af arkitektónískum sjónarmiðum. Frumlegt og fjölbreytt úrval vara, allt frá flísum, borðum og stólum yfir í vaska, smáhluti og fleira gert úr marmara-terrazzo.



Hrátt og nútímalegt

Androgyne-sófaborðið er nýtt úr smiðju danska fyrirtækisins Menu, hannað af norska arkitektinum og hönnuðinum Danielle Siggerud.

Borðið var upphaflega gert fyrir Menu Space-kaffihúsið en fór fljótlega á almennan markað. Borðið er með marmaraplötu og stálfótum og einstaklega fagurt á að líta. Það stendur sem skúlptúr og hentar í hinum ýmsu rýmum og varpar fallegum skuggamyndum. Nútímalegt, hrátt og fágað.



Íslandsferð veitti innblástur

Þessi ilmkerti eru handunnin, vegan og gerð úr náttúrulegu soya og kókosvaxi.

Eitt þeirra er unnið út frá innblæstri sem hönnuðirnir fengu á ferð sinni um Ísland. Þar er blandað saman steinefnum, dalalilju og ilmi af söltuðu vatni. Kertin koma í keramikglösum með loki og eru þau handgerð í Portúgal en tilvalið er að endurnýta glösin þegar kertin klárast. Þau fást í Stefánsbúð/þ3 við Laugaveg 7.



Staflanleg geymslubox frá KRISTINA DAM

Geymsluboxin koma þrjú saman í setti og eru gerð úr gegnheilli eik og hnotu. Boxin eru til margvíslegra nota, stílhrein og hagnýt og henta einkar vel í smærri rými. Hægt er að koma þeim fyrir hvar sem er á heimilinu; í herbergi barnanna, í svefnherberginu, stofunni eða á skrifstofunni. Efsta boxið er hægt að hafa opið og má leyfa fallegum bókum, tímaritum eða plöntum að njóta sín. Hönnunin er nútímaleg með fallegum smáatriðum og kemur skipulagi á hlutina.











Trésmiðjan Stígandi tekur að sér allt sem við kemur byggingum og mannvirkjagerð. Á tæknivæddu verkstæði smíðum við nánast hvað sem er, allt eftir þínum óskum. Við leggjum áherslu á vönduð vinnubrögð og persónulega þjónustu.





TRÉSMIÐJAN STÍGANDI

FAGMENN Í TRÉVERKI SÍÐAN 1947

TRÉSMIÐJAN STÍGANDI / SÍMI: 452 4123 / WWW.STIGANDIHF.IS



KRÚSKA

KRÚSKUMATUR
TO GO

Kjúklingur og fiskur dagsins á aðeins 1.790 kr.

Allir réttir á matseðli á aðeins 1.590 kr.



SUÐURLANDSBRAUT 12
108 REYKJAVÍK • S: 557-5880

a

Afþreying

KROSSGÁTA



	GLÆÐA	ÁSTUNDUN	FISK	GEFA EFTIR		BEITA	JURT	TVÍHLJÓÐI	SKERA	SPJALD
KLIFA										
DANS					ÁLÍTA / MEGA TIL					
KÚGUN			ÁNA / HLUTSKIPTI					VAFI / HYGGINDI		
HOPP						MJÓLKVI / BJÚGA				
JURTA-TREFJAR		GORT / SUKK					RÖST / SKÝLA			

		ÁNAFNA	RYK	BÁGINDI					LANGA / KLEMMA						DREIFIR
RENTA						ATHUGULL / MERKI							NÖLDRA	TRAÐK	
NÖÐRU				ENDUR-TEKNING / RAUP						MIÐLA / SNAR-STEFJUN					
TVEIR EINS			MÁLMUR / ÁÞEKK					LAGÐUR / ÆSTA							
STEIN-TEGUND					BERG / ELDSTÆÐI						MEGIN / KOMAST YFIR				
		RÍKI Í ARABÍU / GINNINGA					FJAS / TRAPPA					ERGJA / SLAG-BRANDUR			
ÍLÁT						SAMTÖK / DRYKKUR			BJARG-BRÚN / BRAKA				Í RÖÐ / ANGAN		
ÁTT			Í MIÐJU / HEITI					AUÐJARL / STERTUR						FIÐUR	FLÝTIR
MÁLMUR				HAFNA / FLJÓT-FÆRNI						SIGTA / SÉRGREIN					
ÁVÖXTUR						GRUFLA / EKKI						NAGDÝR / BÝLI			
HANGA					REIKA						FJÖRTJÓN				
HUGBOÐ							SÖNG-HÆFUR								

Létt

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

Miðlungs

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

Erfið

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

Kannaðu þekkingu þína á mannlif.is

Í fréttum á heimasíðu Mannlífs er að finna svörin við þessum spurningum.

1



Hvar í heiminum hefur íslenska fræðslumyndin Fáðu já – stuttmynd um kynlíf og ofbeldi slegið í gegn?

2



Unnur Þóra Jökulsdóttir rithöfundur vakti athygli í vikunni fyrir peysu sem hún prjónaði úr garni spunnu úr hárum af hundinum hennar. Hvað heitir hundurinn og af hvaða tegund er hann?

3



Hvað er ætlað að sýkla- og veirufræðideild Landspítalans gæti í mesta lagi rannsakað mörg sýni á dag úr ferðamönnum sem koma til landsins?

4



Hvaða fyrirtæki rekur Breiðafjarðarferjuna Baldur?

5



Söngvarinn Friðrik Ómar birti mynd af sér á samfélagsmiðlum sem olli fjaðrafoki. Hvers vegna?

número eitt

ÞÍN HEILSA – OKKAR ÁSTRÍÐA



TVÆR TEGUNDIR:
SÍTRÓNA OG LAVENDER
ILMURINN ER EINSTAKUR

HANDSPRITT TIL FRAMTÍÐAR

Einstakt handspritt með 100% hreinum ilmkjarnaolíum og hafþyrnisolíu
sem hefur magnaða húðbætandi eiginleika.

SÓTTHREINSANDI – MÝKJANDI – NÆRANDI

Fæst í stórmörkuðum, betri verslunum og apótekum | Nánari upplýsingar á www.numereitt.is

Texti / Folda Guðlaugsdóttir og Nanna Teitsdóttir

Gestgjafinn
GOTT AÐ VITA

Gagnleg grillráð

Grilltímabilið er hafið hjá mörgum. Hér eru nokkur ráð sem koma að góðum notum.



Gott er að nota töng eða spaða frekar en að stingja gaffli í hráefnið, til að missa ekki safann úr kjötinu eða grænmetinu.

Best er að hita gasgrill, með lokið á, í 10–15 mín. áður en byrjað er að grilla.

Gott er að nota kjöthitamæli þegar verið er að grilla stórsteik til þess að sjá hvenær steikin er tilbúin en skiljið EKKI hitamælinn eftir í steikinni á grillinu nema nokkrar mínútur í einu. Stingið mælinum í steikina stuttu áður en áætluðum steikingartíma lýkur.

Skerið burtu mestu fituna af kjötinu áður en það er grillað. Það minnkar líkurnar á því að fita leki niður í grillið og kveiki í kjötinu.

Gott er að nota töng eða spaða frekar en að stinga gaffli í hráefnið, til að missa ekki safann úr kjötinu eða grænmetinu. Ekki ýta á kjöt eða annað hráefni með spaðanum þegar þú grillar. Þá ertu bara að þrýsta vökvanum út og hráefnið verður miklu verra fyrir vikið.

Ef steikin er ekki fullsteikt fjarlægið þá hitamælinn og steikið áfram um stund en athugið síðan aftur með mælinum hvort kjötið er fulleldað.

Kolagrill eða gasgrill?



Kolagrill

Kostir: *Maturinn fær djúpt reykt bragð, grillið nær meiri hita en gasgrill og heldur því betur.*

Gallar: *Það tekur tíma að brenna kolin og ná upp hita í grillinu og ytri aðstæður, eins og veður og vindur, geta haft áhrif á eldunina.*

Gasgrill

Kostir: *Auðvelt er að hita grillið og grillarinn hefur mikla stjórn yfir matseldinni.*

Gallar: *Maturinn fær ekki sama reykta bragðið og þegar lokið er opið snarfellur hitinn á grillinu.*

Umhirða

Það er mjög mikilvægt að halda grillinu hreinu. Ef grillið er óhreint liggur maturinn ofan á sóti og brenndum ögnum af gömlum mat sem mun hafa áhrif á bragðið. Til að þrífa grillið skal láta það ganga í svolítinn tíma eftir að maturinn hefur verið tekinn af og þegar allt er orðið þurrt á grindinni verður leikur einn að bursta óhreinindi af henni. Ef gleymst hefur að þrífa grillið eftir síðasta skipti er best að kveikja upp í grillinu og láta grindina hitna vel svo leifarnar brenni á henni. Burstið svo brunnar leifarnar af með löngum vírbursta.

> ***Skerið burtu mestu fituna af kjötinu áður en það er grillað. Það minnkar líkurnar á því að fita leki niður í grillið og kveiki í kjötinu.***

• SUMARTILBOÐ •

50% afsláttur af fyrsta blaði í áskrift út júlí



Áskriftarsíminn er opinn alla virka daga frá 9 til 13
Sími 515-5500 eða á mannlif.is/askriftir

ILVA

FRÍ heimsending
Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU Í MAÍ EF VERSLAÐ ER FYRIR 5.000 EÐA MEIRA



Petri

PETRI 3ja sæta sófi. Gult eða grátt velúr áklæði. L242 cm. 269.900 kr.



CADIZ borðstofustóll. Gult, svart eða grátt flauel. 27.900 kr. Nú 20.900 kr.

Milford & Lioni



MILFORD garðborð. L200xD90 cm. Pólýstone. 139.900 kr. **LIONI** stóll. 16.900 kr.



HENDERSON 3ja sæta sumarsófi. L218 cm. 99.900 kr.

ILVA Korputorgi, s: 522 4500 www.ILVA.is
mánudaga - sunnudaga 12-18 - 31. mai hvítasunnudagur - LOKAÐ

netgíró
VALITOR

FACEBOOK.COM/ILVAISLAND
INSTAGRAM .COM/ILVAISLAND

Umsjón / Kristín Dröfn Einarsdóttir Myndir / Aldís Pálsdóttir Stílisti / Ólöf Jakobína Ernudóttir

Gestgjafinn
SÆTMETI

Terta sem kemur öllum í sumarskap

Fátt er skemmtilegra en að búa til sinn eigin eftirrétt og bjóða upp á undir berum himni. *Það er ekki eins flókið og það lítur út fyrir að vera að búa til sinn ís sjálfur. Kosturinn við þessa uppskrift er að hægt er að gera hana nokkrum dögum áður en hún er borin fram.*



Þeytið 2 dl af rjóma, setjið ofan á kökuna ásamt ferskum berjum þegar hún er borin fram.

Ísterta

10–12 sneiðar

½ msk. mjúkt smjör
(til þess að smyrja form)
3 eggjahvítur
150 g flórsykur
150 g hakkaðaðar valhnetur
150 g suðusúkkulaði
4 eggjarauður
4 msk. sykur
3 dl rjómi
2 dl rjómi
200-300 g fersk ber

Hitið ofn í 180°C. Setjið bökunarpappír í botninn á smelluformi sem er 22–24 cm í þvermál. Smyrjið bæði pappír og hliðar létt með smjöri. Þeytið eggjahvítur þar til þær byrja að freyða. Bætið þá flórsykri saman við í litlum skömmtum og þeytið vel á milli. Haldið áfram að þeyta á fullum hraða þar til blandan er stíf og glansandi og hreyfist ekki til í skálinni sé henni hallað. Blandið valhnetum varlega saman við með sleikju og dreifið í formið. Bakið í 20–25 mín. Látið botninn vera í forminu og látið hann kólna alveg. Bræðið súkkulaði yfir vatnsbaði og látið kólna lítillega. Þeytið eggjarauður og sykur saman þar til blandan verður létt og ljós. Hellið þá súkkulaðinu saman við og blandið vel. Þeytið 3 dl af rjómanum, takið væna slettu af honum og blandið saman við súkkulaðiblönduna til þess að losa aðeins um hana. Blandið síðan varlega saman við restina af rjómanum og setjið ofan á botninn í forminu. Látið álpappír yfir og frystið í a.m.k. 6 klst., gjarnan yfir nótt. Losið kökuna úr forminu með því að skera meðfram henni í forminu (gott er að dýfa hnífnum í heitt vatn). Þeytið 2 dl af rjóma, setjið ofan á kökuna ásamt ferskum berjum þegar hún er borin fram.

Þeyttu rjóma í útilegunni



Það er fátt betra en að fá nýþeyttan rjóma út á ávexti sem steiktir hafa verið á opnum eldi í útilegunni. Það eina sem þarf er krukka og teskeið og svo náttúrulega rjóminn. Setjið skeiðina ofan í krukkuna ásamt rjómanum, skrúfið lokið þétt á og hristið og hristið þar til rjóminn fer að stífna, þetta tekur fremur stuttan tíma. Ef engin krukka er til taks má nota góða rennilásapoka en það þarf að hrista þá fremur varlega og jafnvel að nota tvo til vara.

Rabarbari búbótin mikla í garðinum

Rabarbari, eða tröllasúra, er eitt af því harðgera grænmeti sem er mjög auðvelt að rækta hér á landi. Þessi frábæra jurt vex næstum við hvaða aðstæður sem er. Það er hægt að gæða sér á nýsprottnum rabarbara strax í byrjun júní og hann er einstaklega ljúffengur einmitt þá. Það er ýmislegt hægt að gera við rabarbara annað en að sulta hann á haustin og um að gera að nýta sér hann allt sumarið því hann vex jafnóðum aftur. Rabarbari er mjög hollur, hann er C-vítamínríkur og fullur af trefjum og kalki. Hann er líka talinn hafa kólesteróllækkandi eiginleika. Það er mjög sniðugt að frysta saxaðan rabarbara í pokum, u.þ.b. 400-500 g í pokanum, fyrir seinni tíma notkun.



Ekki bara falleg og góð

Hindber eru ekki einungis góð og falleg, þau eru einnig afar holl. Þau eru sérlega trefjarík eða 4,7 g í hverjum 100 grömmum og þau innihalda fremur lítil kolvetni, 11,5 g á hver 100 g. Hindber eru góð uppspretta C-vítamíns og þau innihalda einnig magnesíum, kalíum og A-vítamín. Hindber eru aðallega notuð á kökur, í sætar sósur (coulis), í búðinga, ís og jógúrt. Hindber eru líka tilvalin út á grauta, í múslí, á pönnukökur og vöfflur og í salöt. Þau eru að sjálfsögðu best tínd beint af trénu og upp í munn. Á ensku nefnist hindber rasberry en á frönsku framboise.

Rabarbara- og bláberjaeftirréttur með chia-fræjum

fyrir 4

Rabarbaramauk
350 g rabarbari, skorinn í bita
1 vanillustöng
3/4 dl sykur
1/2 dl vatn

Setjið rabarbara í pott, skafið fræin úr vanillustönginni og merjið saman við sykurinn með gaffli. Setjið vanillusykurinn, restina af vanillustönginni og vatn í pottinn og sjóðið saman í 10–15 mín. eða þar til rabarbarinn fer að losna í sundur. Látið kólna.

Chia-búðingur
3 dl kókosmjólk
3 msk. chia-fræ
3-4 tsk. hunang
1/2 tsk. vanilludropar
börkur af 1 sítrónu

Blandið öllu saman og setjið í kæli í a.m.k. 1 klst. Bragðbætið með hunangi ef þarf (kókosmjólk er mismunandi að sætleika eftir tegundum).

Marineruð bláber
150 g bláber
börkur af 1/2 sítrónu
1 msk. sítrónusafi
2 msk. sykur

Setjið allt saman í skál og blandið. Látið standa í kæli í a.m.k. 1 klst. Setjið chia-búðing í glas og rabarbaramauk ofan á, síðan aftur chia-búðing og loks bláber. Endurtakið ef þarf til að fylla glasið. Dreypið gjarnan örlitlu hunangi yfir.



OTA SOL GRYN®

Dagurinn byrjar alltaf vel með OTA hafragrjónum



Stúdíó Birtíngur

ION HOTELS EHF. Í SAMSTARFI VIÐ STÚDÍÓ BIRTÍNG

Skemmtilegt að vera með fullt hótel af Íslendingum

***Sigurlaug Sverrisdóttir**, eigandi og framkvæmdastjóri ION Hotels, segir að vel verði tekið á móti landsmönnum á hótelunum í sumar, þar sem einstök náttúra, falleg hönnun, kyrrð og góður matur eru í fyrirrúmi.*

Það góða sem kemur kannski út úr þessum COVID-19 faraldri er að þegar slíkar hamfarir ganga yfir fara fyrirtæki og stofnanir í naflaskoðun sem leiðir oft til betri útkomu. Þegar COVID-19 skall á varð það til dæmis til þess að við ákváðum að færa okkur meira inn á innlenda markaðinn. Hingað til höfum við alltaf verið með svolítið af okkar „fasta"-kúnnum innanlands, bæði einstaklinga og fyrirtæki, en frá því í maí höfum við verið að fá fleiri íslenska gesti," segir Sigurlaug glaðlega. Hún segir að fólk sé opið og hlýtt. Allir sýni því skilning að fara þurfi eftir settum reglum sóttvarnalæknis og að skipt sé niður á veitingastað og í heilsulindina. „Við erum ekki vön að hafa hús fullt af Íslendingum en það er mjög skemmtilegt."



Sigurlaug Sverrisdóttir, eigandi og framkvæmdastjóri ION Hotels, segist hlakka til að njóta íslenskrar náttúru og kveikja varðeld í sumar, en hún og fjölskylda hennar hafa verið föst í Lucerne í Sviss vegna COVID-19 faraldursins.

Einstök upplifun

ION-hótelin eru tvö talsins, annað á Nesjavöllum og hitt við Laugaveg. Það fyrra, ION Adventure Hotel, sem er skemmtilega staðsett á Nesjavöllum umkringt fallegri náttúru, hrauni og gönguleiðum, var opnað í febrúar 2013 og er margverðlaunað fyrir bæði hönnun og þjónustu. Sigurlaug segir að þegar það var opnað hafi ekki verið mikið um hótel eða veitingastaði sem voru fjarri byggð eða hringveginum. Slík tegund af gistingu og upplifun hafi aukist til muna síðustu ár og ferðavenjur og val fólks breyst. Það leiti nú mun fremur í sérstaka upplifun, náttúru, fegurð, frið, fallega hönnun, góðan mat og heilsulindir. Hún segir að fólk geri líka auknar kröfur um umhverfisvæna stefnu og það sé nokkuð sem ION-hótelin leggi áherslu á.

„Við vinnum með umhverfisvænar vörur á sama tíma og þægindi eru í fyrirrúmi og höfum alltaf lagt áherslu á nærumhverfi og samfélagslega ábyrgð. Við vinnum mikið með nágrönnum okkar hvað þjónustu og vörur varðar og sú stefna speglast líka í gegnum allt hótelið þegar kemur að hönnun, efnisvali, list, tónlist og mat."

Systurhótel ION Adventure, ION City, var opnað við Laugaveg 28 í maí árið 2017 og er í sama húsnæði og veitingastaðurinn vinsæli Sumac, grill and drinks. Sigurlaug segir að þar séu átján herbergi, hvert öðru fallegra og búin ýmsum þægindum. „Til að mynda eru einkagufuböð með öllum fjórum svítum hótelsins," nefnir hún sem dæmi, „og tvær þeirra eru á einkasvölum með útsýni yfir Laugaveg og Esjuna.

> ***Við erum ekki vön að hafa hús fullt af Íslendingum en það er mjög skemmtilegt."***



ION Adventure Hotel er skemmtilega staðsett á Nesjavöllum, umkringt fallegri náttúru.

Nánari upplýsingar á www.ioniceland.is

Gæði í fyrirrúmi

Hótelin eru hluti af Design Hotels, vörumerkis í eigu Marriott en Sigurlaug segir að uppfylla þurfi strangar kröfur hvað varðar gæði og þjónustu til að hljóta aðild. „Við fáum marga kúnna í gegnum Bonvoy, vildarkerfi Marriott. Þar eru yfir 120 milljónir vildarfélaga og þeir geta safnað punktum og notað á ION-hótelunum." Hún segir mikilvægt að tengjast slíku kerfi, það sé mikill gæðastimpil og veiti aðgang að stórum hópi viðskiptavina, en nýtingin á ION Adventure Hotel hefur verið um og yfir 75 prósent á ári. „Á hótelunum rekum við svo þrjá veitingastaði, Silfru, Sumac og Óx. Veitingareksturinn er í samvinnu við Þráinn Frey Vigfússon sem er meðeigandi okkar og hefur lengi unnið með kokkalandsliðinu, en það eru forréttindi að vinna með fólki sem er sérfræðingar á sínu sviði."

Margt á boðstólum í sumar

Spurð hvað verði á boðstólnum sérstaklega í sumar nefnir Sigurlaug jóga og gönguferðir alla föstudaga og laugardaga undir leiðsögn Me Time Iceland. „Þessi aukalega þjónusta er öllum gestum, sem nýta sér tilboðin okkar, að kostnaðarlausu en við erum með sérstök tilboð fyrir innlendan markað allar helgar í sumar. Svo höfum við verið með Sumac pop-up á Silfru. Bjóðum þá upp á matseðillinn frá Sumac á Nesjavöllum og Högni Egilsson tekur lagið fyrir gesti. Í byrjun vorum við aðeins með tvö svona skipulögð kvöld, en þau seldust upp á methraða og hafa því algjörlega slegið í gegn."



NÝ SENDING AF SUNDFÖTUM

Stærðir 14-30 eða 42-58

Þú getur skoðað úrvalið og
pantað í netverslun **www.curvy.is**

Opið í verslun Curvy við Grensásveg
frá kl. 11-18 alla virka daga og 11-16 á laugardögum


Tankini Toppur
6.990 kr


Sundbolur
9.990 kr


Sundbolur
9.990 kr


Sundbolur
9.990 kr


Tankini Toppur
6.990 kr

Curvy

Fellsmúli 26 v/Grensásveg | 108 Reykjavík | sími 581-1552 | www.curvy.is

Texti / Hanna Ingibjörg Arnarsdóttir Myndir / Ragnhildur Aðalsteinsdóttir

Kræsingar á kökuhlaðborði

Eitt af því notalegasta sem hægt er að gera á Egilsstöðum er að fara í kökuhlaðborð á Bókakaffi en þar var áður rekin bókabúð og ber kaffihúsið þess glöggt merki því enn er hægt að næla sér í nokkrar bækur, hvort sem eru gamlar eða nýjar.



Ingibjörg Sigurðardóttir, Svandís Sigurjónsdóttir, Ingibjörg Aðalsteinsdóttir og Guðjóna Vilmundardóttir tóku í prjónana meðan þær gæddu sér á kaffi og kræsingum.

En það eru kökurnar sem laða okkur að kaffihúsinu en á hverjum föstudegi er boðið upp á sannkallaðar kökukræsingar. Alltaf eru tíu sortir í boði, oftast einn eða tveir ósætir réttir eins og brauðterta og heitur réttur en hinar átta sortirnar eru dásamlegar kökur.

Þegar okkur bar að garði svignaði hreinlega borðið undan fallegum og fjölbreyttum kökum. Fast verð er fyrir hlaðborðið en hver og einn getur fengið sér kaffi og með því eins og magamál leyfir.

Skemmtileg stemning myndaðist og þótt kökuhlaðborðið byrjaði ekki fyrr en þrjú var nánast orðið fullt hús fljótlega upp úr tvö. Fastagestir, nokkrar hressar konur á besta aldri, létu sig ekki vanta og sátu og prjónuðu í notalegum stólum innan um bækurnar. Þarna var afslappað andrúmsloft og mikið hlegið og gantast og fólk við eitt borðið spjallaði við fólkið á næsta borði.

> *„Kökuhlaðborð á Bókakaffi ætti að vera skylda fyrir alla sem heimsækja svæðið.*

Kökuhlaðborð á Bókakaffi ætti að vera skylda fyrir alla sem heimsækja svæðið og endilega setjist hjá konunum í hornið og ræðið við þær. Það er svo yndislegt að hitta fólk og spjalla, eitthvað svo íslenskt.

Þess má geta að Bókakaffi er opið alla daga vikunnar nema sunnudaga og í hádeginu á miðvikudögum eru íslenskar kótelettur í raspi ávallt á boðstólum og njóta þær mikilla vinsælda hjá heimamönnum.



Fuglar og fallegur arkitektúr

Fuglasafn Sigurgeirs í Mývatnssveit hefur að geyma um 330 uppstoppaða fugla og um 500 egg og á safnið alla íslenska varpfugla að þórshana og haferni frátöldum.

Mývatn er þekkt fyrir fjölbreytt fuglalíf og verpa nær allir íslenskir vatnafuglar við Mývatn og Laxá. Húsið er hannað af einum ástsælasta arkitekt Íslands, Manfreð Vilhjálmssyni, og var það opnað árið 2008. Forsalurinn er að mestu úr gleri og gefur einstakt útsýni yfir Mývatn. Safnið er tilvalinn áfangastaður fyrir alla þá sem hafa áhuga á íslensku fuglalífi og náttúru en einnig fyrir þá sem vilja skoða fallegan arkitektúr.

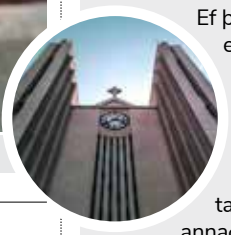


Góður kaffibolli í töfrandi umhverfi



Kaffihúsið **Café Laut** var byggt í tilefni af 100 ára afmæli Lystigarðsins af Akureyrarbæ. Húsið er hannað af arkitektastofunni Kollgátu. Markmiðið var að hanna hús sem myndi sóma sér vel í umhverfinu allan ársins hring sem hefur svo sannarlega tekist vel. Við hlið kaffihússins eru tvö hús og er annað þeirra í hópi elstu húsa Akureyrar. Við hönnun kaffihússins var tekið mið af þessum gömlu húsum en á sama tíma er það verðugur fulltrúi nútímaarkitektúrs. Byggingin var tilnefnd til hönnunarverðlauna Mies van der Rohe ásamt því að hljóta Menningarverðlaun DV. Upplagt er að fá sér góðan kaffibolla og njóta byggingarinnar og töfrandi umhverfisins í senn.

Krefjandi kirkjutröppur



Ef þú ert á Akureyri þá er beinlínis skylda að taka æfingu í kirkjutröppunum fyrir framan Akureyrarkirkju. Sem upphitun má taka hring í bænum annað hvort gangandi eða hlaupandi og fara svo nokkrar ferðir upp og niður tröppurnar. Eftir á er svo nauðsynlegt að taka rólegt niðurskokk eða labb til að koma jafnvægi á líkamann.

Frábær útivistaraðstaða

Í Kjarnaskógi rétt fyrir innan Akureyri er einnig frábær aðstaða til útivistar. Þar er hægt að ganga, hlaupa eða hjóla eftir flottum stígum og gera svo nokkrar æfingar í lokin. Ef fólk vill gera eitthvað aðeins meira krefjandi er hægt að labba á Súlur (1.213 m) suðvestan við Akureyri.



Minnisvarði um lífskúnstner og heimskonu

Bakgarður „tante Grethe“ er verslun sem er staðsett í Svarta húsinu við hlið Jólagarðsins í Eyjafjarðarsveit. Verslunin er tileinkuð „Tante Grethe“, lífskúnstner og heimskonu, sem fæddist í Danmörku árið 1909. Þar er að finna fallega og nytsamlega hluti fyrir heimilið í skandinavískum stíl ásamt ýmissi sælkeravöru. Bakgarðurinn er opinn alla daga í sumar frá kl. 10-18.











VELDU ÞITT TILEFNI

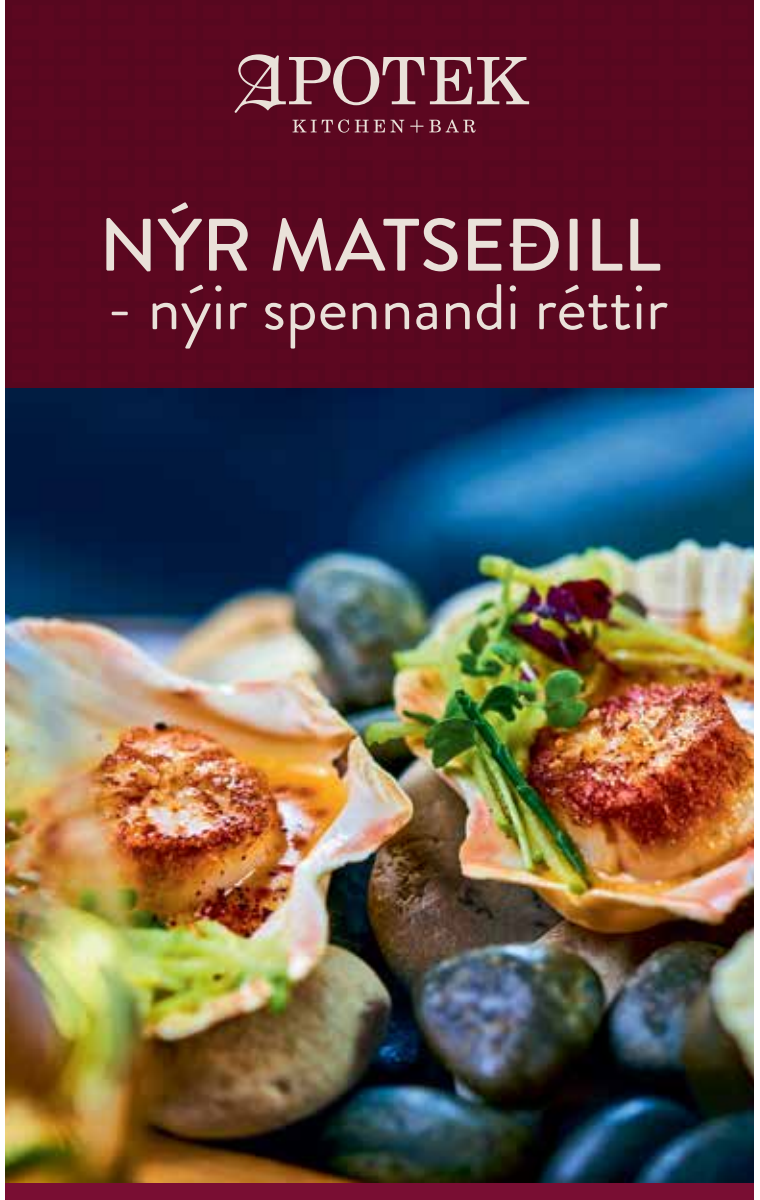
Vantar þig hita í súpuna, tilbrigði við brauðréttinn, bragð á beygluna eða nýtt álegg á pizzuna?

Rjómaostarnir frá MS eru hver öðrum betri.



APOTEK
KITCHEN+BAR

NÝR MATSEÐILL
- nýir spennandi réttir





@apotekkitchenbar

APOTEK Kitchen+Bar
Austurstræti 16
apotek.is

Íslensk náttúra inn á heimilið

Við fengum tvo skapandi einstaklinga til þess að útbúa einfalda skreytingu þar sem náttúran er höfð í forgrunni. Möguleikarnir eru endalausir og útkoman eftir því.



„Ég tel það mjög mikilvægt fyrir alla að nýta frítíma sinn í eitthvað sem veitir gleði og reynir á sköpunarkraftinn á einhvern hátt," segir Iona Sjöfn.

Minnir á bjartari tíma

Iona Sjöfn Huntingdon-Williams er 29 ára og útskrifaðist sem grafískur hönnuður frá Listaháskóla Íslands árið 2016. Hún starfar sem grafískur hönnuður hjá japanska fatarisanum UNIQLO í Skandinavíu og er búsett í Kaupmannahöfn.

Segðu aðeins frá þér sem hönnuði. „Grafísk hönnun er mjög fjölbreytileg, í grunninn er hún myndræn miðlun á upplýsingum. Sem grafískur hönnuður vinn ég aðallega við mörkun. Mörkun eða „branding" á ensku er að túlka rödd/áherslu fyrirtækja og einstaklinga og setja það fram með fallegri sjónrænni miðlun. Ég starfa sem grafískur hönnuður fyrir japanska fyrirtækið UNIQLO í Skandinavíu. UNIQLO er til þess að gera nýtt fyrirtæki á skandinavíska markaðnum og tekst ég á við mörg krefjandi og skemmtileg verkefni. Í frítímanum mínum er ég að vinna að nokkrum persónulegum verkefnum. Verkefnin munu líta dagsins ljós seinni hluta þessa árs eða í byrjun ársins 2021. Ég tel það mjög mikilvægt fyrir alla að nýta frítíma sinn í eitthvað sem veitir gleði og reynir á sköpunarkraftinn á einhvern hátt."

Segðu okkur frá hugmyndinni á bak við skreytinguna. „Hugmyndin á bak við skreytinguna er að færa náttúruna inn á heimilið þá með greinum úr garðinum og litlum fuglum en þá verður þessi einfalda skreyting til. Fuglarnir eru búnir til úr þunnum spæni sem ég beygði til og skar síðan út. Einföld og falleg skreyting sem minnir fólk á bjartari og sólríkari tíma fram undan."



Umsjón / María Erla Kjartansdóttir Myndir / Hallur Karlsson

Einfaldleikinn í fyrirrúmi

Sigrún Guðmundsdóttir og Elín Jóhannsdóttir eru stofnendur og eigendur Pastel Blómastúdíó sem var opnað fyrir rúmu ári síðan. Blómaverslun þeirra er staðsett á Baldursgötu 36, þar sem þær kalla fram það listræna í blómaskreytingu.

Segið aðeins frá ykkur. „Við stofnuðum Pastel Blómastúdíó fyrir rúmu ári síðan. Okkur fannst vanta meiri fjölbreytni á markaðinn og komum með okkar eigin nálgun á samsetningar blómaskreytinga. Við leggjum áherslu á að fylgja innsæinu og förum ekki eftir stífum reglum þegar kemur að hönnun og framsetningu."

Segið okkur frá hugmyndinni á bak við skreytinguna. „Við ákváðum að nota greinar úr garðinum í bland við afskorin fersk blóm, þar sem einfaldleiki greinanna fær að njóta sín."





Sigrún Guðmundsdóttir og Elín Jóhannsdóttir eru stofnendur og eigendur Pastel Blómastúdíó.

ETHNICRAFT TILBOÐSDAGAR



20%
afsláttur af öllum vörum frá Ethnicraft









habitat SIDAN 1964

TEKK COMPANY

TEKK COMPANY OG HABITAT
SKÓGARLIND 2, KÓPAVOGI | SÍMI 564 4400
OPIÐ MÁN-FÖS 10-18 OG LAU 11-17
VEFVERSLUN Á WWW.TEKK.IS

Texti / Sigrún Guðjohnsen Mynd / Instagram

a

Albumm

TÓNLIST

„Skrítið að fá alla þessa athygli“

Lagið Think about things með Daða og Gagnamagninu hefur nú fengið hátt í ellefu milljónir spilanir á Spotify. *Myndbandið við lagið hefur farið eins og eldur í sinu á samfélagsmiðlum og stórstjörnur á borð við Jennifer Garner vakið athygli á því. Albumm heyrði í Daða og spurði hvað væri á döfinni og hvað honum fyndist eiginlega um alla þessa athygli.*

Þetta er auðvitað mikil viðurkenning fyrir mig sem listamann að það séu svona margir að hlusta á lagið mitt, enda hef ég verið að vinna að tónlist í fimmtán ár, en það er samt svolítið skrítið að fá alla þessa athygli og upplifa hana alla í gegnum netið heima hjá sér,“ viðurkennir Daði.

Myndbandið við lagið Think About Things hefur farið eins og eldur í sinu á samfélagsmiðlum, sérstaklega á samskiptaforritinu Tik Tok, þar sem fjöldi fólks hefur birt af sér myndskeið að dansa við lagið. Þegar Daði er spurður hvort eitthvað standi upp úr segist hann halda mikið upp á dans Twitter-notandans @badboygargar, sem kom af stað annarri dansbylgju við lagið á samfélagsmiðlum. „En það sem hefur mest áhrif núna er leikkonan Jennifer Garner. Þegar hún setti myndband inn á Instagram þá taggaði hún mig, sem er alls ekki sjálfsagt þegar fólk notar lagið, og í kjölfarið hefur fylgjendum mínum á Instagram fjölgað gríðarlega,“ segir hann og brosir.

Daði bætir við að síðan hafi verið algjör draumur þegar hljómsveitin Hot Chip gerði ábreiðu af laginu.



Daði var að gefa út nýtt lag, Where We Wanna Be, og er með mörg járn í eldinum.

„Það er samt svolítið skrítið að fá alla þessa athygli og upplifa hana alla í gegnum netið heima hjá sér.“

„Það byrjaði með því að ég sá Al Doyle, gítarleikara Hot Chip og LCD Soundsystem, deila myndbandinu við lagið á Twitter. Ívar Pétur kommentaði á það og taggaði mig og þannig hófst þetta. Algjör draumur, enda Hot Chip lengi búin að vera ein af uppáhaldshljómsveitunum mínum.“

Varstu vonsvikinn að geta ekki tekið þátt í Eurovision? „Ég er svekktastur yfir því að fá ekki að fara með Gagnamagninu til Rotterdam og upplifa það ævintýri. Þetta er eitthvað sem marga dreymir um og ekki allir fá að prófa. En það er svo margt annað í gangi í tónlistinni hjá mér að ég get lítið kvartað.“ Daði segist vera til í að semja nýtt lag fyrir Eurovision vilji RÚV senda hann og Gagnamagnið aftur, en hann sé ekki tilbúinn að keppa aftur í Söngvakeppninni. „Það er mjög gaman en tekur á andlega. Fyrir utan alla vinnuna sem fer í að semja lag og búa til atriði. Ég er búinn að keppa tvisvar og vinna einu sinni og mér finnst það bara nóg. Júró er hins vegar annað mál.“

Til marks um annríki hefur umboðsmaður Daða Freys, Árni Hrafn, ekki undan að svara fyrirspurnum frá plötufyrirtækjum alls staðar í heiminum. „Við ákváðum að fara ekki til plötufyrirtækis eins og er,“ tekur Daði þó fram.

„Ég vil hafa fullt vald til að ákveða hvernig tónlist ég geri, hvenær hún kemur út og undir hvaða formerkjum,“ segir hann með þunga. „Ég er búinn að semja við dreifingarfyrirtæki sem heitir AWAL og við erum að skoða útgáfufyrirtæki núna.“

Er frekara samstarf fram undan?

„Það gæti mögulega verið eitthvað á döfinni en það er allt á frumstigi svo ég þori ekkert að segja. En allt bendir til að spennandi tímar séu fram undan.“



Texti / Steinar Fjeldsted

„Kominn tími á nýtt sánd“



Í dag sendir tónlistarmaðurinn Páll Óskar frá sér nýtt lag, Djöfull er það gott, sem óhætt er að segja að sé sannkallaður sumarhittari, en lagið vann hann í samstarfi við Svein Martein Jónsson og Egil Örn Rafnsson, trommuleikara Dimmu. „Ég prófaði tólf mismunandi útgáfur af laginu, tólf texta og tólf viðlög þannig að það var talsvert lengi í vinnslu,“ segir hann, „en þetta er útkoman og ég gæti ekki verið ánægðari.“

Páll Óskar segist hafa notað tímann vel í samkomubanninu, hann hafi einfaldlega læst sig inni í hljóðveri og samið mikið af nýrri tónlist.

Nýja lagið er töluvert frábrugðið fyrri tónlist hans, en það er ansi fönkað og með mikla sál – svo er það mjög sexí. Spurður hvort hann ætli að gera meiri tónlist af þessu tagi stendur ekki á svari: „Já, alveg klárlega, mér finnst þetta hrikalega skemmtilegt og það er kominn tími á nýtt sánd!“

Hægt er að hlusta á lagið og sjá myndbandið við það á Albumm.is.



Stebbi og Eyfi á Sjálandi

Stefán Hilmarsson og Eyjólfur Kristjánsson verða með tónleika á Sjálandi í Garðabæ sunnudagskvöldið 31. maí.

Þeir félagar ætla sér að verða á ljúfu nótunum framan af, en setja kraft í tónleikana í seinni hlutanum og gera allt syngjandi vitlaust. Tónleikarnir hefjast klukkan 21 og eru aðrir tónleikar í hinni svokölluðu Söngbók Sjálandstónleika röð. Miðaverð er 4.900 krónur í forsölu á tix.is, en 5.500 krónur við inngang.



Helgi Björns með tónleika í Hlégarði

Helgi Björnsson og Reiðmenn vindanna verða með tónleika í Hlégarði Mosfellsbæ, föstudaginn 29. maí klukkan 21.

„Það var gott að vera með ykkur heima en það verður kærkomið að syngja fyrir framan fullan sal í Hlégarði, þaðan sem þættirnir vinsælu voru sendir út,“ segir Helgi en hann og Reiðmenn vindanna munu taka vel valin lög úr þáttunum Heima með Helga, sem voru sýndir við miklar vinsældir í Sjónvarpi Símans.

Aðeins 200 miðar eru í boði og er miðasala hafin á Tix.is.



Mosi hvetur fólk til að hækka í græjunum og gleyma sér

Nýbylgjupoppsveitin Mosi frændi sendir frá sér sumarslagara á vínylsmáskífu í tilefni af því að veðrið er að batna og hagkerfið að opnast. Nýtt lag sveitarinnar, Biblíusögur á hafsbotni, þykir hljóma á köflum eins og lögin Kyrrlátt kvöld og Mér finnst rigningin góð hafi eignast óskilgetið barn, en í því eru landsmenn og -konur hvött til að hækka í græjunum og gleyma deginum. „Ég er ósigrandi“, hrópar Mosi í viðlaginu, „eins og okkur öllum hlýtur að líða nú þegar plágan er að ganga yfir,“ segir í tilkynningu frá sveitinni.

Albumm mælir með



Tók upp myndband í sóttkví með kærustunni

Tónlistarmaðurinn Bjarni Ben sendi fyrir skemmstu frá sér nýtt lag, Heartbreakers, og myndband við lagið. Þetta er fyrsta lagið sem hann gefur út undir eigin nafni. „Ég er í raftónlistarnámi í Berlín og tók myndbandið upp með kærustunni minni í sóttkví í Mývatnssveit,“ segir Bjarni, en hann er um þessar mundir að klára indie/synth-poppplötu sem kemur út í sumar.

Hægt er að hlusta á lagið og horfa á myndbandið á Albumm.is.

SVO MIKLU, MIKLU MEIRA Á ALBUMM.IS
Tónlist / Menning / Viðburðir / TV

Ennþá meira úrval af listavörum



WorkPlus
Strigar frá kr. 195



Kolibri penslar
Handgerðir þýskir penslar
í hæsta gæðaflokki
á afar hagstæðu verði





Kolibri trönur
í miklu úrvali, gæða-
vara á góðu verði













AMSTERDAM dream × create
van Gogh The Quality Brand
REMBRANDT The Professional Choice

2019 Framúrskarandi fyrirtæki

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

Texti / Steingerður Steinarsdóttir

Áberandi í sumar

Á hverju ári koma nýir straumar og stefnur í línur aðaltískuhúsanna sem síðan smitast út í alla fataframleiðslu. *Stundum er þetta algjör nýjung en oftast örlítið tilbrigði eða breyting á því sem þegar hefur verið í gangi. Hér eru nokkur þeirra tilbrigða sem vert er að kíkja eftir og koma sér upp flík í þessum stíl.*



Heklaðar flíkur

Í fyrra komu heklaðar og fléttaðar töskur og hattar sterk inn. Nú hefur stíllinn yfirfærst á kjóla, túnikur, vesti, boli og fleira. Handlagnir ættu að taka upp heklunálina og búa sér til eitthvað fallegt. Heklaðir kvöldkjólar og sexí hversdagsfatnaður er það sem koma skal, allt heklað. Þetta er einstaklega falleg og kvenleg tíska og þykir bera vott um leit tískuiðnaðarins að aukinni sjálfbærni og umhverfishugsun. Þetta er klassískur fatnaður og líklegur til að erfast frá kynslóð til kynslóðar.

Blómin blíð

Sjöundi og áttundi áratugur síðustu aldar gengur aftur í blómamynstrum og sterkum geometrískum mynstrum sem minna á veggfóðrið sem þá var svo vinsælt. Prada, Marc Jacobs og Christopher Kane nýttu sér þetta og sömuleiðis Etro og Alberta Ferretti.

Stórir kragar

Stórir kragar á skyrtum og yfirhöfnum eru aftur orðnir áberandi. Seinast munum við eftir þeim í myndinni Saturday Night Fever en þar var Tony Manero með allt á hreinu og John Travolta svo ofboðslega flottur í hlutverki hans. Svört skyrta með oddhvössum stórum kraga sem tekinn var út fyrir hvíta jakkann. Mjög flott og þetta er komið aftur. Lanvin, Ferragamo, JW Anderson og fleiri sýndu flíkur þar sem kraginn var sannarlega í aðalhlutverki.

Your shoes

Netverslun
www.skornir.is



Verð 14.995



Verð 9.995



Tilboðsverð 3.995
Verð áður 9.995

Your shoes

skórnir eru framleiddir í Portúgal úr hágæða leðri sem og náttúrulegum efnum. Skórnir eru með lausum mjúkum innleggjum og góðum gúmmísólum.

Your shoes skórnir falla vel að fætinum, eru tímalausir og einstaklega þægilegir.



Verð 11.995



Verð 9.995



Verð 11.995



Verð 12.995



Verð 12.995

skórnir þínir
SMÁRALIND
www.skornir.is

Texti / Ragna Gestsdóttir

ÖFLUG SYSTKINAÞRENNA



Séð og Heyrt

HEYRST HEFUR

Systkinin Jón (57), tónlistarmaður og útvarpsmaður, Steingrímur Sævarr (54), almannatengill og fjölmiðlamaður, og Kristín (48) framkvæmdastjóri Ólafsbörn gera það öll gott, hvert á sínu sviði.

Jón er einn þekktasti tónlistarmaður landsins, hann er einn stofnenda Bítlavinafélagsins og Sálarinnar hans Jóns míns, og einn frumherja Rásar 2, þar sem hann sér nú um þáttinn Sunnudagsmorgunn. Jón hefur samið fjölda laga sem náð hafa miklum vinsældum, samið tónlist fyrir sjónvarp og bíó, starfað sem tónlistarstjóri og fleira. Það finnst líklega engin tónlistartrappa sem Jón hefur ekki stigið og sett mark sitt á. Steingrímur gerðist eigin herra eftir að hafa starfað um árabil sem fjölmiðlamaður fyrir helstu fjölmiðla landsins, og í dag býður hann upp á ýmsa fjölmiðlatengda ráðgjöf hjá fyrirtækinu Sævarr slf. Kristín lærði bæði viðskipti og lögfræði, en hefur frekar unnið að mannúðarmálum. Eftir stjórnarsetu hjá Solaris – hjálparsamtökum fyrir hælisleitendur og flóttafólk á Íslandi, aðstoðar hún nokkrar flóttafjölskyldur sem vinur þeirra. Í dag starfar hún sem framkvæmdastjóri Píeta-samtakanna sem bjóða upp á þjónustu fyrir fólk í sjálfsvígshættu og með sjálfskaðahegðun.

Jón. Mynd / RÚV – Steingrímur. Mynd / Heiða Helgadóttir – Kristín. Mynd / Facebook



Ábreiða af Grammy-smelli

Greta Salóme, söngkona og tónlistarkona, tók fyrir stuttu ábreiðu af lagi bandarísku söngkonunnar **Billie Eilish,** Bad Guy. Lagið naut mikilla vinsælda þegar það kom út fyrir rúmu ári og hlaut meðal annars Grammy-verðlaunin sem besta lagið.

„Bad Guy, loksins! Hvað finnst ykkur?“ segir Greta Salóme á Instagram við myndbandið. „Það tók bara tvo daga að ná þessu í einni töku, en ég held að núna gæti ég leikið þetta eftir í svefni.“



Billie. Mynd / EPA Greta Salóme. Mynd / Aldís Pálsdóttir



Nanna kennir persónusköpun

Nanna Kristín Magnúsdóttir (46) leikkona sló í gegn í vetur með þátta-röðinni Pabbahelgar, sem hún lék aðalhlutverkið í, skrifaði handrit að, leikstýrði og framleiddi. Og nú í sumar geta áhugasamir lært persónusköpun hjá Nönnu, sem kennir allt við ferlið, framkvæmdina og útfærsluna við sköpun áhugaverðra persóna sem eru margslungnar en um leið trúverðugar. Nanna kennir námskeiðið bæði á íslensku og ensku og hægt er að skrá sig á **nannakristin@simnet.is**.

Myns / Bragi Þór Jósefsson

VERÐLAUNA LEIKUR

VIKAN FYRIR ÞIG OG VIN Í SUMAR



Við ætlum að gleðja fylgjendur okkar. Heppinn lesandi og vinur hans fá Vikuna í mánuð í sumar.

Farðu inn á Facebook-síðu Séð og Heyrt, taggaðu þann vin sem þú vilt gleðja og ekki gleyma að setja „like“ við síðuna. Þú mátt tagga eins marga vini og þú vilt, en bara einn í hverri athugasemd. Við drögum fimmtudaginn 4. júní.

Texti / Ragna Gestsdóttir Myndir / Facebook og fasteignaljosmyndun.is



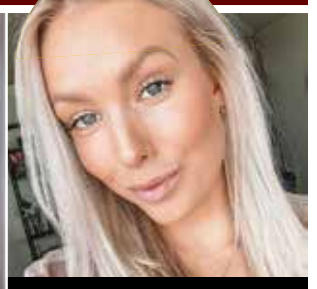
FRÆGIR SELJA FASTEIGNIRNAR

Margir af þekktum einstaklingum þjóðarinnar eru nú með fasteignir sínar á sölu.

Samkvæmt upplýsingum frá þekktum fasteignasala er það ekkert óvenjulegt. „Það koma inn eignir í hverjum mánuði hjá þekktum íslendingum,“ segir hann. „Það hefur verið mikið að gera frá 4. maí, mánuðirnir þar á undan voru rólegir.“



Skoðum nokkrar eignir sem þekktir einstaklingar eru með á sölu eða hafa nýlega selt.



Áhrifavaldsútsýni

Birgitta Líf Björnsdóttir, markaðsstjóri World Class og samfélagsmiðlastjarna, vill skilja við þetta fallega útsýni í Skuggahverfinu. Við erum ekki alveg að skilja þá ákvörðun.









Seldi tvíkeypta parhúsið

Hafþór Júlíus Björnsson kraftajötunn seldi parhús sitt í Austurkór, sem hann keypti í raun tvisvar sjálfur. Nóg pláss til að leika og lyfta, bæði inni og úti.

Gullmoli á Grettisgötu

Hjónin **Anna Rún Tryggvadóttir** listakona og **Þorleifur Örn Arnarsson** leikstjóri selja skemmtilegt og sérstakt einbýli í hjarta miðbæjarins. Sjáið bara þetta geggjaða og einstaka baðherbergi.



Sögur verða til

Ragnar Agnarsson, eigandi Sagafilm, seldi einbýlishús sitt í Skerjafirði. Það fæðast örugglega margar hug-myndir að stórverkum sem fara á sjónvarpsskjáinn eða hvíta tjaldið hér.



Listræn í Norðlingaholti

Hjónin **Ólafur Darri Ólafsson** leikari og **Lovísa Ósk Gunnarsdóttir** dansari seldu raðhús í Norðlingaholti, hannað af Rut Káradóttur arkitekt. Hvað ætli Ólafur hafi æft mörg Hollywood-hlutverk innan þessara veggja?





Sköpunarkraftur í Suðurnesjahúsi

Sigríður Dögg Arnardóttir, Sigga Dögg kynfræðingur, selur efri sérhæð í Reykjanesbæ. Hún segir húsið vottað og andahreinsað, „og gefur af sér einkar góða ritstrauma en ég hef skrifað þrjár skáldsögur hér og er að vinna í þeirri fjórðu svo einhver er sköpunarkrafturinn!“

LEGSTEINAR

Í MIKLU ÚRVALI

25% AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM GRANÍT LEGSTEINUM Í MAÍ











GRANÍT STEINAR

Helluhrauni 2, Hafnarfirði
544 5100 – granitsteinar.is

RECARO
Barnabílstólar í úrvali

SEAT FIX · AIR CIRCULATION SYSTEM · LIGHT WEIGHT · ECE NORM R 44/04 · HERO · ISO FIX · ADVANCED (SIDE) PROTECTION · 3 POINT BELT
BÍLASMIÐURINN HF
Bíldshöfða 16, 110 Reykjavík - Sími: 567 2330 - www.bilasmidurinn.is

MANNLÍF | BIRTÍNGUR EHF | ÚTGÁFUFÉLAG | SÍÐUMÚLA 28, 108 REYKJAVÍK | S: 515 5500 | 20. TÖLUBLAÐ 4. ÁRGANGUR | FÖSTUDAGURINN 29. MAÍ 2020 mannlíf.is | Ritstjórn: ritstjorn@birtingur.is

Síðast en ekki síst

Eftir / Stefán Pálsson

Á meðan við sváfum ...

Fyrir þremur mánuðum síðan greindist fyrsta COVID-smitið á Íslandi. Um þær mundir var heimsfaraldurinn að stinga sér niður í hverju landinu á fætur öðru í okkar heimshluta og upp frá því fór öll okkar tilvera og allir fréttatímar að snúast um smittíðni, hjarðónæmi, samkomubönn, deilur um nytsemi öndunargríma og misráðin lækningaráð Bandaríkjaforseta.

Fréttirnar af COVID-faraldrinum hafa rutt öllu öðru úr erlendum fréttum, auk þess sem helstu fjölmiðlar hafa kappkostað að kalla fréttamenn sína heim frá afskekktum svæðum sem viðbragð við sóttinni. Átakasvæði sem daglega var fjallað um í blöðum og ljósvakamiðlum virðast horfin sjónum okkar. En jörðin heldur nú samt áfram að snúast.

Ísraelsstjórn er staðráðin í að nýta sér ringulreið heimsfaraldursins út í ystu æsar. Þrátt fyrir fúafen spillingar og mútuþægni hefur Netanyahu enn tekist að hanga á völdum í landinu. Engin von er til þess að nokkur þau stjórnmálaöfl komist þar til áhrifa sem nálgast það að geta stuðlað að friði. Til þess eru vænisýkin og fasisminn orðin of rótgróin í Ísrael.

Hin nýja ríkisstjórn stefnir að því í sumar að innlima stóran hluta Vesturbakkans og kippa þannig fótunum undan ríki Palestínumanna. Þau áform njóta fullrar blessunar Bandaríkjastjórnar, sem jafnframt gefur samþykktum Sameinuðu þjóðanna langt nef með því að færa sendiráð sitt til Jerúsalem.

Ef svo fer sem horfir mun heimsbyggðin í júlímánuði – ef hún verður vöknuð úr COVID-rotinu – fylgjast með þungvopnuðum Ísraelsher valta yfir örvæntingarfulla og vopnlausa Palestínumenn og skilja þá eftir með einangraðar landspildur afmörkuðum af múrum og vegar-tálmum. Eina afleiðing þessa getur verið sú að breyta palestínsku þjóðinni í réttlausa undirstétt í eigin landi.

Það eru síðustu forvöð að bregðast við áður en þessi dapurlega framtíðarsýn raungerist. Alþjóðasamfélagið verður að láta í sér heyra og þar er sérlega rík ábyrgð okkar, sem viðurkenndum Palestínu sem sjálfstætt ríki langt á undan nágranna-þjóðunum.





