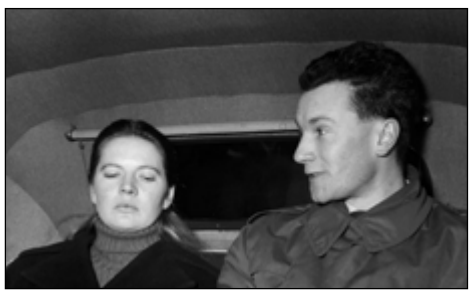


Kynferðisleg áreitni á krá

Lífsreynslusaga 18

Trúbador opnar sig



Drekkti dóttur sinni í fötu

Sakamál 34

Ástsjúk móðir tryllist



Bíræfið kjötsmygl Bryndísar

Baksýnisspegillinn 8

Ráðherrafrúin var gripin í tollinum



Krísuástand á Sælukoti

Samfélag 2

Umdeildur leikskóli undirmannaður

5. TÖLUBLAÐ 38. ÁRGANGUR FÖSTUDAGUR 12. NÓVEMBER 2021

MANN

Fréttir / Hönnun / Lífsstíll / Men

EINKAVIÐTAL



„Ég myndi fyrirgefa“

Eiríkur Sigurbjörnsson á Omega hefur misst tvö börn.

Daníel heitinn fannst í blóði sínu á föstudaginn langa.

Eiríkur grætur stanslaust sáran sonarmissi.
Hann myndi fyrirgefa banamanni sonar síns ef hann iðraðist.



Útfararþjónusta
Rúnars Geirmundssonar

Stofnað 1990

Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi

Sími · 567 9110 · utfarir@utfarir.is · www.utfarir.is

ú Útgáfan

MANNLÍF

Fréttir / Hönnun / Lífsstíll / Menning / Ísland / Heimurinn

Sólartún ehf. Útgáfufélag **Ármúla 15, 105 Reykjavík**



Ritstjóri og ábyrgðarmaður:
Reynir Traustason



Frétta- og útgáfustjóri:
Trausti Hafsteinsson



Aðstoðarútgáfustjóri:
Salome Friðgeirsdóttir



Gæðastjóri:
Kolbeinn Þorsteinsson



Markaðsstjóri:
Valdís Rán Samúelsdóttir



Ljósmyndari:
Róbert Reynisson



Auglýsingar:
Harpa Mjöll Reynisdóttir

Blaðamenn:



Björgvin Gunnarsson



Guðjón Guðjónsson



Gunnhildur Birgisdóttir



Katrín Guðjónsdóttir



Salome Friðgeirsdóttir



Svanur Már Snorrason



Svava Jónsdóttir



Kristín Arna Jónsdóttir

Lumar þú á frétt?
Sendu ábendingu á man@man.is



FRÉTT
SAMFÉLAG



Sælukot: Alvarlegar ávirðingar – eftirliti ábótavant

Menntа- og menningarmálaráðuneytið vísar athugasemdum um leikskólann Sælukot aftur til Reykjavíkurborgar. Barst ráðuneytinu tölvupóstur frá Mannlífi þar sem blaðamaður lýsti yfir áhyggjum sínum vegna ástands á leikskólanum.

Eins og Mannlíf hefur fjallað um hafa komið upp gríðarlega mörg alvarleg mál innan leikskólans. Í haust sagði móðir barns á Sælukoti frá reynslu sinni eftir að upp kom grunur að barn hennar hefði orðið fyrir kynferðislegu ofbeldi. Sagði hún frá því hvernig stjórnendur leikskólans hefðu tekið á málinu og um leið leynt bæði foreldra og annað starfsfólk um málið. Það var ekki fyrr en móðirin greindi sjálf frá því í lokuðum hópi fyrir foreldra að málið var tekið fyrir á fundi og foreldrar upplýstir.

Móðirin tók þó fram að hún hafi varast að nafngreina þann einstakling sem grunaður var um ofbeldið og ekki fór hún út í smáatriði málsins.

Í kjölfarið sýndi annar leikskólastjóri foreldrum í foreldraráði gögn frá barnaverndarnefnd um málið og taldi gögnin opinber í viðtali við Mannlíf.

Gögnin voru trúnaðarmál enda um afar viðkvæm mál að ræða og því grunur á persónuverndarbroti.

Í kjölfar umfjöllunar höfðu margir samband og sögðu sína reynslu af leikskólanum. Frásagnirnar voru bæði frá foreldrum og starfsfólki leikskólans. Ítrekað var tekið fram að leikskólinn hefði verið undirmannaður árum saman og gríðarlegt álag á starfsfólkinu.

Þá höfðu foreldrar á orði að margt af starfsfólkinu væri indælt og allt af vilja gert til að gera vel. Vandamálið væri í stjórn leikskólans sem er einkarekinn.

Kumari Kundan Singh, eða Didi Ananda Kaostubha Acarya eins og hún kýs að kalla sig, á skólann og rekur hann. Það er einróma skoðun fyrrverandi starfsmanna að stjórn leikskólans sé vandamálið.

Mikil mannekla hafi verið viðvarandi lengi og allt of mörg börn séu á hvern starfsmann. Þá segir einn fyrrverandi starfsmaður börnin oft vera eftirlitslaus vegna þess. Hægt væri að koma í veg fyrir óæskileg bit og tíð slys ef starfsmenn væru fleiri.
Þá segja starfsmennirnir að stjórn leikskólans sinni ekki ábendingum sem henni berast er varða úrbætur, sama hvort það varði leikskólalóð, samskipti, starfsfólk eða slysahættu.

Mannlíf fjallaði um skýrslur frá Heilbrigðiseftirliti Reykjavíkur en þar á bæ er haldið utan um árlegt eftirlit með leikskólum og kallast það reglubundið eftirlit. Í skýrslunum frá árinu 2016-2021 var farið í reglubundið eftirlit á Sælukot.

Allar skýrslur höfðu fleiri en eitt frávik, en er hugtakið frávik skýrt í skýrslunni.

Frávik: Frávik eru skráð ef um er að ræða skýr brot á ákvæðum starfsleyfis eða laga og reglugerða er um starfsemina gilda. Um er að ræða frávik sem fylgt er sérstaklega eftir við eftirfylgni.

Aðeins ein eftirfylgniferð var skráð, og var sú farin árið 2016.

Þá kemur hvergi fram að önnur eftirfylgniferð hafi átt sér stað þrátt fyrir að í skýringu á hugtakinu „frávik“ segi: „Um er að ræða frávik sem fylgt er sérstaklega eftir við eftirfylgni.“

Þrátt fyrir gríðarlegan fjölda mála kemur fram í svari Reykjavíkurborgar að borgin sé einfaldlega að sinna því eftirliti sem hún þurfi að sinna.

Stangast það þó á við frásagnir starfsfólks og foreldra sem halda áfram að safnast upp.

Í svari menntamálaráðuneytis segir einnig, varðandi stöðu foreldra í málum sem þessum:

„geta þeir foreldrar sem í hlut eiga leitað til ráðuneytisins vegna þeirra mála sem varða börn þeirra. Sé mat ráðuneytisins að undangengnu mati á málsatvikum að mögulega sé um brot á lögum um leikskóla, nr. 90/2008, að ræða mun ráðuneytið kanna málið frekar á grundvelli 1. mgr. 3. gr. laganna eða eftir atvikum leiðbeina viðkomandi um kæruheimild, sbr. 30. gr. laganna.“

Vert er að taka fram að Didi, rekstraraðili Sælukots, vísar öllum ásökunum á bug og sakar fólk um lygar. Ekki náðist samband við Sælukot við vinnslu fréttar þessarar þrátt fyrir ítrekaðar tilraunir.

Lind stofnar sérstaka

Atvinnuhúsnæðisdeild

Lind Atvinnuhúsnæðisdeild

Yfir 50 ára reynsla í sölu og leigu á atvinnuhúsnæðum.
Vantar allar gerðir eigna á skrá, heyrðu í okkur eða sendu okkur tölvupóst á **atv@fastlind.is**

Nánari upplýsingar veita



Ísak V. Jóhansson
Sölustjóri
822 5588
isak@fastlind.is



Viðar Marinósson
Lögg. fasteignasali
898 4477
vidar@fastlind.is



Hannes Steindórsson
Lögg. fasteignasali
699 5008
hannes@fastlind.is

LIND FASTEIGNASALA

Lind fasteignasala • Bæjarlind 4 • 201 Kópavogur • 510 7900 • fastlind.is

Texti / Björgvin Gunnarsson

Þetta helst
SAMFÉLAG

Málið í hnotskurn

Í fréttum var þetta helst

Veikindi, vefja, Efling og fleiri sögur



Veikindaleyfi Kristjáns framlengt um þrjár vikur: „Hoppandi út um allar koppagrundir á okkar kostnað“

Eins og Mannlíf greindi fyrst frá er Kristján Þór Magnússon, sveitarstjóri Norðurþings, í **veikindaleyfi** af ótilgreindum ástæðum. Veikindaleyfi hans hefur nú verið framlengt.

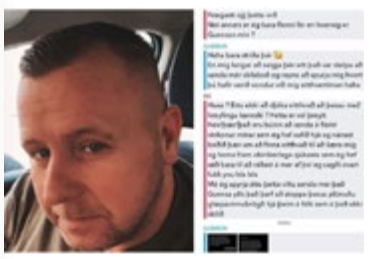
Kristján Þór er kvæntur fyrrverandi fjölmiðlakonunni Guðrúnu Dís Emilsdóttur, en eins og Mannlíf greindi frá þá herma heimildir að hún sé að **pakka niður** og undirbúa flutning frá Húsavík.

Tekið skal fram að Mannlíf hefur ekki fengið staðfest hvað veldur því að hún hyggst flytja á brott. Í samtali við blaðamann Mannlífs vildi Guðrún Dís ekki staðfesta hver ástæðan væri.

Stefán Guðmundsson, eigandi hvalaskoðunarfyrirtækisins Gentle Giants á Húsavík, sagði eftirfarandi í **frétt Mannlífs** sem virðist renna stoðum undir að eitthvert ólag sé á einkalífi Kristjáns Þórs:

„Enda býsna fjölbreytt að því er virðist á hvaða forsendum starfsmenn stjórnlauss stjórnsýsluhússins fara í svokallað veikindaleyfi undanfarnar vikur á fullum launum eftir því sem mér skilst best og mánuðum saman ... og gjarnan tengt svokallaðri „kulnun“ í starfi. En eru um leið hoppandi og skoppandi út um allar koppagrundir á okkar kostnað. Svo er hitt. Sumir virðast ekki geta skilið á milli pólitíkur og einkamála. Hafa ekkert endilega greind eða vilja til þess. Þá verður gjarnan til hrærigrautur skrítinna tilfinninga og skoðanaskipta. Skoðun mín á bæjarstjóra og hans framgöngu undanfarin ár er óbreytt. Meira síðar. En ef hann á um sárt að binda í sínu einkalífi og veikindaleyfi – þá óska ég honum alls hins besta og góðs bata.“

Sjá alla fréttina: **Veikindaleyfi Kristjáns framlengt um 3 vikur: „Hoppandi út um allar koppagrundir á okkar kostnað“**



Reynir og nafnlausa blaðakonan: „Fæ oft skilaboð í þessum dúr frá vinkonum sem ég hef sofið hjá“

„Reglulega fæ ég skilaboð í þessum dúr frá gömlum vinkonum sem ég hef sofið hjá eitthvertíman á lífsleiðinni ... Þar sem þær eru spurðar um kynlífið með mér eða hvort við höfum sofið saman“ Þannig hefst pistill Reynis Bergmann, eiganda veitingastaðarins Vefjunnar, sem hann birti á Facebook-síðu sinni fyrir nokkru.

Pistli Reynis fylgja skjáskot sem hann segir koma frá vinkonu sinni og inniheldi sendingar frá ónefndri blaðakonu til hennar. Auk þess eru meðfylgjandi skjáskot af spjalli Reynis við vinkonuna í gegnum samskiptaforritið Snapchat, þar sem kemur fram að hún heiti Guðrún.

Samtal Reynis og Guðrúnar á Snapchat:

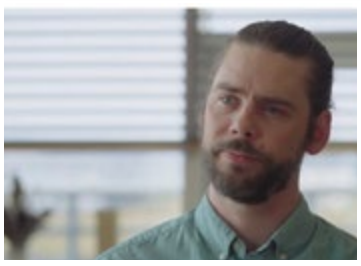
Guðrún: „Hvað seigir frægasti vinur minn ?“

Reynir: „Frægasti ojjj þetta orð. Nei annars er ég bara flenni fín en hvernig er Gunnsan mín ?“

Guðrún: „Haha bara stríða þér. En mig langar að seigja þér eitt það var stelpa að senda mér skilaboð og reyna að spurja mig hvort þú hafir verið vondur við mig eitthvertíman haha“

Reynir: „Haaa ? Ertu ekki að djóka eitthvað að þessu me2 hreyfingu kannski ? Þetta er vel þreytt. Þeir/þær/það eru búnin að senda á fleirri vinkonur mínar sem ég hef sofið hjá og nánast beðið þær um að finna eitthvað til að kæra mig og koma fram obinberlega sjúkasta sem ég hef séð bara til að níðast á mer af því eg sagði ovart fukk you bla bla. Má ég spyrja áttu þetta viltu senda mer það. Gunnsa plís það þarf að stoppa þessa plönuðu glæpavinnubrögð hjá þeim á fólk sem á það ekki skilið“

Sjá alla fréttina: **Reynir og nafnlausa blaðakonan: „Fæ oft skilaboð í þessum dúr frá vinkonum sem ég hef sofið hjá“**



Tvær sögur af Þóri Sæmundssyni: „Hann vissi allan tímann að hann var að tala við barn“

„Ég var 17 ára þegar hann byrjaði að senda óviðeigandi skilaboð á Facebook,“ segir í frásögn ungrar konu sem lýsir þar reynslu sinni af samskiptum við Þóri Sæmundsson, sem kom fram í viðtali í fréttaskýringaþættinum Kveik í gær. Mannlíf fékk söguna senda og er hún birt með góðfúslegu leyfi konunnar.

Eftirfarandi frásagnir eru einhliða og því birtar með fyrirvara. Þrátt fyrir ítrekaðar tilraunir náðist ekki í Þóri Sæmundsson við vinnslu fréttarinnar.

Konan segir frá því hvernig þau Þórir hafi á þessum tíma leikið saman í sýningu. Þar var hann í aðalhlutverki en hún tilheyrði barnahópi í leikritinu og var, eins og áður sagði, enn barnung þegar samskipti þeirra hófust. Hún segir frá því hvernig hún hafi seinna meir hitt hann á bar og farið heim með honum, þá orðin 18 ára gömul. Þau hafi í framhaldinu sofið saman.

„Þar sagði hann meðal annars að ég væri svo ung og saklaus.“

Hún lýsir því hvernig hann hafi seinna falast eftir því við hana og aðra stúlku, þá 17 ára, að þær kæmu heim með honum og þau færu í trekant (threesome). Hann hafi reynt að selja hugmyndina með því að segja stelpunum að hann ætti mjög mikið af grasi. Stuttu seinna hafi hún og tvær vinkonur hennar, þær allar á aldrinum 17–18 ára, átt í Snapchat-samskiptum við Þóri, þar sem hún segir hann ýmist hafa sent myndir af typpinu á sér eða beðið þær um að koma til sín í kynlífsorgíu (foursome).

„Á þessum tíma var ég mjög ung og leit upp til eldri og reyndari manns sem naut virðingar í leikhúsi og sjónvarpi og var upp með mér að fá athygli frá honum og að hann vildi sofa hjá mér. En þegar ég lít til baka núna finnst mér þetta allt mjög ógeðslegt og að hugsa til þess að ég hafi verið rétt skriðin yfir 17 ára aldur og varla komin með brjóst eða búin með kynþroskann.“

Sjá alla fréttina: **Tvær sögur af Þóri Sæmundssyni: „Hann vissi allan tímann að hann var að tala við barn“**



Sólveig tjáir sig um hótanir: „Kallaði mig alltaf „konuna“ þegar hann var að úthúða mér sem fífli“

Frá því að Sólveig Anna Jónsdóttir ákvað **frá að hverfa** sem formaður Eflingar hefur hún gefið út sex yfirlýsingar á Facebook-síðu sinni. Þær snerta allar brotthvarf hennar og þær ástæður sem hún segir liggja þar að baki. Sömuleiðis fjalla þær um átök og deilur innan skrifstofu Eflingar. Sólveig Anna hefur ekki enn viljað tala beint við fjölmiðla. Hún hafnaði því til að mynda að mæta í Kastljós fyrir nokkru.

Í nýjustu yfirlýsingu sinni kemur Sólveig meðal annars inn á þær hótanir sem hún segist hafa orðið fyrir af hálfu starfsmanns Eflingar. „Í ályktun trúnaðarmanna starfsfólks skrifstofu Eflingar frá því í sumar var því haldið fram að ég hefði stöðugt í hyggju eða væri búin að framkvæma fyrirvaralausar uppsagnir.

Fyrirvaralaus uppsögn er talið mjög alvarlegt brot á launamanni hafi atvinnurekandi ekki fyrir henni mjög góðar ástæður svo sem að launamaður hafi sýnt stórkostlegt gáleysi, hafi rækt störf sín með verulega ófullnægjandi hætti eða gerst alvarlega brotlegur í starfi,“ segir Sólveig Anna í sjöttu yfirlýsingu sinni sem hún birti á Facebook-síðu sinni.

„Ég hugsa að ég hefði getað framkvæmt fyrirvaralausa uppsögn á þeim manni sem hótaði því að koma heim til mín og gera mér mein þegar ég fékk um hótunina vitneskju 13. október síðastliðinn. Það gerði ég þó ekki. Hann var ekki einu sinni áminntur. Hvers vegna ákvað ég að gera ekkert? Vegna þess að mér var tilkynnt að manneskjan sem hann upplýsti um langanir sínar til að fara heim til mín og gera mér illt (sem hann myndi komast upp með vegna þess að hann væri með hreina sakaskrá og yrði því ekki dæmdur til fangelsisvistar) vildi ekki, þrátt fyrir að vera svo brugðið við orð þess sem hótaði að hún leitaði með áhyggjur sínar til annars trúnaðarmanns starfsfólks skrifstofunnar og allavega eins annars starfsmanns, standa með mér vegna þess að hún vildi „vernda vinnusamband sitt samstarfsfélaga sinn til margra ára“.

Sjá alla fréttina: **Sólveig tjáir sig um hótanir: „Kallaði mig alltaf „konuna“ þegar hann var að úthúða mér sem fífli“**

Orðrómur

rt@man.is

Grjótharður Gísli



Einn vinsælasti sjónvarpsmaður landsins, ***Gísli Einarsson****, ritstjóri Landans, upplýsti nýverið að hann glímdi við sjaldgæfan taugasjúkdóm, Pure Autonomic Failure, sem lýsir sér þannig að blóðþrýstingurinn er alla jafna frekar lágur. Gísli útskýrði af hverju hann hefur stutt sig við ljósastaura vítt og breitt um landið og hvers vegna hann stendur iðulega með krosslagða fætur. Sjúkdómurinn er ástæðan. Gísli gefur þó ekkert eftir og hann er grjótharður göngumaður sem fer um fjöll og firnindi. Hann er einmitt einn af stofnendum nýstofnaðs Ferðafélags Borgarfjarðarhéraðs sem stendur fyrir öflugum göngum um heimahérað Gísla ...*

Vinur Rolling Stones



Athafnamaðurinn ***Jón Ólafsson****, sem stofnaði vatnsfyrirtækið Icelandic Glacial, túrar um þessar mundir með hinni goðsagnakenndu rokkhljómsveit* ***Rolling Stones****. Á dögunum birtist mynd af honum í einkaþotu hljómsveitarinnar. Viðskiptablaðið sagði í sumar frá endurnýjuðu samstarfi Icelandic Glacial og Rolling Stones sem gengur út á að lágmarka kolefnisspor af yfirstandandi tónleikaferðalagi sveitarinnar í Bandaríkjunum. Er yfirskrift ferðalagsins „No Filter“. Einhverjir hafa alið með sér þá von að Jóni takist að fá þá félaga til Íslands, en það gæti verið snúið vegna kostnaðarins því kvöldið hjá hljómsveitinni kostar sjö milljónir dollara eða tæpan milljarð íslenskra króna. Það gæti því orðið bið á því að* **Mick Jagger** *og félagar komi til Íslands ...*





Guðmundur óvinsæll



Sólveig Anna Jónsdóttir*, fyrrverandi formaður Eflingar, á samúð margra í þeirri stöðu að hafa verið hrakin úr starfi formanns Eflingar. Sá sem harðast gekk fram í málinu gegn Sólveigu Önnu var* ***Guðmundur Baldursson*** *stjórnarmaður sem linnti ekki látum fyrr en Sólveig sagði af sér. Guðmundur þykir ekki merkilegur pappír eftir framgöngu sína sem af sumum er talin lítilmannleg. Það er mál margra að hann hafi ekkert upp úr krafsinu annað en að verða hrakinn úr stjórn með smán við næstu kosningar ....*



Poppstjarna með hamar



Poppstjarnan ***Einar Ágúst Víðisson*** *var á milli tannanna á fólki í vikunni eftir að maður lýsti því að Einar Ágúst hefði veist að honum með hamar að vopni. DV spurði Einar um málið en hann taldi það vera fjarstæðu. Þá fannst honum það snautlegt að maðurinn skyldi halda því fram að hann hefði verið með hamar en ekki sveðju eða hafnaboltakylfu að vopni. Einar Ágúst á að baki skrautlega fortíð en hefur mörg undanfarin ár haldið sig við beinu brautina ...*

Mosi með svörtum eða hvítum ramma 42x42 cm

Mosi með svörtum eða hvítum ramma 50x50 cm



Lífgaðu upp á heimilið með mosa.

Innrammaður mosi sem er fullkominn til að hengja upp inn á bað eða inn í stofu.

Ármúli 31 | 588 73 32 | i-t.is

Mánudaga - Fimmtudaga 9-18
Föstudaga 9-17 | Laugardaga 11-14

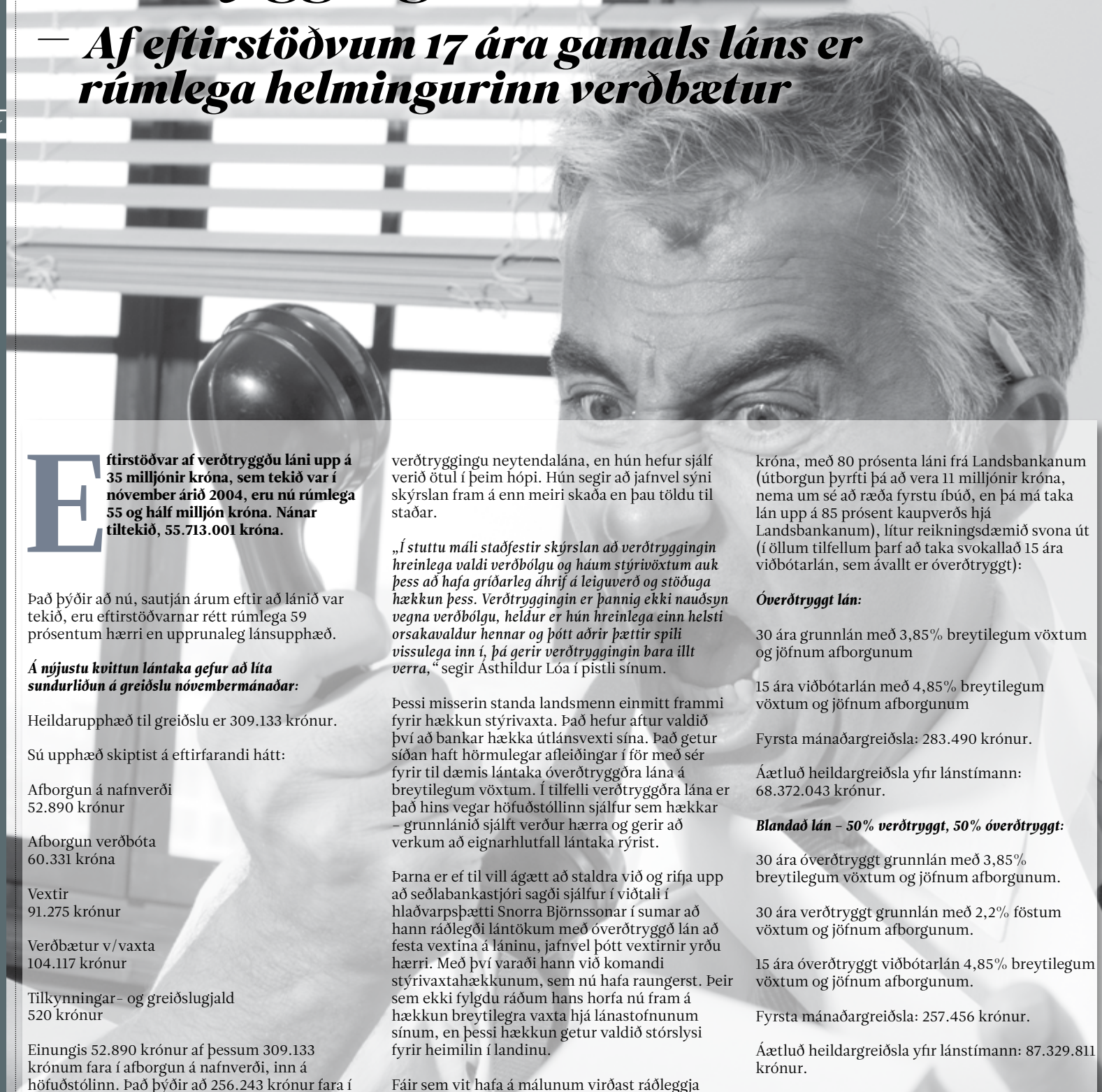
INNRÉTTINGAR & TÆKI

Innlent
NEYTENDAMÁL

Texti / Gunnhildur Kjerúlf Birgisdóttir

Verðtryggingin

— Af eftirstöðvum 17 ára gamals láns er rúmlega helmingurinn verðbætur



Eftirstöðvar af verðtryggðu láni upp á 35 milljónir króna, sem tekið var í nóvember árið 2004, eru nú rúmlega 55 og hálf milljón króna. Nánar tiltekið, 55.713.001 króna.

Það þýðir að nú, sautján árum eftir að lánið var tekið, eru eftirstöðvarnar rétt rúmlega 59 prósentum hærri en upprunaleg lánsupphæð.

Á nýjustu kvittun lántaka gefur að líta sundurliðun á greiðslu nóvembermánaðar:

Heildarupphæð til greiðslu er 309.133 krónur.

Sú upphæð skiptist á eftirfarandi hátt:

Afborgun á nafnverði
52.890 krónur

Afborgun verðbóta
60.331 króna

Vextir
91.275 krónur

Verðbætur v/vaxta
104.117 krónur

Tilkynningar- og greiðslugjald
520 krónur

Einungis 52.890 krónur af þessum 309.133 krónum fara í afborgun á nafnverði, inn á höfuðstólinn. Það þýðir að 256.243 krónur fara í önnur gjöld. Í prósentum talið eru það því aðeins rúm 17 prósent af heildarupphæð mánaðarlegrar afborgunar sem fara inn á höfuðstólinn, á meðan önnur gjöld nema tæplega 83 prósentum.

Fyrir afborgun nóvembermánaðar stendur höfuðstóll lánsins í 26.078.601 krónu. Eftir afborgunina stendur höfuðstóllinn því í 26.025.711 krónum.

Áfallnar verðbætur eftir greiðslu nóvembermánaðar eru 29.687.290 krónur. Þetta þýðir að af eftirstöðvum lánsins, ríflega 55 og hálfri milljón, er rúmlega helmingurinn verðbætur. Verðbæturnar einar og sér eru orðnar hærri en sjálfur höfuðstóllinn, eða nafnverðið.

Lán með verðtryggingu eru uppreiknuð út frá spám um hækkun vísitölu neysluverðs. Þetta lán, sem á lántökudegi var upp á 35 milljónir króna er út frá þessum spám uppreiknað í 74.924.179 krónur. Það er sú upphæð sem gert er ráð fyrir að lántakinn hafi greitt fyrir lánið í heildina þegar lánstíma lýkur.

Vextir á þessu verðtryggða láni eru 4,20 prósent.

Deyjandi verðtrygging?

Umræðan um verðtryggð lán skýtur reglulega upp kollinum. Margoft hefur verið bent á gegndarlausa gróðastefnu lánastofnana í samanburði við lánastofnanir á hinum Norðurlöndunum. Raunar virðist verðtryggingin á Íslandi vera einsdæmi; í það minnsta er ekkert í líkingu við verðtryggingu við lýði á húsnæðislánum í þeim löndum sem við alla jafna berum okkur helst saman við.

Ásthildur Lóa Þórsdóttir, þingmaður Flokks fólksins, skrifaði nýlega athyglisverðan pistil um verðtrygginguna í Morgunblaðið.

Þar reifar hún í stuttu máli niðurstöður skýrslu sem liggur að hennar sögn inni í félagsmálaráðuneytinu og hefur ekki fengist birt.

Ásthildur Lóa segir niðurstöður skýrslunnar staðfesta málflutning þeirra sem barist hafa gegn verðtryggingu neytendalána, en hún hefur sjálf verið ötul í þeim hópi. Hún segir að jafnvel sýni skýrslan fram á enn meiri skaða en þau töldu til staðar.

„Í stuttu máli staðfestir skýrslan að verðtryggingin hreinlega valdi verðbólgu og háum stýrivöxtum auk þess að hafa gríðarleg áhrif á leiguverð og stöðuga hækkun þess. Verðtryggingin er þannig ekki nauðsyn vegna verðbólgu, heldur er hún hreinlega einn helsti orsakavaldur hennar og þótt aðrir þættir spili vissulega inn í, þá gerir verðtryggingin bara illt verra,“ segir Ásthildur Lóa í pistli sínum.

Þessi misserin standa landsmenn einmitt frammi fyrir hækkun stýrivaxta. Það hefur aftur valdið því að bankar hækka útlánsvexti sína. Það getur síðan haft hörmulegar afleiðingar í för með sér fyrir til dæmis lántaka óverðtryggðra lána á breytilegum vöxtum. Í tilfelli verðtryggðra lána er það hins vegar höfuðstóllinn sjálfur sem hækkar – grunnlánið sjálft verður hærra og gerir að verkum að eignarhlutfall lántaka rýrist.

Þarna er ef til vill ágætt að staldra við og rifja upp að seðlabankastjóri sagði sjálfur í viðtali í hlaðvarpsþætti Snorra Björnssonar í sumar að hann ráðlegði lántökum með óverðtryggð lán að festa vextina á láninu, jafnvel þótt vextirnir yrðu hærri. Með því varaði hann við komandi stýrivaxtahækkunum, sem nú hafa raungerst. Þeir sem ekki fylgdu ráðum hans horfa nú fram á hækkun breytilegra vaxta hjá lánastofnunum sínum, en þessi hækkun getur valdið stórslysi fyrir heimilin í landinu.

Fáir sem vit hafa á málunum virðast ráðleggja fólki að taka verðtryggð lán, nema þá helst bankarnir sjálfir, sem virðast oft treysta á að lántakar hugsi einungis mánuð fram í tímann. Að fólk horfi einungis á lægri mánaðarlegar afborganir verðtryggðra lána og sjái þar með hag sínum betur borgið innan þess fyrirkomulags. Að fólk athugi ekki hve mjög höfuðstóll verðtryggðs láns komi til með að hækka á lánstímanum. Svo ekki sé talað um þær umtalsverðu fjárhæðir sem fara í verðbætur – og verðbætur vegna vaxta.

Með óverðtryggðum lánum borgar lántakinn meira í upphafi, vextir eru hærri og þar með mánaðarlegar afborganir, en eignamyndun er sömuleiðis hraðari. Engar verðbætur leggjast á höfuðstólinn.

Raunar hefur Ásgeir seðlabankastjóri sagt að hann spái því að verðtryggingin sé smátt og smátt að fara að deyja út. Það muni gerast eftir því sem fleiri lántakar endurfjármagni lán sín og breyti þeim í óverðtryggð.

„Í fyrsta sinn er það raunverulegur valkostur fyrir heimilin að skipta yfir í nafnvexti og þannig afnema verðtrygginguna að eigin frumkvæði af sínum lánum. Þetta eru mikil tímamót og fela í sér að verðtryggingin mun deyja út,“ sagði seðlabankastjóri í viðtali við Fréttablaðið í júní árið 2020.

Það eru þó alls ekki allir sem hafa efni á því að endurfjármagna lánin sín – því fer fjarri. Til þess þarf eign lántaka að vera orðin verðmeiri. Sem getur reynst ansi snúið þegar höfuðstóll lánsins hefur stökkbreyst í verðbólgu og viðkomandi lántaki á skyndilega mun minna í eign sinni en hann átti þegar lánið var tekið. Það sem getur þó vegið upp á móti er hækkað fasteignamat eignar, sem skilar sér í hærra metnum eignarhlut. Hækkað fasteignamat er þó yfirleitt ekki í samræmi við stökkbreytingu á höfuðstól verðtryggðs láns á verðbólgutímum.

Í reiknivél á vefsíðu Landsbankans má glöggva sig á muninum á verðtryggðu og óverðtryggðu láni. Ef við gefum okkur kaup á íbúð á 55 milljónir króna, með 80 prósenta láni frá Landsbankanum (útborgun þyrfti þá að vera 11 milljónir króna, nema um sé að ræða fyrstu íbúð, en þá má taka lán upp á 85 prósent kaupverðs hjá Landsbankanum), lítur reikningsdæmið svona út (í öllum tilfellum þarf að taka svokallað 15 ára viðbótarlán, sem ávallt er óverðtryggt):

Óverðtryggt lán:

30 ára grunnlán með 3,85% breytilegum vöxtum og jöfnum afborgunum

15 ára viðbótarlán með 4,85% breytilegum vöxtum og jöfnum afborgunum

Fyrsta mánaðargreiðsla: 283.490 krónur.

Áætluð heildargreiðsla yfir lánstímann: 68.372.043 krónur.

Blandað lán – 50% verðtryggt, 50% óverðtryggt:

30 ára óverðtryggt grunnlán með 3,85% breytilegum vöxtum og jöfnum afborgunum.

30 ára verðtryggt grunnlán með 2,2% föstum vöxtum og jöfnum afborgunum.

15 ára óverðtryggt viðbótarlán 4,85% breytilegum vöxtum og jöfnum afborgunum.

Fyrsta mánaðargreiðsla: 257.456 krónur.

Áætluð heildargreiðsla yfir lánstímann: 87.329.811 krónur.

Reiknað út frá verðbólguspá upp á 4,35 prósent.

Verðtryggt lán:

30 ára verðtryggt grunnlán með 2,2% föstum vöxtum og jöfnum afborgunum.

15 ára óverðtryggt viðbótarlán með 4,85% breytilegum vöxtum og jöfnum afborgunum.

Fyrsta mánaðargreiðsla: 231.183 krónur.

Áætluð heildargreiðsla yfir lánstímann: 106.201.190 krónur.

Reiknað út frá verðbólguspá upp á 4,35 prósent.

Ekki náttúrulögmál

Í pistli sínum í Morgunblaðinu kallar Ásthildur Lóa eftir því að stjórnvöld taki afstöðu með fólkinu í landinu með því að forgangsraða í þeirra þágu, frekar en í þágu banka- og fjármálafyrirtækja.

Hún fer yfir hagnað bankanna, sem enn fer hækkandi. „Um mitt ár var samanlagður hagnaður þeirra frá hruni orðinn 900 milljarðar og nú hafa a.m.k. 60 milljarðar bæst við.“

Hún segir heimilin í landinu ekki vera „ótæmandi auðlind fyrir fjármálakerfið“.

„Þetta fé verður ekki til úr engu. Það kemur frá okkur, fólkinu í landinu, í formi okurvaxta og verðtryggingar og það er látið eins og þeir sem eiga að gæta hagsmuna fólksins í landinu, séu bara algjörlega valdalausir gagnvart þessu, eins og þetta sé eitthvert náttúrulögmál, en svo er ekki,“ segir Ásthildur í pistlinum.

Það er svo aftur rannsóknarefni, eins og Ásthildur veltir upp í skrifum sínum, hvernig það má vera að fyrirtæki sem sýna svona „stjarnfræðilegan hagnað“ geti á sama tíma hækkað verðskrá sína.



EFNALAUGIN BJÖRG

HÁALEITISBRAUT

STOFNAÐ 1953

GÆÐI – ÞEKKING – ÞJÓNUSTA

Háaleitisbraut 58–60 • 108 Reykjavík • haaleiti@bjorg.is • Sími: 553 1380

Texti / Kolbeinn Þorsteinsson Myndir / Úr safni

Baksýnisspegillinn
BRYNDÍS SCHRAM

Bíræfið kjötsmygl Bryndísar



Þann 2. júlí, 1993, bar svo við að utanríkisráðherrahjón þess tíma á Íslandi, Jón Baldvin Hannibalsson og Bryndís Schram, áttu leið um flugstöðina í Keflavík á leið sinni til landsins. Eðli málsins samkvæmt höfðu hjónin með sér einhvern farangur og kom það í hlut bílstjóra að annast um farteski þeirra.

Þegar bílstjórinn hugðist fara út af fríhafnarsvæðinu ákváðu tollverðir að kanna nánar farangur þann sem hann var með. Má velta fyrir sér hvað olli því, þar sem Jón Baldvin var með svonefnt rautt vegabréf, sem hefði átt að gera hann undanþeginn slíkri meðferð. Það er þó önnur saga. Við leit ráku tollarar augun í hrátt kjöt í farangri sem merktur var Bryndísi Schram. Innflutningur á slíku hnossgæti var stranglega bannaður með lögum, enda talin smithætta af slíkum varningi. Ekki fylgir þó sögunni hverjir eða hvað sé einna mest útsett fyrir þeirri smithættu.

Allt um það. Sennilega hefði fennt yfir þetta mál ef ekki hefði verið fyrir vökulan sjónarvott sem áleit það siðferðislega skyldu sína að tilkynna um það. Sá sendi landbúnaðarráðuneytinu skýrslu um glæpinn og fréttamaðurinn knái á Stöð 2, Kristján Már Unnarsson, komst á snoðir um hana. Þá varð ekki aftur snúið, en þó liðu tvær vikur þar til Stöð 2 flutti fyrstu fréttir af stórsmygli Bryndísar.

Þegar þarna var komið sögu voru tveir aðrir fjölmiðlar „á sporinu“, eins og segir í Vikublaðinu 30. júlí 1993, DV og Ríkissjónvarpið, en þeim hafði lítt orðið ágengt í umfjöllun um málið. Morgunblaðið sá ekki ástæðu til að birta frétt um smyglið, fannst sennilega lítið kjöt á beinunum.

Það leið heil vika frá umfjöllun fjölmiðla um málið áður en „sökudólgurinn“ gaf sig fram. Sá var hvorki Jón Baldvin né Bryndís, ó nei. Það var vinkona Bryndísar, Brynja nokkur Benediktsdóttir, sem hafði með þessum ófyrirleitna hætti reynt blygðunarlaust að smygla inn í landið stórhættulegri bannvöru.

Haft var eftir Bryndísi að hvað sem eiganda þess leið þá hafi kjötið í raun verið ætlað þeim ráðherrahjónum. Vinkonan mæta hefði stefnt að matarboði fyrir þau og haft var eftir Bryndísi í tollinum að þar hefði „sunnudagssteikin farið fyrir lítið“. Hvort um var að ræða væna flís af feitum sauð komst aldrei í hámæli og aldrei var lögð fram nokkur kæra vegna þessarar djarflegu smygltilraunar.



Úthýstu kuldanum með viðhaldsfríum PVC gluggum



Einangrunargildi glugga og hurða frá Kjarnagluggum er einstakt. Marghólfa PVCu prófíllinn og 28 mm þykkt á gleri, tryggir þér einangrun án hliðstæðu!

Við veitum faglega ráðgjöf.

KJARNAGLUGGAR

WWW.KJARNAGLUGGAR.IS

Innlent

LEIÐARI

Barnsröddin og glóparnir í Glasgow

Eftir / Reyni Traustason

Loftslagsráðstefnan í Glasgow stefnir í að verða til lítils gagns fyrir heimsbyggð sem glímir við mannkyn sem er að tortíma sjálfu sér. Öll markmið um að draga úr útblæstri og minnka þannig fárið sem hlýst af hlýnun jarðar eru í skötulíki. Sjálfur mættum við Íslendingar með her manna á ráðstefnuna en engin raunveruleg markmið utan þess að vera með afrit af stefnu Evrópusambandsins. Við gátum allt eins verið heima.

Það grátlega við allt uppistandið er að þjóðum heims er fullkunnugt um ástandið en eiginhagsmunir einstakra ríkja verða til þess að ekki tekst að ná samkomulagi um raunveruleg og nauðsynleg markmið. Bandaríkjamenn og Kínverjar skakklappast í málinu og hafa boðað sína eigin stefnu um að draga úr útblæstri. Samstaðan er sáralítil um að bregðast við yfirstandandi vanda sem leiðir af sér flóð, fellibylji og tilheyrandi fjölda glataðra mannslífa.

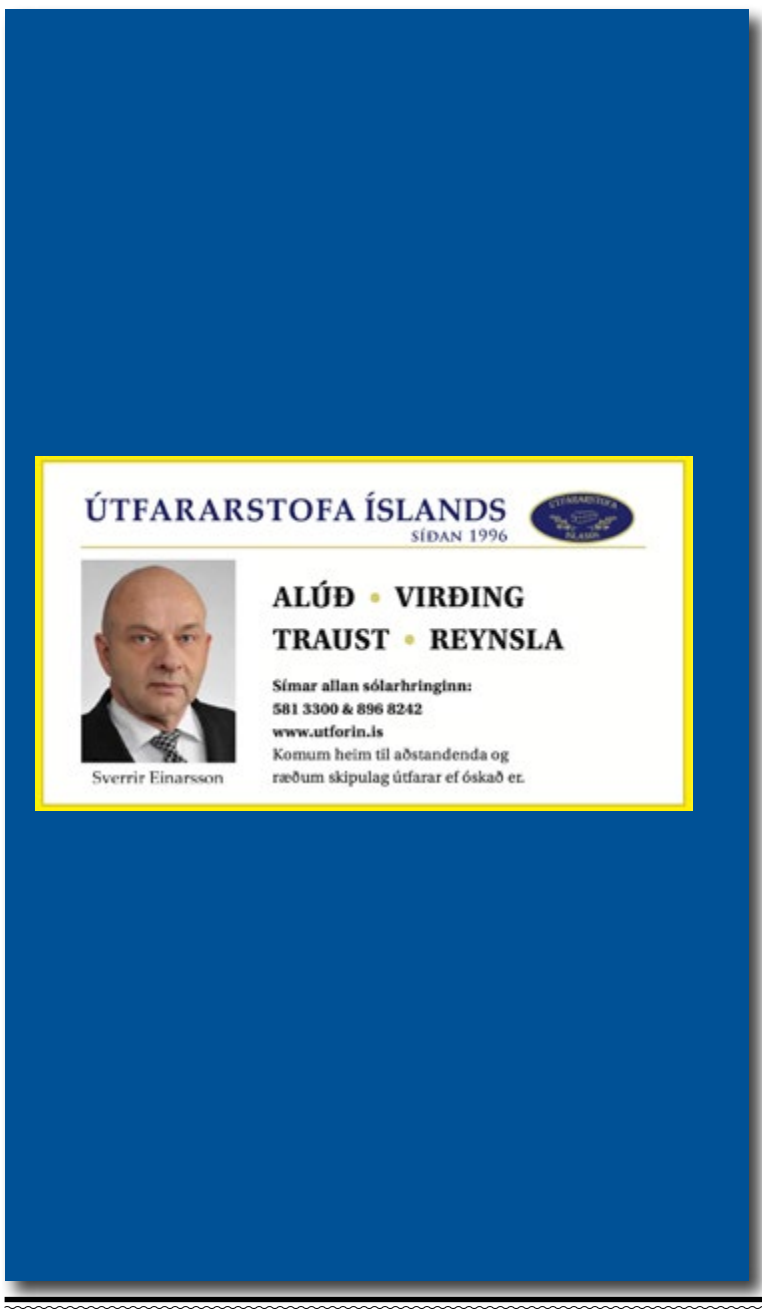
Afneitunarsinnar segja að vandinn sé af náttúrulegum ástæðum og engin inngrip nauðsynleg. Það þarf enga ofurgreind til að átta sig á því að sóðaskapur mannkyns hefur miklar afleiðingar og inngrip geta ekki verið til annars en góðs. Rafvæðing bíla, skipa og flugvéla er eitthvað sem myndi aðeins verða til góðs. Hringrásarhagkerfi er af sama toga. Það minnkar kolefnissporið og gerir líf okkar bærilegra.



Bjartasta röddin í Glasgow er barnsrödd.

Fjölmargt frægðarmenna er í Glasgow undir því yfirskini að bregðast við ástandinu. Það skondna er að margir þeirra koma á einkaþotum og spúa þannig sóti yfir heimsbyggðina á ferðalagi sínu til að bjarga heiminum. Þeir predika eitt en aðhafast annað. Það er sláandi að bjartasta röddin í Glasgow er barnsrödd. Sú sænska Greta Thunberg lætur þjóðarleiðtogana heyra það vegna viljaleysisins, getuleysisins, bjargarleysisins og vesaldómsins. Greta er eins og barnið í ævintýrinu. Á meðan múgurinn hyllti nakinn keisarann fyrir að vera í svo fallegum fötum þá var það barnið sem benti á þann raunveruleika að keisarinn var ekki í neinum fötum. Greta er í þessu hlutverki í Glasgow. Keisarar heimsins eru naktir þótt þeir þykist vera uppstrílaðir og viljugir til góðra verka.

Ráðstefnan í Glasgow er út af fyrir sig ágæt til þess að vekja athygli á ástandi sem við Íslendingar sjáum myndgerast í bráðnandi jöklum. Okið er horfið og fleiri jöklar eru á förum. Við sendum 50 manna sendinefnd á ráðstefnuna með óskrifaða stefnu í farangrinum. Afsökunin er sú að ný ríkisstjórn hafi ekki mótað sér stefnu. Glóparnir í Glasgow ættu að hlusta á rödd barnsins í stað þess að halda áfram skollaleiknum sem gengur út á að þykjast vilja gera gagn.







Góð vika

Slæm vika

Leikskólinn Aðalþing

Leikskólinn Aðalþing átti mjög góða viku en hann hlaut íslensku menntaverðlaunin fyrir framúrskarandi, framsækið, skapandi skólastarf og lýðræðislega starfshætti.

Íslensku menntaverðlaunin voru veitt við hátíðlega athöfn á Bessastöðum í vikunni. Þau voru upprunalega stofnuð til að auka veg menntaumbótastarfs og vekja athygli á því góða og metnaðarfulla starfi sem stundað er í skólum og frístundastarfi.

Leikskólinn Aðalþing tók til starfa í mars 2009. Í skólanum eru allt að 120 börn á aldrinum eins til sex ára og 30 starfsmenn. Starf skólans hefur einkennst af miklum metnaði, starfsþróun og umbótastarfi. Skólinn hefur frá upphafi stefnt að því að vera rannsóknarleikskóli í fararbroddi og þar hefur verið ráðist í fjölmörg þróunarverkefni.

Skólinn er rekinn í anda hugmyndafræði Loris Malaguzzi, sem oftast er kennd við bæinn Reggio Emilia á Ítalíu. Áhersla er lögð á leikinn sem undirstöðu náms hjá börnunum, skapandi starf og á að umhverfi leikskólans styðji við náttúrulega rannsóknar- og sköpunarþörf barna. Hlutverk starfsfólks er að vera samverkamenn barnanna. Lykilorð í starfinu eru ígrundun – lýðræði – náttúra – upplýsingatækni.

Starfið á Aðalþingi hefur vakið athygli á landsvísu og út fyrir landsteinana, m.a. fyrir matarmenningu sína. Áhersla er lögð á að matur sé sem mest unninn frá grunni í leikskólanum. Börnin borða í sérstakri matstofu í fallegu, heimilislegu umhverfi, börnin velja sér sjálf mat af hlaðborði og ráða hvar þau sitja.

Landspítalinn

Landspítalinn hefur því miður ekki átt góða viku eða misseri.

Það er eins og að sparka í liggjandi mann fyrir þá sem standa vaktina á Landspítalanum þegar stöku ráðherrar og alþingismenn hrópa á torgum hversu brýnt það sé afnema allar takmarkanir vegna kórónuveirufaraldursins. Þetta segir Tómas Guðbjartsson, yfirlæknir á skurðsviði Landspítalans og prófessor við læknadeild Háskóla Íslands. Hann líkir Landspítalanum við rekald sem engin virðist ætla að koma til hafnar.

Tómas hefur undanfarnar vikur verið óhræddur við að láta skoðun sína á stöðu Landspítalans í ljós og dregur ekkert undan í gagnrýni sinni í grein sem birtist á visir.is á miðvikudaginn.

Þar segir að hann ástandið á gjörgæsludeildum spítalans vera algjörlega ólíðandi og starfsemi hjartaskurðdeildar og fleiri deilda sé í uppnámi fyrir vikið. Ekki hafi verið hægt að framkvæma neinar opnar hjartaaðgerðir í rúmlega tvær vikur á einu hjartaskurðdeild landsins. „Það er einskær heppni að engir sjúklingar hafa komið brátt inn og þurft á lífsbjargandi aðgerð að halda á þessum tíma."

Biðlisti af alvarlega hjartveikum sjúklingum hafi hlaðist upp og þessir skjólstæðingar hans megi margir afar illa við bið eftir aðgerð enda geti sú bið beinlínis verið lífshættuleg.

Skoðun

Eftir / Þórdísi Lóu Þórhallsdóttur, formann borgarráðs

Ég get ekki beðið



Ég fór með vinkonum mínum að sjá leikritið Bíddu bara í Hafnarfjarðarleikhúsinu í vikunni. Þar veltumst við um af hlátri og heyrðum enduróm áratuganna af okkur sjálfum að segja þetta hver við aðra og öðru fólki að segja þetta við okkur.

Eftir sýninguna var ég hugsi. Getur verið að þessi setning, „bíddu bara", elti okkur í gegnum lífið og sé til þess gerð að hræða okkur, letja til breytinga og skapa mögulegan landlægan kvíða?

Mér finnst breytingar og óvissa skemmtileg. Í þeim felst áskorun um að þurfa að mæta einhverju sem ég þekki ekki. Þurfa að hugsa um hvaða viðbragð sé best, gera áætlun og mögulega taka smá dans í kringum hlutina til að ná árangri. Oft tekst það, en stundum ekki og þá tekur maður bara skref aftur á bak, til hliðar og byrjar aftur. Það er baráttu-Breiðhyltingur í mér sem er erfitt er að hemja stundum.

Aldrei hætta að læra

Ég lærði snemma af mér eldra fólki að hætta aldrei að læra. Setningar eins og „Unga kona, mundu bara að vera alltaf að læra og laga þig að nýrri tækni, því annars verður þú eftirbátur" óma í minninu. Oft fylgdi þessu „Bíddu bara þangað til þú ert orðin eldri, þá skilurðu um hvað ég er að tala". Ég ákvað því ung að bíða ekki, heldur skella mér í stöðugar breytingar og endalausan, skemmtilegan lærdóm.

Mér finnst breytingar og óvissa skemmti-leg

Að skipta um starfsvettvang er eitt af þessum markmiðum sem hafa fylgt mér í gegnum lífið. Á ca 10 ára fresti hef ég fært mig um stað og skipt alfarið um starfsumhverfi og atvinnu. Ég byrjaði ung í ferðaþjónustu og fjölmiðlum, fór svo í velferðarþjónustu og háskólakennslu, varð fyrirtækjaeigandi og stjórnandi alþjóðlegs fyrirtækis í tveimur löndum, aftur smá í fjölmiðla og er nú í pólitík.

Mikilvægt að taka sjálf ákvörðun um breytingar

Að vera stöðugt að læra og breyta er það ráð sem ég er hvað þakklátust fyrir. Með árunum sé ég hvað breytingar, sem oft geta verið erfiðar, eru hollar. Ekki síður hvað það er mikilvægt að geta tekið ákvörðun um það sjálf að breyta en láta ekki þröngva sér út í horn og láta þannig aðra taka ákvarðanir um breytingar fyrir sig. Kannski var Hallgerður langbrók fyrsti umbreytingar-sinninn þegar hún sagði „eigi vil ég hornkerling vera" og meinti að hún vildi ekki láta þvinga sig í ákvarðanir sem hún vildi ekki taka?

Eftir sit ég hugsandi um leikritið. Er ekki bara best að hætta að hræðast „Bíddu bara" og nota andstæðuna þess í stað. Við getum í staðinn innleitt í alla okkar hugsun setninguna „Ég get ekki beðið". Í henni felst spenna og eftirvænting sem passar okkur vel.

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

woolroom



HEILNÆMAR OG LÍFRÆNAR ULLARSVEFNVÖRUR.

Flestir þekkja frábæra eiginleika ullarinnar í útivistarfatnaði og getum við nú notið yfirburða hennar í svefnvörum líka.

Ullin hitar í kulda og kælir í hita. Lífræn yndisleg bómull umlykur svo allar okkar ullarvörur.

Allar ullardýnurnar okkar eru sérframleiddar í þeirri stærð sem óskað er, svo að þér gefist kostur á að nýta áfram eiginn rúmbotn t.d.

Ullardýnur, ullarkoddar, ullarsængur, ullarhlífðarlök, ullarmjúktoppar og lífræn sængurverasett.

Barna- ullardýnur, ullarkoddar, ullarsængur, ullarhlífðarlök og lífræn sængurverasett.

ENDURVINNANLEGT, ENDURNÝTANLEGT, HEILNÆMT OG LÍFRÆNT ER OKKAR HJARTANS MÁL!

www.woolroom.is | S:777-1333

Einkaviðtal

EIRÍKUR SIGURBJÖRNSSON

Texti / Reynir Traustason
Myndir / Róbert Reynisson og úr safni

„Ég myndi fyrirgefa honum“

Eiríkur á Omega grætur stanslaust sáran sonarmissi

Eiríkur Sigurbjörnsson, stofnandi og sjónvarpsstjóri kristilegu sjónvarpsstöðvarinnar Omega, hefur gengið í gegnum helvíti. Hann hefur misst tvö börn; elsta barn hans dó vöggudauða og í vor lést yngsta barn hans, sonurinn Daníel, sem var þrítugur. Grunur er uppi um að hann hafi látist vegna saknæms athæfis. Eiríkur segir að hann myndi fyrirgefa banamanni sonar síns ef sá myndi iðrast, ganga á Guðs vegi, játa og biðja um fyrirgefningu. Sjónvarpsstjórann dreymdi sem barn um að verða uppfinningamaður eins og Edison, honum fór að finnast martröð að vera í skóla, hann fór að taka hugbreytandi efni þegar hann varð eldri og frelsaðist svo á samkomu hjá Fíladelfíu, rúmlega tvítugur, sem hann hélt fyrst að tengdist ofsatrú þar sem fólki væri dýft í vatn þangað til það sæi dúfu. Ævintýrið hófst í kjölfarið en hann stofnaði síðar kristilega útvarpsstöð og síðar kristilega sjónvarpsstöð. Nú er heimurinn undir. Og segja má að þeim heimi tengist dómur upp á 10 mánaða skilorðsbundið fangelsi og greiðslu 109 milljóna í sekt vegna brota á skattalögum.

„Það sem hjálpar manni líklega langbest er að gráta. Gráta og gráta. Ég græt með einhverra daga millibili kannski í einn til tvo tíma stanslaust. Það er svo hræðilega sárt að missa Daníel. Allar minningarnar. Rifja upp þegar hann var nýfermdur, glaður á skellinöðrunni og að prjóna, lífið blasti við og hvað hann hafði brennandi áhuga á að vera í viðskiptum. Hann var mjög klár í öllum viðskiptum og hann hefði plumað sig vel og stóð sig alltaf vel í öllu og var alveg feikilega duglegur. Hann var eftirsóttur í vinnu því hann var það röskur og duglegur,“ segir Eiríkur Sigurbjörnsson, stofnandi og sjónvarpsstjóri kristilegu sjónvarpsstöðvarinnar Omega, í viðtali við Mannlífið með Reyni Traustasyni, en yngsta barn Eiríks, Daníel, lést í vor. Hann fannst að morgni föstudagsins langa liggjandi í blóði sínu á bílastæði og leikur grunur á að dauða hans hafi borið að með saknæmum hætti.

Eiríkur rifjar upp þennan morgun

„Ég hafði verið snemma á fótum. Vaknaði snemma. Og eins og venjulega fór ég á hnén og bað til Guðs. Þetta er stór dagur, föstudagurinn langi. Ég bað í tvo tíma. Svo las ég um krossfestingu Jesú Krists. Ég var að hugleiða hvað mannskepnan getur verið ótrúlega grimm og hvernig hermenn umkringdu Jesú sem var allur í sárum. Blóðugur. Þeir slógu hann og settu á hann þyrnikórónu og gerðu gys að honum. Þeir voru þvílíkt fjandsamlegir. Ég var að hugleiða þetta klukkan hálfátta. Síðan rúmlega átta fór ég af stað, fór ég út að hjóla. Heilsusamlegt. Síðan kom ég heim rétt um ellefu og þá kom konan mín til dyra og út á stétt náföl og sagði að lögreglan væri búin að hringja og hefði sagt að Daníel hefði fundist særður úti á götu, það væri búið að fara með hann á spítala og hann væri kominn á gjörgæslu. Ég varð alveg máttlaus. Ég hringdi og það var sagt að hann hefði fundist, væri skaddaður og væri í öndunarvél.“

> *Ég græt með einhverra daga millibili kannski í einn til tvo tíma stanslaust.*

Daníel fór í aðgerð og í ljós kom að ástandið var alvarlegra en haldið hafði verið í fyrstu og lést hann í kjölfarið. Hann var þrítugur.

Frumburður Eiríks og eiginkonu hans, Kristínar Kui Rim, sem er frá Suður-Kóreu, lést vöggudauða. Það var sonurinn Kristinn og kvaddi hann þennan heim þriggja mánaða gamall árið 1987. „Við höfum þurft að ganga í gegnum mjög erfiða tíma, ég og konan mín. Það var hræðilegt áfall. Mikil tár og mikil sorg sem við þurftum að ganga í gegnum. Það er svo yndislegt fólk til. Við fengum svo góðan stuðning og bænir. Og ekki síst þegar tárin runnu, þá huggaði Jesús mann. Mestu og bestu huggunina fékk ég þegar Guð faðmaði og huggaði mig.“

Eiríkur er spurður hvort það sé eitthvað verra til en að missa barnið sitt.

„Ég held ekki. Ég var að hugleiða þetta. Mig minnir að það hafi verið Egill Skallagrímsson sterki; hann hafði misst son sinn. Það var ekki hægt að ræða við hann. Það var svo mikill harmur. Ég var að hugleiða í morgun að þegar Jakob, ættfaðir Ísraelsmanna sem átti mörg börn, frétti, sem var raunverulega ekki rétt, að sonur hans, Jósef, hefði dáið, þá varð hann ekki viðræðuhæfur. Það var ekki hægt að ræða við hann. Harmurinn var það mikill.“

Ekki slys

Eiríkur segir að Daníel hafi lifað „riskí“ lífi. Hann hafði verið í neyslu en snúið við blaðinu og verið edrú í sjö mánuði þegar hann féll skömmu áður en hann dó.

„Freistingarnar voru svo miklar að Daníel féll. Hann átti að fara í meðferð eða hitta lækni á föstudeginum langa, en hann var í neyslu um nóttina. Vinkona hans, kærasta hans, vaknaði og tók eftir að hann var ekki á staðnum. Hún kíkti svo út og sá hvar hann lá í blóði sínu. Þetta er alveg hræðilegt. Maður var settur í gæsluvarðhald en var leystur út eftir fjóra til fimm daga. Sverrir, sonur minn, sagði að þetta hlyti að vera hræðilegt áfall fyrir þann sem olli þessu, ef þetta var slys; okkur datt í hug hvort við ættum að ræða við hann og hugga hann, ef þetta hefði verið slys. En nokkrum dögum síðar var hann farinn að dilla sér á fullu, selja eiturlyf og gera alls konar kúnstir án þess að sýna nokkra iðrun. Þetta veit lögreglan.

Kærasta Daníels var búin að lifa mjög erfiða tíma. Loksins fann hún þann sem hún elskaði, var búinn að gefa henni von, var góður við hana og stappaði stálinu í hana. Stúlka sem talaði við hana sagði að móðir sín hefði orðið vitni að þessu og sagði henni í smáatriðum það sem móðir hennar hafði sagt henni. Hún sagði að það hefði verið ógeðslegt að sjá manninn í sömu peysunni þegar vettvangsrannsókn vat gerð og þegar hann framdi þetta ódæði. Hún sagði að þetta hefði ekki verið slys. Daníel datt niður og maðurinn keyrði yfir hann og bakkaði síðan yfir hann. Kærasta hans vildi hitta mömmu stúlkunnar, sem var til í það, en svo þegar þær hittust þá sagðist konan aldrei hafa séð þetta. Fólk er hrætt. En hvernig vissi hún að maðurinn hafði verið í sömu peysunni?“

Voru illindi á milli Daníels og umræddds manns?



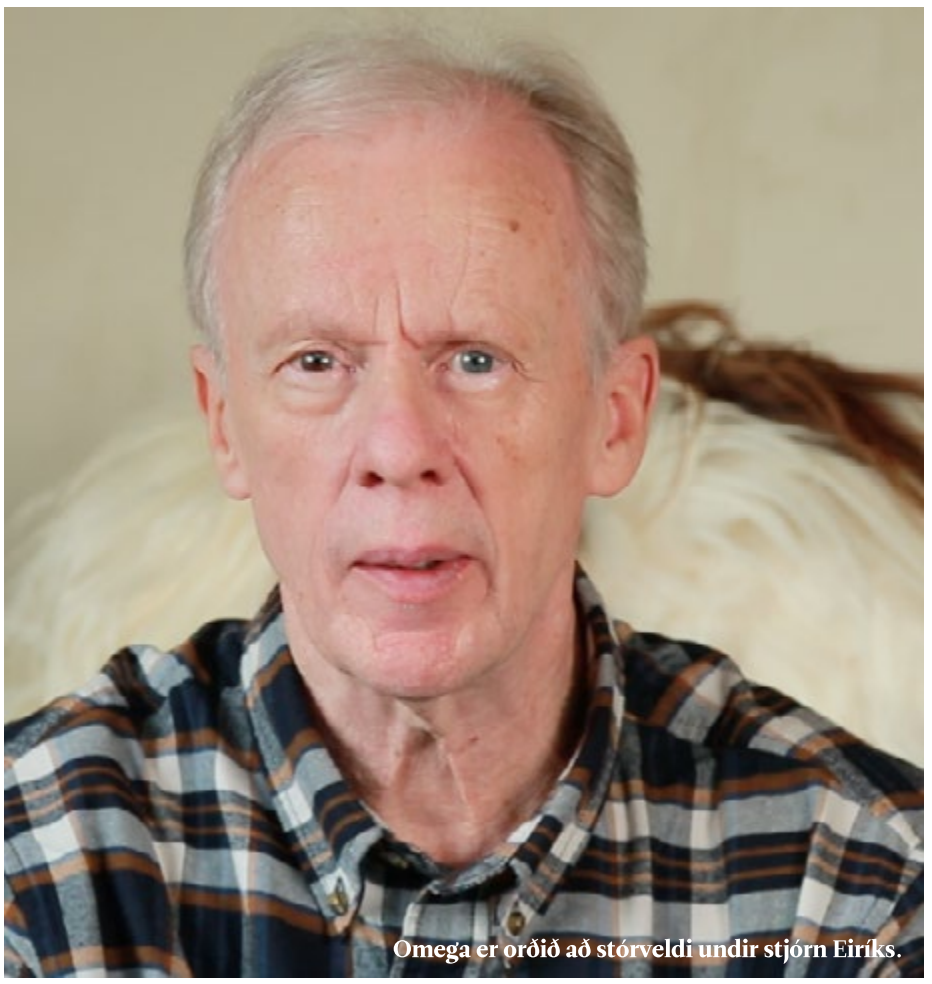


Mæðginin Kristín Kui Rim og Daníel Eiríksson.
Hún sá ekki sólina fyrir syni sínum

„Já, það sem varpar efa á að þetta hafi verið óviljaverk er að akkúrat ári áður, upp á dag, þá rændi þessi náungi gullmeni sem mamma Daníels hafði gefið honum. Upp á dag. Daníel var aldrei sáttur við það og vildi fá það til baka en honum hafði verið hótað dagana á undan og var töluvert smeykur. Hann sagði á áfangaheimilinu, sem hann var á, að honum hefði verið hótað. Það hafði farið að renna af honum þarna um morguninn og hann þurfti meira. Þá kom þessi sendiboði sem auglýsti á Instagram eða hvað það heitir og Daníel sá það og þá var það akkúrat maðurinn sem hafði rænt af honum ári áður.

Það eru margir sem leiðast út á óheillabraut en innst inni vilja þeir lifa öðruvísi lífi og ég hugsa og get sagt það hérna að ef þessi viðkomandi einstaklingur iðraðist, breytti til, gengi á Guðs vegi, játaði og beiddist fyrirgefningar þá væri ég fyrsti maður til að rétta fram höndina og reyna að hjálpa honum, vegna þess að ég hef reynslu af því að hjálpa þeim sem eru komnir í þennan farveg. Ég myndi fyrirgefa honum. En eins og staðan er í dag þá gengur hann ekki á Guðs vegi og fyrr eða síðar verður hann öðrum og sjálfum sér til skaða ef hann er ekki stoppaður af.“

Eiríkur segir að Daníel hafi verið með gott upplag og átt mikla og bjarta framtíð. „Það var búið að ganga mikið á og það var svo góður árangur að nást. Hann var glæsimenni. Vel byggður, fallegur og með gott hjarta. Vinir hans eru í áfalli og ég hef þurft að hitta sérstaklega einn vin hans sem er enn þá í áfalli. Sumir hafa ekki treyst sér til að fara að leiðinu hans. Fleiri hundruð manns sáu útförina. Hann var vinmargur og þetta var mikil hryggð fyrir alla. Einn vinur hans sagði að Daníel væri sá einstaklingur sem væri með besta hjarta sem hann hefði nokkurn tímann kynnst. Annar sagðist ekki hafa talað íslensku þegar hann var í skóla og hefði verið lagður í einelti, en það var einn sem tók hann að sér og það var Daníel.


Omega er orðið að stórveldi undir stjórn Eiríks.

Stúlka sem hafði verið í partíi með Daníel þótti ekki vera nógu fín og var henni vísað á dyr. Daníel fór út til að hugga hana.“

Orð Guðs upp í gervihnött

Eiríkur Sigurbjörnsson er Reykvíkingur. Bjó sem lítið barn í bragga um tíma en man þó fyrst eftir sér þegar fjölskyldan var flutt á Flókagötuna.

„Allt í einu fékk ég vitrun þegar ég var átta eða níu ára gamall. Upplifun. Þá sagðist ég vita hvað ég ætlaði að verða þegar ég yrði stór. Ég ætlaði að verða eins og Edison. Þá sagði systir mín að ég yrði að vera duglegur að læra. Nei, nei – Edison hætti í skóla þegar hann var smákrakki og honum vegnaði mjög vel og ég ætlaði að verða uppfinningamaður. Ég hafði mikinn áhuga á öllu slíku.“

Árin liðu

„Ég var eins og hver annar unglingur. Vildi frjálsræði og var áhugasamur um að gera skemmtilega hluti, spennandi hluti, og var í góðum félagsskap. En það endaði þannig að við fórum að fikta með vín og það leiddi að öðru. Síðan fann ég engan tilgang í því að vera í skóla. Mér fannst það vera algjör martröð. Mér fannst vera svo heimskulegt að læra algebru vegna þess að ég vissi að ég myndi aldrei nota algebru í lífinu. Af hverju að eyða tíma í það?

Það varð breyting á mínu lífi árið 1974,“ segir Eiríkur en þá fór hann á samkomu í Fíladelfíu með kunningja sínum sem átti kunningja sem hafði frelsast. „Ég hugsaði síðan með mér út í hvað ég væri að fara núna; Fíladelfía tengdist ofsatrú og þeir héldu fólki ofan í vatni og slepptu ekki fyrr en það sæi dúfu. Ég hélt að þetta væri eitthvað furðulegt en samt sem áður var ég búinn að lofa kunningja mínum að koma.“ Eiríkur heyrði að maður sem hefði verið í neyslu væri frelsaður og hann hugsaði með sér að þetta væri eitthvað sem passaði honum ef hann gæti „frelsast frá þessu veseni“.

Það varð ekki aftur snúið. Eiríkur fann nýjan veg til að ganga eftir í lífinu.

„Það breyttist allt eftir að ég komst til lifandi trúar. Þá fékk ég góða og mikla sýn,“ segir Eiríkur og nefnir boðskapinn sem var fluttur í Fíladelfíu og nefnir Einar Gíslason predikara sem talaði undir miklum innblæstri og segir að skemmtilegir Biblíulestrar hans séu ógleymanlegir.

Eiríkur hugsaði með sér að margir fengjust ekki til að fara á samkomur en að allir sætu fyrir framan sjónvarpstækin. „Þá sá ég að besta leiðin til að flytja orð Guðs til landsmanna væri í gegnum sjónvarp.“ Þetta var í kringum 1975. Eiríkur stundaði síðan nám við Biblíuskóla í Noregi í níu mánuði og kom aftur til Íslands árið 1976. Hann var þá 26 ára. Hann fór að skoða hvað þyrfti til að stofna sjónvarpsstöð en honum fannst þetta vera svo dýrt og sá ekki fyrir sér að þetta yrði hægt. „En síðan, þegar við komumst til trúar, þá lærum við það að fyrir Guð eru allir hlutir mögulegir.“

Árin liðu og árið 1986 var svo leyfi gefið frjálst til að stofna útvarps- og sjónvarpsstöðvar. „Ég fékk sterka sannfæringu um hver væri vilji Guðs og í stað þess að byrja á sjónvarpi hugsaði ég með mér að það væri léttara að byrja með útvarp og sótti ég um útvarpsleyfi og fékk leyfi mjög fljótlega. Síðan var hafist handa við að finna sendi og loftnet og annað sem til þurfti.“

Kristilega útvarpsstöðin Alfa fór síðan í loftið sama ár. Hvað með fjármagn? „Ég settist niður og skrifaði bréf til bræðra og systra í trúnni og sagði að nú væri tækifæri fyrir okkur að ná til þjóðarinnar með fagnaðarerindið. Fólk byrjaði að leggja fram stuðning og hægt og sígandi fengum við fjármagn til þess að fjármagna þetta.

Eftir tvö og hálft ár var oft á brattann að sækja vegna þess að trúarleiðtogar í öðrum söfnuðum voru kannski ekkert ánægðir með að ég væri að tala til þeirra sauða og þeir voru kannski hræddir um sinn hag. Það hófst svakalegur bardagi og mótstaða. Ég varð verulega undrandi, en síðan höfðum við bræður og systur úr öllum samfélögum sem stóðu með okkur.“

Eiríkur, sem vildi verða uppfinningamaður eins og Edison, hugsaði lengra. Hann hugsaði um heiminn sem er stærri en Ísland. „Guð vill að við förum með fagnaðarerindið út um allan heim. Þá fór ég að athuga með útvarpssenda sem myndu ná frá Íslandi út um allan heim og ég rannsakaði hvað til þurfti.“

Glæsilegur dömufatnaður



Vefverslun okkar er www.tiskuverslun.is

Viðtal

EIRÍKUR SIGURBJÖRNSSON

„Ég settist niður og skrifaði bréf til bræðra og systra í trúnni og sagði að nú væri tækifæri fyrir okkur að ná til þjóðarinnar með fagnaðarerindið.“



Enn leið tíminn og dimman nóvemberdag árið 1991 stóð Eiríkur inni á baðherbergi heima hjá sér. „Þá allt í einu birti til á baðherberginu og ég heyrði mjög sterka og ákveðna rödd mjög djúpt innra með mér segja að ég ætti að byggja upp kristilega sjónvarpsstöð á Íslandi. Ég lyfti upp höndum og sagði: „Drottinn, ég veit að þú ert að tala og ég ætla að hlýða þér því ég veit að þú verður með.“ Þá vissi ég nákvæmlega hvað ég þurfti að gera.“

Það var hægt að leigja sendi og í júlí árið 1992 hóf sjónvarpsstöðin starfsemi sína. Og enn liðu árin. Eiríkur hefur stækkað veldi sitt og árið 2002 var sent beint upp í gervihnött og dagskrá dreift inn á milljónir heimila í Skandinavíu.

Dæmdur fyrir skattabrot

Eiríkur hefur verið dæmdur í 10 mánaða skilorðsbundið fangelsi. Þá þarf hann að greiða 109 milljónir í sekt vegna brota á skattalögum. Í frétt mbl.is frá 21. október 2021 segir að hann sé dæmdur fyrir að hafa ekki gefið upp tekjur upp á 78,5 milljónir á árunum 2011–2016 í tengslum við starfsemi Omega og þannig komist hjá því að greiða skatta upp á 36 milljónir. Í fréttinni segir: „Fram kemur í dómi héraðsdóms að Eiríkur hafi árið 1992 hafið starfsemi Omega, en hann og kona hans voru eigendur félagsins Omega Kristniboðskirkja auk Global Mission Network ehf. og Gospel Channel Evrópa ehf. Í síðastnefnda félaginu var rekin erlend starfsemi Omega og var félagið með reikninga í Noregi og greiðslukort þar.

Ríkisskattstjóri hóf árið 2016 að eigin frumkvæði skoðun á notkun á erlendum greiðslukortum hér á landi. Í framhaldinu var notkun Eiríks á kortum í nafni Global Mission tekin til skoðunar og var hann síðar ákærður vegna málsins. Í dómnum er farið yfir að Eiríkur hafi fengið greiðslur frá Omega en að þær hafi svo verið færðar sem skuld á Global Mission og að þar hafi safnast upp skuld Eiríks við félagið. Var skuldin metin sem hinar vanframtöldu tekjur og féllst dómurinn á það. Segir í dómnum að ótvírætt sé að umrædd úthlutun af fjármunum Global Mission til Eiríks hafi verið lán sem bar að skattleggja sem laun og færa til tekna, enda var lánið óheimilt samkvæmt ákvæðum laga um einkahlutafélög, en eigendum er óheimilt að taka lán frá eigin félögum. Sem fyrr segir var Eiríkur dæmdur í 10 mánaða skilorðsbundið fangelsi, en tekið er fram að talsverðar tafir hafi verið á meðferð málsins. Þá er hann dæmdur til greiðslu þrefaldrar þeirrar upphæðar sem hann var fundinn sekur um að hafa komist hjá að greiða, eða samtals 109 milljónir.“

„Það er í undirrétti og það er búið að áfrýja því vegna þess að við undum ekki niðurstöðunni,“ segir Eiríkur sem segir að hann hafi verið sýknaður af 10 mánaða skilorðsbundnu fangelsi en ef hann geti ekki greitt þá sé það fangelsi.

„Það verður að taka betur á þessu og það verður gert. En allir þeir sem starfa með mér og eru tengdir mér vita að Omega er ekkert inni í þessu. Þetta eru mín persónulegu mál. Það eru tekjur sem ég hafði erlendis sem valda mér þessum vandræðum. Ég hef aldrei reynt að svíkja undan skatti. Aldrei stolið pening. Allt rekjanlegt. Málið snýst um að þetta voru erlendar tekjur sem ég áleit alltaf að væru færðar inn sem laun og fyrir mér er þetta raunverulega svolítið mér að kenna, að fylgjast ekki með ef það er þannig. Það er mikilvægt að fylgjast með bókhaldi og bókhaldsvinnu,“ segir Eiríkur sem vildi ekki læra algebru í skóla. „Ég er með góðan bókhaldara og það er ekkert við hann að sakast, en það getur ýmislegt farið úrskeiðis sem er ekki hægt að höndla. Þegar betur er að gáð eru kannski ekki allir hlutir 100% í lagi og það vita menn sem reka fyrirtæki. Maður hefði átt að vera vakandi.“

Eiríkur Sigurbjörnsson vill fara enn lengra með orð Guðs. Hann segir að það séu mjög bjartir tímar fram undan. „Við höfum tækifæri til að fara inn á sjónvarpshnött sem dreifir inn á 139 milljónir heimila í Evrópu, Norður-Afríku og Mið-Austurlöndum. Við stefnum að því.“

Mjúkur og hlýr fatnaður fyrir veturinn

Olympia Merino ullarbuxur

Kr. 6.890

Olympia Merino ullarbolur

Kr. 7.290

Deerhunter Rogaland Knit

Kr. 9.990

Deerhunter Men's Undirfata sett létt og hlýtt

Kr. 12.950

Vesturröst

Sérverslun veiðimanna - Laugaveg 178 - sími: 551 6770 - www.vesturrost.is

Lífsreynslusaga



KYNFERÐISLEG ÁREITNI Á KRÁ

Laugardagskvöld eitt fyrir einhverjum árum var ég mættur með kassagítarinn og græjur á ónafngreinda krá í nágrannabæjarfélagi Reykjavíkur. Ég var ráðinn til að hefja leik á miðnætti en var mættur tímanlega til að gera allt klárt fyrir kvöldið.

Þegar ég mætti á svæðið tók ég eftir því að ekki var að sjá nokkurn karlmann á staðnum ef frá er talinn einn og var hann lítt klæddur með glansandi líkama. Húsið var lokað til miðnættis öllum öðrum en konum þeim sem vildu berja gripinn augum.

Mér tókst nokkuð áfallalaust að stilla upp græjunum, en ekki var laust við að konurnar renndu hönd upp rassinn minn, utanklæða vel að merkja, þar sem ég bograði við uppsetningu tækjakostar míns.

Að undirbúningi loknum leitaði ég skjóls í litlu rými inn af barnum og taldi að þar yrði ég óhultur. En Bleik var brugðið því áður en ég vissi af var þar vargur í véum. Fátt var um leiðir til undankomu og fyrr en varði var ég umkringdur konum í fremur ókræsilegum ham.

Fyrir utan þukl og strokur þá var veifað framan í mig spilum af þeirri gerð sem nýtast vel til að spila til dæmis veiðimann. Spilin þau sem rekin voru upp að nefi mínu þetta kvöld hefðu seint verið notuð til dægrastyttingar á íslenskum baðstofum.

Þau voru skreytt myndum af karlmönnum í hinum ýmsu stellingum, með besefann beinstífan og flírulegt glott á vör. „Er 'ann svona á þér ...?“, spurði ein konan mig, „... eða svona? ... má ég sjá?“

Vertinn sá að ég var í miklum ógöngum og tókst að lokum að smala konunum út í salinn. Ég varpaði öndinni léttar. Við tók tíðindalítil bið eftir að klukkan slægi tólf á miðnætti. Ég lét lítið fyrir mér fara og leyfði mér að vona að öldur lægði frammi í salnum á þeim tíma.

Klukkan sló tólf og ég olnbogaði mig í gegnum kvennafansinn, kom mér fyrir á sviðinu og hóf upp raust mína með undirleik.

Fyrst um sinn gekk allt greiðlega, einhverjir karlmenn tíndust inn, en konur voru enn í miklum meirihluta og ekki allar búnar að ná sér niður eftir frammistöðu kyntröllsins hálfnakta, sem horfið var út í nóttina.

Þannig var ég í miðju lagi úr smiðju Simon & Garfunkel eða Högna Stefáns (eins og hann var oft kallaður fyrrum, heitir nú Yusuf Islam en hét Cat Stevens), þegar kona ein vatt sér að mér og var fyrr en varði komin með lúkurnar í klofið á mér. Ég reyndi að mjaka mér frá krumlunum en átti erfitt um vik því ég sat á háum kolli.

Ég reyndi að sinna starfinu ásamt því að gera konunni ljóst að því færi fjarri að hegðun hennar væri ásættanleg. Ég átti í vök að verjast en náði augnsambandi við dyravörðinn sem brosti til mín, enda sá hann ekki yfir þvöguna á gólfinu hvað konan aðhafðist.

Ég greip til þess ráðs að lauma nafni dyravarðarins inn í texta lagsins sem ég var að flytja þá stundina og það rann upp fyrir honum að eitthvað var ekki sem skyldi. Hann lagði af stað yfir gólfið.

En lagið varð endasleppt því konan var þegar þarna var komið sögu að myndast við að opna buxnaklauf brókar minnar og því nauðsynlegt fyrir mig að nýta báðar hendur í varnarskyni.

Nú, dyravörðurinn kom og náði með herkjum að draga konuna úr klofinu á mér og mátti litlu muna að henni tækist að krækja sér í eina tölu sem minjagrip. Í kjölfar þessa varð hlutfall karla og kvenna nokkuð jafnt á staðnum og ég gat sungið og spilað án þess að sæta kynferðislegri áreitni umfram það sem eðlilegt gat talist.



ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
SÍÐAN 1996



Sverrir Einarsson

ALÚÐ • VIRÐING
TRAUST • REYNSLA

Símar allan sólarhringinn:
581 3300 & 896 8242
www.utforin.is
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er.















Scarlet.is
- unaðsvörur fyrir þig -







Helgarpistillinn

KOLBEINN ÞORSTEINSSON



Texti / Kolbein Þorsteinssaon Myndir / Úr safni

ÉG Á HEIM' Á BANNLANDI, BANNLANDINU GÓÐA

Ég man þá tíð þegar listinn yfir það sem var leyfilegt var lengri en sambærilegur listi yfir það sem bannað var. Vissulega var fyrr meir ýmislegt bannað; sumt var bannað með lögum og síðan var sitt lítið af hverju sem ekki þótti tilhlýðilegt að aðhafast.

Nú um stundir virðist sem að víða sé komin til valda kynslóð sem sér enga leið færa, ef skóinn kreppir, en að banna allt mögulegt. Nýjasta dæmið er bann við lausagöngu katta sem taka á gildi í höfuðstað þeim hluta landsins sem Norðurland nefnist, í ársbyrjun 2025. Þannig er nefnilega mál með vexti að kettir í því þorpi hafa annaðhvort ekki fengið minnisblað þess efnis að þeir eigi að draga saman hringvöðvann ef þeim verður „brátt í brók" úti í guðsgrænni náttúrunni og eigi slaka á fyrr en þeir eru komnir til síns heima, eða fengið fyrr nefnt minnisblað og látið sig litlu varða innihald þess.

Sem sagt, nú hafa íbúar Akureyrarþorps, þ.e.a.s. ef þeir hafa gerst sekir um þá ósvinnu að gerast hjú kattar, svigrúm til að venja húsbændur sína á nýjasta bannið áður en það skellur á af fullum þunga.

„Við þurfum að tala saman," er sígilt upphaf samræðna sem ekki boða gott, en sennilega það eina sem í boði er; að ná kettinum á eintal og segja: „Við þurfum að tala saman."

Síðan yrði að leiða köttinn í sannleikann um þá framtíð sem bíður hans og fá hann til að skilja mikilvægi þess að nýta aðlögunartímann vel. Kettir verði að draga hægt og rólega úr „klósettferðum" sínum út í garð og temja sér „veiða/sleppa"-aðferðina hvað öll flygildi áhrærir. Í stuttu máli verður að koma köttum norðan heiða, nánar tiltekið á Akureyri, í skilning um það að Adam er ekki lengur í Paradís og ekki er í boði að kæra mismunun í líkingu við það sem tíðkast meðal manna sem segja sýknt og heilagt: „Þetta er réttur minn!" og horfast ekki í augu við þá staðreynd að ef þeir ná fram „rétti sínum" eru þeir sennilega að ganga á rétt einhvers annars. Það er vandlifað í veröld þar sem tilhneigingin og krafan er að öllum sé gert til hæfis; það sé réttur allra!

Mér er til efs að kettir og eðli þeirra muni ríða þessari veröld á slig, mannskepnan er þar mun líklegri kandídat og reyndar komin asskoti vel á veg í því samhengi.

Á göngu í mínu hverfi í Reykjavíkurbæ má iðulega rekast á ketti og aldrei hef ég séð nokkurn mann amast við þeim. Þeir spranga þar um í öllu sínu veldi, sumir með björlu sem sindrar á og aðrir með trúðakraga, sem er mjög móðins nú um stundir. Án efa ganga þeir örna sinna í görðum hér og hvar og veiða einn og einn fugl, þegar svo ber undir. Þeir hafa enda ekki lesið smáa letrið í tilvistarsáttmálanum sem á að tryggja þeim frjálsa för um vegi, í það minnsta í norðlenska þorpinu við Eyjafjörð þar sem gras er eingöngu til að horfa á og fuglum skal tryggt líf fram í háa elli, að ekki sé minnst á litlu, sætu mýsnar sem fólk þar býður sennilega velkomnar með vænu stykki af Góðosti (fyrr meir Gouda-osti) sem þær geta síðan skolað niður með flóaðri mjólk, nú eða rjóma ef um sunnudagsheimsókn er að ræða.

En aftur að boðum og bönnum hér á Bannlandi. Ég býr ekki í Akureyrarþorpi, ég á ekki einu sinni kött. Ég átti kött, Bjart í Kolbeinshúsum, og fátt fannst honum skemmtilegra en að rölta um hverfi sitt, kanna lendur sínar og fullvissa sig um að allt væri sem skyldi. Bjartur átti það til að bera björg í bú, stundum var um mýs að ræða, stundum rottur, stundum fugla og einnig átti hann til að bera inn mikinn fjölda ánamaðka.

Af framansögðu má telja ljóst að boðað bann fyrir norðan mun ekki hafa bein áhrif á tilveru mína, nema á henni verði breyting sem inniber annan kött á heimilið. Reglan, nokkurn veginn án undantekninga, hér á Bannlandi er sú að þegar ein beljan mígur verður annarri mál og því má telja nokkuð öruggt að reynt verði að koma viðlíka banni, og nú er boðað í höfuðstað Norðurlands, á annars staðar á landinu.

Sennilega væri þó farsælast fyrir jörðina og vistkerfi hennar að banna lausagöngu mannskepnunnar.





ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
SÍÐAN 1996



Sverrir Einarsson

ALÚÐ • VIRÐING
TRAUST • REYNSLA

Símar allan sólarhringinn:
581 3300 & 896 8242
www.utforin.is
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfarar ef óskað er.



Fagleg og heildstæð
Þjónusta á sviði brotamálms

Við tryggjum áreiðanlega meðhöndlun á brotajárninu
og brotamálminum þínum með umhverfisvænum hætti

MÁLMA
ENDURVINNSLAN

Við kaupum brotamálm



ISK 550 á kg.



ISK 8 á kg.



ISK 500 á kg.



ISK 350 á kg.



ISK 350 á kg.



ISK 65 á kg.



ISK 110 á kg.



ISK 75 á kg.



ISK 110 á kg.



ISK 75 á kg.



ISK 8 á kg.



ISK 50 á kg.



ISK 120 á kg.



ISK 500 á kg.



ISK 8 á kg.



ISK 6 á kg.



ISK 50 á kg.



Leitið tilboða

MÁLMA
ENDURVINNSLAN

Flugumýri 12 270 Mosfellsbær Sími 519 9819
info@malma.is www.malma.is

S

Stækkunarglerið

MAGNI ÁSGEIRSSON

„Ég hef oft valdið mér og öðrum vonbrigðum“



Okkar eini sanni Magni Ásgeirsson er undir Stækkunargleri Mannlífs þessa vikuna.

Magna þarf ekki að kynna fyrir nokkrum manni, enda einn ástsælasti söngvari þjóðarinnar. Rokkarinn, lagahöfundurinn, viðburðastjórinn og fjögurra barna faðirinn með meiru, hefur verið búsettur á Akureyri um árabil. En Magni er fæddur og uppalinn á Borgarfirði eystri og hefur verið einn af skipuleggjendum Bræðslunnar, tónlistarhátíðar sem haldin er á hans gömlu heimaslóðum og fór fyrst fram árið 2005.

Mannlíf komst að því að Magni er afar handlaginn, hann getur verið eigingjarn, en segir það mikilvægasta í lífinu að hugsa um eitthvað annað en sjálfan sig.

Fjölskylduhagir?
Gríðarlega hamingjusamlega giftur Eyrúnu Huld í 11 ár – Við eigum fjóra stráka – Marinó Bjarna, Egil Ásberg, Kára Sæberg og Hrafn Eyberg.

Menntun/atvinna?
Sorglega lítil – Ég er búinn að vinna sem tónlistarmaður í breiðasta skilningi þess orðs síðustu 15 ár. Á og rek tónlistarskóla, er viðburðastjóri og skipuleggjandi tónleika, spila í nokkrum böndum og sem og gef út tónlist.

Uppáhaldssjónvarpsefni?
Það er eiginlega allur fjandinn – mér finnst fátt betra að horfa á en góða heimildaþætti um tónlist og dægursögu, síðan eru það Vikings, Breaking Bad, bara eitthvað sem nær mér á hverjum tíma. Síðan reynum við hjónin að finna góðar seríur til að horfa á saman.

Leikari?
Ólafur Darri.

Rithöfundur?
Gerður Kristný.

Bók eða bíó?
Ég er bíókall – finnst ofsalega gaman að sjá helst einhverja marvel-vitleysu í bíó.

Besti matur?
Eitthvað sem við eldum saman og njótum með fjölskyldu og vinum – getur verið svo margt.

Kók eða pepsí?
Kristall – hætti hinu fyrir löngu eftir allt of mikla neyslu!

Fallegasti staðurinn?
Borgarfjörður eystri er í fyrstu fimm sætunum.

Hvað er skemmtilegt?
Að eiga þessa fjölskyldu og vini – það er ekki sjálfgefið að finna þannig hamingju.

Hvað er leiðinlegt?
Að eiga ekki alltaf orku í að sinna öllum litlu hlutunum sem gefa lífinu gildi.

Hvaða flokkur?
Held að ég sé í O blóðflokki ;)

Hvaða skemmtistaður?
Græni hatturinn!

Kostir?
Er vel giftur! Held lagi ágætlega, er hávaxinn þannig að ég næ í efri skápana, er þrifinn, hef ágætis jafnaðargeð, er býsna handlaginn ...

Lestir?
Get verið hundleiðinlegur ef ég verð svangur, get verið mjög gleyminn, get verið eigingjarn.

Hver er fyndinn?
Augljósa svarið er sennilega Ari eða Laddi, en það rétta er fólk sem hefur húmor fyrir sjálfu sér og tekur lífið ekki of alvarlega.

Hver er leiðinlegur?
Sá sem hefur áhyggjur af hlutum sem skipta engu máli í stóra samhenginu og sér bara það sem er beint fyrir framan nefið á honum.

Trúir þú á drauga?
Ekki endilega drauga en það er eitthvað þarna.

Stærsta augnablikið?
Þegar Marinó fæddist og ég varð pabbi!

Mestu vonbrigðin?
Ég hef oft valdið mér og öðrum vonbrigðum – það er samt ekkert alltaf neikvætt, því þannig lærir maður hægt og bítandi að verða almennilegur!

Hver er draumurinn?
Hann er eiginlega að rætast á hverjum degi sem ég vakna með fjölskyldunni – trikkið er að fatta það og lifa drauminn – ekki alltaf vera að eltast við hann.

Mesta afrek sem þú hefur unnið á þessu ári?
Að fá að spila með Stuðmönnum fer frekar ofarlega á þann lista!

Ertu búin að ná öllum þínum markmiðum?
Auðvitað ekki!

Vandræðalegasta augnablikið?
Þau eru alltof mörg til þess að ég fari að tína eitthvað til.

Sorglegasta stundin?
Þegar mamma dó.

Mesta gleðin?
Endalaus atriði sem tengjast fjölskyldu minni – það er líka ótrúleg gleði sem fylgir því að standa á sviði stundum.

Mikilvægast í lífinu?
Að hugsa um eitthvað annað en sjálfan sig ...

LEÐURVERKSTÆÐIÐ REYKJAVÍK BÝÐUR UPP Á HANDUNNIN OG KLÆÐSKERASKORIN KARLMANNSBELTI ÚR HÁGÆÐA LEÐRI. ÞÁ BJÓÐUM VIÐ UPP Á MIKIÐ ÚRVAL AF AXLABÖNDUM.



LEÐURVERKSTÆÐIÐ REYKJAVÍK Á SÉR LANGA SÖGU EN UPPHAF ÞESS MÁ REKJA ALLT AFTUR TIL ÁRANNA FYRIR SEINNA STRÍÐ. ÁRIÐ 1937 HÓF ÞAÐ STARFSEMI SÍNA AÐ VÍÐIMEL Í REYKJAVÍK EN Í DAG ER ÞAÐ TIL HÚSA MEÐ VERSLUN OG VERKSTÆÐI AÐ SÍÐUMÚLA 33.









SÍÐUMÚLA 33 / 108 REYKJAVÍK / SÍMI: 551 6659 / WWW.LVR.IS

Matgæðingur
JÚLÍA MAGNÚSDÓTTIR

Júlía – Lifðu til fulls: „Nýjar uppskriftir spretta upp í hvert skipti sem ég ferðast“

Matgæðingur Mannlífs þessa vikuna er Júlía Magnúsdóttir, hjá Lifðu til fulls – heilsu-markþjálfun.

***Lifðu til fulls* hjálpar konum að öðlast breyttan lífsstíl og finna hvað líkaminn getur verið orkumikill þegar hann er laus við óþarfa sykurþörf allan sólarhringinn. Þér á að líða vel í eigin skinni og er útkoman fyrir marga þyngdartap, en það er alls ekki alltaf aðal-markmiðið.**

Texti / Salome Friðgeirsdóttir Myndir /Aðsend



Góðar aðferðir til að ná huganum um borð

Júlía segir okkur að aðalmarkmið með þessari heilsumarkþjálfun sé einfaldlega að hjálpa öðrum að lifa lífinu til fulls. „Við gerum það með því að setja saman matarplan fyrir hvern og einn og svo höldum við utan um planið í gegnum netnámskeið. Heildarplanið er svo sannreynt með matseðlum, innkaupalistum og aðferðum til að ná huganum um borð í þessa sykurlausa vegferð. Mikil-vægt er að skapa venjur sem þú tekur með þér áfram til þess að ná varanlegum breytingum.“

Uppáhaldsréttur Júlíu er svokallað Vetrarsalat með graskeri, linsubaunum og grænkáli – sjúklega gott, einfalt og fljótlegt.

„Vikulega elda ég indverskan mat og einu sinni í viku baka ég æðislega pítsu með möndlumjöli, graskeri, möndlu ricotta-osti, basil, ólífum, kúrbít og tóm-ötum ...ohh, hvað hún er góð!“

Júlía hefur menntað sig í hráfæði og fær mikinn inn-blástur til matargerðar á ferðalögum sínum. „Nýjar uppskriftir spretta upp í hvert skipti sem ég ferðast og fer á nýjar slóðir og kynnist nýjum matarheimi. Ég borða líka reglulega hráfæði og finnst gott að borða súrkál, kombucha, gerjaða kókosjógúrt, hrákökur og granóla, svo einhver dæmi séu nefnd. Og til þess að hámarka næringarupptökuna legg ég hneturnar og fræin í bleyti.“

Júlía segist leggja mikið upp úr góðu matarskipu-lagi og þær konur sem sækja námskeiðin hjá henni þekkja það vel. Með því að skipuleggja sig vel er hægt að ná fram hollum rétti á núll einni. „Að halda úti matarskipulagi er líka svo mikið atriði til að halda okkur við breytt mataræði og svo við „dettum ekki í það“ þegar við komum heim eftir langan vinnudag og endum á því að panta okkur pítsu.

Það er hægt að nálgast uppskriftabókina mína hér og skoða námskeiðin hér.

Ég legg mikið upp úr því að uppskriftirnar bragðist vel, séu barnvænar, henti fjölskyldufólki og fólki sem er vant því að borða skyndibita. Uppskriftirnar eru einfaldar, krefjast ekki mikils umstangs og innihalda ekki óþarfa hráefni. Þær eiga að veita líkamanum aukna orku, ljóma og hjálpa fólki að vera besta útgáfan af sjálfu sér og lifa til fulls.“

Vetrarsalat með graskeri, linsubaunum og grænkáli



Grænmeti

½ eða minna af miðlungsstóru graskeri
3-4 miðlungsstórar gulrætur
½ rauð paprika (valfrjálst)
1 skalottlaukur (eða annars konar laukur, en skalott-laukur gefur góða sætu)
Ólífuolía eftir smekk
Krydd að eigin vali: Ég hef notað 1 tsk. grænmetiskrydd-blöndu og ½ tsk. reykta papriku frá Kryddhúsinu. Einnig má nota ½ tsk. rósmarín, ½ tsk. papriku, svartan pipar, himalajasalt,
og rautt chili-krydd.

Linsubaunir

1 bolli soðnar brúnar linsubaunir (um það bil 1/4 bolli þurrkaðar linsubaunir, soðnar í vatni eða notið í kringum 1/3 linsubaunir sem eru forsoðnar í dós)

Salatbotn

3-5 grænkálsblöð, fjarlægðu stilkinn (ef grænkál fæst illa, notið spínat eða klettasalat)
⅓ af gúrku (í kringum 100 g, það er ráðlagt magn, en ekki hika við að bæta við það)
1 tómatur (ráðlagt magn, ekki hika við að bæta við það)

Dressing

1-2 msk. af majónesi (vertu viss um að það sé ekki viðbættur sykur. Ég nota gjarnan avókadó-majónes sem fæst í Costco)
1-2 msk. kreistur sítrónusafi (notið meira fyrir þynnri dressingu)
Svartur pipar eftir smekk (ég set nóg af svörtum pipar)

Skreytingin er það sem gerir þetta salat fullkomið

50 g ristaðar, ósaltaðar pistasíuhnetur (ekki hika við að setja meira ef þú vilt)
30 g geitaostur (ég hef bæði notað rifinn geitaost og íslenskan geita feta-ost frá Jóhönnu sem fæst m.a. í versluninni Gott og blessað í Hafnarfirði)
Fersk mynta eða steinselja

Aðferð

1. Linsubaunir: Til að elda linsubaunir settu 1/4 bolla þurrkaðar, ósoðnar linsubaunir í pott. Bættu a.m.k. þrisvar sinnum meira vatni en linsum (1:3) eða 3/4-1 bolla af vatni í pottinn. Láttu sjóða og lækkaðu hitann í lága suðu. Bættu meira vatni út í ef þörf er á, horfðu bara á pottinn af og til til að sjá hvort linsubaunirnar þurfa meira vatn. Láttu malla í u.þ.b. 15-20 mínútur eða þar til þú getur auðveldlega kreist eina linsu! Ef þú ert að nota forsoðnar linsubaunir í dós þarftu ekki að elda þær, hitaðu þær aðeins ef þú vilt.

2. Grænmeti eldað: Skerðu graskerið og gulræturnar í ca 2 sentímetra bita. Ef þú vilt elda í bökunarofni, settu á bökunarpappír, kryddið og setju olíu yfir og eldaðu í ofni á 180-200 °C í u.þ.b. 25-30 mínútur, hrærðu í öðru hverju svo grænmetið eldist jafnt.
Ef þú vilt grilla grænmetið á útigrilli mæli ég með að grænmetið sé soðið í vatni fyrst. Fylltu þá pott upp að 3/4 af vatni og láttu sjóða, settu grænmetið í pottinn í u.þ.b. 10 mínútur eða þar til þú nærð að stinga gaffli-num auðveldlega í gegn. Taktu grænmetið úr vatninu og settu í skál. Kryddaðu og settu olíu yfir. Settu grænmeti á grillbakka og grillaðu í ca 15 mínútur eða þar til það fer að verða stökkt og ristað.

3. Salatið: Rífðu grænkálsblöðin, kreistu 1/2 sítrónu yfir, skerðu gúrku, tómata og settu ofan á grænkálið. Setja til hliðar.

4. Dressing: Blandaðu mæjónesið og sítrónusafa saman og settu til hliðar.

5. Borið fram: Núna ættu linsubaunirnar að vera tilbúnar! Kryddaðu með salti og pipar eftir smekk og settu linsu-baunirnar og því næst grænmetið yfir salatið. Skreyttu með pistasíuhnetum, steinselju og geitaosti. Njóttu!

Hér er hægt að sjá heimasíðuna.

Facebook **Instagram**

Bílskúrs- og iðnaðarhurðir





- Stuttur afhendingartími
- Hágæða íslensk framleiðsla
- Val um fjölda lita í RAL-litakerfinu
- Vindstyrktar hurðir

Smíðað eftir máli

- Iðnaðarhurðir
- Iðnaðarhurðir með gönguhurð
- Bílskúrshurðir
- Hurðir í trékarma
- Tvískiptar hurðir

Fyrsta flokks þjónusta og ráðgjöf

VP HURÐIR

Tunguháls 10, 110 Reykjavík, sími 567 3440, vagnar@vagnar.is, vagnar.is

Texti /Salome Friðgeirsdóttir Myndir / Aðsendar

„Gerandinn hefur engin áhrif á mig lengur“



„Við erum öll einstakar mannverur, hæfileikum gæddar með einstaka getu og þeir sem lifa í sjálfsást, þekkja þetta. Við búum öll yfir jafn mikilvægum og einstökum hæfileikum.“

Þetta segir Nína Margrét Pálmadóttir, leiðbeinandi og eigandi Lærðu sjálfsást. Það var sérstaklega ánægjulegt að hitta hana í Hveragerði þar sem hún býr og fræðast um hennar hjartansmál og það sem dró hana inn á þessa vegferð.

Lærðu sjálfsást

Nína skilgreinir sjálfsást út frá því hvernig maður virðir sig sjálfan og hvernig maður virðir aðra í fullum kærleika. Þeir sem finna fyrir þessari ást og sjálfsmildi í eigin garð, hafa fundið svokallaða „sína leið“ og ná „að hlusta“ á hjarta sitt. Þessir einstaklingar læra að þróa með sér jákvæða hugsun gagnvart sér og öðrum.

„Þeir sem lifa í sjálfsást finna oft fyrir meiri frið innra með sér og til þess að öðlast þennan frið þarf að standa með sjálfum sér í einu og öllu. Dæmi um einstakling sem lifir í sjálfsást er t.d. Dalai Lama, hann býr yfir þessari einlægni.“

Nína er Húnvetningur, þriggja barna móðir og gift. Fjölskyldan býr í Hveragerði og starfar Nína sem markaðsstjóri samhliða því að sinna meðferðinni „Lærðu að elska þig“.

„Ég er menntaður sjúkraliði, ferðamálafræðingur, viðburðastjórnandi og sérhæfði mig svo síðar meir í markaðsmálum. Síðustu 30 árin hef ég verið í mikilli sjálfsvinnu og það hefur verið helsta áhugamál mitt.“

Nína heldur námskeið í heilun/reiki sem hún lærði hjá Birgittu Hrönn Halldórsdóttur og öðlaðist þar réttindi sem reikimeistari. Að því námi loknu fékk hún þerapíuréttindin til þess að miðla fræðunum, en Birgitta hjá „Ný sýn“ kenndi allt námið.

Með öll þessi fræði og vitneskju í farteskinu hefur Nína miðlað reynslu sinni inn í fyrirtæki, stofnanir, félagasamtök og vinkvennahópa. Markmiðið er að auka meðvitund í samfélaginu um það hversu nauðsynlegt er að vera náinn sjálfum sér og fara eftir innsæinu.

> *Ég ræð sjálf hversu mikið hver og einn hefur áhrif á mig*

„Því innsæið veit alltaf hvað er best fyrir þig. Ég er alltaf í þjálfun, enda þarf maður að þjálfa hugann eins og líkamann. Maður er mikilvægasta manneskjan í eigin lífi – maður getur ekki sagt sér upp, yfirgefið sig eða fengið hvíld frá sér. Maður er með sér allan daginn, alla daga svo það skiptir máli hvernig maður er við sjálfan sig, svo það er eins gott að maður sé sanngjarn, skemmtilegur og umhyggjusamur við sjálfan sig.“

Misnotkunin stóð yfir í nokkur ár

„Misnotkunin er það erfiðasta sem hefur gengið yfir mig, þó að ég líti ekki á hana sem „erfiða“ reynslu í dag. Eina ástæða þess að ég lít ekki að þetta sem erfiða reynslu í dag er sú að ég er búin að vinna úr áfallinu með stanslausri sjálfsvinnu í tugi ára. Misnotkunin stóð yfir frá því að ég var ung að aldri í nokkur ár.“

Í dag er þetta ekki eitthvað sem situr í henni og hún finnur ekki til reiði út í verknaðinn eða út í gerandann.

„Í upphafi byrjar maður á einhverju ákveðnu sorgarferli, fer síðan í reiðina og svo sópar maður undir mottuna, en eftir það var ég tilbúin til að taka á þessu verkefni frá hjartanu. Þetta gerist ekki á einni nóttu eða degi, heldur hef ég unnið með þetta verkefni endalaust og það hefur haft áhrif á allt mitt líf. Aldrei finnst mér að nokkur einstaklingur þurfi að upplifa ofbeldi af neinu tagi þó að ég sé ekki reið að nokkru leyti út í gerandann.

Það er ekki til í mér. Þetta gerði mig að þeirri manneskju sem ég er í dag og ég er sátt við mig eins og ég er núna. Ég veit að hann er veikur einstaklingur sem gerði sér ekki grein fyrir því hvað hann var að gera barninu litla. Ég get talað um þennan atburð eins og hvað annað í mínu lífi og það er ekkert merkilegra en ef ég væri að segja frá einhverju öðru. Þetta hreyfir ekki neitt við mér eða mínum tilfinningum. Þó að ég sjái gerandann þá hefur það engin áhrif á mig, mér er alveg sama, ég ræð sjálf hversu mikið hver og einn hefur áhrif á mig. Ég hef fyrirgefið honum að fullu, sem hefur vissulega tekið mikið á að gera og langan tíma.“

Nína segir að þessi atburður hafi mótað hana sjálfa, eins og hún er í dag, og hún er sátt við sig eins og hún er og vill ekki breyta neinu. „Ef ég til dæmis hefði ekki þessa reynslu þá væri ég ekki með eins mikla innsýn í líðan skjólstæðinga minna og gæti síður hjálpað þeim.

Þetta er eitt af því sem hefur leitt mig að þeim stað sem ég er á í dag, sem er leiðin fyrir mig að sjálfri mér, ég vil vera tengd mér sjálfri en ekki einhverju öðru eða öðrum. Ég vil þrátt fyrir það taka fram að ég myndi að sjálfsögðu ekki óska neinu barn að upplifa ofbeldi, það á ekki að eiga sér stað. Svona var þetta hjá mér og þá er næsta spurning hvað ætla ég gera við þessa reynslu svo að hún trufli mig ekki meira í lífinu og orsaki jafnvel sjúkdóma eða niðurrif.

Ég hef gert margt til að komast yfir áföll og það er vissulega með öllum þeim verkfærum sem mér hafa verið rétt í gegnum lífið og margra ára sjálfsvinnu, að ég er á þeim stað í lífinu sem ég er á í dag. Málið er að þú endurtekur sífellt sömu atburðina þangað til að þú hefur lært af þeim og nærð að brjóta upp hegðunar- og hugsanamynstrið og þá loksins nær maður að bregðast við á annan hátt. Það sem ég er að hjálpa fólki með er að komast út úr og átta sig á því hvað sé í gangi. Slík vinna er mér mikið hjartansmál.

Að lifa lífinu í fullri sátt við mig sjálfa, elska mig til fulls svo að ég geti elskað allt og alla í kringum mig án kröfu eða fordóma. Lifað heilbrigðu lífi í gleði og kærleika. Því alltaf getur maður bætt sig, öðlast meiri þekkingu og þroska.“

Stolt mitt og áskoranir

Nína segist vera stoltust af fjölskyldu sinni og þá helst af fötluðum syni sínum, þótt hún vilji ekki að gera upp á milli barnanna. Hann stendur uppi sem einstaklingur sem býr einn og sér um sig sjálfur.

„En ég finn líka fyrir miklu stolti þegar ég sé skjólstæðinga mína vinna vinnuna sína vel, því þá ná þeir árangri. Eitt sinn kom skjólstæðingur sem var einstæður, öryrki, algjörlega orkulaus, mikið vonleysi í lífi hans og ekki mikið fram undan. Hann vann verulega vel í sínum verkefnum, alveg einstakur, skemmtilegur og þægilegur í alla staði. Þegar hann lauk ferlinu hjá mér var hann búinn að fá vinnu, farinn í framkvæmdir, farinn að tala við börnin sín, kominn í sambúð og orðinn orkumeiri. Þetta gerir mann svo hamingjusaman og fyllir lífið gleði.

Hvert mál er einstakt og oft og tíðum finnst mér eins og önnur verkefni séu gjörsamlega óyfirstígandi.

Glæsilegt úrval af hlýjum yfirhöfnum









STÍLL

Síðumúla 34, 108 Reykjavík
Sími 551 4884

Vefsíða okkar

Facebook síða okkar





Viðtal

En svo lít ég yfir lífið og sé að ég hef komist yfir miklu stærri mál. Þetta snýst um það hvernig þú ætlar að vinna úr þínum verkefnum og hvernig þú getur fundið þakklætið, því að öll verkefni bera með sér tækifæri til að sjá það góða. Á því augnabliki áttar maður sig á því hvar maður er staddur og hvernig hægt sé að nýta þessa reynslu.“

Helsta áskorunin og sárasta reynslan hefur verið að vinna úr fötlun drengsins og þeirra samskiptum. Hegðun hans og erfiðleikar hafa gengið mjög nærri Nínu. Enginn fæðist með þekkingu um hvernig ala eigi upp barn, hvað þá með fatlað barn, segir Nína hugsi.

„Ég hef tekið eftir því að flestir hafa skoðun á foreldrum fatlaðra barna. Skoðunin er sú að annaðhvort gera foreldrarnir of mikið eða of lítið fyrir barnið. Ég man ekki eftir því að hafa heyrt nokkurn segja: vá, hvað mamma þessa fatlaða barns gerir nákvæmlega allt rétt, hún er fullkomlega rétt fyrir hann.

Því að börnin fæðast einmitt alltaf hjá réttu mömmunni og hún er alltaf fullkomin fyrir þetta barn. Svipaða sögu er hægt að segja um eiginkonu alkóhólistans.“

Um daginn var Nína spurð hvort hún væri ofurkona en um leið sagði hún: „Nei, ég er ekki ofurkona því það geta allir menntað sig ef þeir hafa tök á því og unnið sína vinnu, en það geta ekki allir alið upp fatlað barn, barn sem þú færð í hendurnar og ætlar að gæta, en ræður jafnvel ekki við aðstæðurnar í kringum barnið. Mundu samt, að allir eru að gera sitt besta hverju sinni þó að mér finnist mæður fatlaðra barna ofurkonur og -foreldrar.“

Ég valdi mér þá leið að aðstoða fólk og ég elska það

Áhugi á þessum fræðum kviknaði hjá Nínu þegar hún þurfti að vinnu úr erfiðri lífsreynslu. Henni finnst aðalverkefnið að miðla reynslu sinni og að aðstoða jörðina, dýrin og mennina með þeirri reynslu.

„Ég valdi mér þá leið að aðstoða fólk og ég elska þessa vinnu. Oft og tíðum koma einstaklingar sem hafa svipaða sögu að segja og ég og þá er mun auðveldara fyrir mig að setja mig í spor viðkomandi og hafa skilning.“

Frá því að Nína var um 15 ára gömul hefur hún setið heilu dagana með vinkonu sinni og rætt þessi mál – lífsins mál – sem varð svo upphaf hennar vegferðar að sjálfsást.

„Við fórum saman í nám af þessu tagi og höfum rætt þessi mál fram og til baka sem er mér ómetanlegt. Vinkona mín hefur haft svo djúpstæð áhrif á mig og hún er svo einstök, hvetjandi og dugleg.

Ég hef óbilandi áhuga á því að sjá einstaklinga vaxa og dafna, að sjá óskir fólks verða að veruleika og það verða hamingjusamt. Það er alltaf einstaklingurinn sjálfur sem tekur ákvörðun um hvernig lífi hann vill lifa.

Lífsreynsla mín hefur verið fjölbreytt frá unga aldri. Efnið sem ég er að kenna er ekki trúarlegs eðlis þó að ég vitni í trúna einstaka sinnum. Ég tel að það sé nauðsynlegt fyrir alla að hafa einhverja trú, hvort sem það er guð eða eitthvað annað. Ef þú hefur ekki trú á neitt þá er ekki tilgangur með lífinu hér á jörð, vil ég meina. Ég tala um æðri máttarvöld eða alheiminn.“

Nína hafði gert sér grein fyrir því að ef hún ynni ekki í sjálfri sér þá myndi hún festast í sömu sporum eða stöðugt upplifa og fá inn í líf sitt sömu verkefnin til þess að takast á við. Hún segir að það sé alltaf ákvörðun hvers og eins hvað hann ætli að fást við og það heyri jafnframt undir viðkomandi að vinna úr því og læra og sjá smám saman hvernig sársaukanum linnir.

„Ávallt skal maður hafa í huga að allir eru að gera sitt besta hverju sinni og ég líka. Það er svo eðlilegt að vera í samræmi við sjálfan sig, eða réttara sagt að virða og elska sjálfan sig þar sem maður ert allan daginn og alla daga með sjálfum sér. Þú ættir því að hugsa jafn vel um þig og barnið þitt, sem þú elskar skilyrðislaust.“

Nína segir að ef fólk nær ekki tengingu við sjálft sig sé því gjarnt að leiðast út í ýmiss konar fíkn eða fá sjúkdóma. Þessi hegðun hefur sýnt henni hvað fólk getur verið vont við sig sjálft, hugsað illa til sín og sýnt sér vanvirðingu.

„Auðvitað hefði ég viljað sjá miklu fleiri vera meðvitaða um hversu mikilvægt er að lifa lífinu í fullri sátt, hugsa vel um sig og hugsa fallega til sín.“

Njóttu þess að leyfa þér að lýsa upp þinn heim

Hana langar að koma því á framfæri að það sé hennar ósk að fólk læri að virða sjálft sig og elska, því það leiðir fólk í átt að sjálfsást. Hún segir að við séum öll uppfull af hæfileikum, getu og visku sem enginn annar býr yfir eða er með. „Njóttu þess að leyfa þér að lýsa upp þinn heim og syndu þér gæsku, því ef þú gerir það ekki getur þú ekki ætlast til þess að aðrir geri það,“ segir Nína.

„Í dag á ég dásamlega fjölskyldu, einstaklega vel gerðan mann, börn og yndislegt heimili. Ég get gert það sem mig langar til með fjölskyldu minni og fyrir mig. Ég á góða vinahópa, átti dásamlega foreldra, er hamingjusöm og heppin í lífinu. Ég tel að góður árangur sé vegna mikillar sjálfsvinnu.“

Hér er hægt að finna Facebook-síðu *Lærðu sjálfsást*

Veffang *Nínu.Smart List*



TYGGÐU EXTRA
TIL GÓÐRA VERKA



MEÐ ÞVÍ AÐ TYGGJA EXTRA STYÐUR ÞÚ SOS BARNAÞORPIN TIL BÆTTRAR TANNHEILSU BARNA Í GHANA OG BOTSWANA

WRIGLEY'S Extra

Í SAMSTARFI VIÐ

SOS BARNAÞORPIN
Öll börn vilja gott heimili

Í OKTÓBER OG NÓVEMBER

Texti /Salome Friðgeirsdóttir / Myndir / Aðsendar



Jónsi í Sigur Rós með íslenska ilmgerð í gamla Grjótaþorpinu ásamt fjölskyldu

„Það hefur komið okkur á óvart hve áhuginn er mikill. Við stukkum út í djúpu laugina án þess að vita neitt, bara fljótandi á einhverri skemmtilegri hugmynd og svo erum við bara búin að vera sveitt síðan!“

Fischersund er íslensk ilmgerð í gamla Grjótaþorpinu sem selur ilmvötn, ilmkerti, reykelsi og hreinar snyrtivörur. Allt er handgert úr besta mögulega hráefni og allar vörurnar innihalda til dæmis íslenskar ilmkjarnaolíur sem eru algjörlega einstakar. Mannlíf fór á stúfana og kynnti sér íslensku ilmgerðina Fischersund sem er fjölskyldufyrirtæki. Við spjölluðum við Ingibjörgu og Sigurrós Elínu Birgisdætur, systur Jónsa í Sigur Rós. Þær sögðu okkur að hugmyndin væri að búa til rými í þessum hraða heimi, sem gott væri að koma í og myndi skilja eitthvað jákvætt eftir sig.

Ísland býr að mjög frábrugðnum ilmheimi

„Ilmheimur Íslands er algjörlega einstakur og okkur fannst spennandi að vinna markvisst með þá hugmyndafræði. Ilmheimur okkar hér á Íslandi er mjög frábrugðinn þeirra sem búa á suðrænum slóðum þar sem framandi ávextir og blóm ráða ríkjum.

Við systkinin höfum fjölþætta reynslu sem spannar tónlist, myndlist, hönnun og ilmgerð. Við hugsuðum með okkur hvað það væri gaman að sameina krafta okkar til þess að byggja upp eitthvað fallegt, þar sem allar skynjanir væru virkjaðar. Alltaf þegar við komum saman bar þetta fljótt á góma og okkur langaði líka að vinna með hvert öðru og verja meiri tíma saman. Svo þegar Jónsi flutti stúdíóið sitt til Los Angeles losnaði húsnæðið hans, við slógum til og hentum upp búð þrátt fyrir að hafa enga reynslu í þeim efnum.“

> *Við slógum til og hentum upp búð*

Þau hafa ekkert auglýst, en stækkað jafnt og þétt í gegnum árin. Fólk hefur haft á orði við vini sína að það verði að kíkja í skrýtnu ilmbúðina í Fischersundinu og það er besta auglýsingin sem búðin getur fengið. Systurnar segja að það sé magnað hve áhugi fyrir ilmi á Íslandi sé að aukast og fólk vilji gæði og vandaða vöru án eiturefna sem veitir því vellíðan.

Íslenskir karlmenn orðnir þreyttir á litlu úrvali

Sigurrós segist hafa tekið eftir vakningu, sérstaklega hjá íslenskum karlmönnum sem séu orðnir þreyttir á „sterílu“ úrvali af rakspíra og vilji finna sinn eigin ilm sem þeim líður vel með. Þau vinna mikið með minningar tengdum ilmi þegar þau hefja hönnun á nýjum ilmi; hvaða staðir eða stundir skildu eftir sig minnisstæðan ilm og hvernig líðan hann skildi eftir.

„Jónsi hannaði til dæmis ilm sem er innblásinn af æskuárum hans í Mosó. Ilmurinn er eins og þegar þú ert búinn að halda utan um rabarbara og dýfir svo fingrunum í hvort tveggja sykur og smurolíu eftir að hafa sett keðjuna aftur á reiðhjólið. Fólk er ekki mikið að dýfa rabarbara í sykur á fullorðinsárum þannig að það tengir þennan ilm algjörlega við barnæskuna.“

Þau segja okkur að það sé langt ferli að hanna ilmvatn því að það sé svo viðkvæmt ferli. „Þú ert hálfgerður vísindamaður því hálfur dropi af ákveðinni olíu getur gjörsamlega breytt ilminum; núllað út eina lykt og ýft upp aðra. Það getur tekið um hálft ár til ár að fullvinna ilm.“

Íslendingar tengja mjög sterkt við ilmheiminn sem Fischersund vinnur með, sem er jarðbundnu náttúruilmur af ýmsum toga. „Við finnum líka aukinn áhuga erlendis. Mjög mikið vegna áhuga fólks á Íslandi og einnig vegna þess að fólk er að leita að annars konar ilmvörum.“

Fjall að klífa

Þau segja okkur að viðskiptahliðin hafi verið mikið fjall að klífa, þar sem ekkert þeirra er menntað á því sviði. „Öll sköpun kemur eðlilega, en þessi praktísku mál ekki svo glatt. En við höfum fengið góða hjálp sem við erum mjög þakklát fyrir.

Nú eru jólin á næsta leyti og við erum spennt að segja frá því að við erum á fullu í jólaundirbúningnum og meðal annars kemur okkar árlega jólakerti í verslun okkar og Rammagerðarinnar innan skamms, sem inniheldur íslenskar ilmolíur og aðrar jólalegar olíur eins og „frankincense“ og myrru.“

Ilmur er alltumlykjandi og það er þegar maður veitir honum eftirtekt að töfrarnir eiga sér stað.

Góður ilmur veitir gleði og fyllir hjartað af hlýju og góðum minningum.









GRANÍT
STEINAR

Helluhrauni 2 - 220 Hafnarfjörður - granitsteinar@granitsteinar.is - sími: 5445100







Texti / Salome Friðgeirsdóttir

Viðtal

„Ég fann í hjarta mínu að ég var kominn heim“

– Bjarni starfaði við skúringar samhliða listnáminu

„Það erfiðasta sem ég hef farið í gegnum, var að hætta í starfinu á sínum tíma og fara aftur í nám og vinna mig upp aftur og endurskapa einhvers konar feril í lífi mínu. Það var gaman, en erfitt samt sem áður. Ég tók ekkert lán með náminu, starfaði við skúringar í tíu ár samhliða því og fyrstu árin sem listamaður. Ég er stoltur af þessu í dag, því þarna sannaði ég fyrir sjálfum mér að seigla og trú á sjálfan sig borgar sig.“

Bjarni Sigurðsson keramiker hefur komið sér vel fyrir með vinnustofu sína í Hafnarfirði og hefur heldur betur gert það gott innan leirlistarheimsins. Okkur lék forvitni á að vita aðeins meira um þennan flotta keramiker.

Sjálfsaginn og sköpunargleðin

Bjarni fæddist í Vesturbænum árið 1965 og er einn af 10 systkinum. Eftir að hann kláraði verslunarbraut við Fjölbrautaskólann í Breiðholti, starfaði hann um nokkurt skeið sem verslunarmaður eða þar til hann hóf störf hjá Búnaðarbanka Íslands og var þar í tæp sjö ár. Síðustu ár sín hjá Búnaðarbankanum sótti hann ýmis námskeið hjá Myndlistaskóla Reykjavíkur og kviknaði þar leirlistarbakterían fyrir alvöru.

„Sjálfsaginn og sköpunargleðin hefur komið mér mest á óvart í þessu öllu saman. Ég hlakka til að fara á vinnustofuna mína hvern einasta dag og fyrir það er ég óendanlega þakklátur. Ég passa mikið upp á að endurnýja mig reglulega, skapa ný form og gera stöðugt tilraunir með nýjan glerung. Enn þann dag í dag pensla ég hvern einasta hlut sem ég geri, oft með tvenns konar glerungi, stundum fleiri. Þetta gerir glerunginn svo lifandi.“

> *Ég gat ekki hætt að brosa og ég fann í hjarta mínu að ég var kominn heim*

Hans helstu áskoranir eru að skapa ný form, þróa tækni við gerð listmuna og búa til nýjan glerung.

„Ég er sífellt að breyta og bæta og það þarf mikla þolinmæði og bjartsýni til að halda áfram, því glerungur getur verið eins og óþekk börn sem hlýða bara þegar þeim sýnist. Eftir að hafa rannsakað og unnið með glerung í yfir 20 ár, hafa áskoranirnar við hann þó í auknum mæli breyst í leik. Í mínum huga er skilningur og færni í glerungsvinnslu einn af aðalþáttum þess að skapa leirlist.“

Kom út úr skápnum og hitti sinn maka

Bjarni er mjög stoltur að því að hafa komið út úr skápnum á sínum tíma og hitt maka sinn, sem hefur fylgt honum í gegnum lífið í meira en aldarfjórðung.

Ástæðan fyrir því að ég valdi leirinn sem listgrein er sú að Ragnhildur Stefánsdóttir myndlistarkona kenndi mér í Myndlistaskóla Reykjavíkur. Eitt kvöldið sagði hún okkur að við ættum að vinna með leir, hnoða fimm kíló af honum og gera eitthvað úr honum. Það gerðist eitthvað ólýsanlegt innra með mér um leið og ég snerti leirinn og fór að hnoða. Ég gat ekki hætt að brosa og ég fann í hjarta mínu að ég var kominn heim. Ég sótti leirnámskeið á vinnustofu hér í Reykjavík og þar á eftir sótti ég um í Aarhus Kunstakademi í Danmörku og komst inn. Þar með sagði ég upp starfi mínu í bankanum og hóf nám í keramikinu árið 1996, sem ég síðan útskrifaðist úr árið 2000.“

Skemmtilegt og sérstaklega eftirminnilegt

Það sem honum hefur þótt eftirminnilegast er þegar hann var að koma sér á framfæri eftir nám. Hann ferðaðist um alla Danmörku og kynnti sig, með möppuna sína með myndum af þeim verkum sem hann hafði gert þá stundina. Hann heimsótti gallerí og verslanir, en á þessum tíma voru ekki komnir til sögunnar þeir samfélagsmiðlar sem við þekkjum í dag.

„Þetta var skemmtileg vinna og eftirminnilegt fyrir þær sakir að maður kynntist ótrúlega mörgu fólki og stöðum, sem sumir hverjir heyra sögunni til. Þess má geta að ég var að koma mér aftur í kynni við einn galleríeiganda fyrir nokkrum vikum í Danmörku, sem ég mun heimsækja næst þegar ég heimsæki Danmörku. Hún hafði það mikla trú á mér að hún bauð mér að sýna hjá sér tvisvar á meðan ég var enn í námi.“

Jólamarkaðurinn 18.–21. nóvember

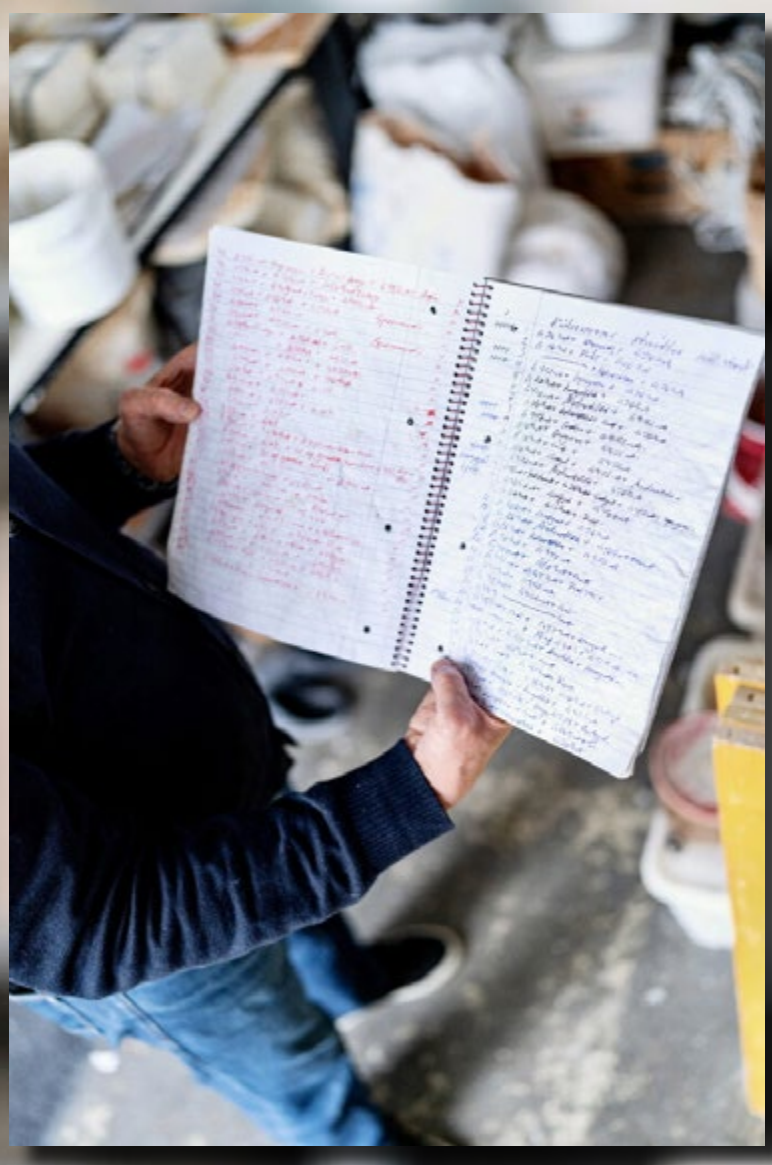
Það sem er á döfinni hjá Bjarna er að sinna öllum þeim beiðnum sem honum hafa borist bæði frá Danmörku og Bandaríkjunum. Hann er nú þegar á mörgum stöðum í Danmörku, en umboðsaðili hans í Danmörku er að vinna að því að koma honum á norska og sænska markaðinn, en nú þegar eru tveir aðilar sem vilja fá að vinna með honum í Svíþjóð. Bjarni hefur líka verið duglegur að koma sér á framfæri á bandaríska markaðnum þar sem hann er að selja hjá ABC Home í New York og er nú þegar farinn að vinna með engum öðrum en veitingastaðnum Jean-George í New York.

Upp á síðkastið hefur hann verið að undirbúa jólamarkað sem hann er með árlega á vinnustofu sinni. Undirbúningur fyrir hann hefst um páskaleytið, enda orðinn stór og vel sóttur. Á sama tíma hefur hann unnið með nýjum söluaðilum í Bandaríkjunum, bæði í New York og Los Angeles. Það er stöðug vinna að sinna öllum söluaðilum í Danmörku og hann segist ekki anna eftirspurn. Hér heima hefur hann verið í mikilli og spennandi vinnu með Rammagerðinni, sem eflist og verður spennandi að sjá hvert sú samvinna fer.

Jólamarkaðurinn er haldinn 18.–21. nóvember og er opið alla dagana frá klukkan 10 til 18. Á markaðnum verða einungis nýir listmunir. Allir velkomnir og veitingar fyrir alla, börn sem fullorðna. Markaðurinn er haldinn á vinnustofu Bjarna að Hrauntungu 20 í Hafnarfirði. Vert er að taka fram að um er að ræða stærsta listamarkaður sem einstaklingur heldur hér á landi.

„Það er hvatningu hans að þakka að ég fékk kjarkinn á sínum tíma til þess að fara og sækja listanámskeið. Hvorugan okkar óraði fyrir því að listin ætti eftir að verða mitt lifibrauð og yndi.








BANANAS OF ECUADOR
BANANAS OF ECUADOR
BONITA

Sakamál

Drekkti dóttur sinni í fötu

Texti / Kolbeinn Þorsteinsson Myndir / Úr safni



Denise Labbe og Jacques Algarron
Samband þeirra var stutt en afdrifaríkt.



Vatnsfatan
Teikning af dómaranum í málinu með vatnsfötuna sem Denise notaði.



Í fylgd lögreglu
Denise var handtekin sama dag og hún framdi morðið.

Denise Labbe fæddist í París í Frakklandi árið 1926. Lítið er vitað um hennar hagi á vegferð hennar til fullorðins ára, en þó ljóst að hún varð munaðarlaus þrettán ára að aldri. Þaðan í frá þurfti hún að sjá sjálfri sér farborða og ku hafa lagt hart að sér til að öðlast þokkalega tilveru.

Rétt fyrir þrítugt, árið 1954, hitti Denise karlmann að nafni Jacques Algarron í Rennes. Jacques þessi var þremur árum yngri en Denise og stúderaði heimspeki. Hann las af áfergju verk Friedrichs Nietzsche og mögulega hafði slegið eitthvað saman hjá honum, því hann áleit sig vera gott dæmi um ofurmenni hins þekkta rithöfundar.

Áður en Denise hitti Jacques hafði hún átt í sambandi við aðra karlmenn og með einum þeirra eignaðist hún dóttur, Catherine, sem var tveggja ára þegar þarna var komið sögu. Denise, sem hafði skapað sér ánægju- og hamingjuríkt líf, hreifst af þessum heimspekinema og sú hrifning átti eftir að hafa sorglegar afleiðingar.

Ofurmenni – ofurpar

Sem fyrr segir virtist Jacques hafa sannfærst um að hann væri ofurmenni Nietzsches. Fór Denise ekki varhluta af þeirri ranghugmynd því Jacques bætti um betur og ákvað þau væru ofurpar.

Hvað sem því leið var Jacques einnig þeirrar skoðunar að Denise þyrfti að sanna sig gagnvart honum, einnig að hún væri öllum öðrum konum æðri. Síðast en ekki síst þurfti hún að sýna að hún sjálf væri verð ástar hans og sambands þeirra. Nú, Denise stóð frammi fyrir ærnu og framandi verki, en ástin á til að svipta fólk glórunni eins og dæmin sanna.

Neydd til kynmaka við ókunnuga

Ekki aðeins þurfti Denise að sanna tryggð sína og takmarkalausa ást til Jacques, því hann mun hafa neytt hana til kynmaka við ókunnuga menn og í kjölfarið þess þurfti hún að biðja hann afsökunar.

Brenglun Jacques átti eftir að taka á sig enn þá alvarlegri mynd. Þannig var mál með vexti að hann hafði lesið frásögn um móður sem hafði ákveðið að fyrirfara barni sínu því hún var í sambandi með manni, en barnið var ávöxtur annars sambands.

Jacques klifaði á þessari frásögn við hvert tækifæri sem gafst og hugmyndin skaut rótum í huga Denise. Jacques lagði sín lóð á vogarskálarnar með því að hreinlega að krefjast þess af Denise að hún myrti dóttur sína.

Fyrsta tilraun

Denise ákvað að gera sem Jacques bauð. Fyrsta tilraun hennar til að myrða Catherine tókst ekki sem skyldi. Sögum ber ekki saman um hvort Denise var trufluð við verknaðinn eða hvort móðureðlið hefði orðið yfirþyrmandi.

Í það minnsta varð ekki úr því að hún fleygði Catherine út um glugga heimilis þeirra, daginn þann. Denise var þá í öngum sínum vegna ótta um að hún myndi glata Jacques ef hún hlýddi ekki fyrirmælum hans og kæmi dóttur sinni fyrir kattarnef.

Því varð þessi tilraun Denise aðeins sú fyrsta af þremur.

Björgun á síðustu stundu

Þrýstingurinn á Denise jókst, sennilega hvort tveggja af hálfu Jacques og hræðslu hennar um að hann yfirgæfi hana. Í það minnsta gerði hún aðra tilraun og mátti litlu muna að sú tilraun tækist.

Denise fleygði dóttur sinni í síki, en fékk bakþanka strax í kjölfarið því í raun elskaði hún dóttur sína takmarkalítið. Denise hljóp eftir hjálp og á þessari ögurstundu tókst ókunnugum vegfaranda að draga Catherine upp á síkisbakkann.

Denise var á milli steins og sleggju og innra með henni tókust á þörfin fyrir að þóknast Jacques og ást hennar til dóttur sinnar. Eitthvað varð undan að láta.

Allt er þegar þrennt er

Þriðja tilraun Denise til að þóknast ástmanni sínum varð einnig sú síðasta. Þann 8. nóvember drekkti Denise dóttur sinni í vatnsfötu og síðan sendi hún Jacques símskeyti til að upplýsa hann um að verkið væri unnið; hvort hún væri þá ekki verð ástar hans?

Hver viðbrögð Jacques við símskeytinu voru er ekki vitað, en Denise var handtekin þennan sama dag og sagði lögreglunni alla sólarsöguna. Réttað var yfir Denise í Blois í maí árið 1955.

Það var mat dómstólsins að aðstæður þessa harmleiks væru mildandi hvað Denise áhrærði, en hún fékk lífstíðardóm árið 1956.

Jacques fékk 20 ára dóm, sem skyldi afplánaður í þrælkunarvinnu, fyrir að hafa rekið Denise til verksins.

Miklu meira en bara ódýrt



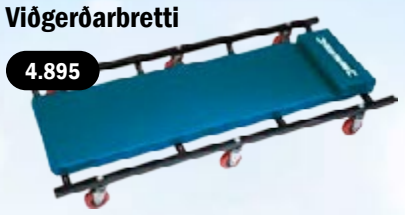
ViAir 12V loftdælur
í miklu úrvali



Hjólafesting
á bíl
frá 4.995



Viðgerðar-
kollur



Viðgerðarbretti
4.895



Jeppatjakkur
2.25T 52cm
19.995

Vélagálgi 2T



Hjólatjakkur
2T m/tösku
4.795



1.999
Álskóflur



9.985
Vélastandur 500kg



AirBrush
loftdæla
19.995



6T Búkkar
605mm Par
9.999



frá 1.495
Startkaplar



4.995
Hleðslutæki 12V 6A



39.995
Verkfæraskápur
á hjólum

99.999
Verkfæraskápur
á hjólum m/verkfærum



frá 795
Mikið úrval af
verkfæratöskum



Steðjar í
miklu úrvali



7.995
1/2 Toppasett



3.995
1/4 Toppasett



Vice Multi
angle
6.985



14.995
1/2+1/4
Toppasett Kraft-
mann 94stk



5.995
Verkfærasett
108 stk



4.995
Skrall-lyklar 8-17

Fjöltengi í miklu úrvali,
1.5M/3M/5M 3/
4/5/6/8 tengla





15.995
Ranamyndavél

Bensínbrúsar í miklu úrvali





Verðmæta-
skápar
frá 5.995



9.999
Kælibox 26L 12v/230v



Lyklabox
í miklu
úrvali



4.995
Verkfærasett

Hunda-
festingar





1.995
Burstasett í borvél



Lím-
byssur
frá 995



Vasaljós og lugtir,
yfir 30 gerðir

Myndlistavörur í miklu úrvali inn á:



Listverslun.is

Framúrskarandi fyrirtæki

Vindsængurpumpur



13.995
Flísasög 80mm



frá 1.995
Hitablásarar



9.999
Silverline LI-ion
18V hleðslubor-
vél 13mm



1.995
Tjaldstæðatengi

Fjölsög
Höfftech
5.999





Rafmagnsvírtalíur
í miklu úrvali



Útskurðarsett

24.995
Súluborvél 350W

19 .995
Metabo
KS216 bútsög

Garðverkfæri í miklu úrvali

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



Þegar ég og fimm vinir mínir gengum berserksgang á Egilsstöðum

HEIMSKast er hlaðvarpsþáttur þar sem Adam David Wheeler og Björgvin Gunnarsson fara yfir heimskulegustu dauðdaga heims, en af nógu er að taka. Vinirnir ræða einnig eigin heimsku og segja nokkrar vel valdar sögur af heimskupörum sínum í gegnum tíðina.

Ætli árið hafi ekki verið 2001. Svona sirka. Það var föstudagskvöld að vetri til og við vorum sex félagarnir á pöbbarölti á Egilsstöðum. Já, það er hægt. Eins og oft vildi til á þessum árum, og sjálfsagt er það þannig enn, þá voru föstudagskvöldin ívið daufari en laugardagskvöldin. Og árið 2001 var engin Vika með Gísla Marteini til að stytta unga fólkinu stundir á föstudagskvöldum. Athugið að nöfnum hefur verið breytt.

Við fórum sem sagt á bar sem bar hið frumlega nafn Ormurinn. Fyrir utan okkur vitleysingana og barþjóninn, var staðurinn tómur. Við ákváðum þá að rölta yfir götuna og yfir á barinn á Hótel Héraði. Hann var dýrari og leiðinlegri en við ákváðum samt að prófa. Þegar við komum þangað var næturvörðurinn að loka barnum enda klukkan orðin þrjú að nóttu og ekki sála á barnum. Við ætluðum þá að láta okkur hafa það og halda drykkjunni áfram á Orminum. Það vildi ekki betur til en svo að þeim bar var einnig lokað, þar sem fjöldi gesta, sem var 0, svaraði ekki launakostnaði.

Hvað gátu þá hressir, ungir karlmenn með töluvert áfengi í æðum til bragðs tekið? Farið heim að sofa? Ekki að ræða það.

Við byrjuðum á að stela fánum frá fyrirtækjum í nágrenninu. Ég gerði heiðarlega tilraun til að taka fánastöng upp úr festingu sinni fyrir framan 10/11-verslun sem þá var á Egilsstöðum. Það tókst ekki betur en svo að ég missti stöngina og braut þar með kúluna sem var efst uppi. Það átti eftir að verða hópnum að falli síðar meir.

Við gengum svo um bæinn í leit að fjöri en tveir úr hópnum, sem við skulum kalla Vékel og Fífil, ákváðu að fara inn í garð hjá einhverju fólki og inn í tréhús sem þar stóð. Þar fóru þeir að leika apa með tilheyrandi gólum og ólátum. Okkur til skelfingar rauk húsbóndinn á heimilinu út úr húsi sínu, vopnaður hafnaboltakylfu. „Hvað eruð þið að gera? Af hverju eruð þið að eyðileggja margra mánaða vinnu sonar míns?“ öskraði maðurinn reiður. Hann var auðvitað að misskilja okkur, við vorum ekkert að skemma, bara skemmta. Við hlupum skelkaðir í burtu.

Stuttu seinna ákváðum við að nóttin væri ung og nú skyldum við fara í leik. Við skiptum okkur í tvo hópa. Ég, Vékell og Jörfi vorum saman í hóp en í hinum hópnum voru þeir Fífill, Tímóteus og Herleifur. Liðin fóru svo hvort á sinn enda Egilsstaða. Leikurinn, sem var nokkuð óskýr enda við frekar óskýrir þegar hér var komið sögu, fólst í því að það lið sem næði að læðast upp að hinu liðinu og bregða því, myndi vinna.

Þegar leikurinn stóð sem hæst tók ég eftir því að bæði lögreglan og pabbinn með hafnaboltakylfuna, voru á ferðinni í leit að okkur. Ég hringdi í Herleif, sem nú starfar sjálfur sem lögreglumaður, og hvíslaði að honum í símann að lögreglan væri á eftir okkur. Í fyrstu trúði hann mér ekki, en sá svo fljótt að ég var ekki að ljúga þessu enda vel upp alinn maður. Náðu bæði liðin að fela sig fyrir lögreglunni en annað má segja hvað varðar pabbann.

Þegar þeir Tímóteus og Fífill voru að ganga yfir gangbraut birtist bíll skyndilega við hlið þeirra og voru þeir sem hreindýr í háu ljósunum, augun uppglennt og munnurinn galopinn. Pabbinn skrúfaði niður framrúðuna og leit út og sagði hvass: „Hvurn andskotann eruð þið að gera? Af hverju eruð þið að láta eins og smákrakkar, hálffullorðnir menn?“ Það eina sem Tímóteusi datt í hug að segja var eitthvað sem pabbinn er enn að klóra sér í hausnum yfir, nú 20 árum síðar. Hann skrollaði ekki venjulega, en þarna ákvað hann að prófa það í fyrsta skipti. „Menn? Við erum ekki menn, við erum dvergar!“ Og svo hlupu þeir í burtu og skildu pabbann eftir orðlausan.

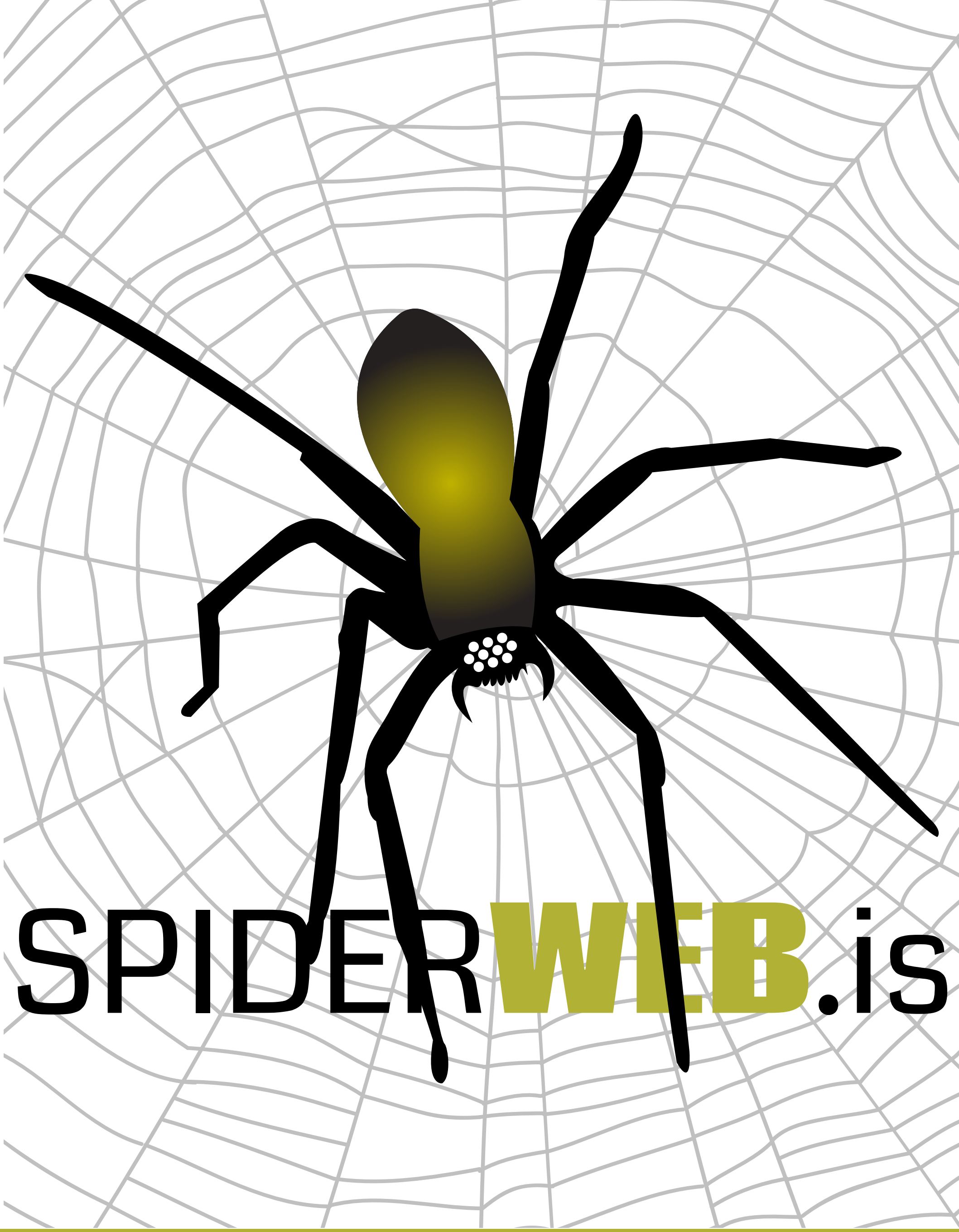
Um klukkan 6 um morguninn hittumst við allir heima hjá mér og fórum yfir atburði næturinnar, búnir á því og með harðsperrur af hlátri.

Daginn eftir mættu þeir Herleifur og Vékell til vinnu í 10/11. Verslunarstjórinn, Sæsól, var ekki ánægður enda var bæði búið að stela fána verslunarinnar og brjóta kúluna á fánastönginni. Verslunarstjórinn, sem er mjög fyndin kona, kíkti á myndbandsupptökur frá nóttinni og sá þar ungan og bráðmyndarlegan mann með kleinuhringjaskegg í slagtogi með öðrum ungum manni og taldi sig vita upp á hár hver þetta væri. Þetta væri Fáskrúðsfirðingurinn Elentínus en hann bar jafn fallegt skegg og sá sem sást brjóta kúluna. Þegar þeir Herleifur og Vékell sáu fram á að Elentínus fengi skellinn, blásaklaus, urðu þeir að segja yfirmanni sínum sannleikann. Hún sprakk sem betur fer úr hlátri en ég þurfti að greiða 2.000 krónur í sekt.

Það var vel þess virði.

Þessa sögu og fleiri má hlusta á í nýjasta HEIMSKast-þætti okkar Adams. **Hér er hlekkur til dæmis**, en svo má einnig hlusta á hann á Spotify.




SPIDERWEB.is



Stjörnuspeki

Hvað segir tunglmerki þitt um þig?

Texti / Guðhildur Kjerúlf Birgisdóttir

Líkt og Merkúr, sendiboði guðanna, hefur plánetan Merkúr mikið með samskipti að gera innan stjörnuspekinnar. Merkúr er tákn þess hvernig við tjáum okkur, lærum, störfum og eigum samskipti við aðra. Merkúr stjórnar hinu talaða og ritaða orði. Merkúr stjórnar því hvernig við komum hugsunum okkar og hugmyndum á framfæri.

En hvað táknar Merkúr í hinum ólíku stjörnumerkjum?

Hrútur
Hugaður, hreinskilinn og hvatvís.

Sá sem er með Merkúr í Hrúti er afar beinskeyttur í samskiptum. Hann framkvæmir yfirleitt áður en hann hugsar og er sífellt á fleygiferð. Það er engin lognmolla í kringum hann. Hann vill ferðast í gegnum lífið á hlaupum og honum leiðist afar auðveldlega. Það er því best fyrir hann að hafa alltaf nóg fyrir stafni.

Þessi einstaklingur meinar það sem hann segir og segir það sem hann meinar – lygar eru honum nánast ómögulegar. Þú getur treyst á hreinskilið svar frá honum, en það er sömuleiðis engin sía til staðar, svo álit hans og svör verða ávallt óritskoðuð.

Naut
Þrautseigt, þrjóskt og heiðarlegt.

Sá sem hefur Merkúr í Nauti býr yfir mikilli þrautseigju og haggast ekki þegar á reynir.

Viðbrögð þessa fólks eru yfirleitt ekki hröð og því líkar illa að þurfa að tjá sig eða ákveða hluti, óöruvísi en að vandlega yfirlögðu ráði. Breytingar í lífi þess eru almennt hægar.

Þegar þessir einstaklingar hafa hins vegar ákveðið eitthvað verður þeim seint haggað. Þeir kjósa að læra með því að gera hluti; orðin tóm hugnast þeim ekki.

Þetta er traust og heiðarlegt fólk, en það kýs að sýna það og sanna í verki. Sömuleiðis mun þetta fólk ávallt horfa á verk þín frekar en orð, til þess að ákvarða hvort þú sért trausts þess verður.

Tvíburi
Opinn, forvitinn og félagslyndur.

Fólk með Merkúr í Tvíbura er sífellt á ferð og flugi; það er félagslynt og fær töluverða örvun út úr mannlegum samskiptum. Þetta er fólk sem á einstaklega auðvelt með að skoða mál frá öllum hliðum og skilja ólík sjónarmið.

Þekkingarþorsti þeirra er mikill og þessir einstaklingar vilja sífellt læra eitthvað nýtt. Það er oft dálítill athyglisbrestur í þeim og einbeiting þeirra fer fyrir ofan garð og neðan ef viðfangsefnið vekur ekki áhuga þeirra. Þessir einstaklingar eiga afar auðvelt með að detta með höfuðið á undan ofan í ýmsar kanínuholur. Til að mynda getur þeim dottið í hug eitt kvöldið að þeir vilji vita meira um ákveðið málefni eða manneskju. Skyndilega hafa margir klukkutímar liðið og Tvíburamerkúrinn gæti haldið fyrirlestur um málið eða tekið þátt í rökræðum um það.

Krabbi
Varfærinn, djúpur og greinandi.

Sá sem hefur Merkúr í Krabba kýs að miðla upplýsingum og tala um hlutina við einn eða fáa í einu. Hann hefur ekki þörf fyrir að básúna mál sitt í stórum hópum eða tala við marga í einu yfirhöfuð. Hann talar vandlega um hlutina frekar en að þjóta út og framkvæma. Hann er hugsandi, greinandi og gerir sér vel grein fyrir mætti hins talaða orðs og mikilvægi þess að hafa áætlun.

Þetta eru einstaklingar með mikla tilfinningagreind sem þeir nota óspart í samskiptum. Það er oft svo að fólk með Merkúr í Krabba veit öll leyndarmál vina sinna. Fólk hefur einhverja ósjálfráða tilhneigingu til að segja þeim hluti.

Þetta er fólk með ríka aðlögunarhæfni en á sama tíma afar breytilegt skap. Það er enginn ofsi í því út á við, en þetta fólk getur hreinlega upplifað sig sem tvær ólíkar manneskjur að morgni og kvöldi sama dags.

Ljón
Einlægt, glettið og heiðarlegt.

Einstaklingar með Merkúr í Ljóni koma ávallt til dyranna eins og þeir eru klæddir. Þeir hafa litla þörf fyrir að sýnast; þeir treysta á sjálfa sig og það sem þeir hafa fram að færa. Þeir standa styrkir og taka ábyrgð á ákvörðunum sínum og gjörðum.

Þessir einstaklingar elska að læra nýja hluti sem vekja áhuga þeirra. Þeir læra á barnslegan máta, í gegnum leik og forvitni. Það hentar þeim best að læra hluti með því að framkvæma og þegar þeir hafa komist upp á lagið með eitthvað gleymist það ekki svo glatt. Þetta eru skapandi einstaklingar og allt sem þeir gera kemur frá hjartanu. Þeir sjá ekki tilgang í því að gera hluti nema þeir séu sannir í þeim. Þannig er þetta fólk lítið fyrir að hoppa á vagna og fylgja tískustraumum. Þetta er leiðandi fólk sem hrífur aðra með sér.

Meyja
Framtakssöm, nákvæm og rökræn.

Fólk með Merkúr í Meyju er afar vinnusamt. Það er stanslaust að og getur yfirleitt sinnt mörgum verkefnum í einu – og gert það vel. Þetta fólk er gjarnan miklum gáfum gætt og metur hina vitrænu hlið mikils. Það talar yfirleitt aldrei um hluti óöruvísi en að vita mikið um þá.

Þessir einstaklingar eru einstaklega færir í rökræðum og jarða andstæðinga sína leikandi. Ekki með neinum æsingi, heldur einungis með rökum og vitneskju. Þeim hættir oft við áhyggjum og streitu, enda setja þeir mikla pressu á sjálfa sig.

Þetta fólk er hjálpsamt og liðtækt í að leysa úr hinum ýmsu flækjum og vandamálum. Það gleður það þegar aðrir kunna að meta gáfur þess.

Vog
Listræn, forvitin og diplómatísk.

Sá sem hefur Merkúr í Vog er fær í mannlegum samskiptum. Hann er afar diplómatískur og því flinkur sáttasemjari. Hann er fróðleiksfús, vill helst hafa eyru alls staðar og vita allt um alla.

Þessir einstaklingar hafa mikinn áhuga á fólki. Persónulegar skoðanir þeirra virðast yfirleitt ekki flækjast fyrir þeim þegar þeir nálgast málefni og deilur. Raunar finnst þessu fólki oft erfitt að tjá sínar eigin skoðanir; að lenda í sviðsljósinu og hugsanlegri hakkavél. Ákvarðanir geta líka reynst því þrautin þyngri og þetta fólk glímir yfirleitt við valkvíða.

Þessir einstaklingar geta yfirleitt unnið með hér um bil hverjum sem er og sameinað ólíka einstaklinga og sjónarmið. Það er afar gott að hafa þá í vinnuhópum, enda eiga þeir auðvelt með að koma hlutum í gang og fá fólk til að tjá sig.

Sporðdreki
Leyndardómsfullur, hreinskilinn og ástríðufullur.

Fólk með Merkúr í Sporðdreka er einstaklega ástríðufullt og þarf að hafa djúpan áhuga á því sem það tekur sér fyrir hendur. Það gengur ekki upp hjá þessu fólki að vinna að verkefnum sem vekja ekki áhuga þess; því þykir það tilgangslaust.

Eins og er með flestar plánetur í Sporðdreka vill þetta fólk fara á dýptina og yfirborðsleg samskipti eru því þvert um geð.

Þessir einstaklingar elska að skilja hluti og stinga sér ávallt á bólakaf í hugðarefni sín. Það er dálítil rannsóknarlögregla í þeim. Umfram allt eru þeir rannsakandi, greinandi og elska að taka hluti í sundur og setja þá aftur saman.

Þetta eru þrjóskir einstaklingar sem kunna best við að hafa leynd yfir hugsunum sínum og áætlunum.

Bogmaður
Hreinskilinn, hvatvís og djarfur.

Sá sem er með Merkúr í Bogmanni er hnyttinn og snöggur upp á lagið. Hann er hreinskilinn og almennt fer ekkert sem hann segir í gegnum nokkurs konar síu. Enda á hann ekki í nokkrum vandræðum með að standa með því sem hann segir. Hann á það til að sjokkera og hefur lúmskt gaman af því.

Þetta eru virkir og félagslyndir einstaklingar sem kunna vel við að vera í miklum samskiptum við aðra. Þeir eru forvitnir og fróðleiksfúsir. Þeim líkar afar vel að læra í gegnum ferðalög og ævintýri ýmiss konar. Raunar er þetta fólk sem metur yfirleitt frelsi og ferðalög ansi mikils. Þeim líkar mjög illa að vera fastir í sama landinu lengi og ferðalög til annarra landa eru þeim sem ferskur andblær og spennandi rannsóknarvinna.

Þetta fólk er oftast með svör á reiðum höndum og er hnyttið í tilsvörum. Það er yfirleitt ekki sérlega gott í tímastjórnun og á það til að vera of seint.

Steingeit
Stjórnsöm, hvöss og vinnusöm.

Einstaklingar með Merkúr í Steingeit eru iðnir og nákvæmir. Þeir vinna verk sín vandlega og skorast aldrei undan ábyrgð. Þetta eru oft leiðtogar og þeir geta verið ansi stjórnsamir. Þeir ætlast til sömu vinnusemi frá öðrum og þeir leggja sjálfir til, sem getur reynst samstarfsfólki þeirra eða undirmönnum þrautin þyngri. Það eru nefnilega alls ekki allir sem koma jafn miklu í verk og fólk með Merkúr í Steingeit.

Þessu fólki líkar þó ekki að vinna að mörgu á sama tíma – það kýs heldur að búta verkefnin niður og klára eitt í einu.

Þessir einstaklingar hafa oft skemmtilegan húmor, sem oft er dálítið kaldhæðinn og óvenjulegur. Þeir þurfa á ákveðinni formfestu að halda og þekkja regluverk inn og út. Það blundar þó í þeim löngun til að brjóta reglurnar og því eiga þessir einstaklingar það til að fara í uppreisn.

Vatnsberi
Frumlegur, sjálfstæður og sjálfsöruggur.

Fólk með Merkúr í Vatnsbera er einstaklega hugmyndaríkt og elskar að kafa djúpt ofan í hugðarefni sín. Oft er þetta fólk sem fæst við tvo eða fleiri, afar ólíka hluti í lífi sínu. Þessir einstaklingar hafa oft áhuga á ýmiss konar dulspeki en eru svo ef til vill í „hefðbundnum“ störfum á daginn frá níu til fimm. Þeir eru einstaklega skapandi og eiga auðvelt með að heilla fólkið í kringum sig með óvenjulegum hugmyndum sínum. Þeir standa með hugðarefnum sínum og skoðunum, og nálgast hluti ávallt út frá vitsmunalegum grundvelli.

Þessu fólki finnst ekki erfitt að aðrir séu því ósammála eða að fólki þyki það skrýtið. Það virðist hreinlega ekki snerta þetta fólk.

Einstaklingum með Merkúr í Vatnsbera þykir skemmtilegt að rýna í menn og málefni og eru yfirleitt klárir. Þeir eru sérfræðingar í rökræðum og snöggir í tilsvörum. Þeim þykir ferill á sviði einhvers skonar vísinda, sérstaklega ef það tengist framþróun mannkyns, oft afar spennandi.

Fiskar
Skapandi, tilfinningaríkir og dularfullir.

Einstaklingur með Merkúr í Fiskum heldur yfirleitt öllum spilum sínum á hendi þar til í síðasta leik. Hann er mjög leyndardómsfullur og erfitt getur reynst að átta sig á markmiðum hans.

Þessir einstaklingar búa gjarnan yfir skáldgáfu og eru sérlega góðir sögumenn með mikið hugmyndaflug. Þeir geta spunnið heilu ævintýrin á staðnum og heillað áheyrendur sína með sér. Þeir hafa oft frumlega sýn á lífið og hugmyndir þeirra eru óhefðbundnar.

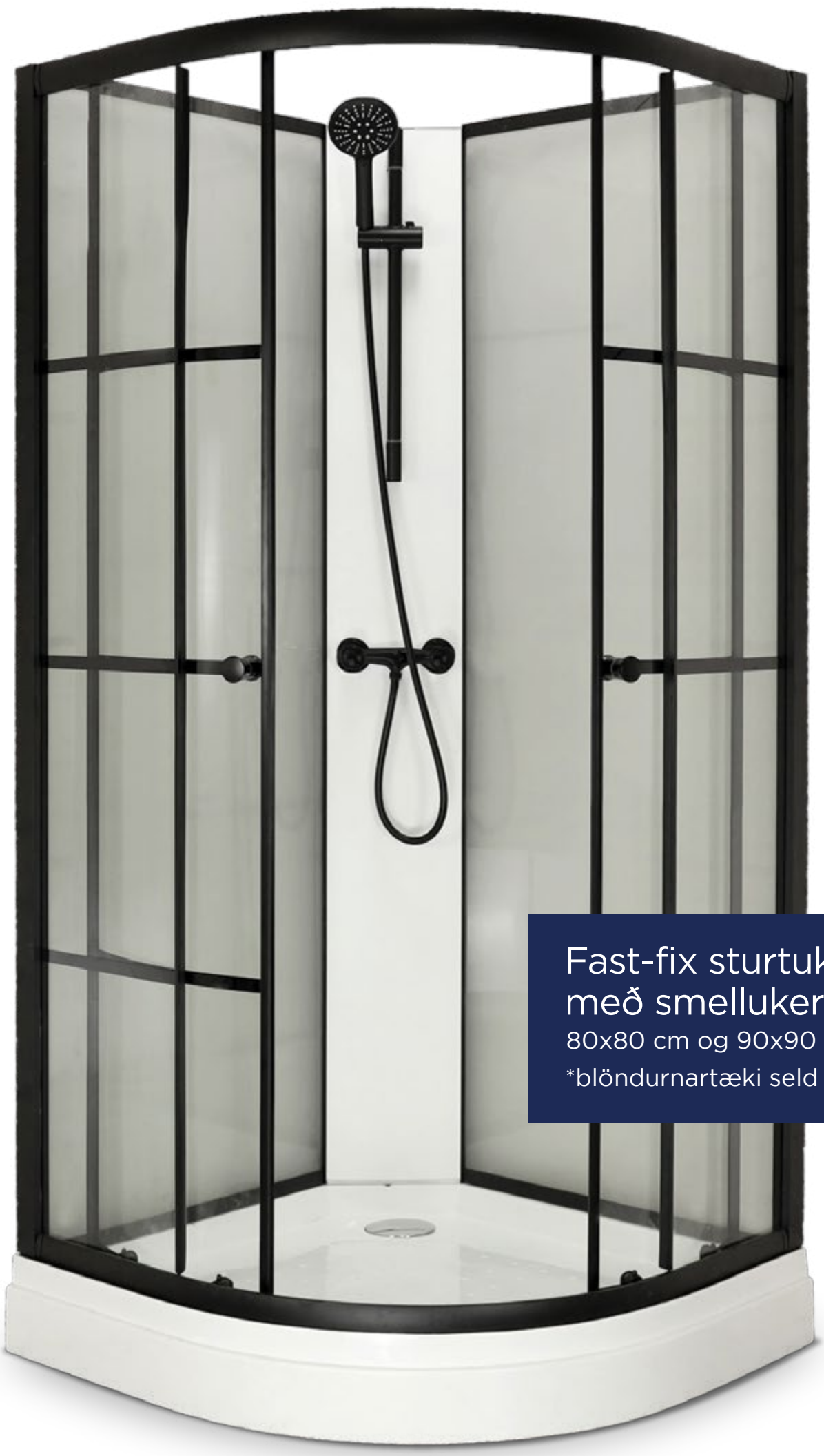
Þetta fólk notar innsæi og tilfinningar til að meta fólk og aðstæður, enda býr það yfir ákveðinni náðargáfu þegar kemur að tilfinningavitund. Það getur verið dálítið sveiflukennt í skapi og oft er engin leið að vita hvaða útgáfu af þeim þú munt mæta hverju sinni.

Þessir einstaklingar eru góðir hlustendur og hafa sérstakt lag á að umvefja viðmælendur sína hlýju og láta þeim líða vel.

Með réttum fæðingartíma og stað er enginn vandi að skoða hvaða merki Merkúr er í hjá þér, til dæmis á Cafe Astrology.

Nýja kynslóðin í sturtuklefum!

Engar skrúfur,
ekkert sílikon!



Fast-fix sturtuklefi með smellukerfi
80x80 cm og 90x90 cm
*blöndurnartæki seld sér

Ármúli 31 | 588 73 32 | i-t.is
Mán - Fim 9-18 | Fös 9-17 | Lau 11-14

INNRÉTTINGAR & TÆKI



Útfararþjónusta
Rúnars Geirmundssonar

Stofnað 1990

Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi

Sími · 567 9110 · utfarir@utfarir.is · www.utfarir.is

MANNLÍF | SÓLARTÚN EHF | ÚTGÁFUFÉLAG | ÁRMÚLA 15, 105 REYKJAVÍK | 6. TÖLUBLAÐ 38. ÁRGANGUR | FÖSTUDAGUR 12. DES. 2021 | mannlíf.is | Ritstjórn: man@man.is

Síðast en ekki síst

Eftir / Björgvin Gunnarsson

Kenning um Covid



Þá er Covid-19-skrattinn kominn aftur á fulla ferð, öllum til gleði og yndisauka. Aftur fáum við að setja á okkur þröngar og illa lyktandi andlitsgrímur og spritta hendurnar þar til þeim blæðir. Áður en langt um líður verðum við aftur farin að bíða í röð fyrir framan Vínbúðina, sem nær út á bílaplan, vegna fjöldatakmarkana. Jólin komu sem sagt snemma í ár.

Ég er annars með kenningu varðandi þessa fjölhæfu og fjölbreyttu veiru, kennda við kórónu. Við höfum öll heyrt hvernig veiran ræðst á líkamann og getur valdið óbætanlegum skaða í verstu tilfellum, en fáir vita kannski að veiran getur lifað í fötum okkar í þrjá daga eftir að hún hefur komist þangað.

Kenning mín snýr einmitt að umræddum þremur dögum. Veiran liggur þar ekki í leti, þvert á móti. Af einbeittum brotavilja umbreytir hún leppunum. Hver kannast ekki við að ætla út að skemmta sér eftir eins og hálfs árs einangrun en komast svo ekki í skyrtuna eða kjólinn sem smellpassaði 2019? Hver kannast ekki við að hafa þurft ítrekað að bæta við gati á beltið sitt undanfarin ár?

Nokkrir hafa þó sloppið við þetta, en það er helst fólk sem stundaði á þessu tímabili líkamsrækt af kappi, heima hjá sér eða úti í náttúrunni. Þið vitið. Fólkið sem birti myndir og myndbönd af sér á samfélagsmiðlunum á hverjum einasta degi, þar sem það gerði æfingar með uppseldum ketilbjöllum eða hjólaði hringinn í kringum Kleifarvatn fyrir vinnu. Það fólk passaði enn í fötin sín eftir að fjórðu bylgju lauk. Á því er einföld skýring. Sviti heldur veirunni frá fötunum og þar sem þau voru alltaf að gera æfingar, náði veiran ekki að minnka fötin.

Ég held sem sagt að veiran ráðist á fatnað fólks og hoppi á milli þeirra í fataskápunum í þrjá daga áður en hún drepst. Við þetta minnki fötin umtalsvert.

Nú er fimmta bylgjan hafin með tilheyrandi boðum og bönnum, takmörkunum og skyldum. Hvað er hægt að gera svo fötin okkar hverfi ekki alveg? Þá meina ég fyrir utan það að hamstra ketilbjöllur og sippubönd og hlaupa um eins og asni. Núdismi gæti verið eina raunhæfa svarið. Ég hef aldrei skilið þann isma en hann er farinn að hljóma æ betur á tímum Covid-19. Ef þjóðin myndi sameinast í núdismanum myndi sokkurinn sennilega verða jólagjöf númer 1 þessi jólin.

