MANNLÍF

4. TÖLUBLAÐ 40. ÁRGANGUR
FÖSTUDAGUR 17. MARS 2023

BAKSÝNISSPEGILLINN • MATGÆÐINGURINN • STÆKKUNARGLERIÐ • LÍFSREYNSLUSAGAN • SAKAMÁLIÐ • SAMFÉLAGIÐ

Aníta Briem

„Peningar færðu mér ekki hamingju“

Varð fyrir einelti

Eitruð karlmennska

Ánægjan er öll okkar

Sjóvá er efst tryggingafélaga í Íslensku ánægjuvoginni — sjötta árið í röð.



MANNLÍF **Útgáfufélag:** Sólartún ehf.
Ritstjóri og ábyrgðarmaður: Reynir Traustason
Útgáfustjóri: Katrín Guðjónsdóttir
Gæðastjóri: Kolbeinn Þorsteinsson
Auglýsingastjóri: Elsa Hrund Kristinsdóttir
Ljósmyndari: Kazuma Takigawa
Blaðamenn: Björgvin Gunnarsson, Guðjón Guðjónsson, Harpa Mjöll Reynisdóttir, Katrín Guðjónsdóttir, Lára Garðarsdóttir, Svanur Már Snorrason
Umbort: Lára Garðarsdóttir

Í góðum málum / slæmum málum 2
Leiðarinn 4
Fjölmiðlapistillinn 6
Orðrómur 6
Neytandi vikunnar 8
Fréttamálið 10
Sjóarinn 14
Viðtalið 16
Unaðsvara vikunnar 26
Baksýnisspegill 28
Helgarpistillinn 30
Lífsreynslusagan 32
Leikhúsgagnrýni 34
Útivist 36
Snjófest 28
Stækkunarglerið 42
Vín og matur 44
Síðast, en ekki síst 46



Í GÓÐUM MÁLUM

Umsjón: Björgvin Gunnarsson



Karlmenn sem hefur verið slaufað eru í góðum málum um þessar mundir. Á dögunum seldist upp á ferna tónleika Ingós veðurguðs í Háskólabíói, en fyrir tveimur árum hrökklaðist hann úr sviðsljósinu. Ástæðan var mýmargar ásakanir á hendur honum um kynferðisbrot og áreiti gagnvart ungum stúlkum. Veðurguðinn harðneitaði ásökununum og kærði jafnvel nokkra einstaklinga fyrir meiðyrði. En hann er sem sagt kominn aftur, sem ekki allir eru sáttir við, skiljanlega, en fréttir af góðri miðasölu á tónleika hans sanna að eftirspurnin er til staðar. Þá hefur Frosti Logason einnig snúið til baka eftir að hafa óskað eftir leyfi frá störfum á Stöð 2 eftir að fyrrverandi kærasta hans sakaði hann um andlegt ofbeldi. Gekkst hann við hluta af ásökununum og baðst afsökunar. Frosti fór svo á sjóinn en er nú kominn aftur með látum, en hann stofnaði hlaðvarpsrásina Brotkast þar sem hann heldur áfram með Harmageddon sem lengi vel var á útvarpsstöðinni X-ið. Þannig að já, slaufaðir menn eru í góðum málum og sanna kannski að slaufunarmenningin er hugarburður, eða hvað?

Í SLÆMUM MÁLUM



Kuldaskræfur eru í slæmum málum nú um stundir. Kannski er ósanngjarnt að kalla okkur sem búum á þessu guðsvolaða landi og skjálfum á beinunum kuldaskræfur, því úti er bara skíthelvítis kalt. Það hefur til dæmis ekki verið kaldara í Reykjavík síðan Hvalfjarðargöngin voru opnuð og Buffalo-skór þóttu flottir. Sem sagt árið 1998. Kuldinn hefur svo verið enn meiri úti á landi, en á dögunum sýndu mælar undir 20 gráðum í mínus víða um land, sem þýðir mun meira þegar vindurinn blæs. Það er sem sagt sums staðar varla hundi út sigandi. Íslendingar eru með gleymnari þjóðum, eins og sést í kosningum, en það er nú önnur saga. Þetta á einnig við þegar kemur að veðrinu. Eftir nokkra hlýja daga í byrjun mars héldu margir að vorið væri komið, en það var gildra eins og langoftast í mars og apríl. Fram undan eru páskarnir og þá má búast við páskahretinu, en ár eftir ár verða þúsundir Íslendinga steinhissa á snjókomu um páska, enda búið að vera svo fínt veður nokkrum dögum áður. En staðreyndin er sú að þetta er það algengt að við höfum orð yfir þetta; páskahret. En við þurfum ekki að örvænta, þegar sumarið kemur loksins getum við farið að klæðast sumarjökkum í stað úlpna (það er sér fyrirbæri hér á landi).


MOTTUMARS
Krabbameinsfélagið
EKKI HUMMA
FRAM AF ÞÉR
HEILSUNA
Kaupum sokka!
mottumars.is



Leiðarinn
Reynir Traustason



Feita fólkið þarf hjálp

Íslendingar eru í gríðarlegum vanda vegna offitu. Mælingar OECD á undanförnum árum hafa leitt í ljós að við erum feitasta þjóð í Evrópu. Þar með er okkur hættast við að veikjast af Covid 19 eða öðrum sjúkdómum.

Fyrir örfáum áratugum var það undantekning ef fólk var í þyngri kantinum. Nú hefur dæmið snúist við og það er algengara en ekki að fólk sé í yfirþyngd. Ástæðan er hreyfingarleysi og neysla á sykri, hveiti og annarri óhollustu. Velmegunin hefur orðið til þess að fólk hreyfir sig minna og liggur í óhollustu. Hluti af vandanum er svo tölvufíkn með tilheyrandi kyrrsetu sem nær upp allan aldursstigann. Haldi þessi þróun áfram blasir við þjóðinni gríðarlegt heilbrigðisvandamál á næstu áratugum. Velmegunarsjúkdómar, tengdir hjarta og æðum, munu leggjast af enn meiri þunga á heilbrigðiskerfi okkar sem þegar á í miklum vanda.

> ***Vandinn vegna offitu má ekki snúast um fordóma***

Offitusjúklingar hafa í gegnum tíðina verið ofsóttir af samborgurum sínum. Fólk hefur verið uppnefnt og það smánað vegna útlitsins. Einelti hefur verið algengt þar sem þessi hópur á í hlut. Smánun hins feita er ákveðinn skepnuskapur og má ekki líðast. Offita er afleiðing af sjúkdómi, rétt eins og fíknivandinn. Sá sem borðar of mikið ræður ekki við sig. Hann er á valdi græðginnar rétt eins og fíknisjúklingurinn. Hinum feita líður oft illa. Hann þjáist af hreyfihömlun og oft fylgir offitunni þunglyndi.

Vandinn vegna offitu má ekki snúast um fordóma vegna útlits. Aftur á móti verður samfélagið að leggjast á eitt við að bjarga fólki frá sjálfu sér út frá heilsufarslegum sjónarmiðum. Þjóðin þarf að fara í stórátak til að auka hreyfingu fólks á öllum aldri og stuðla að vitundarvakningu varðandi mataræði og hollustu.

Hjartasjúkdómar eru algengir hjá þeim sem eru of þungir og lifa á fæði sem stíflar kransæðar. Slegið hefur verið á það að einn hjartasjúklingur sem þarf á stórri aðgerð að halda kosti samfélagið allt að 100 milljónir króna. Það sér hvert mannsbarn að ef hægt er með mótvægisaðgerðum að fækka þeim sem hljóta þau örlög, þá sparast gríðarlegt fé sem nota mætti til að auka lífsgæði þjóðarinnar.

Lýðheilsuátak sem felur í sér aukna hreyfingu og bætt mataræði er ávísun á betri heilsu. Hreyfingin stuðlar ekki aðeins að bættri líkamlegri heilsu heldur vinnur einnig gegn kvíða, þunglyndi og öðrum andlegum sjúkdómum. Eitt stærsta verkefni okkar Íslendinga felst í því að finna þá formúlu sem þarf til að losa fólk undan þjáningu offitunnar. Stjórnmálamenn verða að taka þessu alvarlega og finna leiðina til jafnvægis og aukinnar hamingju. Feita fólkið þarf hjálp til að léttast og þjóðin þarf á fyrirbyggjandi aðgerðum að halda.


SJÁ
LAND
MATUR & VEISLA
BRÖNS ALLAR HELGAR
FRÁ 11:30 TIL 15:00
Bókanir í síma 555 3255 og bokanir@sjaland210.is
Sjáland Matur & Veislur / Ránargrund 4 / 210 Garðabær

Tímaritið í silfurrammanum





Svanur Már Snorrason

Gekk niður brekku sem virtist engan endi ætla að taka.

Tölti síðan upp hlíðina sem var í sömu götu en það tók langan tíma eftir allan niðurgang brekkunnar.

Efst á hlíðinni fann ég illa farið tímarit – gulnað og vel máð. Fletti því og fann þar mér til mikillar furðu grein eftir sjálfan mig. Grein sem ég hafði ekki lesið áður, fannst hún góð.

Þetta getur maður, hugsaði ég upphátt.

Næsta hugsun (ekki upphátt) var á þá leið að ég ætti kannski oftar að fara í göngutúr. Ég samþykki þessa hugsun, en um leið og ég geri það kemur vindhviða og feykir gulnaða og máða tímaritinu út í buskann.

Ég reyni að hlaupa á eftir því, en finn strax að ég er orkulaus eftir allt labbið og hætti samstundis öllum tilraunum til að fanga tímaritið.

Oh, ég sem vildi eiga þetta tímarit og monta mig af greininni sem ég reit í það.

Jæja, ég verð þá bara að sýna fólkinu mínu greinina um stelpuna sem fór með blóm í brúðkaupið hans Bubba. Eðia um leikhúsparið sem er bæði nýhætt saman og nýbyrjað saman. Og svo börnuðu þau hvort annað.

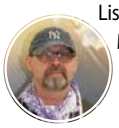
Ég tók líka ljósmynd af þeim með símanum af afloknu viðtalinu og ætla að ramma hana inn í silfurramma sem ég keypti í Stefánsblómum fyrir mörgum árum síðan.

Hvar ég hengi myndina upp er ég ekki alveg viss um en hún á skilið að vera hengd upp.

Eruð þið með einhverjar tillögur?

ORÐRÓMUR

Tolli yfirgefur Grafarholt



Listamaðurinn **Tolli, Þorlákur Morthens,** hefur nú söðlað um eftir langa búsetu á Grafarholti og selt hús sitt við Kirkjustétt.

Listamaðurinn hyggst nú koma sér nær miðborginni ásamt konu sinni og hundinum Krumma. Vandinn er sá að fátt er um fína drætti og leitin að fyrirheitna heimilinu er strembin. Ekki fara saman auglýsingamyndir íbúða og raunveruleiki sem gjarnan birtist í fúkka, myglu og ellimörkum. „Ef einhver lumar á skemmtilegri eign eða veit af má hinn sami hvísla því upp í vindinn," skrifar Tolli á Facebook ...

Elín er farin



Sjónvarpsstjarnan **Elín Hirst** er hætt á Fréttablaðinu og komin í tímabundin verkefni hjá forsætisráðuneytinu.
Það hefur reyndar legið í loftinu lengi að hún væri á förum frá sjónvarpsstöðinni Hringbraut og Fréttablaðinu þar sem hún starfaði þétt við hlið **Sigmundar Ernis Rúnarssonar** sem næstráðandi hans. Nú er það komið á daginn og fjölmiðlar Torgs eru fátækari eftir brotthvarf drottningar ljósvakans …

Þórðargleði Davíðs

Fréttablaðið á í nokkurri tilvistarkreppu eftir að aldreifingu þess á höfuðborgarsvæðinu var hætt og lestur þess hrundi. Þetta kætir mjög **Davíð Oddsson,** ritstjóra Morgunblaðsins, sem flytur stöðugt fréttir af örlögum keppinautarins. Það sem Davíð virðist ekki sjá er að örlög Moggans verða þau sömu.



Engin leið er að hýsill Moggans og velgjörðamaður Davíðs, **Guðbjörg Matthíasdóttir,** auðkona í Eyjum, geti til lengdar staðið undir því að niðurgreiða dreifinguna eftir að Fréttablaðið hætti að borga sinn hlut í Póstdreifingu. Það er vonleysi fram undan fyrir prentmiðilinn

Agnes þögul



Agnes Sigurðardóttir, biskup Íslands, liggur lágt í umræðunni þessa dagana. Hún lýsti því yfir fyrir nokkru að hún myndi hætta sem biskup á næsta ári.
Þetta þykir andstæðingum biskupsins ekki duga.

Séra Skírnir Svavarsson, sem biskupinn hrakti úr embætti, hefur skorað á fólk að segja sig úr Þjóðkirkjunni á meðan Agnes situr í embætti.
Það vakti athygli að á tveggja daga kirkjuþingi á dögunum hafði biskupinn sig lítið í frammi …



Hönnun sem endist

Ármúli 31 | 588 73 32 | i-t.is

Mán - Fim 9-18 | Fös 9-17 | Lau 11-14

INNRÉTTINGAR & TÆKI

Neytendamál



Guðrún Gunnsteinsdóttir



Ragga nagli. Mynd úr einkasafni.

Ragnhildur Þórðardóttir sálfræðingur er neytandi vikunnar. Hún hefur búið í Kaupmannahöfn í 14 ár með eiginmanni sínum, Snorra Steini Þórðarsyni arkitekt. Þau búa í fjölmenningarsamfélaginu á Nørrebro og una hag sínum vel þar.

Hvernig sparar þú í matarinnkaupum?

Ég versla inn í lágvöruverðsverslunum, hér í Köben förum við í Netto sem hér er gul, og kaupum allar brýnustu lífsnauðsynjar, en oft þarf að fara í fleiri verslanir til að fá allt sem þarf og þá reyni ég að halda mig við innkaupalistann og freistast ekki að dömpa alls konar í körfuna. Þegar ég er á Íslandi versla ég alltaf í bláu Nettó því þar get ég stólað á lágt verð, en líka að þar fæ ég allt í einni ferð. Ég geri verðsamanburð þegar ég er í búðinni og reyni alltaf að kaupa ódýrari kostinn ef tvennt eða þrennt er í boði af því sama. Ég er ekki mikill perri fyrir lífrænu, nema þegar kemur að olíum og þar er ég tilbúin að eyða aðeins meira. Ég skoða mjög oft vörur sem eru á 50% afslætti vegna dagsetningar og kaupi ef mér líst á það sem er í boði.

Endurnýtir þú? Ertu með ráð fyrir aðra?

Já, heldur betur, við erum með stórt endurvinnslurými sem fylgir fjölbýlishúsinu sem við búum í. Það gerir alla endurvinnslu mjög auðvelda, enda er eldhúsið okkar eins og Sorpustöð. Við flokkum gler, pappa, pappír, plast og álpappír og setjum í gáma. Það þarf að gera fólki auðvelt að endurvinna, enda vandist ég slíku þegar við bjuggum í Bretlandi þar sem ekki þarf að flokka, heldur fer allt endurnýtanlega í eina tunnu við hvert hús.

Hvað hefur þú í huga þegar þú kaupir mat, fatnað og gjafir?

Þegar kemur að fatnaði velti ég fyrir mér hvort flíkin verði brúkleg með einhverju sem ég á fyrir. Svo skoða ég verðmiðann auðvitað, en ég er ekkert fyrir merkjavöru eða dýr föt. Ég fæ oft föt frá vinkonu, sem er mikil smekkmanneskja, þegar hún er hætt að nota þau. Þegar kemur að gjöfum, þá vil ég gefa fólki eitthvað nýtilegt eins og ólífuolíu, súkkulaði eða rauðvín.

Hverju átt þú erfiðast með að draga úr kaupum á?

Ég er mikill sósuperri og panta alltaf Lighter than light mæjónes frá Bretlandi, af því að það fæst ekki í Danmörku, og nota það sem grunn fyrir alls konar sósur. Svo kaupi ég alltof mikið af alls konar hummus, enda úrvalið af því mjög gott hér í Danaveldi.

Skiptir umhverfisvernd þig máli?

Gríðarlegu máli. Pabbi minn vann í umhverfisráðuneytinu þegar ég var að alast upp, svo ég fékk umhverfismál beint í æð við matarborðið. Ég fékk strax mikinn áhuga á þessum málaflokki og byrjaði snemma að flokka og endurvinna. Þegar ég var í mastersnáminu í Bretlandi bjó ég í húsi með fimm öðrum og það leið ekki á löngu áður en allir íbúar voru skikkaðir í að flokka ruslið.

Mér er mjög umhugað að draga úr matarsóun. Ég hendi helst ekki mat og geymi alltaf afganga af kvöldmatnum í boxum í ísskáp sem við getum svo bara hitað upp og borðað aftur daginn eftir. Ég er alls ekki viðkvæm þegar kemur að mat fram yfir söludag, ef það er ekki lykt eða bragð af matnum þá borða ég það hann … hið sama gildir þó ekki um aðra meðlimi heimilisins.


Ægisgardur
ALLT FYRIR VEISLUNA
Frábær veislusalur fyrir öll tækifæri
úti á Granda, staðsettur inn í
íslensku handverksbrugghúsi.
info@aegisgardur.is



Björgvin Gunnarsson

Fjaðrafok í Fjarðabyggð

Bæjarskrifstofa Fjarðabyggðar *Mynd / Fjardabyggd.is*

Allt virðist í hers höndum í Fjarðabyggð, en Mannlíf hefur fjallað um vandræðagang í starfsmannamálum sveitarfélagsins. Fimmtán starfsmenn skrifstofu Fjarðabyggðar hættu störfum á árinu 2022 og það sem af er þessu ári hafa þó nokkrir til viðbótar hætt, þar með talinn bæjarstjórinn sjálfur, Jón Björn Hákonarson, sem lét af störfum í marsmánuði. Einn maður, Gunnar Jónsson, hefur gríðarleg völd í sveitarfélaginu en hann er í senn bæjarritari, mannauðsstjóri, staðgengill bæjarstjóra og hafnarstjóri.

Sendur í leyfi eftir að hann benti á myglu*

Jóhann Valgeir Davíðsson, íþróttakennari í Fjarðabyggð, var afar ósáttur við vinnubrögð starfsmanna Fjarðabyggðar í tengslum við alvarlegar ásakanir á hendur honum.

Jóhann Valgeir starfaði einnig í félagsmiðstöðinni Knellan á Eskifirði, en kvörtun barst Fjarðabyggð frá foreldra eins barns, en foreldrið fullyrti að Jóhann Valgeir hefði sýnt krökkum Netflix-þáttinn um raðmorðingjann Jeffrey Dahmer – þættirnir eru eðli málsins samkvæmt stranglega bannaðir innan 16 ára – og vanvirt börnin. Var honum fljótlega sagt upp störfum á meðan rannsókn málsins stóð yfir. Gagnrýndi Jóhann Valgeir verkferla mannauðsstjóra sveitarfélagsins, sem og yfirmanna hans, harðlega í Facebook-færslu þann 1. desember 2022.

Fullyrti hann þar að krakkarnir hefðu sjálf sett þáttinn í gang án hans vitundar og að hann hafi aldrei vanvirt börnin. Segir hann í færslunni að málið hafi haft andlegar afleiðingar fyrir hann enda um þungar ásakanir að ræða. „Ég sé ekkert annað úr út þessu máli að þarna eru yfirmenn í stöðu Fjarðabyggðar að reyna að ná á mig höggi," skrifar hann meðal annars í færslunni.

Nokkrum dögum áður en málið í Knellunni kom upp, hafði Jóhann Valgeir kvartað í fjölmiðlum vegna mögulegrar myglu í íþróttahúsinu á Eskifirði þar sem hann kennir grunnskólabörnum, og annars sem þyrfti að laga, enda húsið komið til ára sinna. Hafði hann áður vakið athygli á ástandi hússins, en í færslu frá árinu 2014 gagnrýndi hann húsnæðið og birti ljósmyndir af skemmdum sem þar var að finna. Skal taka fram að ekkert bendir til þess sérstaklega að málin tvö tengist.

Færsla Jóhanns Valgeirs er hér í heild sinni:

„Sælir foreldrar barna í Knellunni Eskifirði.

Ég sendi hér bréf til að útskýra - þar sem ég fæ fleiri og fleiri spurningar frá foreldum sem ég get svarað en einnig fleiri og fleiri spurningar frá börnum sem ég vil ekki/get ekki svarað á heiðarlegan máta.
Eins hafa börn okkar fengið óteljandi spurningar sem þau geta ekki svarað og eiga ekki að þurfa að svara.
Með þessu bréfi vill ég koma því frá mér af hverju ég starfa ekki í félagsmiðstöðinni á Eskifirði lengur, sem mér finnst miður - því ég hefði svo sannarlega vilja vera þar áfram.
Mál kom upp- það barst kvörtun sem er allt að hinu góða.
Verkferlar hjá mannauðsstjóra og yfirmönnum mínum tveimur í félagsmiðstöðinni voru eftirfarandi:
- Töluðu ekki við mig vegna kvörtunar.
- Sendu mér bréf ,í því stóð að til skoðunar væri að segja mér tafarlaust upp störfum vegna brots í starfi og á starfsreglum.
- Vísuðu mer frá störfum á meðan á rannsókn máls var í gangi.
- Settu mál í formlega rannsókn byggða á einni kvörtun foreldris.
- Rannsókn unnu þær unnu sjálfar.
- Rannsókn sett í gang án þess að hafa samráð við bæjarstjóra.
- Rannsókn sett í gang byggða á einni kvörtun - án þess að fá tvær hliðar eða upplýsingar.
Kvörtunin eða ásökunin var í minn garð þess eðlis að ég hafi sýnt þættina Monster - The Jeffery Dahmer Story sem eru bannaðir innan 16 ára og ég hafi vanvirt börnin í Knellunni 14. oktober frá kl. 17-19.
Rannsóknina ákveða þær að setja af stað án þess að vinna neina forvinnu - án þess að tala við mig sem starfsmann sem var á svæðinu, án þess að vita hvort þetta væri bara rétt eða ekki.
Fyrir það fyrsta eru þessar ásakanir mjög alvarlegar í minn garð og eru rangar báðar.
Einnig hafði ég á þessum tíma alltaf verið einn á vakt en það eiga að vera tveir starfsmenn.
Ég hvorki sýndi þessa mynd né vanvirti börnin og sagði ég það á fundi sem ég var boðaður á með þeim 24. okt.
Á fundi sem ég var boðaður á 24. okt tjáði ég þeim að mér þætti þetta alvarlega ásakanir og þær væri rangar. Þrátt fyrir það að ég hafi tjáð á fundi að ég hafi ekki sýnt þættina og ekki vanvirt börnin, þrátt fyrir pósta sem bárust frá foreldrum barna sem settu myndina á án minnar vitundar, þrátt fyrir fund með kvörtunaraðila bar það í ljós að þessar ásakanir voru rangar, þá hélt ég áfram að fá pósta þess eðlis frá yfirmönnum mínum að ég hafi sýnt myndina og hafi vanvirt börnin.
Svo margir punktar í málinu sem ég get ekki talið upp hér, en í heildina er það ófaglega og óheiðarlega unnið. Þær höfðu ekkert í höndunum til að setja þetta mál í það ferli sem þær gerðu.
Slíkar ásakanir hafa haft andlegar afleiðingar fyrir mig ég sé ég mér ekki fært um að starfa undir starfsfólki sem kemur svona fram og finnst mér galið að yfirmenn í störfum hjá sveitarfélaginu hafi heimildir til að vinna svona líkt og þær gera.
Ég sé ekkert annað úr út þessu máli að þarna eru yfirmenn í stöðu Fjarðabyggðar að reyna að ná á mig höggi.
Upphaf máls er þegar póstur barst til mín 20. okt. - en í dag 1. des. eða 6 vikum síðar er ég ekki enn búin að fá lokun á þessu máli, þar sem þær neita af afhenda mér rannsóknargögn sem ég veit að eru til, þrátt fyrir að ég hafi ítrekað að fá þau. Einungis hef ég fengið sem þær telja til rannsóknargagna fundargerð með kvörtunaraðila, ekki einu sinni strokar út nafn kvörtunaraðila.
Vill taka það fram að ég hef ekkert út á það að setja að við sem foreldrar kvörtum og tel ég einmitt að það er að hinu góða í því skyni að þá er hægt að taka samtalið, laga eða gera betur og það er enginn það heilagur að ekki megi benda á eitthvað eða taka upp símann og tala.

En vildi bara koma þessu frá mér í þeirri von um að þurfa ekki að fara yfir þetta nokkrum sinnum á dag.“



Bæjarstjórn Fjarðabyggðar 2022-2026
Frá vinstri: Þuríður Lillý Sigurðardóttir (B), Arnfríður Eide Hafþórsdóttir (B)(varamaður Birgis Jónssonar), Stefán Þór Eysteinsson (L), Hjördís Helga Seljan Þóroddsdóttir (L), Jón Björn Hákonarson (B), Kristinn Þór Jónasson (D), Þórdís Mjöll Benediktsdóttir (D), Jóhanna Sigfúsdóttir (D) og Ragnar Sigurðsson (D)

Mannlíf heyrði í Þórði Vilberg Guðmundssyni, forstöðumaður stjórnsýslu- og upplýsingamála hjá Fjarðabyggð, en hann sagði blaðamanni að hann gæti ekki tjáð sig um einstaka mál Fjarðabyggðar en sagði að almennt í slíkum málum væri farið eftir þeim lögum og reglum sem gilda og þeim verkferlum sem sveitarfélagið hefur sett sér.

Gríðarleg starfsmannavelta

Samkvæmt heimildum Mannlífs er mikil ólga hjá starfsmönnum Fjarðabyggðar, en 15 starfsmenn skrifstofu sveitarfélagsins sögðu upp störfum á síðasta ári. Upplýsingafulltrúi Fjarðabyggðar neitar að svara spurningum Mannlífs.

Heimildir Mannlífs herma að nokkur mál hafi komið upp hjá Fjarðabyggð sem illa hafi verið tekið á.

Eftir að mygla fannst í íþróttahúsi Eskifjarðar hlotnaðist Jóhanni Valgeiri þann heiður að vera valinn Austfirðingur ársins 2022 enda eins og áður segir, var hann búinn að berjast ötullega fyrir lagfæringu á íþróttahúsinu, allt frá árinu 2014. Var hann líkt og fram kom áður, sendur í leyfi en nýlega skrifaði hann upp á starfslokasamning eftir að honum var boðið að snúa aftur til starfa en með skilyrðum sem hann sætti sig ekki við.

Þá hefur Mannlíf upplýsingar um gríðarlega starfsmannaveltu á einum af leikskólum Fjarðabyggðar en þar hættu störfum 48 starfsmenn á árunum 2016-2020 sem verður að teljast alvarlegt, sérstaklega í ljósi þess að börn eru skjólstæðingar leikskólans og þurfa á stöðugleika að halda á fyrstu skólaárum sínum. Samkvæmt upplýsingum Mannlífs hefur mikils titrings gætt á leikskólanum undanfarin ár, bæði hjá starfsfólki og foreldrum en margir eru ósáttir við það hvernig Fjarðabyggð hefur brugðist við málum sem þar hafa komið upp.

Illa tekið á eineltismáli

Þá var slökkviliðsmanni í sveitarfélaginu sagt upp störfum eftir að tvær konur í slökkviliðinu sökuðu hann um einelti. Kærði maðurinn uppsögnina og vann málið og þurfti Fjarðabyggð að borga honum fjórar og hálfa milljón í skaðabætur vegna ólögmætrar uppsagnar, en hann fékk meðal annars ekki að nýta andmælarétt sinn er ásakanirnar komu upp. Önnur kvennanna sagði í viðtali við Mannlíf árið 2020 farir sínar ekki sléttar hvað varðaði þáverandi starfsmannastjóra sveitarfélagsins. „Ég var búin að senda yfirmanni yfirmanns míns, það er að segja þáverandi starfsmannastjóra Fjarðabyggðar, póst um ástandið og setjast á fund með honum og ræða málið. Náttúrlega var öllu fögru lofað og talað um hvað það væri frábært að hafa konu í stéttinni og að hann ætlaði að gera allt til þess að laga stöðuna. Ég ítrekaði erindið nokkrum sinnum við starfsmannastjóra Fjarðabyggðar en smám saman hætti hann svara og samskiptin fjöruðu út án þess að nokkuð væri gert. Þannig að þetta var bara orðið ókleift fjall sem ég réð ekki við.“ Þessi starfsmannastjóri er bæjarritari Fjarðabyggðar og nú staðgengill bæjarstjóra Fjarðabyggðar sem hætti fyrir tveimur vikum. Þá er hann einnig staðgengill mannauðsstjórans sem fékk starfslokasamning í hendurnar fyrir helgi. Aukreitis er hann hafnarstjóri sveitarfélagsins. Maðurinn sem um



Gunnar Jónsson, bæjarritari, staðgengill bæjarstjóra, hafnarstjóri og mannauðsstjóri Fjarðabyggðar.

ræðir er Gunnar Jónsson. Samkvæmt heimildum Mannlífs er gríðarleg óánægja með ástandið í Fjarðabyggð. „Ástandið er mjög alvarlegt. Við erum með starfsmannastjóra sem nú er orðinn mannauðsstjóri, hann er bæjarritari, hann er staðgengill bæjarstjóra, hann er hafnarstjóri og hann er sviðsstjóri umhverfis- og skipulagssviðs líka. Hann er ástæðan fyrir því að sviðsstjóri umhverfis- og skipulagssviðs er hættur. Sviðsstjóri framkvæmdarsviðs er hættur. Byggingafulltrúi er hættur og mannauðsstýra númer tvö er hætt eftir tæpt ár í starfi. Bæjarstjórinn er hættur," sagði einn heimildarmaður Mannlífs um ástandið í Fjarðabyggð samkvæmt heimildum Mannlífs.



Sunna Arnardóttir *Ljósmynd: Facebook*

Svara ekki spurningum Mannlífs

Mannlíf sendi fyrirspurnir á forstöðumann stjórnsýslu- og upplýsingamála hjá Fjarðabyggð, Þórð Vilberg Guðmundsson, um málefni sveitarfélagsins en fékk engin svör, ekki heldur eftir að ítrekun var send á hann. Spurningarnar voru eftirfarandi:

1. Hvað hafa margir starfsmenn hætt hjá Fjarðabyggð síðustu 12 mánuði.

2. Hafa komið upp alvarleg eineltismál í Fjarðabyggð? Ef já, hvernig hafa þau verið unnin?

3. Er Fjarðabyggð með starfsmanna-stjóra? Ef svo er, hver er það?

Mannauðsstjórinn sem missti vinnuna*

Mannauðsstjóri Fjarðabyggðar, Sunna Arnardóttir, fékk starfslokasamning í hendurnar á dögunum. Er hún þá komin í hóp fjölda starfsmanna skrifstofu sveitarfélagsins sem hætt hafa störfum á stuttum tíma.

Líkt og Mannlíf hefur sagt frá er mikil ólga hjá starfsmönnum skrifstofu Fjarðabyggðar sem og hjá Fjarðabyggðarhöfnum, vegna tíðra uppsagna og lélegra starfshátta.

Sunna Arnardóttir, sérfræðingur í mannauðsmálum, var ráðin sem mannauðsstjóri Fjarðabyggðar síðastliðið sumar en skrifaði undir starfslokasamning fyrir síðustu helgi. Í febrúar hafði hún skrifað pistla sem birtust á Vísi þar sem hún fjallaði um vanhæfa stjórnarhætti og meðvirkni á vinnustöðum. Þá var hún til viðtals í Dagmálum hjá Mbl í dag þar sem hún fór vel yfir slæma stjórnarhætti. Þykir mörgum þetta kaldhæðið í ljósi umræðunnar í Fjarðabyggð.

Illa hefur gengið að ráða í stöður þeirra sem hætt hafa en sviðsstjóri framkvæmdasviðs er ekki hættur þrátt fyrir að hafa sagt upp störfum fyrir áramót. „Starf hans og byggingafulltrúa voru auglýst og tvíframlengdur frestur en engin sækir um. Hann er með áhaldahús og hafnir á sínu framfæri. Einn af þremur skipstjórum Fjarðabyggðarhafna sagði upp í haust og hætti fyrir áramót. Starfið hans hefur verið margauglýst og illa gengur að finna annan meðan öll önnur stóru hafnarsamlögin kafna í umsóknum," hefur Mannlíf eftir heimildarmanni. Bætti hann við: „Orðspor sveitarfélagsins hefur beðið mikinn skaða."

Fyrrverandi starfsmaður tjáir sig*

Fyrrverandi starfsmaður á skrifstofu Fjarðabyggðar segir að „lengi hafi gustað um" fyrrverandi vinnustað hans og bætir því við að „gegnumtrekkurinn" hafi varað of lengi.

Í nýlegri færslu á Facebook skrifar fyrrverandi starfsmaður á skrifstofu Fjarðabyggðar, um fyrrverandi vinnustað sinn og það ástand sem hann er í nú um stundir, en Mannlíf hefur fjallað um vandræðagang í starfsmannamálum sem og önnur mál hjá sveitarfélaginu undanfarið. Í færslunni segist starfsmaðurinn hafa samúð með þeim sem enn vinna hjá sveitarfélaginu segist afar ánægður að vera farinn annað. Færsluna má lesa hér.

„Lengi hefur gustað um fyrrum vinnustað minn, en gegnumtrekkurinn hefur verið viðvarandi allt of lengi. Hver starfsmaðurinn segir upp á fætur annars og meirihlutinn stingur höfðinu bara dýpra og dýpra í sandinn. Ég hef mikla samúð með því góða fólki sem enn er á vinnustaðnum, og ég veit að sumir eru þar af illri nauðsyn, þar sem ný tækifæri eru ekki á allra vegi, en öll þurfum við að hafa í okkur og á. Ég gæti ekki verið hamingjusamari að vera komin á nýjar slóðir, fjarri vinnustað þar sem skemmdasta eplið heldur á öllum trompunum og stendur í vegi fyrir öllum þeim breytingum sem nauðsynlegar eru til að gera bæði vinnustaðinn og samfélagið betra. Það er súrt að horfa á þetta úr fjarlægð og vita af samstarfsfólki í sárum sem hreinlega hefur ekki kost á að róa á önnur mið

Er til of mikils ætlast að bæjarstjórnin standi vörð um mannauðinn og hætti þessari meðvirkni?"



Reynir Traustason



„Við veiddum um 7.000 seli“

Stefán Hrafn Magnússon fór til Grænlands 15 ára að aldri og gerðist þar síðar hreindýrabóndi í Isortoq. Hann hefur komið víða við og meðal annars unnið með Sömum í Svíþjóð og Noregi, en þar stundaði hann selveiðar í Austur–Íshafi hjá útgerð við Lofoten.

Fyrsta kynslóðin sem flytur til Reykjavíkur

Hvernig bar þetta til; að þú endaðir á Grænlandi við hreindýrarækt?

„Ég hafði alltaf haft áhuga á því að vinna í náttúrunni, eins og allt fólkið mitt og fjölskyldan mín sem hefur stundað landbúnað, afi minn og amma og margir Íslendingar. Þeir sem eru fæddir á þessum tíma, en ég er fæddur árið 1956, erum ábyggilega fyrsta kynslóðin sem fer til Reykjavíkur. Þannig að ég fór þá í sveit á sumrin, vestur í Dalina. Nú hefur þetta breyst svo mikið, nú er komið svo mikið þéttbýli hérna í Reykjavík. Þannig að margir hafa ekki lengur bein tengsl við sveitina, eins og áður. Það gerðist einhvern veginn af sjálfu sér að ég fór þessa leið í mínu lífi.“

Eftir bændaskólann á Hvanneyri

> ”
>
> ***Margir hafa ekki lengur bein tengsl við sveitina***

árið 1975, fór Stefán á sjó á skipinu Skálafelli HR20 í útgerð í Þorlákshöfn. Stefán segir að þeir hafi verið þeir næstaflahæstu á Íslandi. Þá var ekkert kvótakerfi og hann telur að þeir hafi fengið um það bil 700 tonn af þorski.

„Það var farið alveg hræðilega illa með aflann. Það var verið að leggja netin í sjóinn í janúar og febrúar og gat komið bræla í þrjá daga og voru netin enn þá í sjónum. Við þurftum að draga netin og veiðarfærin upp úr sjónum, en þá var þetta orðið eins og annars flokks fiskimjöl. Það er miklu betri stýring á þessu í dag. Menn eru ekkert að veiða þegar veðrið er vont. Veðurfarið er líka allt annað í dag.“

Vorum við selveiðar sem eru bannaðar í dag

Bátarnir eru líka sennilega betur búnir í dag fyrir slæm veður?

„Jú, þetta er allt annað. Í þá daga var þetta bara stórt skip, 100 tonna bátur.“

Stefán ákvað að fara í starfsnám til Noregs til að læra hreindýrarækt. Þess á milli þegar hann átti frí, hafði hann um tvennt að velja. Vera í skóginum eða stunda fiskveiðar/sjómennsku, en hann segir þetta hafa verið svonefnd ákvæðisvinna, þar sem menn reyndu að afla sér sem mestra tekna á sem stystum tíma. Svona líferni hentaði vel námsmönnum eða

ungu fólki sem ætlaði sér að byggja hús eða koma sér upp sínum eigin rekstri. Í dag eru það bara tölvurnar, þar sem peningurinn er, segir hann.

„Þegar ég var að læra hreindýraræktun og fékk frí inni á milli námsins, fór ég að vinna á sjónum hjá útgerðinni Lofoten. Þeir voru með tvenns konar veiðar, annars vegar selveiðar á vorin og voru þá með samning við Rússland, og hins vegar að toga rækjur í Barentshafi. Selveiðarnar voru leyfðar þá, en þær eru bannaðar í dag af

> ***Ef selurinn er ekki veiddur, þá étur hann upp fiskinn. Selir geta borðað um sex kíló af fiski á viku.***

mannúðlegum ástæðum. Eiginlega þurfum við ekki á þessu að halda í dag í nútímasamfélagi. En þetta er hluti af auðlindastjórnun, þannig að ef selurinn er ekki veiddur, þá étur hann upp fiskinn. Selir geta borðað um sex kíló af fiski á viku."

Þessar heimildir voru hafðar að leiðarljósi hjá Brødrene Angelsen, Stefán segir að þeir hafi verið með verbúðir við Lofoten, sem voru gamlar verbúðir. Í þessum fornu verbúðum voru alls konar gömul verkfæri, sem höfðu fundist við uppgröft og höfðu verið í eign ættarinnar í langan tíma. Að fara að veiða í Íshafinu hafi þar að leiðandi verið hefð sem hægt var að rekja aftur til 8. aldar.

Leitin að svarta víkingnum

„Eins og í sögu Bergsveins Birgissonar, sem er að skrifa bókina Leitin að svarta víkingnum, kemur fram saga Geirmundar heljarskinns. Í sögunni stundar Geirmundur rostungaveiðar ásamt föður sínum, Hjör konungi við Rogaland. Hann gerði út víkingaskip eða knörr sem sigldi norður fyrir Noreg og inn á Hvítahafið til þess að stunda verslun við þjóðflokkana þar.

Hjör konungur skildi þar eftir son sinn í tvö ár, þar sem hann kynntist konunni sinni. Fyrir átti hann konu af mongólskum ættum frá norðurhéruðum Rússlands og þess vegna var hann kallaður svarti víkingurinn. Ég set þetta í tengsl við þá hefð Norðmanna að stunda selveiðar í Austur-Íshafi, þeir voru

> ***Hann var í SS-sveit Hitlers og hafði verið í umsátrinu við Leníngrad á sínum tíma í síðari Heimsstyrjöldinni***

með sérsamning við Sovétríkin. Þeir máttu veiða sel í sovéskri lögsögu allt að 12 sjómílum nálægt Kap Kanin við Hvítahafið.

Á þessum tíma var komin meiri tækni og skipin vélknúin. Skipið var hannað þannig að skrokkurinn var egglaga, þannig að ef það kom hafís þá gat skipið lyfst upp á ísinn eða virkað eins og ísbrjótur. Þarna fórum við í apríl til þess að stunda veiðar. Við fórum í tvo leiðangra og við veiddum um 7.000 seli í þessum veiðum. Það hafa verið margar sögur um að selveiðar hafi verið mikið dýraníð, en flestir selirnir sem voru veiddir voru skotnir og því var þetta skjótur dauðdagi. Við fórum allir til Tromsø í nám hjá dýralækni og lærðum hvernig best væri að aflífa sel. Ég sá aldrei að selurinn hefði liðið eitthvað fyrir það að vera drepinn.

Skipstjórinn hafði verið í SS-sveit Hitlers

Við lentum í smá ævintýri þarna. Við vorum búnir að veiða um 700 seli sem lágu á ísnum. Vorum að taka þá inn með víraspili þegar mjög sterkur straumur færði okkur inn fyrir landhelgi Sovíetríkjanna. Þar sáum við skip koma í áttina að okkur á fullum hraða. Við tókum öll verkfærin upp úr sjónum og þurftum að skilja eftir nokkur hundruð seli. Þeir komu nær og nær og byrjuðu að blikka okkur með ljósunum. Þeir spurðu okkur um staðarákvörðun og við gátum gefið þeim upp hnitin. Þeir komu um borð og ræddu við okkur. Mér fannst það vera svolítið skringilegt að stýrimaðurinn hjá þeim var frá Kasakstan, landi sem er langt inni í landi og liggur ekki að sjó. Maður hefði ekki trúað því að maður sem fæddist svona langt frá sjó væri að vinna þessa vinnu."



Stefán Hrafn Magnússon hreindýrabóndi í Isortoq á Grænlandi. *Mynd: RT*



Reynir Traustason
Myndir / Kazuma Takigawa

Aníta Briem

um eineltið og innihaldslausa frægð: „Peningarnir færðu mér ekki hamingju”





Leikkonan Aníta Briem kom til Íslands árið 2019 til þess að vinna við þáttaröðina „Ráðherrann“. Förin reyndist örlagarík því meðan á dvölinni stóð ákvað hún að flytja til landsins eftir margra ára búsetu í Los Angeles. Hún fór barnung til Bretlands til að læra leiklist, en er uppalin á Íslandi.

„Mér finnst ég vera svolítið að norðan. Mamma er að norðan og þó að ég sé fædd og uppalin í Reykjavík þá talaði ég alltaf með norðlenskum hreim þegar ég var lítil. Mér finnst ég alltaf eiga mjög sterka taug norður til Akureyrar. En annars var ég bara fædd og uppalin í Ljósheimum og komst bara að því nýlega að ég væri Vesturbæingur! Mér var úthlutað íbúð þegar ég kom að vinna við Ráðherrann fyrir þremur árum síðan og þá bjó ég enn þá í Los Angeles og þá leit ég í kringum mig og var að trítla þarna niður á Kaffi Vest og í Vesturbæjarlaugina og hugsaði bara; Nei, heyrðu! Og síðan var ég bara alltaf Vesturbæingur og það er svolítið tilfellið núna.“

Margir ráku upp stór augu þegar Aníta tók þá ákvörðun að flytjast alfarið til landsins, en allt á sér sínar skýringar.

„Ég kom hérna 2019 til að taka upp Ráðherrann og var hérna í sex mánuði og það breytti lífi mínu algerlega, af því að ég held að að mörgu leyti hafi ég löngu verið komin yfir þolmörk með ýmsa hluti þarna í Los Angeles í sambandi við bransann aðallega og samfélagið og svona menningarheiminn. Það var ekki fyrr en ég komst aðeins í burtu frá því; þetta var svona þegar þú verður rosalega samdauna einhverju sem er endilega ekkert rosalega gott fyrir þig, en þú einhvern veginn þekkir ekkert annað á þeim tímapunkti og ég held að það hafi verið staðan hjá mér og svo áttaði ég mig á því að þegar ég var hérna á Íslandi og fékk smá fjarlægð, hvað mér hefði í rauninni liðið illa í þó nokkurn tíma. Ég var ekki meðvituð um það og það var ekki fyrr en ég kom hingað heim að ég fann hvað mér bæði leið vel og ég náði einhvern veginn svona jarðtengingu aftur. Þá varð allt í einu það sem er mikilvægt fyrir mig í lífinu alveg kristaltært og ég held að mesta gjöfin sem við fáum í lífinu er þegar við sjáum eitthvað skýrt; þegar maður veit hvað maður þarf að gera eða hvert maður á að stefna eða veit hvað mann langar, því þá eru alltaf þúsund leiðir til að komast þangað. Það er stundum það sem er erfiðast og það var vissulega svolítið ferðalag sem tók við þegar þessu sló niður eins og þrumu úr heiðskíru lofti, að ég væri bara klárlega staðsett í rangri heimsálfu. Þá tók við smá ferðalag við að endurskipuleggja lífið, af því að ég var að klára að byggja hús úti í Los Angeles og engin plön um að koma aftur heim, en þegar hjartað veit þá er ekki hægt að fara gegn því.

Ég fór út til London þegar ég var sextán ára. Ég var þá búin að komast að því að ég vildi verða leikkona og að mig langaði að læra úti í London. Þú þarft að vera átján ára til þess að fara í inntökupróf fyrir leiklistarskóla, þannig að ég ákvað að fara aðeins fyrr og undirbúa mig og var þarna í listamenntaskóla og var að undirbúa mig fyrir inntökuprófin og rannsaka skólana og vinna alla þá vinnu.“

Var það alltaf draumur Anítu að verða leikkona?

„Ekki alltaf, því ég náttúrlega kem



> *Mér datt aldrei í hug sem níu ára einstaklingi að þetta gæti verið einelti*

frá fjölskyldu þar sem allir eru listamenn; tónlistarfólk. Mamma mín, Erna Þórarinsdóttir, söng bakraddir á öllum poppplötum í 2-3 áratugi. Hún og Eva Ásrún sungu bakraddir á bara öllu sem var framleitt í fleiri áratugi. Þær voru oft kallaðar ríkisraddirnar. Pabbi minn er Gunnlaugur Briem, Gulli Briem, trommuleikari. Af því að ég kom úr svona mikilli listafjölskyldu þá held ég að ég hafi verið að fara í hina áttina, ég var svona frekar með mótspyrnu gegn því að fara inn í eitthvað listrænt líf, því mér fannst þetta svo rosalega erfitt líf og mikil óregla. Ég upplifði raunveruleikann við það, svona ó-glamourous hliðina á listalífinu.

Ég var svo ótrúlega heppin að ég fékk að spreyta mig svolítið í Þjóðleikhúsinu frá því að ég var níu ára gömul, en þá var ég fyrst í Emil í Kattholti og lék þar Idu og var svo alveg í fjórum leiksýningum í Þjóðleikhúsinu, þannig að ég var ótrúlega lánsöm að ég einhvern veginn fékk svolítið að kanna hvað leiklistin væri áður en ég tók ákvörðun um það. Mér finnst ég hafi fengið svolítið svona góða hugmynd um þetta, með því að vinna með því framúrskarandi fólki sem var að gera þetta af miklu hjarta og alvöru.

Það var mikilvægt því þá fannst mér ég geta tekið ákvörðun sem var byggð á einhverju sem skipti máli, að ég fann að ég var að gera þetta af réttum ástæðum því mig langaði að segja sögur og það var eitthvað þarna sem mér fannst vera mikilvægt, ég var ekki bara krakki sem fannst gaman að fá athygli uppi á sviði."

Var það frægðin sem heillaði hana og dró hana út í leiklistina?

„Veistu – það hefur aldrei verið þannig. Ég upplifði það alveg í gegnum pabba, því að hann var svo frægur hérna á Íslandi, það var alveg þannig að þegar ég var í skóla man ég að krakkarnir, og þá aðallega stelpurnar, voru að fela sig í runnunum þegar hann kom og sótti mig til að sjá hann og strákarnir að þykjast vera skotnir í mér til að fá áritaða kjuða frá Gulla Briem. Þetta var alveg svoleiðis.

En eins og fyrir mig, þegar ég var í Emil í Kattholti vorum við fjögur sem vorum að leika Emil og Idu, við vorum á forsíðu Æskunnar og ABC og eitthvað slíkt og það varð eiginlega frekar til þess að ég fann fyrir neikvæðum áhrifum. Ég var að byrja í nýjum skóla sem leiddi til afbrýðisemi sem síðan leiddi út í svona einelti, þannig að það var aldrei einhver upphafning fyrir mig að vera þekkt.

Það var þarna einn einstaklingur í skólanum sem einsetti sér að leggja mig í einelti og á þeim tíma þá var ekki talað um það. Ég man ekki að það hafi verið talað um hvað einelti var. Ég sem níu ára gat ekki sett einhvern fingur á það. Ég vissi bara að það væru krakkar, sérstaklega ein manneskja, sem sögðu að ég væri ömurleg og þá hlyti að vera einhver sannleikur í því. Mér datt aldrei í hug sem níu ára einstaklingi að þetta gæti verið einelti eða afbrýðisemi, því það var bara ekki talað um það. Þetta kannski sýnir fram á mikilvægi þess að eiga þessar samræður við krakkana okkar, af því að það er svo stór partur af því að geta sett puttann á eitthvað; að gefa krökkum orðaforða."

Aðspurð hvort hún hafi gert upp eineltið, segir hún að í raun sé ekki svo.

„Það er ótrúlega áhugavert, því ég hef talað um það því mér finnst mikilvægt að tala um svona málefni, en það er mjög áhugavert því ég var úti í búð fyrir kannski tveimur árum síðan og þá hitti ég eina bekkjarsystur mína úr þessum bekk og það er alveg merkilegt að öllum þessum áratugum síðar að við það að hitta þessa manneskju, þá fór ég beint inn í einhvern annan tíma og ég fékk svona grjót í magann og svitnaði köldu. Það er alveg merkilegt hvað svona hlutir geta verið mótandi. Aftur á móti hef ég upplifað eitthvað svona málefni sem ég hef persónuleg tengsl við og get þá lagt eitthvað til í einhverri umræðu."

> **Þá tók lífið svolítið skarpa beygju**

Eineltið var henni þungbært.

„Já, það var það alveg. Ég geri mér ekki alveg grein fyrir því, ég var eitt ár í þessum skóla, þannig að þetta hefur verið að grassera í einhverja mánuði held ég, en þetta er merkilegt af því að ég sagði aldrei neinum frá þessu og ég talaði aldrei um þetta, því að eins og oft er í ofbeldissamböndum, sama hvort maður ungur eða eldri eða hvað sem er, þetta getur verið svo lúmskt fyrirbæri, þannig að það var ekki fyrr en mörgum mánuðum seinna að ég sagði mömmu hvað hefði gerst og þá náttúrlega gekk hún beint í málið og ég skipti um skóla."

Hvenær tók svo ferill Anítu flugið?

„Ég byrjaði þarna níu ára í Emil í Kattholti, það er það fyrsta, og svo man ég eftir að ég stóð á sviði með Gunnari Eyjólfssyni heitnum í íslensku verki sem heitir Óskastjarnan, eftir Birgi Sigurðsson, og það var á því augnabliki sem mig langaði að verða leikkona. Við vorum að gera svona djúsí dramatíska senu og ég fann að það var svo margt sem mig langaði til að gera, en ég hafði ekki alveg verkfærin til þess að framkvæma samkvæmt „impúlsunum" mínum. Það var stór stund fyrir mig, því þá hugsaði ég að ég yrði að gera þetta og að ef ég ætlaði að gera þetta þá yrði ég að fara og ná mér í þau verkfæri sem ég þyrfti til að verða besta leikkona sem ég gæti orðið."

Gunnar Eyjólfsson hafði úrslitaáhrif.

„Já, og hann var alltaf svo ótrúlega yndislegur við mig og var svona lærimeistari fyrir mig og svo þegar ég komst inn í Royal Academy of Dramatic Arts var það skemmtileg tilviljun að síðasti Íslendingurinn sem var þar, var einmitt Gunnar Eyjólfsson, kannski fimmtíu árum áður. Hann var smástoltur af mér.

Ég var svo glöð og svo ánægð í London og ég hélt að þar myndi ég búa það sem eftir var og þegar ég útskrifaðist fékk ég strax umboðsmann og fór strax að vinna. Ég var að gera alls konar bíó og sjónvarp og endaði svo í leiksýningu sem fór á West End, sem gekk svakalega vel, og var í þeirri sýningu í 10-11 mánuði og það var bara alger draumur og ég fann mig rosalega vel þegar ég var búin að hafa rosalega mikið fyrir því að ná breska hreimnum fullkomlega. Það var rosalega erfitt og ég lagði ofboðslega mikið á mig, þannig að ég var ofboðslega stolt af mér að vera þarna og leika hlutverk sem Breti.

Þannig að ég hélt að ég yrði í London til æviloka og svo kom

bara svolítið upp úr þurru einhver prufa frá Ameríku sem að ég geri teip fyrir, sem var sent út, og svo fékk ég bara þau skilaboð nokkrum dögum seinna að þau vilji að ég fljúgi út til að fara í frekari prufur fyrir þetta hlutverk. Þannig byrjaði það ævintýri, þá tók lífið svolítið skarpa beygju.

> *Ég hef hitt margt ofboðslega auðugt fólk*

Mér fannst þetta allt frekar kjánalegt, því þetta hlutverk sem ég var beðin að koma fyrir og fljúga þarna í aðra heimsálfu, fannst mér skrítið því ég var viss um að einhver hefði gert mistök, því ég var tuttugu og eins eða tveggja og þetta var hlutverk fyrir einhverja konu sem átti að hafa komið á kopp sinni eigin læknamiðstöð. Ef þú bara reiknar árin í læknaskólanum og allt það, þá gengur það ekki alveg upp. Þannig að ég var alltaf að bíða eftir að einhver segði; „Nei! Heyrðu! Obbobbobb, þetta er algert klúður!", en svo var ekki þannig að mér fannst þetta svolítið fyndið. En ég fór þarna í prufur og það var allt alveg ótrúlega kómískt, því þarna er ég komin inn í einhvern menningarheim sem er gjörólíkur öllu sem ég hafði kynnst; Ameríka. Og hvað þá þessi iðnaður sem ég hafði kynnst á ákveðinn hátt en er svo allt öðruvísi. Tveimur flugferðum seinna þá fékk ég hlutverk í sjónvarpsseríu sem hét The Evidence, þannig að ég tók upp þarna í San Fransisco og Vancouver og fór svolítið inn í svona batterí, þetta var sjónvarpsstöðin ABC og Warner Brothers. Þar fékk maður að kynnast svolítið öðru lífi, því manni er flugið á fyrsta farrými, gistir á flottum hótelum og er sóttur á fínum bílum þannig að þetta er bara allt annað. Umgjörðin er svo allt öðruvísi, þó að vinnan sjálf sé eins.

Ég var að vinna með alveg stórkostlegum leikurum, ég var að vinna með dásamlegum leikara sem hét Martin Landau, sem var tilnefndur til Óskarsverðlauna og er látinn núna en var lifandi goðsögn. Það sem þetta líf hefur gefið mér, eins og þetta, að fá að vinna með þessum manni í marga mánuði og við vorum bara oft að hanga saman og drekka Martini á einhverjum hótelum og hann var að segja mér sögur af því þegar hann var að hanga með Jimmy Dean og Frank Sinatra, alveg klukkutímum saman. Tuttugu og tveggja ára að hlusta á sögur frá þessum manni. Þessi móment þar sem maður hugsar bara; „Vá!". Þetta eru algerir fjársjóðir sem þessi sturlun af lífi hefur vissulega fært manni.

Ég er þakklát fyrir allt sem ég hef upplifað og allt sem ég hef fengið að taka þátt í og það fólk sem ég hef fengið að hitta og vinna með. Ég myndi ekki vilja breyta neinu og það er rosalega gott að geta sagt það, því það voru vissulega partar af þessum tíma sem voru rosalega erfiðir og sársaukafullir, en það hefur líka gert mig að þeirri manneskju sem ég er í dag. Ég væri ekki hér með þá staðfestu og svona jörð inni í mér ef ég hefði ekki farið í gegnum allt þetta og þá reynslu sem ég bý að, af því að það voru vissulega margar hliðar á bransanum sem voru bara hreinlega ógeðfelldar, en það voru líka margar hliðar sem voru magnaðar af því að ég fékk að hitta og vera í kringum fólk sem er það besta í kvikmyndabransanum í því sem það gerir og er alltaf að átta mig betur á, núna þegar ég er að vinna í evrópskum verkefnum sem henta mér miklu betur, að þá er svo gaman að átta sig á hvað ég bý að mikilli reynslu og hvað það hefur kennt mér sem ég var ekki meðvituð um, því ég var allan daginn, alla daga að tala um bíómyndir í mörg ár. Hver einasti kvöldverður eða kaffibolli, það eru bara allir að tala um bíómyndir alltaf, því þetta er lífið. Þetta verður vissulega yfirþyrmandi, en aftur á móti þá bý ég að alls konar reynslu og vitneskju sem er að nýtast mér vel."

Afkoman hefur þó verið einhverju betri í Bandaríkjunum?

„Jú, vissulega. Ég hef hitt margt ofboðslega auðugt fólk og ég hef farið inn í alveg rosalega stór hús og hitt fólk sem á ofboðslega marga bíla, en þetta er ekkert hamingjusamara fólk en margt annað fólk sem ég þekki. Ég er svo þakklát fyrir það og það leggur mikið til þeirrar róar sem ég finn núna, að ég hafi fengið aðeins að kíkja inn í þetta líf þannig að mér finnst ég vita að það er ekki það sem færir manni hamingjuna. Ég bjó til dæmis í dásamlegu veðri, það var sumardagur upp á hvern einasta dag. Það er oft erfitt að búa í veðráttu eins og á Íslandi. Hvað mig varðar þá færir sólskinið mér ekki hamingju og peningarnir færðu mér ekki hamingju og það er svo gott að vita það. Þegar ég kom hingað til Íslands og kom í yndislegu, tveggja svefnherbergja risíbúðina mína í Vesturbænum, sem er leiguíbúð, þá var þar allt sem ég þurfti. Það voru bara fjórir diskar, fjórir hnífar og fjórir gafflar og ekkert auka dót; bara allt sem ég þurfti og ekkert meira. Þetta var svo ótrúlega góð tilfinning og þetta var akkúrat það sem ég þurfti á að halda. Að virkilega skilja hvað nægjusemi er og þegar þú skilur það, sem ég held að ég hafi gert í fyrsta skiptið á ævinni fyrir þremur árum síðan, þá kom svona einhver alger ró sem ég held að hafi hjálpað mér að verða betri einstaklingur, betri leikkona og betri mamma.
Svo var það líka þessi tilfinning að þegar ég er búin að ná þessu þá er ég komin með nóg. Efnishyggja hefur aldrei verið partur af mér. Uppeldi mitt var aldrei þannig, foreldrar mínir töluðu aldrei um einhver húsgögn, það hefur aldrei verið mitt. Ég hef fundið fyrir þessu ferilslega séð varðandi metnað og annað slíkt, ég hef fundið fyrir



þessu þar. Um leið og ég er komin upp á eitthvert ákveðið plan á mínum ferli eða þegar ég er búin að ná þessum hornsteini, þá er ég komin með nóg og þá get ég slakað á, ég er svo mikil keppnismanneskja að ég get farið mér að voða, og ég fann það svo skýrt við að klífa einhvern metorðastiga að það er aldrei nóg og það er aldrei í þessu lífi, í þessum bransa er aldrei neitt sem heitir öryggi eða „Nú ertu komin!". Ég hef horft á fólk verða tilnefnt til Óskarsverðlauna og þegar það gerist og ef ekki er komið nóg þá, þá hvenær? Þá tekur við að nú ertu með þennan titil og þá þarftu að staðsetja þig svona og þá ertu bara að taka að þér svona hlutverk eða svona hlutverk, því þá þarftu að komast inn í svona. En þetta samtal, þegar iðnaðurinn er orðinn svona stór, og það er herslumunur á bransanum hérna og bransanum úti, er hvað þetta er mikill iðnaður og hversu miklir peningar eru í húfi. Þegar ég var að fá mín fyrstu hlutverk í Ameríku, þá var allt í einu komið tuttugu manna teymi í kringum þig og þessir tuttugu manns eru CC-aðir í tölvupóstum og þá einhvern veginn eru allir að vonast til þess að þú verðir lítill iðnaður. Það er vonin. Það er svolítið þannig að annaðhvort verður hún lítill iðnaður fyrir okkur eða ekki, sjáum til, þannig að það bæði verður þannig að maður finnur smám saman fyrir djöfullegri pressu, því allt í einu er svo margt fólk sem ætlast til þess að þú sért bara að þéna mikinn pening í stórum verkefnum, því þannig er þetta byggt upp. Það eru stílistar sem vinna við það að dressa þig á frumsýningum, í myndatökum fyrir tímarit, í spjallþáttum, en þú verður að vera vinnandi leikari. Þetta var mikil pressa, því það var þannig að samtalið fór að snúast um hvað fólk væri að segja og alls konar svona hugtök eins og „hún er með smá hita núna" og „fólk heldur að hún sé svona". Þau henda út svona hugtökum sem mælikvarða á hvar þú ert sem lítil stjarna eða ekki. Allir eru að fylgjast rosalega vel með og fyrir vikið, og af því að það er svo mikið framboð af fólki og samkeppnin er hörð, þá er stundum svolítið komið fram við fólk eins og vörur en ekki manneskjur.

Ég er rosalega fegin að vera komin heim."

Hvað þótti henni erfiðast við bransann í Bandaríkjunum?

> ***Æi, það voru djöfulsins karlarnir***

„Æi, það voru djöfuls karlarnir. Ég kem inn í þennan heim fyrir #metoo og það var rosalega mikið af svona bara eitraðri karlmennsku og svona strákaklúbbum innan bransans, með stórum persónuleikum sem eru keyrðir áfram af valdahungri og græðgi. Alveg svona Shakespeare klassískt.

Það er merkilegt að svona erkitýpur séu enn þá til, en svona fólk verður til ef við sem samfélag, sama hvaða samfélag það er, leyfum því að grassera, en það hefur grasserað í þessum iðnaði mjög lengi, þannig að það voru svona ákveðnar óskrifaðar reglur um hvernig mátti beita sér við ungar konur og sérstaklega voru ungar leikkonur oft notaðar sem einhver smá kjötbiti.

Það er vandmeðfarið að bíta frá sér, af því að áður en #metoo gerðist, ef þú sagðir eitthvað upphátt þá var það mjög skýrt að þitt lifibrauð var í húfi. Það var bara sagt frekar skýrt.

Það hefur orðið gríðarleg viðhorfsbreyting á síðustu árum og það veitti ekki af. Þetta er svo áhugavert því að þetta hefur ekki bara með kynferðislegt ofbeldi eða valdamisbeitingu að gera, því ef við setjum neikvæðum öflum ekki mörk og ef við segjum það ekki upphátt, að þá virðist það vera almenn regla að þau ganga aðeins lengra og svo aðeins lengra. Það var afar áhugavert því að þegar #metoo fór fyrst að koma upp þá fann ég að það var sláandi fyrir mig, en fyrstu viðbrögðin mín voru bara; „Guði sé lof að mér var aldrei nauðgað!" og svo þegar fleiri sögur fóru að koma út þá áttaði maður sig á því hvað manni hafði verið ýtt út í svo ótrúlega myrk og dökkgrá svæði og þetta er ekki eins svart og hvítt, og að annaðhvort er þér nauðgað eða ekki og hversu sjálfgefið fólki fannst að hóta fólki missi lifibrauðs þess."

Hvar munum við sjá Anítu eftir 20 ár?

„Ég veit ekki hvar ég verð eftir eitt ár! Ég veit það ekki, fegurðin í því að vera í þessu starfi er svolítið sú að starfið er alltaf að breytast þegar maður sjálfur er að þroskast. Hvers konar verkefni ég hef áhuga á og sækist eftir; það flæðir svolítið með því hvernig ég er að þroskast sem einstaklingur. Ég er búin að vera svo ótrúlega heppin núna og lánsöm undanfarin fjögur ár síðan ég kom hingað, að ég hef unnið með alveg stórkostlegu kvikmyndagerðarfólki hérna á Íslandi og gera sjónvarp og bíó sem mér þykir alveg ótrúlega vænt um. Núna síðast var ég að skrifa sjónvarpsseríu og við tókum hana upp á síðasta ári og hún er sem sagt á síðustu metrunum í eftirvinnslu núna og verður sýnd á Stöð 2 í haust, þannig að ég held að ég hafi ekki tekið mér einn frídag í svona sirka fjögur ár og næstu tvær vikur erum við að klára allt sem að snýr að seríunni. Ég segi það svona og síðan verður þetta mánuður eða sex vikur, það er allt að klárast og þá ætla ég að taka mér smá frí. Ég segi þetta núna bara upphátt; Ég ætla að taka mér frí. Ég ætla að reyna að vera rosalega góð mamma og ég ætla að reyna að sofa svolítið."

Spurð út í hlutverk sitt í kvikmyndinni Svar við bréfi Helgu lýsir Aníta því hversu margt hæfileikaríkt fólk hafi komið að gerð myndarinnar og vindur sér svo í að lýsa því hvernig var að vera í umhverfinu á Vestfjörðum.

„Veistu, að þegar ég kom þarna að Ströndum, því ég hef eiginlega ekki eytt neinum tíma þarna fyrir vestan, ég kom þarna í tökur, kom þarna til að gera smá rannsóknarvinnu og fór þarna ein og var að væflast aðeins þarna og þetta er svo merkilegt, því umhverfið er svo stórbrotið og yfirþyrmandi. Það er yfirþyrmandi þannig að stundum varð ég að stoppa bílinn og leggja aðeins úti í kant. Ég áttaði mig á því að þetta er bara þessi tilfinning þegar þú ert í svo mikilli beintengingu við náttúruna, að þú finnur að þú sem ein mannvera ert smá en á svo ótrúlega góðan hátt, því það er svo gott og svo auðmýkjandi að finna hvað maður er lítill og þá finnur maður hvernig lífið er stutt og hversu lífið er dýrmætt. Ég vaknaði einu sinni og fékk eiginlega innilokunarkennd af því að klettarnir eru eins og þeir séu að detta niður á mann þannig að ég hljóp út úr húsinu sem ég var í og hugsaði að ég þyrfti að komast upp á einhvern tind. Tuttugu mínútum seinna var ég komin upp á einhvern klett og hugsaði með mér; hvað gerðist ef allt hryndi og æti mig!

Þá hljóp ég niður, en þannig var samband mitt við umhverfið þarna; einhver ofsahræðsla og sú auðmýkt fylgir. Maður fær lífsneistann beint í æð. Þetta var alveg dásamlegur tími þarna."

Aníta hikar þegar hún er spurð út í hamingjuna.

„Ég hika bara af því að ég er búin að eiga svo mögnuð 3-4 ár og gengið í gegnum miklar lífsbreytingar og er loksins nálægt fjölskyldu minni. Svo er eitthvað við það, að þegar þú ferð að leika svona flókna og djúpstæða karaktera eins og ég hef fengið að leika undanfarið eins og Sögu í Skjálfta, í Berdreymi með Guðmundi Arnari, Svari við bréfi Helgu og Ráðherranum og allt það, þá verður það tvíeggja sverð, því svona persónur leggja fyrir mig ofboðslega stórar spurningar og með því að ganga í sporum annara svona, þá spyrja þessar persónur þig mjög erfiðra spurninga, því sagan er að spyrja spurninga, vonandi, því það er tilgangurinn með því að segja sögur. Ég finn að það fylgir því oft mikil sjálfsvinna þegar það er búið að leggja allar þessar spurningar upp á borð og ekki hægt að taka þær til baka þegar þær eru komnar upp á borðið, að það fylgir því oft alls konar rót en alltaf til hins betra og ég er alveg ofboðslega hamingjusöm að vera núna hérna á landinu mínu, í kringum fjölskylduna mína og að dóttir mín fái að alast upp hérna, það er eitt það dýrmætasta fyrir mig og er mér mjög mikilvægt." ■



Unaðsvara vikunnar

frá Lovísu veitir þér örvun í sturtu



Unaðsvara vikunnar að þessu sinni er White Temptation Lay-on frá Lovísu. Unaðsvaran er leikfang fyrir fullorðna fólkið og veitir mjúka örvun. The White Temptation er liggjandi titrari sem liggur fullkomlega á snípnum þínum og veitir þér örvun.

Mótorinn er hægt að stilla með fimmtán mismunandi titringsstillingum sem samanstanda af bæði takti og hraða. Leikfangið er vatnshelt úr mjúku silíkoni sem gerir þér kleift að nota það í sturtu.

Mikilvægt er að hugsa vel um tækið og þrífa það eftir hverja notkun til þess að koma í veg fyrir sýkingar.

Unaðsvara vikunnar er fáanleg hjá versluninni Lovísu sem selur ótal kynlífstæki á frábæru verði.



EYÞÓR INGI · MARGRÉT EIR · JÚLÍ HEIÐAR · GUÐRÚN ÁRNÝ

KYNNIR **FELIX BERGSON**



Styrktartónleikar Alzheimersamtakanna

BÆJARBÍÓ

Bæjarbíó sunnudaginn 19. mars

ALZHEIMER SAMTÖKIN



Harpa Mjöll Reynisdóttir



Þórhallur undirritar samning um vatnsútflutning. Mynd: Tímarit.is/DV

Þórhallur sveik út fé og banaði vini sínum

- Margra áratuga langur sakaferill

Þórhallur Ölver Gunnlaugsson er einn alræmdasti glæpamaður Íslandssögunnar. Í júlí árið 1999 myrti hann vin sinn og samstarfsfélaga, Agnar Wilhelm Agnarsson. Sakaferill Þórhalls hófst árið 1976.

Útflutningur íslensks vatns

Þórhallur fékk viðurnefnið Vatnsberinn eftir að hann hóf stórfelldan útflutning á íslensku vatni. Viðskiptahugmyndir hans vöktu talsverða athygli og lýsti hann miklum áhuga erlendra aðila á vatnssölunni. Kostnaðurinn við að koma af stað útflutningnum var um milljarður króna. Þórhallur sagði bandaríska fyrirtækið United Gulf Trading ætla að veita fjármagn sem þurfti. Fyrirtækið var einnig kaupandi vatnsins og sagði Þórhallur samning þeirra á milli vera þess efnis að fyrirtækið tæki við endurgreiðslu fjármögnunar í formi vatns. Þórhallur gerði síðar samning við Hafnarfjarðarbæ og var þar borað eftir vatni sem ætlað var til útflutnings. Ekki var þó allt sem sýndist, forstjóri bandaríska fyrirtækisins, Donald Rocco, var margdæmdur tryggingasvindlari og hafði auk þess gerst sekur um stórfellt fíkniefnalagabrot.

Eftirlýstur hjá Interpol

Síðar kom í ljós að Þórhallur hafði svikið út úr ríkissjóði tæpar 40 milljónir með því að framvísa verktakaskýrslum fyrirtækis í hans eigu, átti það að hafa staðið í mikilli vinnu fyrir Vatnsberann en síðar kom í ljós að sú vinna var engin. Brotin áttu sér stað á árunum 1992 til 1994. Fyrir þetta fékk Þórhallur þriggja ára fangelsisdóm, þyngsta dóm sem nokkur hefur hlotið fyrir fjársvik hér á landi. Þegar að afplánun kom var hann horfinn úr landi. Þórhallur var eftirlýstur hjá Interpol og fannst fljótt í Danmörku. Þar var hann handtekinn og framseldur til Íslands.

> ***Þórhallur, þú ert að drepa mig***

Blóðugur morðingi

Nokkrum mánuðum eftir að fangelsisdómi Þórhalls lauk var vinur hans, Agnar Wilhelm, stunginn til bana á heimili sínu í Reykjavík. Sömu nótt og morðið átti sér stað var Þórhallur handtekinn fyrir ölvunarakstur og var hann alblóðugur. Hann sagði lögreglu að blóðið væri vegna slagsmála. Þórhallur sat yfir nótt í fangaklefa og var síðan sleppt úr haldi. Það leið ekki að löngu þar lögregla komst að tengslum þeirra Þórhalls og Agnars. Þórhallur flúði aftur land en var fljótlega handtekinn. Sönnunargögn sýndu að augljóst var að Þórhallur hefði verið í íbúð Agnars nóttina sem morðið átti sér stað.

Ágreiningur varð að morði

Þórhallur lýsti nóttinni örlagaríku í viðtali við Mannlíf árið 1999 en þá sat hann inni á Litla-Hrauni. Hann hafði lifað erfiða tíma, fjármálin voru slæm og hjónaband hans í molum. Þórhallur fór í heimsókn til Agnars seint um kvöldið, þeir voru báðir undir

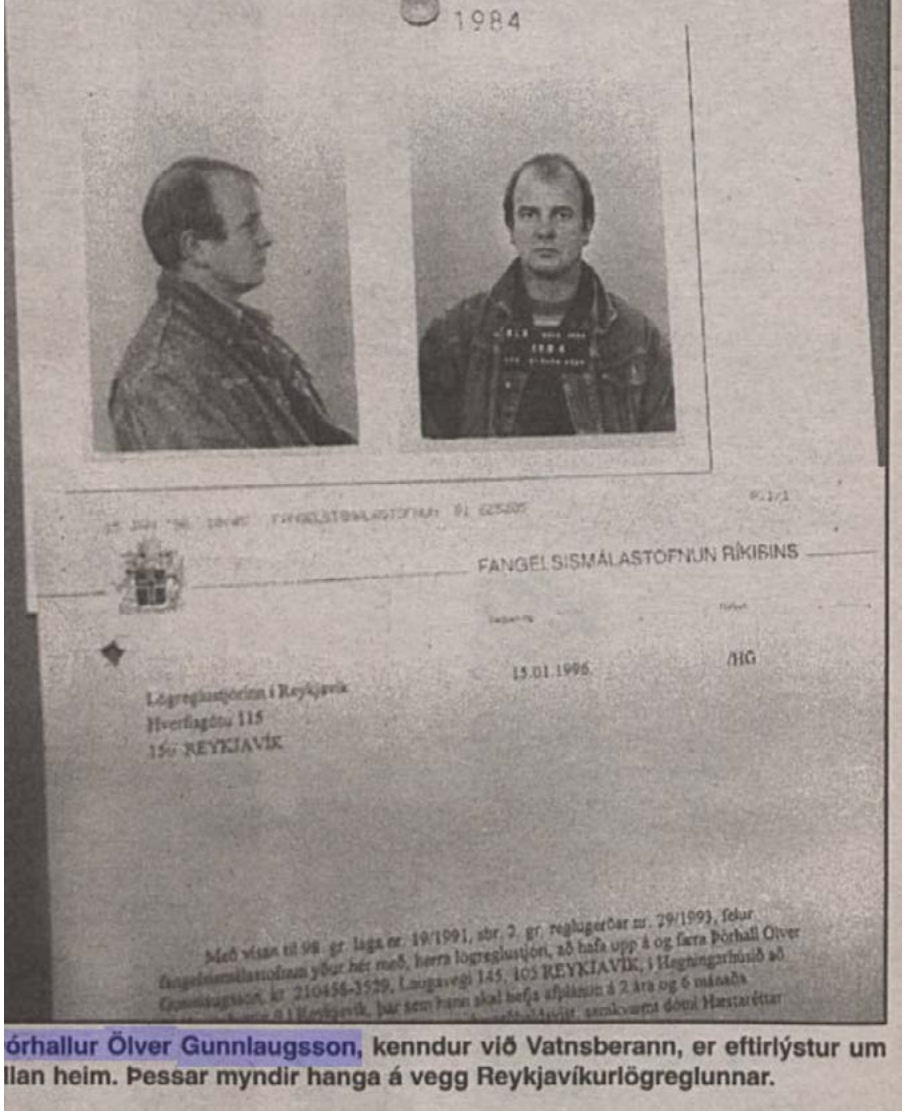


Agnar Wilhelm. *Mynd: Tímarit.is/DV*

áhrifum fíkniefna þegar ágreiningur í sambandi við Vatnsberamálið kom upp. Þórhallur sagði Agnar hafa hótað sér með hníf og síðan rekið hann á dyr. Síðar þróaðist ágreiningurinn í líkamleg slagsmál. Þórhallur tók Agnar hálstaki. Í viðtalinu er vitnað í lögregluskýrslur. „Allt í einu sagði Agnar við hann orðrétt „Þórhallur, þú ert að drepa mig" Agnar varð síðan alveg hreyfingarlaus, hann sleppti þá hálstakinu á Agnari og fór að reyna að tala við hann. Agnar lá bara hreyfingarlaus." Þórhallur tók þá eftir blóðugum fötum sínum og áttaði sig á því að Agnar væri látinn. Hann segist ekki hafa verið með hnífinn í hendi þegar hann tók Agnar hálstaki og sé ekki viss um hvort eða hvenær hann hafi stungið Agnar, hann hafi þó staðið upp og séð hnífinn sem stóð í brjósti Agnars. „Allt var í blóði. Ég reyndi að standa upp en datt í blóðinu. Ef ég hef orðið valdur að öllum þessum stungum hef ég bara sturlast."

Reyndi að svíkja fé úr dánarbúi fórnarlambsins

Þórhallur var dæmdur sekur fyrir morðið á Agnari og hlaut 16 ára fangelsisdóm. Hann hélt fram sakleysi sínu. Árið 2002 fór Þórhallur fram á þjáningarbætur vegna skaða sem hann hefði orðið fyrir af hálfu samfanga sinna, fallist var á bæturnar. Fimm árum eftir hrottalegt morðið hlaut Þórhallur enn og aftur dóm, þá fyrir skjalafals, en hann reyndi að svíkja út fjármagn úr dánarbúi Agnars. Sakaferill Þórhalls virðist ekki ætla neinn enda að taka. Árið 2009 fundust fíkniefni í fangaklefa hans. Þórhallur strauk úr haldi fangavarða árið 2011 þegar hann leitaði læknishjálpar á Landspítala.



órhallur Ölver Gunnlaugsson, kenndur við Vatnsberann, er eftirlýstur um llan heim. Þessar myndir hanga á vegg Reykjavíkurlögreglunnar.

Mynd: Tímarit.is/DV

Hann fannst á meðferðarheimilinu Hlaðgerðarkoti þegar lögregla lýsti eftir honum. Þórhallur breytti nafni sínu í Þór Óliver Gunnlaugsson. Aftur var hann handtekinn árið 2014 en þá hafði lögreglu borist tilkynning um mann í annarlegu ástandi við Olís í Álfheimum. Þórhallur var settur í handjárn og brást harkalega við. Hann hótaði lögreglumönnum ítrekað og sagðist ætla á „mannaveiðar". Þórhallur ætlaði sér að ná í skotvopn og koma heim til lögreglumannana, þar ætlaði hann að myrða þá.



Þór í dómssal. *Mynd: Tímarit.is/ Fréttablaðið*

Svanur Már Snorrason





Elnett: Eina hárlakkið sem hélt af alvöru











Ég ánetjaðist ungur hárlakki. Tólf að verða þrettán þegar notkunin hófst. Notkun er kannski ekki rétta orðið, þetta var miklu frekar misnotkun.

Árið var 1984 og Duran Duran og Wham tröllriðu tónlistarheimi okkar unglinganna. Þessar hljómsveitir mótuðu tískuna mest á þessum tíma og þá sérstaklega fyrrnefnda hljómsveitin, en samt báðar.

Þar á bæ var málningin og hárlakkið ekki skorið við nögl og þetta var mikil útlitsbreyting frá „lummuhljómsveitum“ eins og Dire Straits og XTC, svo dæmi séu nefnd, þar sem hljómsveitarmeðlimir þóttu ekki svalir, fylgdu ekki tískustraumum og hugsuðu fyrst og fremst um tónlistina. Uss!

Auðvitað var fetað í tískuslóðina og allir fóru að láta hárið vaxa sem mest þeir gátu að aftan. Síðan var byrjað að reyna að greiða sér eins og fyrirmyndirnar og þá var gripið til hárlakksins, enda hélst það best. Eftir ýmsar tilraunir með tegundir vorum við strákarnir sammála um að Elnett-hárlakkið væri best, hélt alveg gríðarlega vel, en gallinn var að það var svo vond lykt af því.

Elnett var ekki tískuhárlakkið, þetta var það sem ömmur notuðu. L´Oréal (sama fyrirtæki og framleiðir Elnett) var með svalasta hárlakkið sem hét Studio Line, eitursvalar auglýsingar, töff útlit á brúsunum og svo var góð lykt af því. En það hélt bara ekki nógu vel. Samt var Elnett notað mest, en miklu magni af ilmvatni var blastað í hárið og þannig hélst hárið vel og lyktin af okkur alveg ágæt, en ansi sterk.

Ég sé enn þá fyrir mér konurnar í íþróttahúsi Víðistaðaskóla þegar þær voru að reka á eftir okkur úr búnings-klefanum, við spreyjandi Elnett í hárið á okkur og rosalega lengi að hafa okkur til. Eftir að undruninni sleppti hjá þeim hlógu þær sig máttlausar yfir þessum litlu mönnum sem langaði mikið að verða fullorðnir; úðandi hárlakki út og suður svo nánast ólíft var í klefanum – langt yfir mengunarmörkum.

Í dag nota ég ekki hárlakk; löngunin blossar stundum upp, en þá verður maður bara að muna að taka einn dag í einu; þannig hefst þetta.

Tískan í þá daga sem ég nefndi var skrýtin og mikið hefur verið gert grín að henni síðan þá. Menn sjá myndir af sér frá þessu „eitístímabili“ og hrista hausinn og skilja ekki hvernig þeir gátu verið svona hallærislegir.

En svona er nú tískan einu sinni; æðisleg á meðan er en hræðileg þegar liðin er.

Og það er einmitt þannig í dag.

Eftir nokkur ár veltast menn úr hlátri þegar þeir horfa á myndir af uppblásnum og helköttuðum steraboltum með risaskammt af strípum, vaxi í hárinu og hrikalega vel rakaða punga og svo löðrandi í brúnkukremi að þeir minna helst á kúk. Tískan er alltaf jafnhallærisleg og hún er töff.

FARÐU VEL MEÐ HÚÐINA ÞÍNA!

VISSIR ÞÚ AÐ LAMPARNIR OKKAR
STUÐLA
AÐ BÆTTRI D-VÍTAMÍN INNTÖKU ?





kiwisun®

KIWISUN SÓLBAÐSSTOFA
BORGARTÚN 22
105 REYKJAVÍK
PANTAÐU TÍMA NÚNA:
770-0232



Aðsend

Ég vildi aldrei eiga börn

Ég hef aldrei verið góð móðir. Það var aldrei ætlun mín að eiga börn. Ég vildi frelsi og ævintýri, ekki bleyjur og grát. Fyrir 40 árum varð ég óvænt ófrísk, ég var aðeins 17 ára. Líf mitt var rétt að byrja og það var svo margt sem mig langaði að gera, barneignir voru ekki á þeim lista. Ég reyndi að fara í þungunarrof, en of langt var liðið á meðgönguna, ég missti af tækifærinu. Eina leiðin var því að eiga barnið, einstæð og barnung sjálf. Faðirinn neitaði alfarið allri ábyrgð. Hann gat gert það, ekki ég. Á meðgöngunni íhugaði ég að láta frá mér barnið til ættleiðingar, en ég þorði því ekki. Hvernig yrði litið á mig ef bumban færi en ekkert barn yrði eftir? Ég bjó í fámennu bæjarfélagi og yrði örugglega aðalumræðuefni íbúa. Orðspor mitt væri ónýtt.

Ég komst að þeirri niðurstöðu að ég yrði að finna mér mann. Einhvern sem gæti tekið mig og ófætt barnið að sér. Ég gæti ekki gert þetta ein, það yrði litið á mig sem lausláta herfu. Það skipti mig ekki máli hver maðurinn væri, hann þyrfti bara að vera tilbúinn að taka að sér barnið. Ég var hálfnuð með meðgönguna þegar aumkunarverður sjómaður bauð mér í dans. Hann var ómyndarlegur, þrekvaxinn og drykkfelldur. Auðvelt skotmark. Hann féllst á að ættleiða barnið. Við giftum okkur og keyptum hús í bænum. Ég lagði mig alla fram við að byggja ímynd hinnar fullkomnu fjölskyldu. Maðurinn minn var meira á sjó en í landi, ég slapp við að þurfa að horfa á hann. Þegar hann var heima barði hann mig, drakk og krafðist þess að ég fullnægði þörfum hans. Ég þraukaði þar til hann hypjaði sig á sjóinn.

Elsta barnið mitt var aðeins tíu mánaða þegar ég var aftur orðin ófrísk. Ég var búin að sætta mig við líf fullt af volæði og hörmungum, annað barn skipti mig ekki máli. Ég fékk aldrei þetta yfirgnæfandi móðureðli sem er umtalað. Börnin mín voru fyrir mér og ég hataði sjálfa mig fyrir að hafa komið mér í þessa stöðu.

Börnin voru orðin þrjú, fimm ára og yngri. Andleg heilsa mín fór versnandi og reiðin var yfirgnæfandi. Ég öskraði og reifst í börnunum, en þegar maðurinn minn kom af sjónum hélt ég kjafti, hann sá til þess. Uppeldið á börnunum var slæmt, ég sýndi þeim ekki umhyggju né stuðning. Þau voru hrædd við mig. Ég vildi vera sæmileg móðir, vitandi að ég yrði aldrei frábær í því hlutverki óskaði ég þess eins að vera sæmileg. Á þeim tíma vissi ég ekki hvernig ég ætti að bæta mig. Skilnaður kom ekki til greina, fjárhagslega var það ekki hægt. Ég lét því höggin dynja á mér og lét reiðina bitna á börnunum. Í heildina eignaðist ég sex börn, vitandi vel að ég væri ekki hæf til að veita þeim umhyggju eða öryggi. Hvers konar manneskja kemur svona fram við börnin sín og eignast síðan fleiri?

Ég hafði enga stjórn á aðstæðum og ég var orðin að vondri konu sem ég þekkti ekki lengur.

Loks þorði ég að fara frá manninum mínum. Ég fann mig aldrei sem móðir en náði bata. Börnin mín eru skiljanlega ekki í neinum samskiptum við mig. Ég hef reynt að biðja þau afsökunar, en það er engin leið að afsaka þetta. Mörg barnanna eru enn að glíma við afleiðingar þess að eiga óhæfa móður og ég lifi með þeirri staðreynd að hafa brugðist þeim og sjálfri mér.

ÁSTARLÍNAN

frá Purity Herbs



Ástarvörurnar frá Purity herbs eru tilvaldar í svefnherbergið til þess að auka unað í ástarlífinu en vörurnar hafa vakið töluverða athygli. Purity Herbs var stofnað á Akureyri árið 1994 af Ástu Kristínu Sýrusdóttur og André Raes, eftir að hafa uppgötvað ótrúlegan árangur eftir notkun á heimagerðu, náttúrulegu jurtakremi. Kveikjan að stofnun Purity Herbs var af einskærri af tilviljun. Ásta vann þá á leikskóla og notaði eitt kremið, Undrakremið á lítinn dreng í skólanum sem var með mikil húðvandamál. Ástand hans batnaði til muna á skömmum tíma sem varð til þess að afi drengsins, Böðvar Jónsson apótekari í Akureyrarapóteki, kom að máli við þau um að stofna fyrirtæki um framleiðsluna. Böðvar ásamt Elínu Antonsdóttur ráðgjafa hjá lönþróunarfélagi Eyjafjarðar studdu þau og hvöttu til dáða, þar með fóru hjólin að snúast og Purity Herbs var stofnað árið 1994. Purity Herbs varð þannig eitt fyrsta snyrtivörfyrirtækið á Íslandi til að framleiða náttúrulegar snyrtivörur. Núna eru vörurnar orðnar 40 talsins og eru seldar víðsvegar um heiminn og hafa hlotið mikið lof fyrir gæði.



Ástarlínan frá Purity Herbs hefur vakið verðskuldaða athygli en vörurnar eru þrjár talsins og nefnast Ástarleynd, Ástareldur og Unaðsolía.

Ástarleynd er 100 prósent náttúrulegt og örvandi sleipigel sem hefur að geyma kyngimagnaða og kynörvandi jurtablöndu. Gelið vekur upp löngun og losta og opnar nýjar víddir í kynlífinu.

Ástareldur er mögnuð, krydduð og kynörvandi nuddolía sem kveikir eld og eykur unað. Ástareldur er hin fullkomna líkamans nuddolía sem hefur áhrif bæði á huga og líkama og er hægt að nota á allan líkamann. Einnig frábær fyrir konur á breytingaskeiðinu.

Að lokum er það Unaðsolían en hún er nuddolía fyrir elskendur með unaðslegum ilm. Unaðsolían inniheldur bæði jurtir og ilmkjarnaolíur sem þekktar eru fyrir að hafa kynörvandi eiginleika. Olían er tilvalin til þess að koma maka þínum á óvart í ástarlífinu og bjóða upp á nudd með Unaðsolíunni.



Jón Viðar Jónsson

Hye-Youn-Lee í hlutverki Madama Butterfly í Íslensku óperunni
Myndir / Anton Brink

BLANDAÐUR KOSTUR Á BORÐUM LEIKHÚSANNA

Kosturinn á hlaðborðum leikhúsanna er býsna blandaður nú um stundir; það er rétt svo að gagnrýnandi í hlutastarfi nái að komast yfir allt sem er í boði. Afþreyingu og léttmeti skortir ekki og fer yfirleitt vel ofan í públikum, en stundum getur verið álitamál hvað sé afþreying og hvað ekki; er til dæmis hin hugþekka og snjalla útfærsla Karls Ágústs og Ágústu Skúladóttur á As you like it Shakespeares í Kassanum, nú eða gamanópera Donizettis Don Pasquale, sem er fjörlega sungin og leikin af hópi glæsilegra ungra söngvara í kjallara Þjóðleikhússins; eigum við að kalla þær "afþreyingu"? Nei, það finnst mér ekki; sé þetta "afþreying" þá er hún alltént á háu listrænu plani. Og mér sýnist áhorfendur yfirleitt hafa verið með á nótunum og vonandi halda þeir sýningunum lifandi sem lengst.

Auðvitað hefði maður (eins og löngum fyrr) viljað sjá fleiri stór dramatísk verk í höfuðleikhúsum okkar, en "Macbeth" kolféll – ég set það í gæsalappir af því að sýningin var ekkert annað en ofboðsleg afskræming á leikriti Shakespeares. Reyndar heyrist mér nánast allir sem ég hef haft tal af, hafa gengið út í hléi, og þó það sé alltaf dapurlegt þegar þannig fer, er gott að fólk skuli ekki láta bjóða sér hvað sem er. Í Þjóðleikhúsinu ganga enn leikir Mariusar von Meyenburg, Ellen B. og Ex; þeir virðast hafa fengið fremur góða aðsókn sem þeir verðskulda. Ég ætla ekki að bera þessar sýningar saman, en á engan leikara er hallað, þó tekið sé undir með öðrum skríbentum, að Nína Dögg Filippusdóttir sýni hreinan stórleik í Ex. Efni til þess finnur hún vitaskuld bæði í texta Meyenburgs og eigin reynslu og leikþroska; ég hygg hún hafi aldrei áður fengið betra tækifæri til að sýna getu sína sem dramatísk leikkona, og það nýtir hún sér svo vel að lengi verður í minnum haft. Hún er að vaxa upp í stóru dramatísku kvenhluverkin: Heddu Gabler, Antígónu, Medeu, lafði Macbeth, svo fáein séu nefnd af handahófi; það er óskandi að hún fái að spreyta sig á slíkum verkefnum, en – og það er stórt "en" þá undir vitrænni leikstjórn.

Sadistar og fótboltafíklar í Tjarnarbíói

Þetta verður snögg yfirferð og skal nú haldið niður í Tjarnarbíó, miðstöð sjálfstæðu leikhópanna. Ferðir mínar þangað að undanförnu – þrjár nú eftir áramótin – hafa allar verið ánægjulegar. Ef þið viljið hreina skemmtun sem gerir til okkar hæfilegar vitsmunakröfur (og það þurfum við öll inn á milli), þá skuluð þið drífa ykkur á Óbærilegan léttleika knattspyrnunnar (sakir rýmis sleppi ég hér að telja upp öll nöfn leikara og listrænna stjórnenda, enda eru þau á heimasíðu Tjarnarbíós). Þetta er virkilega fyndin og fjörug kómedía, eða öllu heldur satíra á fótboltadelluna og staðfestir það sem ég og fleiri anti-sportistar hafa alltaf sagt: að keppnisíþróttir, einkum og sér í lagi fótbolti, eru stórhættulegar og geta hæglega rústað lífi þeirra sem ánetjast þeim. Ég hef að vísu sterkan grun um að höfundar og leikarar séu innst inni á öðru máli, og unni þessari göfugu íþrótt í leynum; annars hefði grallaraskapurinn varla hitt eins vel í mark og hann gerir. Það er hressandi hráabragð af textanum sem tveir leikenda hafa skrifað, og léttur ærslabragur yfir leiknum, sem er samstilltur og jafn – og þó ég nefni engin nöfn má til með að geta hins góðkunna alþýðusöngvara Valdimars Guðmundssonar sem fær það vandasama verk að leika sjálfan sig, en gerir það svona líka ljómandi vel. Og hann er fín eftirherma, þó umbanum hans finnist annað.

Svo eru það tvær sýningar, allt annars eðlis: Samdrættir eftir Mike Bartlett, (tiltölulega) ungan breskan höfund sem vakið hefur mikla athygli, reyndar ekki alla jákvæða, og Venus í feldi eftir ameríska leikskáldið David Ives; hann er um sjötugt með langan og fjölbreyttan feril að baki. Bæði eru leikritin tveggja manna átakadrömu



Íris Tanja Flygenring og Þórunn Lárusdóttir í hlutverkum sínum í leikverkinu Samdrættir Myndir / Dóra Dúna



Ragnar Pétur Jóhannsson og Áslákur Ingvarsson í Don Pasquale Myndir / Inga Margrét Jónsdóttir I Birta Media.

Mynd/JORRI

þar sem persónur eru líkt og læstar inn í lokuðu rými og enda með því að berjast upp á líf og dauða; og eins og endranær liggur önnur í valnum að lokum á meðan hin hrósar sigri (þó alls ekki siðferðislegum) Verk sem þessi gera miklar kröfur til leikenda og þótt eitt og annað megi finna hér að leik og leikstjórn, get ég í hreinskilni sagt að ég naut þeirra beggja; þær eru báðar unnar af sannfæringu og metnaði og héldu góðum dampi til loka, einkum þó Venus í feldi.

Samdrættir lýsa samskiptum tveggja kvenna í nútíma stórfyrirtæki. Önnur er einhvers konar mannauðsstjóri og hin óbreyttur starfsmaður; sú fyrri leggur þá síðari í einelti undir yfirskini velvildar; og þó að þetta endi nú eiginlega sem svartur farsi, er hætt við að ýmsir sem unnið hafa á slíkum vinnustöðum kannist hér við eitt og annað. Þórunn Lárusdóttir náði að sveipa þetta ískalda forað hárréttum óhugnaði; Íris Tanja Flygenring átti aftur á móti í nokkru basli með sitt hlutverk; túlkunin varð svolítið einhæf þegar á leið sem liggur raunar að sumu leyti í byggingu leiksins, röð af styttri atriðum með mislöngum tíma á milli. Hugsanlega hefði reyndari leikstjóri en Þóra Karitas náð betra jafnvægi milli þeirra; það verður seint áréttað nóg hversu mikilvægt er fyrir unga leikara að fá góða leikstjórn, en svo er þetta eflaust líka oft spurning um pening.

Að vissu leyti gegndi svipuðu máli um Venus í feldi. Sveinn Ólafur Gunnarsson getur orðið ansi stífur ef hann á annað borð stífnar; hér hefði hann þurft verulega aðstoð við meðferð textans. Mótleikari hans, Sara Dögg Ásgeirsdóttir, hefur fremur veika rödd og getur orðið óskýrmælt (hún þarf að vinna með þetta), en tilfinning hennar fyrir persónunni, hjálparvana ungri leikkonu sem umbreytist smám saman í svipusveiflandi sadista, var ósvikin og samleikur þeirra Sveins Ólafs greip áhorfandanum föstum tökum. Polanski gerði fyrir nokkrum árum bíómynd eftir leikriti Ives, en ég játa fúslega að mig langar ekki mikið að sjá hana eftir þetta.

Japanskur harmur í Eldborg

Og þá rennum við okkur í Íslensku óperuna. Ég ætla ekki að bæta í þá fáránlegu móðursýki sem pískuð var upp í kringum sýninguna á Madama Butterfly, en skal þó viðurkenna að ég varð feginn, þegar ég mætti á sýningu númer tvö, og sá að allar hárkollur og allir maskar voru á sínum stað. Vitaskuld á stofnun á borð við Íslensku óperuna ekki að fara á taugum út af svona heimskulegum ólátum sem eru hvort eð er bara stormur I vatnsglasi, blásinn upp af fámennum en háværum hópi öfgamanna.

Sýningin sjálf er áferðarsnotur, nema hvað það uppátæki leikstjórans, Michiels Dijkema, að stúka alla hljómsveitina og stjórnandann af á bak við tjald fyrir baksviðinu er öldungis fráleitt. Þar sem ég sat á sjötta bekk í sal hljómaði tónlistin eins og ofan úr tunnu, en miklu betur uppi á öðrum svölum, þangað sem ég skaust eftir seinna hlé; þangað streymdi hún beint upp án fyrirstöðu, rétt eins og úr eðlilegri hljómsveitargryfju. En megnið af áhorfendum situr í salnum og þar á fólk að sjálfsögðu ekki að fara neins á mis.

Að undanskildu titilhlutverkinu, sem er sungið af suðurkórenskri óperudívu, Hye Youn Lee, er sýningin borin uppi af íslenskum söngvurum og þeir standa sig mjög sómasamlega, einkum þó Hrólfur Sæmundsson og Arnheiður Eiríksdóttir. Það er svolítið þannig með þessi stóru óperuhlutverk að annað hvort takast þau eða takast ekki; maður annað hvort svífur út á bleika skýinu eða labbar út í nóttina með skeifu á munni (eilítið ýkt kannski). Um túlkun Hye Youn Lee á Cio-Cio-San er það að segja að hún fer örugglega í minningasjóð óperuunnandans sem ein af þeim stóru; söngur hennar var blátt áfram nístandi fagur, einkum í öðrum þætti þar sem tónlistin er einna bitastæðust og fókusinn skýrastur á þjáningar japönsku geishunnar sem Pinkerton lautinant, skíthællinn sá, dregur á tálar. Þá er leikmyndin myndræn og spillir ekki gullfalleg lýsing Þórðar Orra Péturssonar. Og aðferð leikstjórans við að leysa vanda hins vonlausa óperusviðs Eldborgarinnar tekst heilt á litið vel, burtséð frá misráðinni staðsetningu hljómsveitarinnar.

En næst þegar Íslenska óperan frumsýnir (hvenær sem það nú gerist), þá verður hljómsveitarstjórn vonandi í íslenskum höndum og leikstjórnin sömuleiðis. Við munum aldrei eignast dugandi óperuleikstjóra ef alltaf eru fluttir inn útlendingar sem fæstir hafa satt að segja verið í úrvalsklassanum. Og hljómsveitarstjóra, sem er fullvaxinn verkefni sem þessu, hann þurfum við hreint ekki að sækja út fyrir landsteinana.



Reynir Traustason

Mynd: Árni Tryggvason.

Hin undurfögru Sog.

Ráðherrann Lilja féll í stafi við Grænavatn

Toppurinn á Trölladyngju og vötnin þrjú

Eitt magnaðasta útivistarsvæði landsins er að finna í bakgarði höfuðborgarinnar, á Keilissvæðinu og í kringum Sogin. Þar er að finna öll helstu og fegurstu tilbrigði íslenskrar náttúru. Hin undurfögru Sog svíkja engan. Þar er háhitasvæði og litadýrðin líkist helst því sem sést í grennd við Landmannalaugar.

Hópar Ferðafélags Íslands hafa lengi ferðast um svæðið og notið alls þess fjölbreytileika sem þar er að finna. Þannig hafa Skrefin undanfarin átta ár gengið um flesta þá markverðu staði sem þar er að finna. Og það er af nógu að taka.

Hið augljósa er að ganga á Keili, fjallið sem flestir útlendingar veita eftirtekt þegar komið er akandi frá Keflavíkurflugvelli til Reykjavíkur. Keilir er einkar formfagurt fjall, strýtulaga og fólk þarf að hafa fyrir því að brölta upp malarskriðurnar til að ná toppnum. Einhverjir kunna að halda að Keilir sé hæsta fjall á Suðurnesjum en það er ekki svo. Hann er 379 metrar að hæð. Grænadyngja (398 m.y.s.) er hæsta fjall Suðurnesja. Hún og Fagradalsfjall (390 m.y.s.) skáka bæði þessum ókrýnda konungi Suðurnesjafjalla. Trölladyngja er jafnhá Keili. Í þessu samhengi má minna á orð Napóleons Bónaparte um að eitt er að vera hár en annað að vera stór.

Vegurinn frá Reykjanesbraut á Keilissvæðið er torfarinn og alls ekki fyrir kviðsíða bíla. Til að komast þangað er beygt af Reykjanesbraut þar sem vegvísir bendir á Keili. Aka þarf rúmlega 10 kílómetra leið um grófan malarveg sem á köflum er á mörkum þess að vera fær bílum.

Keilir

Gangan á Keili hefst á Höskuldarvöllum. Bílastæði er við enda Oddafells þaðan sem haldið er í gönguna sem er alls 7 kílómetrar fram og til baka. Þeir sem ætla að ganga á Keili þurfa að reikna með 4-5 klukkustundum í verkefnið. Fyrsta kastið er gengið með fram Oddafelli en síðan er þverbeygt og haldið inn í Höskuldarvallahraun og gengið um hlykkjóttan stíg í gegnum hraunbreiðuna. Í fjarlægð blasir fyrirheitna fjallið við.



Djúpavatn.

Gangan er létt, en nauðsynlegt er að varast hraunnibbur á göngunni. Eftir að hafa stiklað um hraun og móa sleppir hraunbreiðunni og við tekur slétta, alla leiðina að Keili. Við

hlið fjallsins kúra hólar sem nefnast Keilisbörn. Eftir að hafa gengið allt að þremur kílómetrum um jafnsléttu er komið því að ganga á sjálft fjallið. Glöggur stígur sker bratta hlíðina. Þetta er á fótinn og erfitt þeim sem ekki eru í góðu formi. Á efsta hluta leiðarinnar er nokkuð bratt og þeir lofthræddustu hika við og þurfa jafnvel handleiðslu. Á toppnum blasir við frábært útsýni um Reykjaneskaga og höfuðborgarsvæðið. Þar uppsker göngufólkið verðlaun sín eftir erfiðið. Þeir metnaðarfyllstu geta útfært gönguna þannig að þeir fara áfram suðvestur eftir og skoða Litla-Hrút, Kistufell og sjálfan Stóra-Hrút. En það er að sjálfsögðu löng ganga sem kallar á skipulagningu varðandi heimferð.



Lilja Alfreðsdóttir ferðamálaráðherra við Grænavatn. *Mynd: Reynir Traustason.*

Sogin og Spákonuvatn

Annar áfangastaður á Keilissvæðinu er háhitasvæðið Sogin og vötnin þar í kring. Til að komast á uppgöngustaðinn er ekið um Keilisveg áfram eftir malarvegi sem sker Höskuldarvelli. Beygt er til hægri undir hlíðum Trölladyngju og haldið áfram þar til komið er að plani þar sem er að finna borholu. Með fram veginum rennur Sogslækur, eina vatnsfallið á Reykjanesi. Göngumaður getur ákveðið að halda upp í skarðið um Sogin. Sú ganga getur á köflum verið slarksöm, en eflaust þess virði þegar litbrigði háhitasvæðisins blasa við. Þegar kemur upp í skarðið blasir Djúpavatn við í allri sinni dýrð. Handan þess eru Vigdísarvellir og síðan kemur að Sveifluhálsi.

Þeir sem vilja komast í návígi við vatnið klöngrast niður hlíðina og halda svo með fram vatninu að sumarhúsi sem þar stendur. Þaðan liggur leiðin aftur upp á Grænavatnseggjar. Gengið er upp skarð og þar blasir við sjálft Grænavatn sem ber nafn með rentu. Göngufólk Ferðafélagsins heldur með fram vatninu og nýtur allrar þeirrar fegurðar sem er í boði. Með í för er Lilja Alfreðsdóttir, ferðamálaráðherra og varaformaður Framsóknarflokksins. Hún slær á létta strengi og er þess viss að nafn vatnsins vísi til einkennislitar Framsóknarflokksins.

Þegar kemur að vatninu er gengið norður, með fram því. Ekki er laust við að ferðafólk taki andköf af hrifningu vegna umhverfisins, áfram er haldið og gengið upp skarð, þaðan sem Spákonuvatn blasir við. Eftir að hafa gengið með fram vatninu kemur að því að loka hringnum með því að ganga með fram Sogunum og að bílunum fyrir neðan. Stórkostleg ferð að baki og fyrirheit um endurkomu heyrast.

Lambafellsklofi og Trölladyngja

Trölladyngja kúrir rétt norðan við Grænudyngju. Til að ganga á fjallið er sniðugt að aka sem leið liggur að Keili, fram hjá Oddafelli og yfir Höskuldarvelli. Beygja skal til vinstri á gatnamótum undir Trölladyngju. Við Eldborg er sæmilegt bílastæði. Þar hefst gangan. Haldið er beint upp hlíðina, með fram gili sem göngumaður hefur á hægri hönd. Þegar komið er upp á brún er stefnt á strýtulaga Trölladyngju. Gengið er upp brattan hrygg. Gangan er talsvert á fótinn. Á hæsta tindi skilar puðið sér. Á sólbjörtum degi blasir Reykjanes og höfuðborgarsvæðið við. Gott útsýni er yfir gossvæðið undir Fagradalsfjalli.

Á bakaleiðinni er stefnt á Lambafellsklofa, einstaklega fallegt náttúrufyrirbrigði sem sumpart minnir á gjána sem klýfur fjallið Þorbjörn. Rúmlega tveir kílómetrar eru af toppi Trölladyngju og norður fyrir Lambafell. Þegar komið er norður fyrir fellið blasir við opin gjáin sem klýfur fjallið bókstaflega. Þegar fólk fikrar sig inn í gjána gengur það bókstaflega í björg.



Lambafellsgjá. *Mynd: Reynir Traustason*



Trölladyngja. Mynd Guðrún Gunnsteinsdóttir.

Það er yfirþyrmandi að standa í þröngri gjánni, undir allt að 50 metra háum hamraveggjum. Skrefafhópar Ferðafélags Íslands hafa haft þann sið að syngja í gjánni. Hljómburðurinn er einstakur.

Leiðin um gjána liggur í suður í gegnum fjallið. Hún grynnist hratt og það er á brattann að sækja. Göngumaðurinn stendur fyrr en varir á toppi Lambafells. Eftir dulúðina í fjallinu blasir við blár himinn og frábært útsýni. Þeir sem hafa til þess úthald og vilja, geta svo gengið á Eldborg á bakaleiðinni áður en haldið er heimleiðis eftir ferð sem hefur yfir sér sannkallaðan ævintýrablæ.



SnjóFest

Festival 2023

SnjóFest hátíðin verður haldin í fyrsta skipti dagana 16.-18.mars í Reykjavík og skíðasvæðinu Bláfjöllum. Fjallakofinn er einn aðal styrktaraðili hátíðarinnar. „Þetta verður mikið í bænum og svo endar þetta upp í Bláfjöllum þar sem að verða tónleikar. Þar verða tónlistamenn og svið í Bláfjöllum frá klukkan 12 til 16 á laugardaginn," segir Ási í Fjallakofanum.

Fólk getur komið og prufað bæði skíði og snjóbretti en miða á hátíðina má nálgast á Tix.is. Allur ágóði sem safnast mun fara í undirbúning við hátíðina en stefnt er að því að hún verði árlegur viðburður hér á landi. Á hátíðinni verða fimm tónleikastaðir þar sem tuttugu listamenn kom fram en auk þess verða ýmsir aðrir spennandi viðburðir yfir helgina. Þeir sem kaupa sér miða fá afsláttarkóða sem hægt er að nota í verslun Fjallakofans.






FJALLA
KOFINN
Njóttu snjósins á
skíðum
Skíðapakkar við allra hæfi
20% afsláttur




Fjallaskíðabúnaður
25% afsláttur


Hallarmúli 2 I s: 510 9505 I fjallakofinn.is


GOLDBERGH

GOLDBERGH

LUXURY SPORTSWEAR







hjá Hrafnhildi

Engjateigi 5 // 581 2141 // hjahrafnhildi.is

Stækkunarglerið



HERBERT GUÐMUNDSSON

Fjölskylduhagir?
Bý einn einn um þessar mundir og á sjö uppkomin yndisleg börn og 12 barnabörn.

Menntun/atvinna?
Gagnfræðingur, lífskúnstner og sjálfmenntaður tónlistarmaður.

Uppáhaldssjónvarpsefni?
Fræðsluþættir og heimildamyndir - Attenborough til dæmis.

Leikari?
Bradley Cooper.

Rithöfundur?
Jordan Peterson.

Bók eða bíó?
Bíó.

Besti matur?
Lambalærið hennar mömmu heitinnar með brúnuðum og rabbarbarasultu.

Besti drykkur?
Gvendarbrunnarvatn (íslenskt vatn).

Nammi eða ís?
Ís.

Kók eða pepsi?
Coke Zero.

Fallegasti staðurinn?
Skagafjörðurinn og Dimmuborgir í fallegu veðri.

Hvað er skemmtilegt?
Að lifa lífinu lifandi, skapa tónlist og skemmta fólki.

Hvað er leiðinlegt?
Illt umtal og rógburður.

Hvaða flokkur?
Hef prófað alla flokkana nema kommana

Hvaða skemmtistaður?
Ég fer aldrei á skemmtistað nema til að skemmta öðrum og eru það hinir ýmsu staðir.

Kostir?
Ég er jákvæður, bjartsýnn og þrautseigur.

Lestir?
Meðvirkur og get verið hvatvís stundum en það hefur lagast með árunum.

Hver er fyndinn?
Pétur Jóhann - algjör snillingur.

Hver er leiðinlegur?
Dettur enginn í hug svona í fljótu bragði.

Mestu vonbrigðin?
Ég staldra aldrei við vonbrigðin, gefst aldrei upp og held stöðugt áfram.

Hver er draumurinn?
Að láta gott af mér leiða, gleðja fólk í kringum mig og halda áfram að gera góða og bjarta tónlist. Og ekki væri verra að geta flutt hana út á stærri markað en Ísland.

Mesta afrek sem þú hefur unnið á þessu ári?
Koma fram á Þjóðhátíð, ná 14 jólatónleikum með Baggalút og 4 jólatónleikum með MC Gauta.

Ertu búinn að ná öllum þínum markmiðum?
Nei, hef stöðugt alltaf eitthvað að stefna að.

Vandræðalegasta augnablikið?
Þegar ég hélt að Sigurður kennari hefði labbað út úr skólastofunni í Laugarlækjaskóla og ég fór að
segja við bekkinn hvað hann væri leiðinlegur kennari, en ég vissi ekki að hann stóð fyrir aftan mig.

Mikilvægast í lífinu?
Hafa góða heilsu, láta gott af sér leiða og minna sjálfan sig á hvað það er mikil gæfa að vera Íslendingur og búa í stríðslausu landi með besta vatnið í heiminum og fallegustu konurnar.



kiwisun

KiwiSun er sólbaðsstofa sem opnaði hér á landi í miðjum heimsfaraldri. Það sem gerir Kiwisun frábrugða er að styrkur ljósanna er miðaður við miðdagssól í Mið-Evrópu. Bekkirnir eru hannaðir til að stuðla að náttúrulegri brúnku sem endist lengur. Þess má geta að 3UV green light geta einnig stuðlað að upptöku D-Vítamíns.
3UV ljósin fara betur með húðina þar sem þau valda ekki roða en Varði í KiwiSun tekur vel á móti þér við komuna og veitir alla ráðgjöf sem þú þarft á að halda. Grænu ljósin geta verið streitulosandi en hægt er að hlusta á róandi "hljóðmeðferð" meðan tíma stendur yfir. Það getur því verið tilvalið að skella sér í örlitla sól í hádegismatnum en þú getur valið á milli liggjandi eða standandi bekkja.

KiwiSun var stofnað árið 2006 en keðjan á uppruna sinn í Ungverjalandi. Stofan hefur notið töluverðra vinsælda og eru útbú fyrirtækisins víða um Evrópu. Þá hafa þau framleitt sína eigin krem / snyrtivörulínu. KiwiSun býður einnig upp á byltingarkennda "Vibrotraining on Flabélos" sem er líkamsræktartæki. Í tækinu stendur þú í tíu mínútur í einkaklefa á stofunni en þessum örfáu mínútum má líkja við tíma í ræktinni þar sem tekið er á öllum líkamanum með tilheyrandi harðsperrum. Fyrir þá sem eru tímabundnir eða eiga erfitt með að mæta í ræktina getur tækið verið frábær lausn og hægt er að mæta á staðinn með skömmum fyrirvara.

Fyrir áhugasama má nálgast frekari upplýsingar um KiwiSun á heimasíðu þeirra www.kiwisun.is og getur þú verið viss um að tekið verði vel á móti þér.







Spergilkálssúpa

Þessi rjómalagaða spergilkálssúpa er meinholl og tekur innan við klukkustund að hrista fram úr erminni. Súpan er ekki bara stútfull af vítamínum, því hún er líka bragðgóð.

Hráefni:

4 msk. smjör

2 stilkar saxað sellerí

1 lítill laukur í teningum

3 saxaðir hvítlauksgeirar

8 bollar spergilkálsblóm (hafðu stilkana með ef þú vilt)

4 bollar kjúklinga- eða grænmetiskraftur

1 tsk. ítalskt krydd

1 bolli rjómi (má vera meira)

¼ bolli rifinn parmesanostur

salt og pipar eftir smekk

Berið fram með:

sítrónusafa

brauðteningum

ólífuolíu

ferskum kryddjurtum eins og basilíku eða steinselju

Aðferð:

Bræðið smjörið í stórum potti við meðalhita. Bætið selleríinu og lauknum út í og steikið þar til grænmetið er mjúkt (2-3 mínútur). Bætið hvítlauk út í og eldið í 30 sekúndur í viðbót.

Þvoið spergilkálið og bætið því út í með stönglum (ef þeir eru notaðir). Hellið kjúklinga- eða grænmetiskrafti yfir. Kryddið með ítölsku kryddi, setjið lokið lauslega á pottinn og látið malla þar til spergilkálið er orðið mjúkt.

Bætið rjómanum út í og látið malla þar til rjóminn hefur hitnað. Notið töfrasprota þar til súpan er orðin mjúk.

Hrærið parmesanosti út í þar til hann hefur bráðnað. Kryddið eftir smekk og berið fram með ögn af sítrónusafa, ólífuolíu, brauðteningum og skreytið með ferskum kryddjurtum.

TEKUR AÐEINS 8 MÍN.

smjer

BÉRNAISE



SÓSA FYRIR 6

SÓSAN ER TILBÚIN Í 3 SKREFUM

TEKUR AÐEINS 8 MÍN.

AÐEINS ÞARF AÐ BÆTA VIÐ EGGJARAUÐUM

www.smjer.is

Lára Garðarsdóttir



Verðbólga. Stýrivextir. Seðlabankastjóri. Heimilin í landinu. Verðhækkanir. Frost. Fasteignamarkaður. Verðtryggingar. Greiðslumat. Stýrivaxtahækkanir. **Óverðtryggt** á föstum og/eða breytilegum vöxtum. Ekkert er fast í hendi. Allt er breytingum háð. Íbúðalán og leiguverð. **Kjarabarátta**. Efling. Verkföll. Samtök atvinnulífsins. **Verkbann**. **Ríkissáttasemjari**. Allir sáttir. Allir vinna. Illu er bestu aflokið. Skattaskil. Skattaskýrsla. Framtalskvíði. Formannslagur. VR. Hann sagði, hún sagði. Enginn sagði neitt. *Dómsmálaráðherra selur líkkistur.*

Taugalæknir sagði ekki neitt. Virti beiðnir sjúklings að vettugi. Tími. **Landspítali Háskólasjúkrahús**. Veikindi. Bálstofur. Bálreiðir. Samkeppni. Dauðinn er dýr. Eins manns dauði er annars brauð. Enginn sagði neitt. *Dómsmálaráðherra selur líkkistur.*

Streptókokkar. Covid og kossageit. Inflúensa. Innlagnir og spítalinn fullur. Nýr spítali. Ekkert pláss fyrir sjúklinga. Veika einstaklinga. Týndir einstaklingar. Lögreglan. **Sérsveitin**. Leitað í fjörum og í sjó. Hvað er að frétta af samningum við sjómenn? **Eskifjörður**. **Dýraníð** og drekkjanir. Enginn vissi neitt. *Dómsmálaráðherra selur líkkistur.*

Sjónvarpið. Söngakeppni sjónvarpsins. Fyrsta sætið í **Júróvísjon**. Djammið. Byssuskot og árásir. Miðbærinn og haglabyssur. **Skaut**, skotið föstum skotum. Handbolti. Karlalandsliðið. Undankeppni í Evrópumótið. Ósætti. Hauslaus her. Her hér. Íslenskur her. Stríð í Evrópu. *Dómsmálaráðherra Íslands selur líkkistur.* **Twitter**. Hamagangur. Rifrildi. Ríkir menn rífast. Ísland best í heimi. Nú verða lesnar **dánartilkynningar**. Samt bannað að skrifa um minningargreinar. Morgunblaðið. Að jörðu ertu komin/n að jörðu skaltu aftur verða. Enginn má neitt. *Dómsmálaráðherra selur líkkistur.* **Lindarhvoll**. Leyndarhyggja. Leyndarmál. Enginn má sjá. Falið að fela ekki. **Greinargerð**. Greinarskil. Dómsmálaráðherra faldi hagsmunaárekstur. Enginn sá neitt; *Dómsmálaráðherra Íslands selur líkkistur.*

Veður. Sól. **Frost**. Það birtir alltaf til.

P.s. Dómsmálaráðherra selur líkkistur.

Heimilis- og gjafavara í úrvali



home® & you

Skeifunni 11

Íslenska ánægjuvogin

Ánægjan er öll okkar

ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN ÍSLENSKA ÁNÆGJUVOGIN

Sjóvá er efst tryggingafélaga í Íslensku ánægjuvoginni — sjötta árið í röð.



Kristín Gyða Njálsdóttir
Ráðgjafi

SJÓVÁ