

FÓLK

MÁNUDAGUR 23. JÚLÍ 2018

Lífsstíll



Vilja fá alla með

Druslugangan fer fram í Reykjavík næsta laugardag, 28. júlí. Gangan snýst um að útrýma kynferðisofbeldi, en í ár verður lögð áhersla á að ná til nýrra hópa og byggja á árangri #MeToo. →2

Eva Sigurðardóttir segir að í ár verði reynt að fá ýmsa ólíka hópa sem hafa ekki tekið þátt í Druslugöngunni áður til að vera með. MYND:ÞORSTEINN

Laugardaginn **28. júlí** mun Fréttablaðið gefa út aukablaðið

AUGUN OKKAR

Það er áhugavert að samkvæmt sömu rannsókn þá eru karlmenn mun svifaseinni til að leita sér aðstoðar við skertri sjón, hafa þá tilhneigingu til að sætta sig við ástandið.

Markmið þessa blaðs er að bjóða lesendum okkar upp á ýmislega gagnlega fræðslu um heilbrigði augna. Bæði forvarnir og fræðslu um helstu augnkvilla sem herja á fólk í nútímasamfélagi. Einnig sláum við á léttari strengi, skoðum nýjustu tiskustrauma gleraugna og sólgleraugna.

Boðið er upp á hefðbundin auglýsingahólf sem og umfjallanir sem eru settar upp af blaðamanni okkar í góðu samræði við auglýsanda.

Stór dreifing og mikill lestur Fréttablaðsins tryggir að blaðið nær afar vel til ákjósanlegra markhópa.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir:

Arnar Magnússon
Sölu- og markaðsfulltrúi Fréttablaðsins
arnarm@frettabladid.is Sími: 512-5442



FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Oddur Freyr
Þorsteinsson

oddufrey@frettabladid.is



Framhald af forsiðu →

Druslugangan fer fram í sjöunda sinn næsta laugardag, 28. júlí, klukkan 14. Eins og venjulega verður gengið frá Hallgrímskirkju niður á Austurvöll, en þar verða ræður og tónlistaratriði. Gangan er liður í baráttu gegn kynferðisofbeldi á Íslandi og hefur bæði vakið athygli og skilad árangri, ekki síst þegar kemur að því að breyta orðræðu um kynferðisglæpi hér á landi.

„Druslugangan er samstöðuganga með þolendum kynferðisofbeldis. Þetta er öruggur staður þar sem fólk getur komið saman, hvort sem þau eru þolendur, aðstandendur eða einhver sem er á móti ofbeldi, til þess að krefjast breytinga í samfélaginu og réttarkerfinu,“ segir Eva Sigurðardóttir, einn af skipuleggjendum Druslugöngunnar.

„Í ár höfum við lagt áherslu á að reyna að gera gönguna aðgengilega fyrir alla og ná til ýmissa hópa sem hafa ekki endilega tekið þátt áður. Við höfum til að mynda unnið verkefni sem eru ætluð til að ná betur til fatlaðra, fólks af erlendum uppruna og annarra hópa sem við höfum ekki náð mikið til síðustu ár. Við viljum endilega fá sem flesta til að vera með og vera meðvitaðir og verkefnið er ekki fyrir okkur, eða okkar hugarföstr, heldur er gangan allra.“

Kerfið þarf að vera þolendavænna

„Druslugangan hefur alveg klárlega breytt einhverju. Sérstaklega þegar kemur að orðræðu og viðhorfum í samfélaginu. Maður hefur tekið eftir því að fólk er opnara og tilbúnara til að segja frá,“ segir Eva. „Það sem vantar kannski enn þá eru breytingar innan kerfisins, bæði hjá lögreglu og dómstólum.“

Það þarf að bæta verkefnilana sem lögreglan vinnur eftir og það þarf að gera breytingar á dómum sem kynferðisafbrotamenn fá. Þetta er rosalega gerendavænt kerfi. Gerandinn fær alltaf að njóta vafans. Umræðan innan kerfisins þarf að vera þolendavænna, það þarf að vera tekið mark á þolendum og þeir þurfa að finna fyrir meira öryggi,“ segir Eva. „Það má alltaf gera betur og eins og við sáum í MeToo umræðunni þá er þetta enn þá rötgróid í menningunni. Þess vegna höldum við áfram með gönguna, það er enn þórfyrir hana.“

MeToo umræðan mikilvæg

„MeToo og Druslugangan tengjast, því markmiðin eru þau sömu, að



Eva segir að laga- og dómkerfið sé of gerendavænt.
MYND/ÞORSTEINN

opna umræðuna og útrýma kynferðisofbeldi,“ segir Eva. „Það þarf að gera það mögulegt að segja frá og breyta, þannig að þetta hætti að eiga stað. En vandamálið er að það er enn þá verið að beita ofbeldi og það er það sem þarf að breyta, ekki bara að það sé ekki hægt að segja frá. Sumir átta sig líka bara ekki endilega á því hvað er ofbeldi.“

MeToo umræðan er mikilvæg á Íslandi. Sérstaklega eftir að konur í ólíkum stéttum fóru að segja frá því ofbeldi sem þær hafa orðið fyrir,“ segir Eva. „Það var svo mikið samstaða og ég held að það sem hafi kannski helst setið eftir var fjöldi kvennanna sem kom fram. Í krafti fjöldans varð þetta risastórt og fólk fór að átta sig á því hvað þetta er mikið og alls staðar. En það er ekki nóg að bara segja frá þessu, nú þarf að vinna úr því. Þetta er ekkert búid. Það þarf að halda áfram.“

Baráttan heldur áfram

„Núna á þriðjudag, fimmtudag og föstudag verðum við með fræðslukvöld í Hinu húsinu, þar sem við fáum fólk úr ólíkum hópum samfélagsins til að koma og tala um sína reynslu,“ segir Eva. „Við ætlum að spjalla um hvað við getum gert til að bæta stöðuna, laga vandamál og vera til staðar.“

Við förum líka reglulega í heimsóknir í félagsmiðstöðvar, skóla og

fyrirtæki til að fræða og við erum alltaf til staðar, svo fólk getur alltaf leitað til okkar,“ segir Eva. „Við erum til dæmis í samvinnu við Iceland Airwaves núna til að hjálpa þeim að átta sig á hvað þau geta gert til að sporna gegn kynferðisofbeldi. Þannig að við höldum bara áfram baráttunni. Við gerum það sem þarf til að vinna að markmiðinu okkar, að útrýma kynferðisofbeldi.“

Nota tisku til að minna á málstaðinn

„Á göngunni í ár verðum við með nýjan varning: nýja boli, peysu, taupoka og perluarmbönd,“ segir Eva. „Hugmyndin á bak við þennan varning er að nýta flikur til að gera málstaðinn sýnilegan allan ársins hring og minna á hann hversdagslega, ekki bara í kringum gönguna. Við höldum

verðinu á honum í lágmarki og allur ágóði af sölnunni fer í að halda gönguna árið eftir og halda starfinu okkar áfram.“

Ég hvet alla til að koma á gönguna á laugardaginn til að sýna samstöðu með þolendum kynferðisofbeldis og krefjast breytinga,“ segir Eva. „Þetta er mikilvæg barátta sem þarf að halda áfram, því það er enn þá mikið eftir.“



Druslugangan hefur haft áhrif á orðræðuna um kynferðisafbrot á Íslandi. MYND/PORRI LINDAL GUDNASON



Gangan hefur farið fram árlega síðan árið 2011. MYND/PORRI LINDAL GUDNASON

LÍFIÐ ER Á FRETABLAÐIÐ.IS

Lífið á frettabladid.is fjallar um fólk, tisku menningu, heilsu og margt fleira.

Fylgstu með á
frettabladid.is/lifid

Ekki missa af neinu, fylgdu
Fréttablaðinu á Facebook



Smáauglýsingar

512 5800

Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki



EL-GO rafmagnsvespur. Ekkert próf, engin skráning, BARA GAMAN. Vespurnar eru til í fjórum flottum litum. Sama laga verðið 152.000,- kr.

SUZUKI
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 568 5100
suzukisport@suzuki.is
Suzuki.is / suzukisport.is

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN?

Kaupi bíla 25-250þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Viðgerðir

Almennar bílaviðgerðir. Sérgrein bremsuviðgerðir. Renni diskar og skálar. Fljót og góð þjónusta. Bergfinnur ehf. 892 7852

Þjónusta

Hreingerningar

VY-PRIF EHF.

Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Garðyrkja

HELLULAGNIR

LÓÐAFRAMKVÆMDIR

- Jarðvinna
- Drenlagdir
- Hellulagnir
- Þökulagnir

☎ 788 8870
eind@eind.is

Eind ehf

SMÁVÉLAVIÐGERÐIR



Smávélaviðgerðir. Garðsláttuvélar, sláttuorfl, sláttutráktorar, jarðveggsþjöppur, dælar, kernsmiði, Gokart þjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig úrval af notuðum sláttuvélum. Vélverk JS S. 554 0661. www.velaverkjs.is

Tek að mér slátt fyrir húsfélög og einstaklinga og klippingar og umhirðu á göðum. Uppl. í s. 616 1569.

Almenn garðvinna, sláttur, úðun og ofl. Halldrö garðyrkjumaður. S. 698 1215

Bókhald

RÉTTA - BÓKHALDSÞJÓNUSTA.

Getum bætt við okkur verkefnum. Alhliða bókhaldsþjónusta. Samgjörn verð og góð þjónusta. Uppl. í s. 8548080/5168080 eða olafur@retta.is.

Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur og stofnun fyrirtækja. Fagleg vinnubrögð á samgjörnu verði. Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511 2930.

Málaraar

GETUM BÆTT VIÐ OKKUR MÁLNINGARVINNU.

Vönduð vinnubrögð og mikil reynsla.

Löggildur málameistari
Jón og Marteinn Málningarþj.
S: 8611242

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. ofl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikæls. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

Spádómar

SPÁSÍMINN 908 5666

Stjórnumspá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir eru okkar besta auglýsing

lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is
www.fastradningar.is

Hjólbarðar



TECHKING VINNUVÉLADEKK
Vorur að fá nýja sendingu af hinum frábæru vinnuvéla dekkjum frá Techking Búkolleudekk-hjólasköfudekk Ofl. Ýmsar algengar stærðir. O.K.Varahlutir ehf. Fyrirsp. sendist á okspar@simmel.is

VAKA

ALLIR UPP Á DEKK!
HIÓLBARÐAÞJÓNUSTA OG GOTT ÚRVAL DEKKJA

Sími: 567 6700 | vakahf.is

Varahlutir

Ljósboðinn ehf

Altenatorar & Startarar

ljósboðinn@ljósboðinn.is
s. 553-1244



VERSLUNARTÆKNI
www.verslun.is

Allt hjá okkur

Vindskilti
50 x 70 cm
ásýnd beggja vegna
Vatnsfylltur botn

19900,-
kr án/vsk

Sumar-tilboð

sýningarsalnum Draghálsi

Sjáðu myndband á Facebook síðunni okkar

69900,-
kr án/vsk

Quality made in Germany
haga
Söparinn - breidd 77 cm - þyngd aðeins 12 kg. - Safnar 50 kg.

Smekklegr stubbahús.
Sem auðvelt er að tæma.

Lacor - flugnabaninn
Ýmsar stærðir

Ruslatína
Ýmsar tegundir

Sorptunnan sem allir þekkjá

Sorptunnan Tospy 2000
Fáanleg í mörgum litum

Húsviðhald

FLÍSLAGNIR - MÚRVERK
- FLOTUN - SANDSPARSL-
MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi
fasteigna.

Árataka reynsla og þekking skilar
fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

HÚSAVIÐGERÐIR

ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI

• Smíðavinna

• Múrvinna

• Málningarvinna

☎ 788 8870
eind@eind.is

Eind ehf

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG
DYRASÍMAKERFI S. 896 6025

Tilboð dyrasímaakerfi,
mynddyrasímar, töfluskípti.
Löggildur rafverktaki. rafneisti@
simnet.is

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR.
S. 663 0746.

Þjóðum hagstætt verð í töfluskípti.
Straumblik ehf. Löggiltur
Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Keypt
& Selt

Til sölu



Ný veiddur Hornafjarðarhumar
og fleira góðgæti úr hafinu.
Humarsalan SÉRFRÆÐINGAR
Í SJÁVARFANGI. WWW.
HUMARSALAN.IS S. 867 6677



Stiga Estate 3084 H

Sjálfskiptur sláttutraktör
B&S 3130 AVS mótör
Notendavænt sæti og stýri
240 lítra graskassi
Frábar traktör í meðalstór svæði

Askalind 4, Kóp.
Sími 564 1864
www.vetrarsol.is

Til sölu 40 feta gámur.nánari upplí
siggaer20@gmail.com

Óskast keypt

KAUPUM GULL-
JÓN & ÓSKAR

Alla virka daga í verslun okkar
Laugavegi 61 Jón & Óskar
jonogoskar.is s.552-4910

Til bygginga

HARÐVIÐUR TIL
HÚSABYGGINGA. SJÁ NÁNAR
Á: VÍÐUR.IS

Vatnskæðning, panill, pallæfni,
parket, útihurðir, ofl. Gæði á
góðu verði. Nýkomnar Eurotec
A2 harðviðarskrúfur. Penofin
harðviðarolia. Indus ehf.
Óseyrarbraut 2 Hf. Uppl.hjá Magnúsi
í sínum 660 0230 og 561 1122.

Húsnæði

Húsnæði í boði

Atvinnuhúsnæði til leigu 150 fm á
Kársnesbraut góð innkeyrsluhurð
skrifstofa, 20 fm kæli 5 fm frystir.
uppl. s. 6605600

Atvinnuhúsnæði

Til leigu 103 fm á
jarðhæð.Hafnarfjörð laus strax
tilvalið fyrir litla heildisölu eða lager.
Uppl. í siggaer20@gmail.com. eða
í s: 862-5899. Verður til sýnis á
mánudaginn milli kl. 16-19

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

Geymslur af öllum stærðum. Allt að
20% afsláttur. www.geymslur.is

WWW.GEYMSLAEITT.IS

FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR

á minna en 7 m2. Ódýrt eftir það. S:
564-6500

Hönnun



HÖNNUN

VERKFRÆÐITEIKNINGAR

Tek að mér að gera
verkfræðiteikningar af íbúðarhúsum
og sumarhúsum. Fast verð.
Upplýsingar í síma 783 4180 eða
kjtartangardars@gmail.com

Atvinna

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMÍÐI,
MÚRARA, MÁLARA EÐA
ADRA STARFSMENN?

Höfum á skrá menn sem geta
hafið störf með skómmum
fyrirvara.

Proventus starfsmannþjónusta
- proventus.is Sími 551-5000
Netfang proventus@proventus.is

STARFSFÓLK Í BOÐI

Höfum í okkar röðum áreiðanlegt
og reynslumikið starfsfólk í hin
ýmsu verkefni. Meðal annars í
smíðavinnu, flíslagnir og aðra
múrvinna, píplagnir, vélavinnu
og málningarvinnu ásamt allri
almennri verkamannavinnu.

Manngildi Starfsmannþjónusta

s.780-1222

Ertu að leita
að talent?

Við finnum starfsmanninn fyrir þig

Umsækjendur, skráið ykkur á

www.talentradning.is

talent@talentradning.is
bryndis@talentradning.is
Sími: 552-1600



Bryndis
GSM: 773 7400

TALENT
RÁÐNINGAR & RÁÐGJÖF

» Ráðningarþjónusta

Leitar þú að starfsmanni?

HH Ráðgjöf hefur vönduð vinnubrögð og fagmennsku að leiðarljósi. Við leggjum metnað okkar í að veita afburðarþjónustu og finna réttan einstakling fyrir þá aðila sem leita okkar aðstoðar við ráðningu starfsfólks.

» Kostir þess að nýta sér þjónustu HH Ráðgjafar eru m.a.:

■ Vinnusparnaður

Við vinnum úr umsóknum, leitum í gagnagrunni okkar,
tökum forviðtöl og öflum umsagna.

■ Markviss leit

Sérskrifaður hugbúnaður gerir leit afar markvissa og
tryggir að við finnum hæfasta einstaklinginn.

■ Þriggja mánaða ábyrgð

Ef starfsmaður hættir störfum innan þriggja mánaða er
ráðning í hans stað án endurgjalds.

■ Ekkert staðfestingargjald

Við leggjum áherslu á að rækta árangursríkt og ánægjulegt
langtímasamband við viðskiptavini okkar og því greiðir þú
ekkert ef ekki verður af ráðningu.

■ Fjöldi hæfra umsækjenda

Fjöldi umsækjenda er á skrá í almennum gagnagrunni
okkar sem tryggir að við finnum rétta einstaklinginn
fyrir starfið.

■ Fjölbreyttar þjónustuleiðir

Í boði eru fjölbreyttar þjónustuleiðir sniðnar að þörfum
og væntingum viðskiptavina okkar. Þú finnur lausnina
hjá okkur.

■ Reynsla og þekking

Hjá HH Ráðgjöf starfa sérfræðingar á sviði starfsmanna-
mála sem búa m.a. yfir mikilli reynslu af ráðningum og
hagnýtri menntun.

■ Sanngjarnt verð

Þjóðum mjög hagstætt og samkeppnishæft verð á
þjónustu okkar. Gerðu verðsamburð!

HH Ráðgjöf er allhliða ráðningarþjónusta og við státum okkur af því að veita framúrskarandi
þjónustu hvort sem um ræðir ráðningu ófaglærðra, faglærðra eða sérfræðinga.

» Ráðgjafar okkar veita fúslega frekari upplýsingar í síma 561 5900 eða sendu okkur tölvupóst: hhr@hhr.is



HH
RÁÐGJÖF
RÁÐNINGARÞJÓNUSTA