FRÉTTABLAÐIÐ

158. TÖLUBLAÐ 20. ÁRGANGUR — MEST LESNA DAGBLAÐ Á ÍSLANDI* — LAUGARDAGUR 18. JÚLÍ 2020



Traust á fáki fráum

Maður getur eiginlega ekki útskýrt þetta fyrr en maður lendir í þessu sjálfur.

Kennarinn Elísabet Sveinsdóttir sótti orku til hestanna sinna í baráttu við krabbamein. Þegar hún fór aftur á bak eftir brjóstnám datt henni í hug meðferðarúrræðið Treystu mér, þar sem hestar hjálpa börnum í andlegum erfiðleikum. ↬ 16



Rakel á Topp 20

Rakel Mjöll í Dream Wife er fjórða íslenska konan sem kemst á Topp 20 breska listans. ↬ 38



Augnskuggar fortíðar

Tony Hadley úr Spandau Ballet syngur með Todmobile og pælir ekkert í 80´s-merkimiðum. ↬ 22

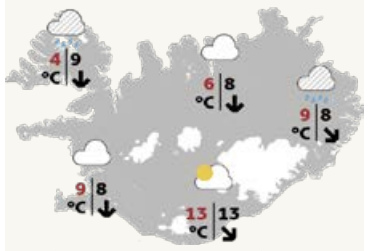


Náttúruperlan Grímsey

Svo heillandi áfangastaður að ferðalangar geta hæglega freistast til þess að skjóta þar rótum. ↬ 20



Veður



Norðlæg átt 8-15 m/s með rigningu nyrðra, en fer að lægja og dregur úr úrkomu vestantil seinnipartinn. Bjart að mestu sunnan heiða. Hægur vindur Norðvestanlands annað kvöld, en gengur í norðvestan 13-20 á Suðausturlandi. Hiti 2 til 13 stig. SJÁ SÍÐU 30

Krummi velur þjóðarréttinn



Meðal fastagesta pylsuvagnsins við Vínbúðina í Skeifunni eru hrafnahjón, sem eiga unga í hreiðri á þaki byggingar í nágrenninu. Þau hjónin þiggja gjarnan smakk af einni með öllu, hjá þeim sem fá sér pylsu til að seðja hungrið í verslunarleiðöngrum, eins og Kolbrúnu Ingvarsdóttur, starfsmanni Skessuhorns, sem gerði helgarinnkaup í Skeifunni og sá ekki eftir bita af þjóðarréttinum ofan í krumma og ungana hans. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Átök í Icelandair valda uppnámi

KJARAMÁL Mikil óvissa hverfist nú um starfsemi Icelandair sem stefnir á stórt hlutafjárútboð í ágúst til að bjarga rekstri félagsins.

Flugfreyjufélag Íslands boðaði í gær til allsherjar vinnustöðvunar félagsmanna sinna hjá Icelandair eftir að flugfélagið sleit kjaraviðræðum við félagið og tilkynnti að öllum flugfreyjum og flugþjónum yrði sagt upp störfum. Flugmenn muni ganga í störf flugfreyja og fluglioða um borð frá næsta mánudegi. Félag flugmanna fer nú yfir sína stöðu með lögmanni en sérfræðingur í vinnurétti segir það mögulega verkfallsbrot að láta flugmenn sinna stöfum flugfreyja, komi til verkfalls.

Mögulega verkfallsbrot að láta flugmenn ganga í störf flugfreyja í verkfalli.

„Fólk hefur réttindi og skyldur alveg fram til þess að starfslokum lýkur, sem er ekki fyrr en í lok uppsagnarfrests. Þær eru þarna í störfum alveg út uppsagnarfrestinn," segir Lára V. Júlíusdóttir, lögmaður og sérfræðingur í vinnurétti.

Forystumenn launþegahreyfingarinnar lýsa vanþóknun á ákvörðun flugfélagsins og standa þétt að baki flugfreyjum. Alþýðusamband Íslands íhugar aðgerðir vegna stöðunnar, að sögn Drífu Snædal, forseta sambandsins og stjórn VR beindi því í dag til stjórnar Lífeyrissjóðs verslunarmanna að sniðganga væntanlegt hlutafjárútboð Icelandair að óbreyttu.

Aðspurður hvað gerist ef stjórnarmenn VR í Lífeyrissjóði verslunarmanna fari ekki eftir tilmælum stjórnar VR, segir Ragnar Þór Ingólfsson formaður að þeim verði einfaldlega skipt út. „Og þá skipum við stjórnarmenn sem hafa þau gildi sem verkalýðshreyfingin stendur fyrir." **– mhj, – gar**

Óveðrið kostaði um 14 milljónir

VESTMANNAEYJAR Óveðrið í febrúar kostaði Vestmannaeyjahöfn 14 milljónir króna vegna Blátinds og tjóns á mannvirkjum.

Blátindur var í eigu bæjarins og var til sýnis á Skans-svæðinu. Hann var smíðaður í Eyjum árið 1947 af Gunnari Marel Jónssyni. Þetta kemur fram í fundargerð framkvæmda- og hafnarráðs.

Tekjur hafnarinnar fyrstu sex mánuði ársins voru 178 milljónir en gjöld utan fjármagnsliða 186 milljónir. Áætlun ársins gerði ráð fyrir tekjum upp á 220 milljónir og gjöldum um 180 milljónir. „Ljóst er að tekjur eru verulega undir væntingum sem helgast að mestu vegna minni umsvifa við höfnina en gert var ráð fyrir," segir í fundargerðinni.

Ráðið lýsti yfir miklum áhyggjum af stöðu hafnarinnar og ákvað ráðið að fresta kaupum á nýjum löndunarkrana á Edinborgarbryggju, sem á að kosta 10 milljónir. **– bb**



Öskrin geta skaðað raddbönd varanlega

Doktor í rödd og raddbeitingu segir að ný markaðsherferð á Íslandi, sem hvetur útlendinga til að taka upp öskur sín, sé til skammar. Öskur geti skaðað raddböndin og ekki sé gott að reyna að leysa einn vanda en skapa annan.

HEILBRIGÐISMÁL Ný markaðsherferð Inspired by Iceland hefur vakið gríðarlega athygli síðustu daga. Þar er fólki um allan heim boðið að losa um uppsafnaða streitu vegna COVID-19 með því að taka upp öskur sín og láta þau hljóma í gegnum hátala sem verður komið fyrir víðs vegar um landið á næstunni.

Herferðin er hluti af markaðsverkefninu Ísland – saman í sókn, sem heyrir undir efnahagsaðgerðir stjórnvalda vegna COVID-19, og er fjármagnað af atvinnuvega- og nýsköpunarráðuneytinu.

Greinilegt er að sitt sýnist hverjum um ágæti hugmyndarinnar. Þó er ljóst að hún hefur vakið mikla athygli fyrir utan landsteinana og vilja margir meina að þar með sé tilganginum náð. Margir af stærstu fjölmiðlum heims birtu fréttir um herferðina, auk þess sem tíðindin fóru sem eldur í sinu á samfélagsmiðlum.

Valdís I. Jónsdóttir, doktor í rödd og raddumhirðu, segir að í herferðinni felist hættuleg skilaboð og að það sé til skammar að Íslendingar standi fyrir því að dreifa slíku um heimsbyggðina. „Það getur vel verið að sálfræðingar geti vísað í gildar rannsóknir sem að sýni fram á að hægt sé að losna við streitu með öskum. Hins vegar eru margar rannsóknir úti um allan heim, sem sýna fram á hvernig misbeiting raddar, til dæmis með öskrum, getur valdið varanlegum skaða á raddböndum," segir Valdís.

Hún bendir á að raddbönd séu líffæri sem geti skaðast eins og allt annað í líkamanum ef álagið verður of mikið. „Við látum ekki fólk fara úr skónum og sparka í vegg. Ástæðan er sú að það er sárt og getur skaðað



Ný markaðsherferð Inspired by Iceland hefur vakið mikið umtal.

Ég trúi því ekki að ráðherra ferðamála leggi blessun sína yfir þá hugmynd að bjóða fólki að leysa einn vanda, en eiga á hættu að skapa annan vanda í staðinn.



Dr. Valdís I. Jónsdóttir

viðkomandi. Það er alveg eins með öskur og raddböndin. Slæmri raddbeitingu fylgir, að öllu jöfnu, sársaukatilfinning," segir Valdís.

Ekki megi gleyma því að röddin sé ein af undirstöðum lífsgæða okkar. „Án hennar gætum við ekki átt í munnlegum samskiptum við fólk. Þar að auki er hún óneitanlega atvinnutæki, sem er bæði óvarið og ótryggt. Það er í raun skelfilegt hvað fólk veit lítið um röddina og gildi hennar," segir Valdís.

Hún segir að það geti haft alvarlegar afleiðingar, þó að sjaldan sé óskrað. „Hver manneskja er einstök og sumir þola lítið og aðrir mikið. Það er forkastanlegt að Íslendingar séu að hvetja til einhvers sem getur skaðað einstaklinga varanlega. Ég trúi því ekki að ráðherra ferðamála leggi blessun sína yfir þá hugmynd að bjóða fólki að leysa einn vanda, en eiga á hættu að skapa annan vanda í staðinn."

bjornth@frettabladid.is

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavixl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

HÚSASMIÐJAN

FYRIR ÞIG

20% afsláttur
af LADY innimálningu og
Jotun viðarvörn og útimálningu

ÚTSALA

Sumarblóm -20-50% • Trjáplöntur -50% • Útipottar -25% • Gervisumarblóm -25%
Gasgrill (Gildir ekki af Weber) **-20% • Kolagrill -20% • Reiðhjól** (Gildir ekki af rafmagnshjólum) **-20% • Keðjusagir -20%**
Garðhúsgögn -20% • Áltröppur/stigar -20-25% • Sláttuvélar -20-25% • Sláttuorf -20-30%
Rafmagns- og bensín hekkklippur -20-30% • Hekk- og greinaklippur -30% • Háþrýstidælur (Nilfisk) **-20-25%**
Slönguhjól (Claber) **-30% • LADY málning -20% • Viðarvörn** (Jotun) **-20% • Pallaolía -20% • Viðarvörn** (Gori) **-30%**
Útimálning -20% • Hnífapör og ýmis eldhúsáhöld -30% • Matarstell, glös og könnur -30%
Pottar, pönnur og hitakönnur -30% • Regnföt -30% • Útivistarfatnaður -25% • Vinnufatnaður -25%
Barnaöryggi -20% • Vinnuhanskar -20% • Vinnuöryggisvara (hjálmar, grímur o.fl.) **-20%**

50%

990 kr/stk.
~~1.990 kr~~
Sýpris
Flott í útipottana. **10327160**

50%

999 kr
~~1.990 kr~~
Stjörnuhnappur

50%

1.145 kr
~~2.290 kr~~
Fuchsia

Allt í ferðalagið í Húsasmiðjunni



2.890 kr
Kælibox 24 ltr.
Ath. ekki útsöluvara.
3899342



17.990 kr
Tjald 2ja manna
Campsite Rocky 2 manna grænt tjald.
Ath. ekki útsöluvara. **3901638**

SILVERBACK



20%

39.992 kr
~~49.990 kr~~
Reiðhjól
Stride 29" JR, svart og blátt.
3902103

25%



Nilfisk

15.745 kr
~~20.995 kr~~
Háþrýstidæla C 110.7-5 X-TRA
110 bör, 1.4 kW, 440 ltr./klst., 5 m slanga.
Click & Clean kerfi.
5254203



20%

38.876 kr
~~48.595 kr~~
Bensínsláttuvél Razor 4610
139 cc, 2,3 kW, sláttubreidd 46 cm, sláttukerfi 3in1,
6 hæðarstillingar, eitt handtak, 65 ltr. safnari. **5085301**

20%



34.392 kr
~~42.990 kr~~
Gasgrill Solo
Flott grill fyrir heimilið eða bústaðinn. 3 ryðfríir brennarar, grillflötur: 62,8x40,6 cm. **3000393**

Aðeins fimmtíu prósent plássa í fangelsum landsins í nýtingu

FANGELSI Aðeins helmingur fangaplássa í landinu er í nýtingu sem stendur. Alls eru 99 fangar vistaðir í fangelsum landsins, en þau rúma alls 198 fanga.

Tilkynnt var um lokun fangelsisins á Akureyri fyrr í mánuðinum, við mikla óánægju meðal áhrifamanna á Norðurlandi, bæði úr stjórnsýslu og löggæslu en einnig meðal fanga sjálfra. Í vikunni tilkynnti dómsmálaráðherra að formlegri framkvæmd lokunarinnar yrði frestað fram í miðjan september, meðan beðið væri úttektar ríkislögreglustjóra á hugsanlegum viðbótarkostnaði lögreglunnar á Akureyri vegna lokunar fangelsisins.

Fjöldi fanga í fangelsum

Fangelsi	Fjöldi í dag	Pláss alls
Litla-Hraun	45	87
Hólmsheiði	28	56
Kvíabryggja	12	23
Sogn	14	22
Akureyri	0	10
Alls:	**99**	**198**

„Markmið okkar er óbreytt: að tryggja velferð fanga og eins góða þjónustu og unnt er, um leið og hugað er að hagkvæmni í rekstri fangelsiskerfisins til lengri tíma og styttingu boðunarlistans," sagði Áslaug Arna í færslu á Facebook fyrr í vikunni.

Aðspurð um áhrif frestunar lokunarinnar, segir Áslaug hana engu breyta. Áður en ákvörðun um lokun hafi verið tekin hafi ekki staðið til að vista fanga þar fyrr en eftir 15. september.

Engir fangar verða því í fangelsinu á Akureyri það sem eftir lifir sumars, þrátt fyrir að ákvörðun um lokun hafi verið frestað. **– aá**



Lítið útileguveður er um helgina.

Áfram hvasst um helgina

VEÐUR Veðurhorfur verða áfram vindasamar um helgina en skána nokkuð seinni partinn í dag.

Gul viðvörun er á Norðurlandi, Suðausturlandi og Vestfjörðum fyrri hluta dags. Þá er spáð talsverðri rigningu nyrðra og allhvössum og hviðóttum vindi á Suðausturlandi.

„Þessu veðri slotar að miklu leyti á síðari hluta laugardags en það verður þó víða ansi hvasst," segir Arnór Tumi Jóhannsson, veðurfræðingur á Veðurstofu Íslands. „Ég býst við að það verði ansi margir sem þurfi að fresta útilegunum í bili."

Sé fólki nauðsynlegt að tjalda þá sé líklega skást að gera það á Vesturlandi eða í uppsveitum Suðurlands og þá seint á laugardagskvöld. „Það verður hins vegar leiðinlegra veður fyrir austan og ekkert mjög tjaldvænt," segir hann.

Á sunnudeginum verður veðrið svo að mestu leyti gengið yfir og segir Arnór að ekki sé ástæða til að búast við áframhaldandi roki í næstu viku. „Lægðin verður svo að fjarlægjast landið á mánudaginn, svo byrjun næstu viku lítur ágætlega út," segir hann. **– atv**

Karlar enn mun fleiri en konur

SAMFÉLAG Samtals bjuggu 366.700 manns á Íslandi við lok annars ársfjórðungs. Karlar voru 188.330 og konur 178.370. Alls fjölgaði landsmönnum um 560 á ársfjórðungnum, eða um 0,2 prósent. Í lok fjórðungsins bjuggu 234.910 manns á höfuðborgarsvæðinu, en 131.790 utan þess. Þetta kemur fram á vef Hagstofunnar. **– þþ**

Útgerðin óskar eftir að veiða hluta síldarkvóta næsta árs

Mikil blöndun er á síld og makríl á miðunum, en síldarkvóti þessa árs er hins vegar nánast uppurinn. Sjávarútvegsráðuneytið mun að öllum líkindum verða við óskum útgerðarmanna í næstu viku. Makrílvertíðin fer hægt af stað. Minna af fiski virðist finnast á miðunum og veður verið óhagfellt síðustu vikur.

ÚTVEGUR Útgerðarmenn vilja færa hluta aflamarks síldar frá næsta kvótaári yfir á yfirstandandi kvótatímabil, til að mæta því að mikil síld hefur veiðst sem meðafli á makrílvertíðinni. Aðeins eru um 2.000 tonn óveidd af aflamarki síldar á yfirstandandi kvótaári. Nýtt kvótaár hefst þann 1. september.

Samtök fyrirtækja í sjávarútvegi hafa óskað eftir því við sjávarútvegsráðuneytið að aflaheimildir næsta árs megi nýta núna í ágúst, frekar en síðar í haust. Makrílvertíðin hófst undir lok júní og stendur jafnan fram í ágúst innan landhelgi Íslands. Í september þarf gjarnan að sækja makrílinn á fjarlægari mið svo sem í Smuguna. Það er því til mikils að vinna fyrir útgerðina að veiða makrílinn fyrr en síðar.

Gunnþór Ingvarsson hjá Síldarvinnslunni í Neskaupstað segir hugsanlegt að íslenski flotinn haldi fyrr í Smuguna í ár, ef tíðarfar batnar ekki á Íslandsmiðum. „Við vitum að það er nóg af makríl þar," segir Gunnþór, en að minnsta kosti tólf skip frá Rússlandi eru við makrílveiðar á svæðinu.

Veiðiráðgjöf Hafrannsóknarstofnunar vegna íslensku sumargotssíldarinnar vegna næsta kvótaárs, hljóðar upp á 35.500 tonn. Fulltrúar útgerðarmanna hafa stungið upp á því að fimm til tíu þúsund tonn verði flutt yfir á yfirstandandi kvótaár. Hugsanlegt er að sjávarútvegsráðherra samþykki þessa breytingu strax í næstu viku.

„Síldin hefur mikið verið að þvælast fyrir okkur, sem hefur gert þetta erfitt," segir Þorsteinn Kristjánsson, forstjóri Eskju á Eskifirði. Hann segir að allt að 30-35 prósent afla í hverju holli á makrílslóð hafi verið síld.



Makrílvertíðin fer hægt af stað. Huginn VE frá Vestmannaeyjum hefur verið á makrílveiðum. FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

> Síldin hefur mikið verið að þvælast fyrir okkur, sem hefur gert þetta erfitt.
>
> Þorsteinn Kristjánsson, forstjóri Eskju

Leyfilegt aflamagn af makríl sem veiða má á yfirstandandi fiskveiðiári, er um 166 þúsund tonn.

Hrygningartímabil íslensku sumargotssíldarinnar hefst hins vegar undir lok mánaðar og eru bundnar vonir við að hún aðskilji sig þá betur frá makrílnum.

Vertíðin farið hægt af stað

Útgerðir í Vestmannaeyjum eru jafnan fyrstar af stað á makrílvertíð, en hans gætir fyrst suður af landinu, áður en hann fikrar sig upp með ströndinni. Vinnslustöðin í Vestmannaeyjum var einna fyrst útgerða til að hefja makrílveiðar í ár, í lok júní. „Við byrjuðum frekar snemma í ár," segir Sindri Viðarsson sem stýrir uppsjávarsviði félagsins.

„Það hentar okkur að veiða makrílinn meðan hann er hér í kringum Eyjar. Það voru fínar aðstæður í júní, en stærstan hluta júlí hefur verið heldur þungbúið á miðunum og vont í sjóinn," segir hann, en sól og blíða eru kjöraðstæður til makrílveiða þar sem fiskurinn heldur sig nærri yfirborði sjávar. Vinnslustöðin hefur veitt um 5000 tonn af makríl það sem af er vertíð, eða um það bil þriðjung aflamarks síns.

Páll Guðmundsson, forstjóri Hugins sem einnig er í Vestmannaeyjum, segir að vertíðin hafi farið hægar af stað en í fyrra og að minna virðist vera af fiski á ferðinni í ár. „Í fyrra var líka betra rennsli í sölunni. COVID-19 hefur haft sitt að segja hvað varðar eftirspurn og síðan er þrýstingur á verðin," segir Páll.

Algengt verð á makríl fyrir ári var um 1.800 dalir á tonnið á afhendingarstað, en nú er verð nálægt 1.500 dölum. Styrking dalsins gagnvart öðrum gjaldmiðlum hefur þó sitt að segja líka. **thg@frettabladid.is**

ÞJÓNUSTUVERKSTÆÐI, VARA- OG AUKAHLUTAVERSLUN

UMBOÐSAÐILI Jeep® RAM FIAT

ALMENNT BÍLAVERKSTÆÐI OG SMURÞJÓNUSTA FYRIR ALLA BÍLA

ALLIR VINNA - ENDURGREIÐSLA VSK.

FIAT HÚSBÍLAR - ÁBYRGÐAR OG ÞJÓNUSTUVERKSTÆÐI

BREYTINGAR Á JEEP®, RAM OG ÖÐRUM USA PALLBÍLUM

ALLIR BÍLAR SÓTTHREINSAÐIR

STUTTUR BIÐTÍMI SÍMI 590 2323



Pallbílahús frá ARE á alla USA pallbíla



Úrval af felgum fyrir Jeep® og RAM



Upphækkunarsett í Wrangler



Upphækkunarsett í RAM



Falcon demparar

Varahlutaverslun ÍSBAND býður upp á gott úrval vara- og aukahluta og íhluta til breytinga. Allir helstu varahlutir í okkar vörumerkjum eru til á lager. Sérpöntum varahluti í aðra USA bíla.

ARE AEV FALCON TERAFLEX

ÍSBAND

ÍSLENSK-BANDARÍSKA EHF • VERKSTÆÐI OG VARAHLUTAVERSLUN • SMIÐSHÖFÐA 5 • 110 REYKJAVÍK
SÍMI 590 2323 • THJONUSTA@ISBAND.IS • WWW.ISBAND.IS • **OPIÐ VIRKA DAGA KL. 07:45 - 18:00**

FERÐASTU UM ALLT ÍSLAND

Jeep®

Á ALVÖRU JEPPA MEÐ ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIFI

JEEP® GRAND CHEROKEE – VERÐ FRÁ: 11.690.000 KR.

- 3.0 V6 250 HÖ. DÍSEL, 8 GÍRA SJÁLFSKIPTING
- 570 NM TOG
- HÁTT OG LÁGT DRIF
- RAFDRIFIN LÆSING Í AFTURDRIFI
- LOFTPÚÐAFJÖÐRUN AÐ FRAMAN OG AFTAN
- HLÍFÐARPLÖTUR UNDIR VÉL, KÖSSUM OG SKIPTINGU
- BI-XENON LED FRAMLJÓS MEÐ ÞVOTTAKERFI
- RAFDRIFIN OPNUN Á AFTURHLERA
- ÍSLENSKT LEIÐSÖGUKERFI
- BAKKMYNDAVÉL MEÐ BÍLASTÆÐAAÐSTOÐ
- FJARLÆGÐASKYNJARAR AÐ FRAMAN OG AFTAN
- BLINDHORNSVÖRN

BÍLL Á MYND: JEEP® GRAND CHEROKEE OVERLAND 33” BREYTTUR

JEEP® WRANGLER RUBICON – VERÐ FRÁ: 11.990.000 KR.

- BENSÍN 273 HÖ / DÍSEL 200 HÖ
- 8 GÍRA SJÁLFSKIPTING
- ROCK-TRACK® FJÓRHJÓLADRIF
- SELECT-TRAC® MILLIKASSI
- TRU-LOCK® 100% DRIFLÆSINGAR AÐ FRAMAN OG AFTAN
- AFTENGJANLEG JAFNVÆGISSTÖNG AÐ FRAMAN
- HEAVY DUTY FRAM- OG AFTURHÁSING
- BAKKMYNDAVÉL MEÐ BÍLASTÆÐAAÐSTOÐ

BÍLL Á MYND: JEEP® WRANGLER RUBICON 35” BREYTTUR

ISBAND

UMBOÐSAÐILI JEEP® OG RAM TRUCKS Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6
270 MOSFELLSBÆR • S. 590 2300 • WWW.ISBAND.IS • ISBAND@ISBAND.IS • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18





Óska eftir listaverkum

Óska eftir listaverkum gömlu meistaranna, m.a. Kjarval (aðallega andlitsmyndum og manneskjum í landslagi).

- Svavar Guðnason
- Sæmundur Valdimarsson
- Gunnlaugur Scheving
- Karl Kvaran
- Guðmunda Andrésdóttir
- Nína Tryggvadóttir
- Gerður Helgadóttir
- Stórval
- Karólína Lárusdóttir
- Alfreð Flóki
- Dieter Roth, o.fl.

Skoða allt.

Áhugasamir seljendur hafi samband í síma 690-0931 eða sveinn.thorhallsson@gmail.com





Börnin í Trékyllisvík vilja að ekið sé varlega hjá kríuvarpinu því ungarnir eru komnir á kreik. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Kríuungarnir verða að klessu á þjóðvegi 643

Æðarbóndi í Trékyllisvík biðlar til ökumanna að vægja kríuungum sem komnir eru á stjá. Sumir ökumenn sinni hvorki skiltum Vegagerðarinnar, né skiltum barnanna sem send séu til að hreinsa fuglahræin upp af veginum.

ÁRNESHREPPUR „Þó að sumum finnist krían leiðinleg þá er óþarfi að láta hana fljúga hringinn í kring um hnöttinn einu sinni á ári til þess að fólk geti gert börnin þeirra að klessu," segir Jóhanna Ósk Kristjánsdóttir, í Árnesi II í Árneshreppi.

Jóhanna sendi á dögunum út ákall til „íbúa, sjómanna og gesta Árneshreppsfólks," að sýna kríunni tillit. „Nú fer að líða að því að ungarnir sækja á götuna og þá verðum við mannfólkið að sýna aðgát. Langmest af þeim er hér á milli bæjanna Árnes 1 og Árnes 2," benti hún á í færslu á Facebook. „Ef þú kæri lesandi kannast við að keyra á miklum hraða hér framhjá, vinsamlega hægðu á þér."

Vegarkaflar framan við bæi í Trékyllisvík eru malbikaðir. „Það eru sumir sem vilja nota þá kafla og gefa aðeins í – þótt þeir séu stuttir," segir Jóhanna við Fréttablaðið. Hún kveður ástandið hafa gengið fram af krökkunum á svæðinu. Fyrir nokkrum árum hafi þeir útbúið skilti til að biðja vegfarendur að sýna aðgát við kríuvarpið.

> **Krían er útvörður fyrir okkur og þess vegna viljum við hafa sem mest af henni, hún er ómissandi.**
>
> Jóhanna Ósk Kristjánsdóttir, í Árnesi II í Árneshreppi

„Þetta voru bara klessur á veginum fyrir framan. Við vorum að senda krakkana út til að tína upp hræin og koma þessu í burtu. Þannig að krakkarnir máluðu á þessi skilti og settu upp við veginn," útskýrir Jóhanna.

Í fyrra kveðst Jóhanna hafa sett sig í samband við Vegagerðina, sem nú hafi sett upp viðvörunarskilti vegna varpsins. „Það virðist bara hafa ósköp lítið að segja, því miður. Þannig að við fórum bara út með gömlu skiltin aftur og dengdum þeim líka inn á milli. Það er eins og að það grípi örlítið meira, en það eru einstaka sem keyra þannig að maður fær bara hland fyrir hjartað," segir hún.

Í Árnesi II er eitt af stærri æðarvörpum landsins, að sögn Jóhönnu. „Við erum æðarbændur þannig að við viljum hafa kríuna og pössum upp á hana. Hún lætur okkur alltaf vita ef það kemur tófa eða minkur. Krían er útvörður fyrir okkur og þess vegna viljum við hafa sem mest af henni, hún er ómissandi."

gar@frettabladid.is

Framkvæmdastjórinn hefur fullan skilning á eggjakasti tónleikagesta

SKEMMTANALÍF Framkvæmdastjóri Hard Rock segist hafa fullan skilning á því að sviknir tónleikagestir hafi fengið útrás fyrir gremju sína með eggjakasti. Síðastliðið fimmtudagskvöld átti að fara fram hipp hopp–ball fyrir gagnfræðaskólanema í húsnæði veitingastaðarins við Lækjargötu. Höfðu fjölmörg ungmenni keypt sér miða á gleðina sem Gaman viðburðir stóðu fyrir. Ballið átti að hefjast klukkan 20.00 en eftir tæplega tveggja klukkustunda bið án þess að nokkur listamaður stigi á svið, kom lögregla á vettvang og tilkynnti gestum að ekkert yrði af tónleikunum, því leyfi væru ekki fyrir hendi.

Að sögn Stefáns Magnússonar, framkvæmdastjóra Hard Rock, var um óheppilegt klúður að ræða, en að vinnubrögð lögreglu hefðu verið til fyrirmyndar og sömuleiðis viðbrögð tónleikagesta. „Það var samt skiljanlega mikil gremja. Sumir höfðu komið utan af landi og voru spenntir fyrir ballinu. Ég erfi því ekki eggjakastið," segir Stefán.

> **Nokkrir tónleikagestir lýstu gremju sinni með því að kasta eggjum sem láku niður framhlið veitingastaðarins við Lækjargötu.**

Gaman viðburðir stóðu fyrir viðburðinum, en að sögn Stefáns töldu þeir sig hafa aflað tilskilinna leyfa. Svo reyndist þó ekki vera. „Þeir leigðu af okkur salinn og hafa gert það áður fyrir aðra viðburði sem hafa gengið vel. Það þarf þó að vanda sérstaklega til verka þegar skipulagður er viðburður fyrir ólögráða unglinga og því miður reyndust ekki öll leyfi í húsi," segir Stefán.

Upphaflega ætluðu Gaman viðburðir að bjóða hinum vonsviknu tónleikagestum frítt á annað ball í ágúst. Eftir mótmæli gesta og aðstandenda var ákveðið að endurgreiða þeim sem vildu miðana. – bþ





Ertu nokkuð að gleyma þér?

Skila skal ársreikningum eftir að þeir hafa verið staðfestir á aðalfundi viðkomandi félags, ekki síðar en mánuði eftir aðalfund.

- Forráðamönnum félaga er bent á að lokafrestur til að halda aðalfund og skila ársreikningum rennur út átta mánuðum eftir lok reikningsárs. Forráðamenn eru hvattir til að bregðast skjótt við og senda ársreikning rafrænt þannig að ekki þurfi að koma til sektarákvörðunar.
- Hægt er að ganga úr skugga um hvort að ársreikningi hafi verið skilað til ársreikningaskrár á vefnum **skatturinn.is** undir Fyrirtækjaskrá.
- Vakin er athygli á því að örfélög geta nýtt sér Hnappinn, að því tilskyldu að þau hafi skilað skattframtali. Ef félag nýtir sér Hnappinn þá er farið inn á þjónustusíðuna, **skattur.is** og valið að láta Skattinn útbúa ársreikning félagsins og skila til ársreikningaskrár.
- Senda skal inn til opinberrar birtingar þann ársreikning sem staðfestur var á aðalfundi viðkomandi félags. Ekki er heimilt að breyta eða fella niður neinar upplýsingar í þeim ársreikningi sem sendur er inn til opinberrar birtingar. Ekki er því heimilt að staðfesta hefðbundinn ársreikning á aðalfundi félags en senda svo inn hnappsreikning í stað þess reiknings sem staðfestur var á aðalfundi.

Lokafrestur til að skila ársreikningum rennur út 31. ágúst 2020.

Skatturinn
Fyrirtækjaskrá

fyrirtaekjaskra@skatturinn.is

442 1000

Upplýsingaver opið:
Mán.-fim. 9:00-15:30
Fös. 9:00-14:00

Ráðaleysið



Jón Þórisson
jon@frettabladid.is

Donald Trump á ekki sjö dagana sæla um þessar mundir. Reyndar eru dagarnir fleiri ef vel er að gáð. Allt frá því að upptakturinn að forsetakosningum í Bandaríkjunum hófst, hefur heldur sigið á ógæfuhliðina hjá forsetanum hvað fylgið varðar. Enn er þó drjúgur tími fram til kosninganna í nóvember og margt sem getur breytt vígstöðunni.

Fylgiskannanir benda eindregið til að Biden verði næsti forseti Bandaríkjanna. Sá er nú ekki óumdeildur og hefur ýmislegt verið tínt til í því sambandi. Helsti ljóður á hans ráði er sagður vera aldurinn, en hann verður 78 ára þegar nýkjörinn forseti tekur við, hvort sem það verður hann eða Trump. Það er ekki gott að gera neitt við því.

Ýmislegt hefur orðið sitjandi forseta til trafala upp á síðkastið. Helst er það þó ráðaleysið sem forsetinn virðist haldinn í þeim veiruhremmingum sem við er að eiga þar vestra. Ekki er það þó tæmandi talið þar með. Hvert sleifarlagið virðist reka annað. Ef allt um þrýtur er gripið til barnalegra viðbragða á borð við „þú lést mig gera þetta“.

Þá hafa viðbrögð Trumps við vaxandi fjölda smittilfella vakið undrun. Útbreiðslan er skimuninni að kenna. Í nýlegri umfjöllun blaða vestra, tiltaka þau spá hans í upphafi faraldursins, þegar margar þjóðir stóðu agndofa frammi fyrir umfangi faraldursins, að ekki þyrfti að örvænta því veiran myndi bara gufa upp og bóluefni yrði til reiðu mjög, mjög bráðlega.

Trump bendir í allar áttir nema á sig. Ef það eru ekki ríkisstjórarnir, þá er það Alþjóðaheilbrigðismálastofnunin. Allt er þetta til að breiða yfir vanhæfni til að takast á við vandann og þann efnahagslega darraðardans sem fylgir. Endaleysan gekk svo langt að hann skrúfaði fyrir framlög Bandaríkjamanna til stofnunarinnar.

Nú síðast hefur ráðgjafi stjórnvalda í sóttvarnamálum, Fauci, sá eini fulltrúi bandarískra stjórnvalda sem virðist mæla af einhverju viti opinberlega, orðið fyrir barðinu á forsetanum og liðsmönnum hans. Ef ekki dugar að gera lítið úr því sem Fauci hefur haft fram að færa, er lagt í ófrægingarherferð gegn honum.

Í síðasta mánuði, mitt í svartasta faraldrinum vestra, efndi forsetinn til fjöldafundar í Oklahoma. Mætingin var forsetanum vonbrigði. Allt á sömu bókina lært. Allt kosningastjóranum að kenna og hann rekinn.

Trump setur erlendum námsmönnum skorður með vegabréfsáritanir og bakkar svo út úr því þegar hann rekur í vörðurnar í rökleysunni. Allt virkar þetta fremur tilviljanakennt, vanhugsað og ótraust.

Í vikunni kom út bók eftir Mary L. Trump, sálfræðing og frænku forsetans. Of mikið, en aldrei nóg: hvernig fjölskylda mín skapaði hættulegasta mann í heimi.

Í viðtali við ABC-sjónvarpsstöðina í vikunni, sagði hún í tilefni af útkomu bókarinnar að forsetinn væri fullkomlega óhæfur til að stjórna landinu og hættulegt væri að umbera hann sem forseta. Mary L. Trump er hvorki upphaf né endir neins, en það vekur ugg að orð hennar bergmála í orðum og athöfnum frænda hennar.

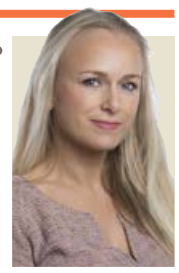
Bandaríkin þurfa annan forseta. Heimurinn þarf annan Bandaríkjaforseta.

Ef allt um þrýtur er gripið til barnalegra viðbragða á borð við „þú lést mig gera þetta“.

Gunnar



Mín skoðun Lára G. Sigurðardóttir



Björtu sumarkvöldin

En allir strákarnir mega vera lengur úti, sagði yngsti sonurinn, eitt nýliðið, bjart sumarkvöld þegar við gáfum honum fyrirmæli um að skila sér heim. Í sömu andrá hvarf hugur minn aftur til eigin æsku, þegar ég beitti ítrekað sama frasa í þeirri von að fá að leika lengur úti. Eins og gerst hefði í gær, man ég hve óréttlátt það var að vera skikkuð heim í háttinn þegar vinirnir léku sér enn úti. Og það var bjart sem dagur.

Ein á almannafæri

Í lögum um útivistartíma barna frá árinu 1992 kemur fram að á tímabilinu 1. maí til 1. september lengist útivistartími barna um tvær klukkustundir. Tólf ára og yngri mega þá vera ein á almannafæri til klukkan 22, en þrettán til sextán ára til miðnættis. Þegar heim er komið, má gera ráð fyrir tíma til að koma sér í háttinn, bursta tennur og ná ró – kannski kíkja í símann. Barn sem skilar sér heim á miðnætti er því ef til vill ekki að sofna fyrr en um eitt að nóttu til. Hluta lengda útivistartímans mæta börnin í skóla árla næsta dag og sum vakna til vinnu um sumarið. Barnið fær því ekki tækifæri til að sofa lengur en sex til sjö tíma, sem passar við það sem rannsóknir sýna.

77 prósent svefnvana

Íslensk rannsókn sem birtist í Læknablaðinu í fyrra sýndi að 77 prósent fimmtán ára barna fá ekki nægan svefn. Lengdur útivistartími, ofan á björt sumarkvöld, er ekki beint fallinn til þess að ýta undir heilbrigðar svefnvenjur barna í samfélaginu okkar. Það þekkjum við foreldrarnir.

Eftir besta megni reynum við því að setja eigin reglur um útivistar- og svefntíma, en fyrir því eru gildar ástæður. Við hjónin erum venjulega komin í háttinn áður en útivistartíma barna lýkur og viljum ekki sofna á undan þeim, því við viljum vita um ferðir þeirra. Við viljum vita af börnunum okkar heima svo seint að kvöldi – sjálf lenti ég í því sem unglingur að reynt var að tæla mig upp í bíl undir miðnætti. Og að lokum tökum við ábyrgð á svefnvenjum þeirra.

Boðhlaupið langa

Eitt það besta við íslenska sumarið er birtan, sem fyllir okkur orku. En sólargangur er áhrifamesta merkið sem líffklukkan notar til að stjórna vöku og svefni. Þegar við opnum augun á morgnana í birtu byrjar eins konar boðhlaup taugaboða. Geislar bjarts ljóss senda skilaboð til líffklukkunnar um að það sé kominn dagur. Líffklukkan sendir sína sendisveina áfram, með þau skilaboð að stöðva melatónínsendingar í blóðið. Það sé dagur og því tími til að vinna á akrinum – eða bara leika sér með vinunum. Svo lengi sem það er birta, þá er boðhlaup.

Viss sjarmi felst í gleðinni að leika úti fram á nótt, og hreyfing er ungviðinu holl. En lögin um útivistartíma eru úrelt miðað við stöðu þekkingar í dag og skjóta skökku við í samfélagi snjalltækja, þar sem blátt ljós keppir við náttúrulega birtu um að halda boðhlaupinu gangandi.

Útivistarreglunum er ætlað að tryggja börnum nægan svefn. Á sama tíma sýna tölur svart á hvítu hve alvarlegur svefnvandi íslenskra barna er. Það að ætla að taka á vandamálinu síðar, getur orðið of seint fyrir marga.

Ein lausn í sjónmáli, sem hefur verið rædd á Alþingi, er að laga staðarklukkuna svo líffklukkan gangi í takt við tímann. Við fáum þá hádegi þegar sólin er í hæsta punkti. Þá dimmir fyrr og auðveldara að aðlaga reglur um útivistartíma að heilbrigðum svefnvenjum barna okkar.



FRÉTTABLAÐIÐ **ÚTGÁFUFÉLAG: Torg ehf. STJÓRNARFORMAÐUR**: Helgi Magnússon **FORSTJÓRI OG ÚTGEFANDI:** Jóhanna Helga Viðarsdóttir **RITSTJÓRI:** Jón Þórisson *jon@frettabladid.is*, **FRÉTTASTJÓRAR:** Aðalheiður Ámundadóttir *adalheidur@frettabladid.is* Ari Brynjólfsson *arib@frettabladid.is*, Garðar Örn Úlfarsson *gar@frettabladid.is* **MARKAÐURINN:** Hörður Ægisson *hordur@frettabladid.is* **FRÉTTABLAÐIÐ.IS:** Kristjón Kormákur Guðjónsson *kristjon@frettabladid.is*.
Fréttablaðið kemur út í 80.000 eintökum og er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri. Einnig er hægt að fá blaðið í völdum verslunum á landsbyggðinni. Fréttablaðið áskilur sér rétt til að birta allt efni blaðsins í stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds. ISSN 1670-3871 **FRÉTTABLAÐIÐ Kalkofnsvegur 2, 101 Reykjavík Sími: 550 5000,** *ritstjorn@frettabladid.is* **HELGARBLAÐ:** Björk Eiðsdóttir *bjork@frettabladid.is* **MENNING:** Kolbrún Bergþórsdóttir *kolbrunb@frettabladid.is* **LJÓSMYNDIR:** Anton Brink *anton@frettabladid.is* **FRAMLEIÐSLUSTJÓRI:** Sæmundur Freyr Árnason *sfa@frettabladid.is*

Kjörís

SUMARÍSINN

Mjúkís



MEÐ

SUÐRÆNNI LÍMÓNU

1L



Sumarísinn er vænn og grænn. Hann er svalandi á sjóðheitum stundum og stútfullur af lokkandi límónu. Smakkaðu — og þú kemst í sumarskap.

Hafa verið að gera það gott í Noregi

Alfons Sampsted og Ingibjörg Sigurðardóttir eru að leika glimrandi vel með liðum sínum í norsku úrvalsdeildunum í knattspyrnu. Bodø/Glimt, lið Alfonsar, er með fullt hús stiga og spilamennska Ingibjargar í sigri Vålerenga skilaði henni í lið annarrar umferðar.

FÓTBOLTI Keppnistímabilið er nýfarið af stað í norsku knattspyrnunni en átta umferðir hafa verið leiknar karlamegin og tvær umferðir í kvennadeildinni. Alfons Sampsted og félagar hans hjá Bodø/Glimt eru taplausir á toppnum, og frammistaða Ingibjargar Siguðardóttur í hjarta varnarinnar hjá Vålerenga skilaði henni sæti í liði annarrar umferðarinnar.

„Við erum með lið sem á að blanda sér í toppbaráttuna, en það var auðvitað ekki hægt að búast við því að vera búnir að hafa betur í fyrstu átta leikjum deildarinnar. Fyrir utan það að vera að vinna er leikstíllinn okkar mjög skemmtilegur," segir Alfons í samtali við Fréttablaðið, en Bodø/Glimt hefur skorað 32 mörk í fyrstu átta leikjunum. Þá er sigurhrina liðsins sú lengsta í sögu norsku úrvalsdeildarinnar.

„Uppleggið er að allar sendingar séu fram á við og hafi það að markmiði að skapa sóknarmöguleika. Það er mjög gaman að spila í þessu liði, en ég sem bakvörður fæ mikið frelsi til þess að taka þátt í sóknarleiknum að því gefnu að ég nái að skila mér til baka þegar við missum boltann," segir hann.

„Mér finnst ég líka hafa bætt mig eftir að ég kom hingað. Þá aðallega hvað leikskilning varðar og staðsetningar bæði í varnar- og sóknarleik. Taktískt er ég orðinn öflugri og að mínu mati er ég orðinn betri í að lesa þær stöður sem koma upp í leiknum. Svo kemst ég oft í stöðu til þess að gefa fyrirgjafir og ég hef bætt mig í þeim," segir bakvörðurinn.

„Fyrstu mánuðirnir hérna í Bodø hafa verið bara mjög ljúfir. Þó svo að kórónaveiran hafi verið slæm hafði það góð áhrif fyrir mig, þar sem ég náði að kynnast leikmönnum betur á þeim tíma þar sem við máttum ekki æfa og höfðum meiri tíma til þess að spjalla.



Ingibjörg Sigurðardóttir er í verulega stóru hlutverki hjá Vålerenga, bæði í vörn og sókn, en hún leikur í miðri vörn liðsins. MYND/VÅLERENGA

Mér finnst ég hafa bætt mig eftir að ég kom hingað. Þá aðallega hvað leikskilning varðar og staðsetningar.

Alfons Sampsted



Bodø minnir mig mikið á Akureyri að því leyti að það er smá sveitastemning hérna, en á sama tíma er miðbærinn glæsilegur. Fólkið hérna er mjög vinalegt og það þekkja margir bæjarbúar leikmennina í fótboltaliðinu og taka spjallið við okkur úti á götu.

Eldri stuðningsmennirnir sem koma í kaffistofuna á félagssvæðinu daglega, eru komnir með glit í augun og farnir að láta sig dreyma um verða norskur meistari í fyrsta skipti í sögunni. Við leikmennirnir erum samt sem áður með báða fætur á jörðinni og tökum bara einn leik fyrir í einu," segir Blikinn sem kom til Bodø/Glimt frá Norrköping fyrir þetta keppnistímabil.

Stefna félagsins er að verða besta liðið í Skandínavíu á næstu tveimur til þremur árum.

Ingibjörg Sigurðardóttir



Ingibjörg er, líkt og Alfons, ánægð hjá nýja félaginu sínu en hún gekk til liðs við Vålerenga frá Djurgården í febrúar fyrr á þessu ári. „Þetta auðvitað byrjaði ekki vel þar sem við gátum ekki æft sem lið vegna kórónaveirunnar, en það varð til þess að við æfðum á annan hátt í smærri hópum og ég tengdist leikmönnum sterkari böndum fyrir vikið," segir Ingibjörg í samtali við Fréttablaðið.

„Það komu frekar margir leikmenn til liðsins á sama tíma og við hefðum þegið fleiri leiki á undirbúningstímabilinu til þess að slípa okkur saman. Við erum með marga unga og spennandi leikmenn og stefna félagsins er að verða besta liðið í Skandínavíu á næstu tveimur til þremur árum. Þá er planið að gera sig gildandi í Meistaradeild Evrópu," segir þessi sterki varnarmaður sem gerði tveggja ára samning þegar hún samdi við Vålerenga.

„Okkur var svo spáð góðu gengi í norsku úrvalsdeildinni og margir spáðu okkur meistaratitlinum. Við erum með væntingar um að vera í toppbaráttunni og berjast um að vera í efsta sætinu. Eftir að hafa spilað ýmist hægra megin í þriggja manna varnarlínu, sem bakvörður og vængbakvörður, þá er ég hugsuð í miðjunni í þriggja manna línu hér," segir þessi 22 ára gamli leikmaður.

„Ég er í stóru hlutverki í uppspili liðsins, sem er öðruvísi en ég hef vanist undanfarin ár með Djurgården og landsliðinu. Við erum lið sem vill halda boltanum, sem er líka ólíkt þeim leikstíl sem ég hef vanist undanfarin ár. Mér finnst leikstíll liðsins mjög skemmtilegur og hann hentar mér mjög vel," segir hún.

hjorvaro@frettabladid.is



Krefja bæinn um skaðabætur

DÓMSMÁL ÞG verktakar ehf. hafa stefnt Hafnarfjarðarkaupstað til greiðslu skaðabóta, vegna missis hagnaðar hjá fyrirtækinu sökum ákvörðunar bæjarins um að hafna tilboði þess í útboðsverkið „Knatthús í Kaplakrika – alútboð 2018".

Fyrirtækið krefst þess aðallega að Hafnarfjarðarkaupstað verði gert að greiða 247.492.280 krónur í skaðabætur, og til vara að bærinn greiði ÞG verktökum þann kostnað sem varð af þátttöku í útboðinu og undirbúningi tilboðsins.

Skaðabótakrafa ÞG verktaka ehf. hljóðar upp á 247.492.280 krónur.

Um er að ræða útboð vegna hönnunar og byggingar knatthúss í Kaplakrika og í jarðvinnu og uppsteypu stoðveggja vegna æfingavalla norðan við knatthúsið að Flatahrauni í Hafnarfirði. Þrír bjóðendur voru í verkið en ÞG verktakar áttu lægsta boðið.

Kærunefnd útboðsmála úrskurðaði í nóvember árið 2018 að höfnun Hafnarfjarðarkaupstaðar á tilboði ÞG verktaka væri ólögmæt, þar sem málefnalegar forsendur hefðu ekki legið að baki ákvörðunar bæjarins um að ganga ekki að tilboðinu.

Kveðið er á um skaðabótaskyldu bæjarins í þeim úrskurði en aðilar málsins hafa ekki náð að koma sér saman um upphæð skaðabótanna.

– hó

KRÓNAN

Fáðu töfra innblástur á kronan.is/töfrar

Þegar lífið færir þér sítrónu ...

Töfraðu þá fram SUMAR DRYKK!

TÖFRABRAGÐ SÍTRÓNA Í SUMARDRYKKINN

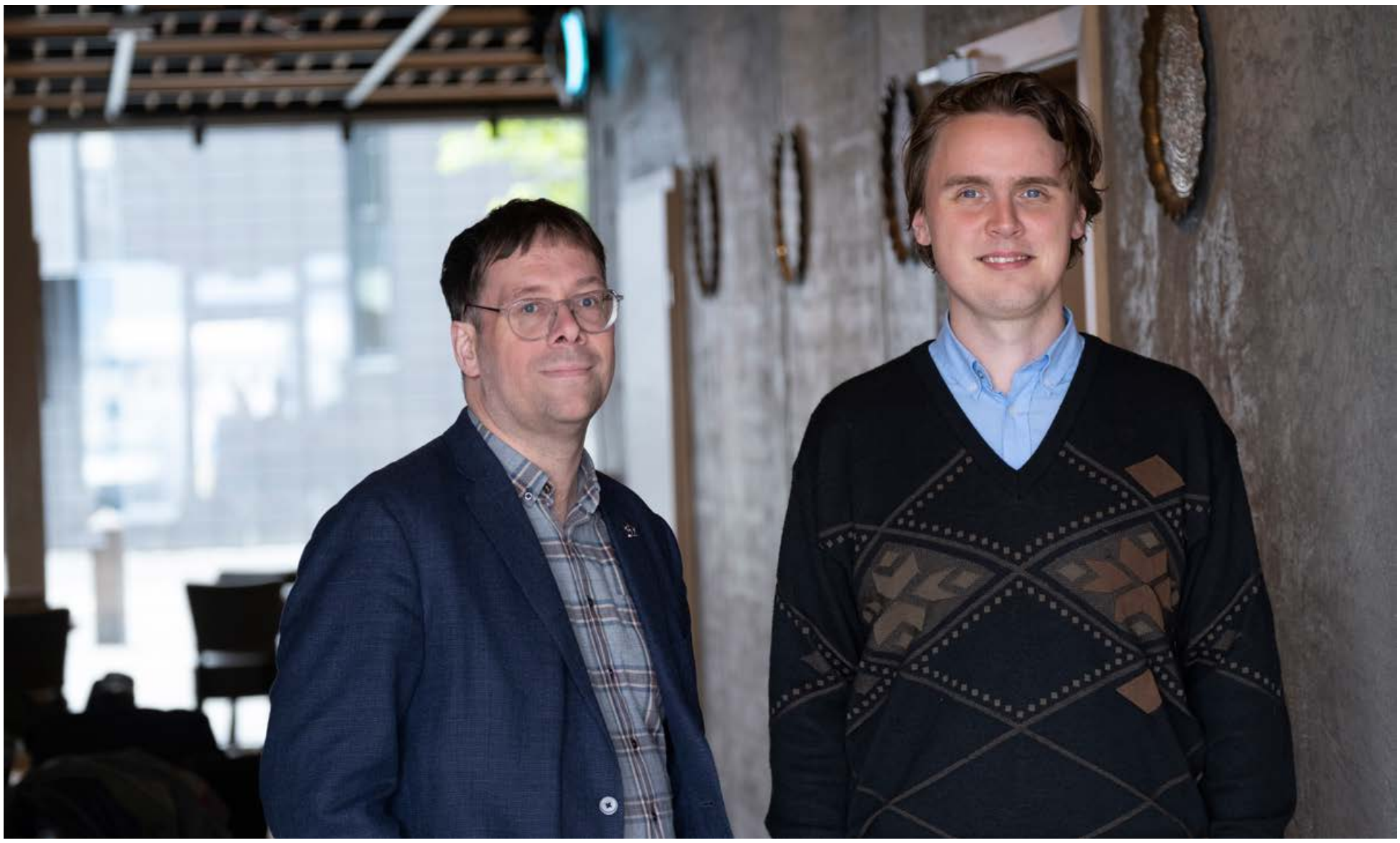
Franklins drykkir, 200 ml
169 kr. stk.

Fun þykkni, 1 lítri
279 kr. stk.

Calypso límonaði, 473 ml
369 kr. stk

Afgreiðslutímar á www.kronan.is Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

FRÉTTABLAÐIÐ
HELGIN
18. JÚLÍ 2020 LAUGARDAGUR



Ármann Jakobsson prófessor og Gunnlaugur Bjarnason, fyrrum nemandi hans, spjalla um íslenskar fornsögur á léttum nótum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Endurreisa léttan dúr munnlegrar geymdar

Ármann Jakobsson og **Gunnlaugur Bjarnason** taka íslenskar fornsögur fyrir í nýju hlaðvarpi. Þeir leggja áherslu á að draga fram skemmtilega og fyndna þætti sagnanna, að hætti Þórhildar skáldkonu.

Óttar Kolbeinsson Proppé
ottar@frettabladid.is



Flestir virðast hafa nokkuð brenglaðar hugmyndir um íslenskar fornsögur. Margir líta á þær sem hábókmenntir, illskiljanlegar og hátimbraðar frásagnir af ofbeldisfullum forfeðrum okkar við landnám. Þetta er þó misskilningur að sögn Ármanns Jakobssonar, prófessors í bókmenntum fyrri alda við Háskóla Íslands, sem reynir nú ásamt fyrrum nemanda sínum að rétta hlut sagnanna og ýmissa þekktra persóna þeirra í gegnum nýtt miðlunarform: hlaðvarpið Flimtan og fáryrði.

„Þetta er eiginlega gamall draumur minn, að vera með hlaðvarp," segir Ármann. „Ég er náttúrulega að komast á ákveðinn aldur. Í staðinn fyrir að kaupa mér mótorhjól og leðurjakka þá fer ég að gera hluti sem mig hefur dreymt um að gera lengi. Svo gerist það að Gunnlaugur er að vinna fyrir mig í öðru og mér finnst að ég eigi að nýta tækifærið til að hrinda þessu í framkvæmd. Hann er góður félagi í svona hlaðvarp," útskýrir hann. Verkefnið er nú styrkt af Háskóla Íslands.

Tíundu aldar Tina Fey

Form hlaðvarpsins er nokkuð frjálslegt og hentar það þeim Ármanni og Gunnlaugi Bjarnasyni vel, til að ná fram sínum áherslum í umfjöllun um fornsögurnar. Gunnlaugur spilar hlutverk nemandans sem spyr prófessorinn spjörunum úr – líka að heimskulegu spurningunum. „Sumir hafa nú sagt að ég spili mig dálítið vitlausan í þáttunum, en því er eiginlega öfugt farið. Ég veit í raun miklu minna en ég þykist vita," segir Gunnlaugur á léttum nótum, en hann er sjálfur menntaður íslenskufræðingur.

„Lykilatriðið er að þetta er allt í léttum dúr," segir Ármann. Hann mætir í hvern þátt með ákveðin áhersluatriði „en annars virkar þetta bara eins og kaffispjall. Það er eins og við höfum kannski hist í fermingarveislu og byrjað að ræða Íslendingasögurnar."

„Eins og maður gerir iðulega í fermingarveislum," tekur Gunnlaugur undir með honum. „Hlaðvarpið er gott til að sýna það, að íslenskar fornbókmenntir eru ekki svona hátimbraðar eins og við viljum kannski ímynda okkur að þær séu. Þetta eru oft mjög fyndnar sögur og hlaðvarpið dregur það ágætlega fram."

„Og þetta er allt samkvæmt minni hugmyndafræði um miðlun," segir Ármann þá. „Ég held að fólk muni best það sem það heyrir í svona léttu spjalli, en ekki það sem það les af glæru í skólastofu. Það fer inn og beint aftur út. Þetta þarf að vera í léttum dúr."

Nafn hlaðvarpsins, Flimtan og fáryrði, vísar einmitt í þennan létta dúr og íkon þáttarins, Þórhildi skáldkonu. „Þórhildur skáldkona er svo ótrúlega merkileg persóna, því hún er einmitt fulltrúi hins létta dúrs! Hún er orðgífur og fer með flimtan. Það er eitthvað sem fólk hugsar ekki mikið um í tengslum við Íslendingasögur: skáldkonan sem er alltaf að segja brandara. Hún er svona Tina Fey síns tíma," segir Ármann glottandi.

Þórhildi bregður fyrir í Brennu-Njáls sögu í veislu heima hjá Gunnari á Hlíðarenda. Þar skilur eiginmaður hennar við hana í miðri veislu eftir að hún kveður til hans níðvísu og sakar hana um að fara með „flimtan og fáryrði". Tilefni níðkveðskaparins gætu þó eflaust margir sagt ærið; eiginmanninum hafði verið starsýnt á fjórtán ára gamla stúlku allt kvöldið, sem hann endaði svo raunar á að giftast eftir skilnaðinn við Þórhildi.

> HLAÐVARPIÐ ER GOTT TIL AÐ SÝNA ÞAÐ, AÐ ÍSLENSKAR FORNBÓKMENNTIR ERU EKKI SVONA HÁTIMBRAÐAR EINS OG VIÐ VILJUM KANNSKI ÍMYNDA OKKUR AÐ ÞÆR SÉU.

„Með því að gera hana að okkar leiðarljósi þá erum við í raun og veru að endurreisa hinn létta dúr í Íslendingasögunum. Þær hafa kannski misst þetta Netflix-eðli sitt, sem þær höfðu alveg örugglega á sínum tíma. Sögurnar voru fyrst og fremst eitthvað sem að allir hámhorfðu, eða hámhlustuðu á, öllu heldur," útskýrir Ármann.

Frá salernisferðum til bræðrasambanda

Umfjöllunarefni þáttanna er því nokkuð óhefðbundið. Þeir félagar reyna að draga fram skemmtilega eða áhugaverða þætti í sögunum, sem gætu auðveldlega farið fram hjá hinum almenna lesanda. Hér er því ekki verið að ræða langþreyttar pælingar um það hver hafi skrifað hvaða sögu, eða hvort þær lýsi atburðum sem áttu sér stað í raunveruleikanum eða ekki.

„Við tölum meira um það sem nútímafræðimenn eru að ræða. Það geta verið alls konar hlutir, eins og áhrif stéttar eða kynferðis. Í síðasta þætti ræddum við til dæmis mun einkalífs og opinbers lífs á miðöldum," heldur Ármann áfram. Blaðamaður komst síðar að því, eftir að hafa hlustað á umræddan þátt, að Ármann eigi hér við salernisferðir miðaldamannsins og hvernig ýmsar djöfullegar verur gátu orðið á vegi hans á slíkum ferðum. Í öðrum þáttum er einnig rætt um bræðrasambönd, félagslegt hlutverk galdurs og kynlífshegðun í sögunum, svo eitthvað sé nefnt.

En eiga þáttastjórnendur sér uppáhaldsfornsögu?

Gunnlaugur er ekki lengi að hugsa sig um: „Króka-Refs saga," segir hann, handviss á sínu. „Hún er alveg gjörsamlega sturluð."

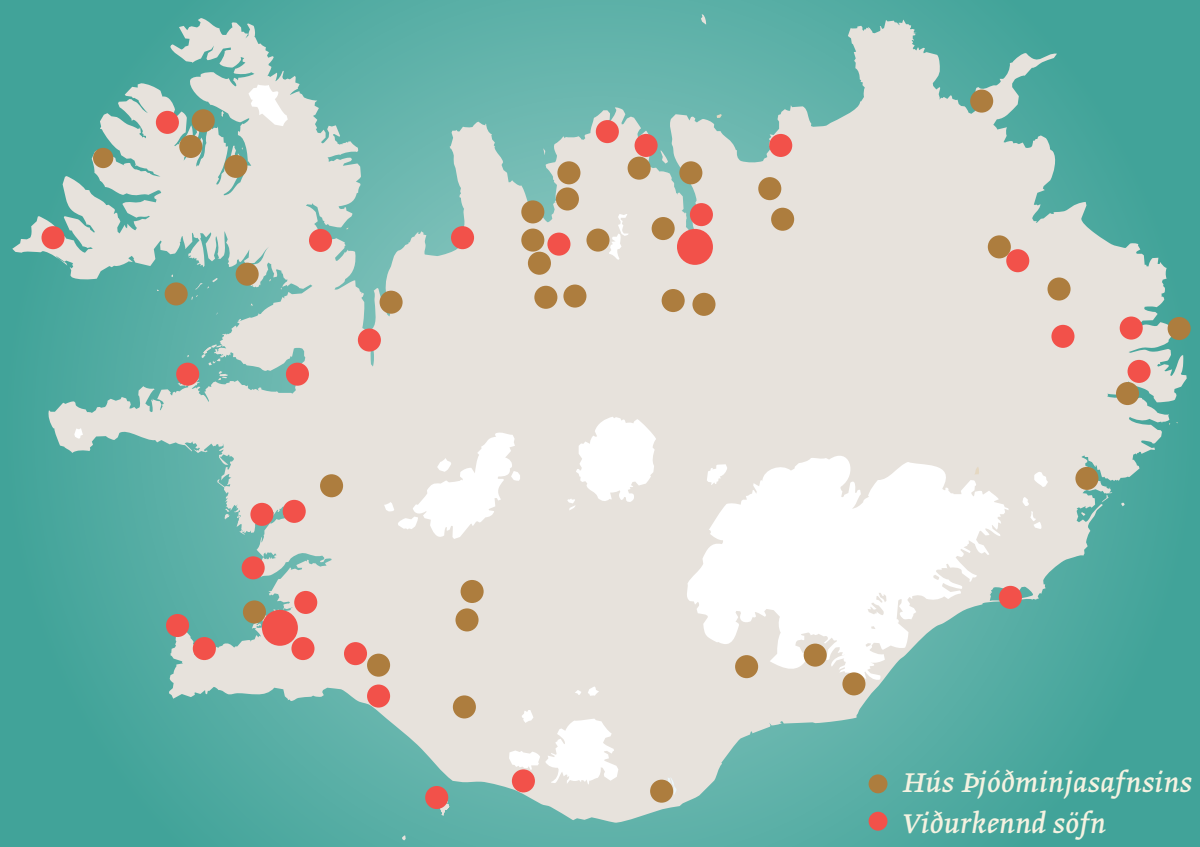
Prófessorinn er ekki alveg jafn meðfærilegur í sínum svörum: „Bókmenntafræðingar eiga sér ekkert eftirlætisbókmenntir. Að eiga eftirlætis-eitthvað er bara fyrir þá sem njóta þess í frístundum. Um leið og maður er orðinn fagmaður, þá er þetta ekki lengur spurning um það."

Eftir smá umræðu viðurkennir hann þó að auðvitað haldi hann upp á ákveðnar sögur, eða þyki sumar betri en aðrar. „Já, já, en fólk sér það bara þegar það kemur heim til manns og sér bókahillurnar. Alla jafna vil ég helst ekki tala um það."

Streymisveitan Spotify er vettvangur Ármanns og Gunnlaugs. Þar má nálgast alla þá þætti sem komnir eru út af Flimtan og fáryrðum, en nýr þáttur kemur á hverjum mánudegi. Hlaðvarpið hyggjast þeir gefa út vikulega fram á haust og jafnvel til jóla, ef vel gengur.

Þar má því nálgast efni fornsagnanna á hinn upprunalega máta: í gegnum munnlegar frásagnir fróðra manna.

SAMFERÐA Í SÖFNIN



Um allt land er að finna forvitnileg hús og fjölbreytileg söfn
sem hlotið hafa viðurkenningu safnaráðs fyrir faglega starfsemi.

Viltu kíkja í torfbæ?
Viltu kanna líf og starf landans gegnum aldirnar?
Viltu ganga til bæna í sögulegri kirkju?
Eða viltu kynnast öðrum kimum menningararfsins?

Verum samferða.

www.thjodminjasafn.is

ÞJÓÐMINJASAFN ÍSLANDS

ÍSLENSKU SAFNAVERÐLAUNIN
2020



BROOKE
Borðstofustóll. Dökkgrátt, bleikt, svart eða grábrúnt sléttflauel. Einnig grátt eða brúnt áklæði.

16.992 kr. ~~19.990 kr.~~



HAVANA
Hægindastóll með snúningi. Slitsterkt ólívugrænt áklæði.

84.990 kr.



POLLA
Hægindastóll og skemill. Grátt rifflað flauel og góður svampur í setu og baki. Skemmtilegt stungið bak og skemill. Svartir málmfætur.

Stóll (kynningarverð)
33.992 kr. ~~39.990 kr.~~

Skemill (kynningarverð)
9.342 kr. ~~10.990 kr.~~



CANNES
Hægindastóll m/skemli. Koníaksbrúnt, svart eða grátt leður.

144.990 kr.



MEXICO
Hægindastóll. Sinnepsgult eða grænt sléttflauel. Snúningsfótur.

94.990 kr.



PINTO
Hornsófi úr sterku bonded leðri (leðurblöndu). Fáanlegur grá- eða koníaksbrúnn. Fætur úr sterku, svörtu járni. Hægri eða vinstri tunga, ekki færanleg.
Stærð: 29 x 97 x 85 cm

339.990 kr.

AVILA
Glæsilegur sófi í Avila línunni, fæst 2ja og 3ja sæta. Armar eru breiðir, setpullur háar og í hluta baks er saumað tíglamynstur. Fætur eru úr tveimur svörtum járnbogum.



Stærð 2ja sæta: 190 × 94 × 77 cm
135.992 kr. ~~159.990 kr.~~

Stærð 3ja sæta: 230 × 94 × 77 cm
152.992 kr. ~~179.990 kr.~~

Verti
COPENHAGEN

VERTI VEGGVASARNIR
ERU FRAMLEIDDIR Á
SJÁLFBÆRAN HÁTT
ÚR PRESSUÐUM PLÖNTUMASSA
STÆRRI VASINN ER TIL Í
SVÖRTU, HVÍTU OG GRÁU.
MINNI VASINN ER TIL Í MÖRGUM LITUM



Veggvasi
30x30 cm
7.990 kr.

Veggvasar
15x15cm
4.990 kr. stk





Reykjavík Bíldshöfði 20
11 – 18 virka daga
11 – 17 laugardaga
13 – 17 sunnudaga

Akureyri Dalsbraut 1
11 – 18 virka daga
11 – 16 laugardaga

Ísafjörður Skeiði 1

www.husgagnahollin.is
558 1100

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Yfirstrikað verð sýnir fullt verð vöru. Afsláttarverð gilda til 15. ágúst eða á meðan birgðir endast

NÝTT OG FALLEGT Í HÖLLINNI







BILOXI

Huggulegur 3ja sæta sófi með svörtum, nettum málmfótum. Fáanlegur í annars vegar ljósgráu áklæði og hins vegar tveimur litum í sléttflaueli, koparrauðum og dökkgráum. Stærð: 200 x 84,5 x 80 cm

79.992 kr. ~~99.990 kr.~~







RIMINI

Flottur sófi sem fæst í 2,5 og 3ja sæta í sinnepsgulu eða brúnu velúráklæði með djúpa, samlita hnappa í baki. Sófinn hefur sterka, svarta járnfætur. Fyrir betri endingu er svampurinn í innra byrði sófanna kaldpressaður. Retró útlit og nútímaþægindi.

2,5 sæta, stærð: 176 x 90 x 72 cm
109.990 kr.

3ja sæta, stærð: 216 x 90 x 72 cm
119.990 kr.

Þú finnur bæklinginn
husgagnahollin.is

HÚSGAGNA HÖLLIN



Elísabet byggir á traustum grunni hestamennskunnar. „Ég er náttúrulega alin upp við hestamennsku. Bara frá því ég fæddist, þannig að ég þekki þessi dýr mjög vel.“ FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Þórarinn Þórarinsson
thorarinn@frettabladid.is

Sigraðist á krabba og skellti á skeið

Þegar hestakonan **Elísabet Sveinsdóttir** fór í fyrsta skipti á bak eftir brjóstnám, datt henni í hug að hestar gætu hjálpað börnum í vanda og í vetur byrjaði hún með meðferðarúrræðið Treystu mér.

Þeir náðu öllu og ég er komin alveg yfir þetta. Orðin krabbafrí. Ég fór í allan pakkann í byrjun janúar 2013. Brjóstnám og lyfjameðferð sem fór mjög illa í mig og ég hef í sjálfu sér ekki náð mér að fullu eftir hana,“ segir kennarinn, hestakonan og knattspyrnuþjálfarinn Elísabet Sveinsdóttir, sem greindist með brjóstakrabbamein í desember 2012 og segja má að hafi komist á hestbaki í gegnum erfiða læknismeðferðina og það sem henni fylgdi.

Elísabet segir að eftir lyfjameðferðina hafi hún glímt við minnisleysi, mátt- og þróttleysi, en dýrin hennar hafi hjálpað henni mikið á skrykkjóttum bataveginum. „Ég þurfti alveg að forrita mig upp á nýtt og skilja mörkin upp á nýtt, en þau voru náttúrlega orðin allt önnur en þau voru,“ segir Elísabet um mörk, sem hún þurfti ekki síst að setja sjálfri sér.

„Það er ekkert mjög langt síðan að ég fór að geta hólfað dagana niður og valið mér verkefni yfir daginn, þannig að ég yrði ekki eins og flak og algerlega búin á því næstu tvo daga á eftir.

Dýrin mín hafa náttúrlega komið mikið inn í þetta. Ég á hunda, kött og hesta og það heldur manni gangandi á vissan hátt að þurfa að fara út með hundinn og sinna hrossunum. Það hefur bara í rauninni haldið í mér lífinu. Það er bara algjörlega þannig.“

Hugljómun á hesti

Elísabet segir hestana og nálægðina við þá hafa riðið baggamuninn og þegar hún komst aftur á bak gæðingsins Hramms frá Galtastöðum, í fyrsta sinn eftir aðgerðina, hafi hugurinn skellt á skeið og hún fékk hugmyndina að því hvernig hún gæti nýtt bæði þekkingu sína og þá jákvæðu strauma sem hún fær frá hrossunum, til þess að hjálpa öðrum.

„Ég var ekkert búin að pæla í þessu áður og þetta gerist bara þarna þegar ég er á baki. Maður getur eiginlega ekki útskýrt þetta fyrr en maður lendir í þessu sjálfur og það varð bara einhver tenging þarna.

Hann bara fann að ég var ekki alveg hundrað prósent og hlustaði einhvern veginn betur á mig og upp frá þessu breyttist samband okkar. Ég þurfti eiginlega ekkert að taka í tauminn og talaði bara við hann með hljóðmerkjum og upp úr þessu fór ég að hugsa hvernig og hvort ég gæti ekki einhvern veginn yfirfært þessa reynslu og notað hana til þess að hjálpa öðrum.“

Elísabet segir að hún hafi frá fyrstu stundu eðlilega pælt í þessu með börn í huga. „Vegna þess að ég er auðvitað bara vön að vinna með börnum, sem grunnskólakennari, þjálfari og allt þetta,“ segir Elísabet, sem óhætt er að segja að hafi velt hugmyndinni fyrir sér vel og lengi, þar sem eitthvað um sex ár liðu þar til hún byrjaði að þróa meðferðarúrræðið fyrir alvöru.

Lausari taumur

„Ég var í algjöru fríi í sex vikur eftir aðgerðina og mátti ekki gera neitt og náði mér bara í næringu og orku með því að fara út í hesthús og vera þar. Þegar ég fékk svo að fara á bak þá valdi ég þann klár sem ég er vön að vera á,“ segir Elísabet um afdrifaríkan reiðtúrinn.

„Ég var bæði spennt og stressuð en það var ekki til í mér að ég væri hrædd við hann eða að fara á hestbak. Ég var stressuð en hlakkaði samt ofsalega til,“ segir Elísabet sem lét áhyggjur og varnaðarorð elstu dóttur sinnar sem vind um eyru þjóta.

„Hún sagði að ég væri brjáluð og að ég færi ekkert á honum. Hann væri allt of viljugur og að ég gæti ekkert riðið honum núna. Ég tók ekkert annað í mál en ég færi bara á þann hest sem ég þekki best og settist á bak, en hún stóð eftir á gangstéttinni og tók alveg fyrir augun og hugsaði: „Jesús minn, þetta á eftir að enda illa,“ þegar hún horfði á eftir mér.

Nema hvað, að það má segja að það hafi eitthvað gerst í þessum reiðtúr,“ segir Elísabet, sem óafvitandi lagði á nýjar slóðir á baki Hramms. „Ég hugsaði þetta bara út frá því hvernig þetta hjálpaði mér. Bara með kvíða og þunglyndi og þetta snýst ekkert endilega um að fara á hestbak. Það er í rauninni bara bónusinn.

Þetta snýst bara um að vera. Um samneytið og að skynja það þegar þeim finnst eitthvað gott sem maður er að gera. Hvernig svörunin, annað hvort jákvæð eða neikvæð, kemur um leið. Þeir eru ekkert að segja já og meina nei.“

> ÉG VAR EKKERT BÚIN AÐ PÆLA Í ÞESSU ÁÐUR OG ÞETTA GERIST BARA ÞARNA ÞEGAR ÉG ER Á BAKI. MAÐUR GETUR EIGINLEGA EKKI ÚTSKÝRT ÞETTA FYRR EN MAÐUR LENDIR Í ÞESSU SJÁLFUR.

Einn af fjölskyldunni

„Hann er allur blessaður. Hann var felldur í vor,“ segir Elísabet um Hramm frá Galtastöðum, fákinn sem fór með henni fyrsta spölinn í bataferlinu. „Við fengum hann þegar hann var sex vetra og hann varð átján í vor og þessi hestur er búinn að reynast okkur systrum alveg ofsalega vel.“

Ragnhildur Sveinsdóttir, systir Elísabetar sem hefur lengi búið erlendis, átti hestinn. „Ég sá bara um hann og var bara alveg með hann á mínum snærum. Ég hef riðið honum bæði í reiðtúrum og keppnum og Ragga hefur riðið honum þegar hún hefur komið til landsins, og báðar stelpurnar mínar hafa keppt á honum.

Hann hefur verið hluti af fjölskyldunni bara alveg frá því hann kom, og stelpurnar mínar sögðu alltaf að hann væri fjórða barnið,“ segir Elísabet og hlær.

Treystu mér

„Hrossin kenna okkur alveg jafn mikið og við kennum þeim þegar fram í sækir. Þau eru náttúrlega bara eins misjöfn og þau eru mörg. Eins og mannfólkið. Hestarnir eru líka haldnir kvíða og finna líka fyrir spennu. Þeir geta verið þunglyndir og eru líka, þú veist, feitir, mjóir, litlir, stórir,“ segir Elísabet um hina ýmsu snertifleti hesta og manna.

„Skynjunin hjá þeim er bara svo sterk. Þeir lesa þig í rauninni bara eins og opna bók þegar þú kemur inn í hesthús. Ertu með góða viðveru? Vilja þeir koma til þín? Vilja þeir vera hjá þér? Eða ekki? Þú veist líka að ef þeir finna að þeir geta treyst þér, að þá geturðu næstum leitt þá í hvað sem er,“ segir Elísabet og er þá ef til vill komin að kjarnanum í meðferðarúrræðinu, sem hún kallar Treystu mér.

„Af því að það er einhvern veginn þannig að þegar dýrunum líður vel, þá smitast það yfir í okkur og þegar krakkarnir finna traustið hjá hrossinu, þá fara þau að treysta því.

Þannig myndast bara einhvern veginn þetta samband sem kannski næst ekki þegar þau eru í þessu skólaumhverfi okkar, sem ætlast til einhvers af þeim sem þau eru kannski ekki fær um að veita,“ segir Elísabet og bætir við að þannig geti

Framhald á síðu 18 ▶

Ennþá meira úrval af listavörum

WorkPlus
Strigar frá kr. 195







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





kolibri®

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











Íblöndunarefni fyrir akrýl og olíuliti.



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

Listverslun.is

2019 Framúrskarandi fyrirtæki

Verkfæralagerinn

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

Framhald af síðu 16 ◄

skepnurnar auðveldað krökkunum að leggja niður varnir og læra að treysta.“

Tölt gegnum kvíðann

„Ég prufukeyrði þetta í vetur og eins og er vinn ég þetta í samráði við fjölskyldusvið Árborgar. Ég fæ skjólstæðinga þaðan og ákveð í samráði við félagsráðgjafana eða barnaverndarnefndina hvað skuli vinna með,“ segir Elísabet sem fær til sín börn sem glíma við kvíða og námsleiða, svo eitthvað sé nefnt.

„Þau tóku bara rosalega vel í þetta og að fá mig inn í flóruna,“ segir Elísabet um góð viðbrögð félagsþjónustu sveitarfélagsins við hugmyndum hennar. „Ég er búin að gera samning við Árborg, en svo geta náttúrlega foreldrar barna sem þurfa aðstoð alveg leitað til mín beint líka.

Ég var með stúlku sem kom til mín þrisvar í viku í vetur. Þá byrjaði hún daginn með mér úti í hesthúsi að sinna hestunum og svo keyrði ég hana í skólann, þar sem henni leið betur eftir að hafa farið svona inn í daginn.

Svo fékk ég líka strák til mín í vor og hann kom einu sinni í viku. Þá byrjuðum við bara í hesthúsinu og fórum í stuttan reiðtúr. Það er miklu skemmtilegra að vera hér í reiðtúr heldur en í íslenskutíma og ég veit að hann kemur aftur til mín í haust,“ segir Elísabet og hlær.

Alltaf í boltanum

Elísabet ólst upp í Kópavogi og æfði knattspyrnu með Breiðabliki og var heldur betur frek til fjörsins þegar stelpuboltinn var að ryðja sér til rúms um miðjan níunda áratuginn.

„Ég spilaði minn síðasta leik 2012 með Hetti á Egilsstöðum, en ég bjó á Egilstöðum þegar ég greindist,“ segir Elísabet sem er þó enn í boltanum sem þjálfari á Selfossi.

Breiðablik var á mikilli siglingu þegar Elísabet spilaði með liðinu og raðaði inn mörkunum, ekki síst á Gull- og silfurmótinu, en til þess forvera Símamótsins stofnuðu nokkrir feður Blikastelpna 1985, til þess að stelpurnar fengju að keppa á alvöru móti.

„Ég er mjög stolt af því að geta sagt að það voru á sínum tíma pabbarnir okkar í 3. flokki kvenna í Breiðabliki, sem stofnuðu það sem er Símamótið í dag í kringum rassinn á okkur svo að við fengjum fleiri leiki og meira að gera.“

Mótið heppnaðist það vel að það varð að árvissum viðburði, sem breyttist þegar fram liðu stundir í Símamótið. Stelpum og liðum sem tóku þátt fjölgaði jafnt og þétt frá 1985 og mótið 1992 sló öll met, þegar um 840 stúlkur mættu til leiks.

„Við vorum ekki eins margar á æfingum og þær eru núna. Alls ekki,“ segir Elísabet og hlær. „Þegar þetta er að gerast erum við tíu, ellefu, tólf ára og þá voru fjögur lið með einhvern stelpubolta,“ heldur Elísabet áfram og bendir á að á fyrsta Gull- og silfurmótinu hafi aðeins fjögur lið mætt til leiks. „Svo gerist bara eitthvað þarna á næstu árunum á eftir.“

Lítur stolt um öxl

Elísabet segir vissulega margt, en alls ekki allt, hafa breyst til batnaðar. „Auðvitað hefur þetta breyst innan félaganna og stelpurnar eru, hvað á maður að segja? Þær eru náttúrlega komnar á hærri stall en þær voru. Guð minn almáttugur,“ segir Elísabet og rifjar upp dæmisögu úr fortíðinni.

„Við vorum einhvern tímann á æfingu hjá meistaraflokki Breiðabliks og vorum þá á toppnum í 1. deildinni, vorum í titlabaráttunni og öllu þessu. Við vorum á toppnum en stráknarnir, sem komu á æfingu á eftir okkur og voru þá í 2. deild eða eitthvað, voru allir í æfingasettum. Og þá voru þau fleygu orð sögð við okkur að strákarnir fá búnað til að ná árangri, en við þurfum að ná árangri til að fá búnaðinn. Þetta



Elísabet fékk hugljómun og „eitthvað gerðist“ þegar hún komst loksins aftur á bak Hramms sem var í raun sem einn af fjölskyldunni. MYND/ PETRA LÖNNQVIST

Treystu mér

Meðferðarúrræðið sem Elísabet hugsar fyrir börn sem eiga við andlega erfiðleika eða frávik, byggir hún meðal annars á eigin reynslu og erlendum rannsóknum, sem sýna fram á að umgengni við dýr opni á fleiri og aðra möguleika til að nálgast börn sem eiga í andlegum erfiðleikum.

Meðferðin felur í sér samneyti við hesta og umgengni við þá, þar sem Elísabet vinnur með eitt barn í einu og hrossið er umgengist á forsendum þess. Börnin umgangast hestinn og hundana bæði inni í hesthúsinu sem og úti í gerði.

Engin krafa er gerð um að þau eigi að snerta eða koma nálægt hestinum, en þá er hægt að setjast niður í heyið og spjalla um hestana. Það getur oft brotið ísinn að tala um þá, eða við þá, og þá er hægt að vinna traust skjólstæðingsins með samtalinu, sem og nálægðinni við hestinn, skref fyrir skref.

Börnin læra ýmislegt um hesta, atferli þeirra og ýmis einkenni í fari þeirra. Einnig er farið í umhirðu, til dæmis með því að fóðra hrossin, kemba þau og strjúka.

Ef tilefni gefst og forsendur eru fyrir hendi, stendur barninu til boða að fara á hestbak þar sem Elísabet teymir undir, eða ríður öðrum hesti og er með taum á milli.

Allt samneyti barnsins við hestinn fer fram undir eftirliti og leiðsögn Elísabetar. Fyllsta öryggis er gætt og eru helstu öryggisatriði og búnaður fyrir hendi.



Elísabet Sveinsdóttir, fyrirliði 2. flokks Breiðabliks, hampar hér hinum eftirsóttu Íslandsmeistarabikar. Elísabet hefur orðið Íslandsmeistari í öllum flokkum nema 4. flokki eins og reyndar fleiri stúlkur í Íslandsmeistaraliði Breiðabliks.



Elísabet í stórsókn á íþróttasíðum DV. Annars vegar gegn Þrótti Neskaupstað 1991, og 1992 þegar hún hampaði Íslandsmeistarabikarnum sem fyrirliði 2. flokks Breiðabliks.

loðir enn þá við og ekki bara hérna, heldur út um allan heim.“

Elísabet segist líta stolt um öxl yfir knattspyrnuferilinn. „Ég er mjög stolt og mér finnst ekki síst frábært að þetta Símamót, gamla Gull- og silfurmótið, sem er hápunktur sumarsins hjá mörgum fótboltastelpum, hafi verið búið til á sínum tíma fyrir okkur. Það var mikið gert í kringum þetta og við fengum handgerða verðlaunapeninga. Ég man bara eftir því þegar Linda Péturs kom að afhenda verðlaunin. Það var rosalegt sko. Það var bara svakalegt. Maður stóð bara með stjörnur í augum.“

Ekkert væl

Þótt Elísabet hafi lagt takkaskóna á hilluna fyrir átta árum er hún enn í boltanum, sem aðstoðarþjálfari 3. flokks kvenna á Selfossi. „Það er ógeðslega gaman að þjálfa og að geta miðlað því sem maður kann. Ég er náttúrlega kannski svolítið af gamla skólanum, en íþróttin er náttúrlega alveg sú sama.“

Elísabet segir þau Tomasz Luba, aðalþjálfara, hafa komist niður á mjög rökrétta verkaskiptingu. „Hann er kannski meira í fótboltalega þættinum og því öllu. Hann er rosalega flottur í því og þeim æfingum og ég er meira í andlega þættinum. Ég tækla hausinn á þeim meira.

Bara út frá því að hafa verið stelpa í þessu sjálf, og svo er ég náttúrlega með mína menntun og fleira, þannig að ég get svolítið tæklað þær öðruvísi en hann. Svo er líka gott að hafa Fanneyju Úlfarsdóttur með okkur, því hún er líka flottur þjálfari og kemur með enn aðra sýn á móts við okkur Tomasz.

Þetta er ágæt verkaskipting og ég reyni að miðla minni reynslu til þeirra á ýmsum sviðum og pressa á þær með hvatningu og jákvæðum punktum. Það þýðir ekkert fyrir þær að ætla að væla eitthvað í mér,“ segir Elísabet og leggur áherslu á að hún sé vel meðvituð um, og hafi í huga, að hún er með brjálað keppnisskap.

Hugsa eins og Dorrit

„Ég var náttúrlega bara biluð í keppnisskapinu. Algjörlega. Ég hef heyrt það núna á seinni árum þegar maður er orðin fullorðin og hittir einhverja sem voru að æfa með manni, að maður var víst ekkert lamb að leika við.“

Elísabet segir keppnisskapið enn til staðar og að það blossi upp í öllu sem hún tekur sér fyrir hendur. „Ég hef kannski aðeins náð tökum á þessu eftir að ég þurfti að endurforrita hvernig ég hugsa hlutina og fór að reyna að hugsa stundum eins og Dorrit.“ Þetta þarfnast vitaskuld frekari skýringa og ekki stendur á þeim.

„Einhvern tímann heyrði ég að Dorrit hefði sagt að ef hana langar í eitthvað þá bíði hún í þrjá daga og ef hana langar enn þá í það eftir umhugsunartímann, þá geri hún eitthvað í því.

Ég heyrði þetta einhvern tímann og ég hef oft hugsað um þetta. Þótt mig langi í eitthvað, eða að gera eitthvað, þá ætla ég núna að gera eins og Dorrit og hugsa þetta svolítið lengur og sjá til. Annað hvort gleymi ég því eða verð áfram að hugsa um þetta og þá gerist eitthvað.

Þetta er hluti af þessari endurforritun, því að ég get hvorki ætlast til þess af sjálfri mér eða öðrum að það þurfi alltaf að vera allt í botni,“ segir Elísabet og vitnar í tíðar umvandanir sonar síns: „Mamma það þarf ekki allt að vera keppni,“ áður en hún svarar þeirri ábendingu ákveðið og skellihlæjandi: „Víst!“

STRÁKARNIR FÁ BÚNAÐ TIL AÐ NÁ ÁRANGRI EN VIÐ ÞURFUM AÐ NÁ ÁRANGRI TIL AÐ FÁ BÚNAÐINN.

Libby's®

Þetta verður grillað sumar







Gráa húsið vinstra megin á myndinni er gistiheimilið Gullsól. Veitingastaðurinn Krían og Búðin eru fyrir miðju og lengst til hægri sést í annað af tveimur raðhúsum í Grímsey. MYND/AUÐUNN NÍELSSON

Gunnþóra Gunnarsdóttir
gun@frettabladid.is



Ertu á leið inn í þorp?

Hásumar og heillandi að ferðast um landið okkar. Nóttin björt, hvergi þó bjartari en í Grímsey, sem liggur um 40 kílómetra frá landi og teygir sig norður fyrir heimskautsbaug. Þar er líka gott mannlíf.

Það má búast við ókyrrð í lofti út Eyjafjörðinn," tekur flugstjóri Norlandair-vélarinnar fram, þegar hann undirbýr okkur farþegana undir hálftíma flug frá Akureyri til Grímseyjar. Þá ókyrrð verð ég þó ekkert vör við, því athyglin er á því sem fyrir augun ber, hvanngrænt Höfðahverfið og Látraströndina með sæbratta hamra í sjó fram en gróðursælar hlíðar á milli. Utan við Gjögurtá víkkar sjóndeildarhringurinn, í fjarska marir Flatey í kafi og enn fjær glittir í Lundey. En fyrr en varir er lent í Grímsey. Þar með rætist gamall draumur.

„Ertu á leið inn í þorp?" spyr vingjarnleg kona, Inga að nafni, og býður mér far. Hún skilar mér á gistiheimilið Gullsól sem ég á pantað herbergi í. Tvö reisuleg gistiheimili eru í Grímsey, hvort við sína lífæð eyjarinnar; Básar við flugvöllinn og Gullsól við höfnina. Auk þess tekur Halla Ingólfsdóttir eigin hópa í gistingu, hún rekur fyrirtækið Arctic Trip og er með alhliða ferðaþjónustu.

Inga bendir mér á sundlaugina, Búðina og veitingastaðinn Kríuna. Á neðri hæð Gullsólar er Gallerí Sól með kúnst heimafólks og kaffi og með'ði. Ég tylli mér við borð á pallinum þar utan við um stund og anda að mér staðnum. Vindur er stífur úr suðri fram á síðdegið, þá dettur á dúnalogn. Best að rölta.

Svartfuglsegg á leiðum

Klettasnasir og víkur skiptast á þegar bjargbrúnin er þrædd suður að vitanum, sem hefur sent sjófarendum kveðju sína í yfir áttatíu ár. Formfagrar bergmyndanir með stöpum og stuðlum mæta augum á þeirri leið, að ekki sé minnst á breiður af skarfakáli og aragrúa fugla sem hér lifa óáreittir af tófum, minkum, köttum, hundum, rottum og músum. Krían er yfir og allt um kring, en lætur þó vera að gogga í hausinn á mér og lundinn í brúnunum virðist jafn forvitinn um mig og ég um hann.

Á heimleið labba ég meðfram byggðinni. Húsum heimamanna, bæði brottfluttra og búandi í eynni, er langflestum vel haldið við. Ég staldra við hjá Miðgarðakirkju, les á legsteinana, sumir sem þar hvíla voru þjóðsagnapersónur í lifanda lífi, svo sem hún Inga Jóhannesdóttir úr Fjörðum sem varð 101 árs og var á tímabili langamma allra barna í skólanum. Svartfuglsegg hafa verið lögð á leiðin. Það er fallegt.

Leiktækin utan við skólann vitna um mannlífið í Grímsey eins og það var fyrir fáum árum, þar er meira að segja marglit hoppdýna, öðru nafni ærslabelgur, en leiksvæðið er autt og hljótt þessa stundina og ekkert skólahald var í eynni síðasta vetur.

Nóttlaus voraldar veröld

Ég tek í snerilinn á veitingahúsinu Kríunni, jú, þar er opið og þó nokkuð af fólki, þó enginn bíll standi utan við, enda staðurinn í göngufæri frá öllum í eyjunni. Þær eru tvær að afgreiða, Unnur Ingólfsdóttir, sem á Kríuna og Aleksandra Gorzkowska. Ég fæ mér girnilegan fiskrétt af matseðlinum og eftir því góðan. Kemst fljótt í kynni við heimafólk og gesti og stemningin er góð á staðnum, svo kvöldið líður fljótt. „Viljið þið ekki koma í siglingu kringum eyjuna?" spyr Svafar Gylfason, maður Unnar, og stendur upp. Auðvitað eru allir til í það og halda glaðir niður að höfn, þar bíður okkar Konráð, einn af bátunum hans Svafars. Hann er nýbúinn að bæta einum fiskibát við sem hann





Stórsöngvararnir Gylfi og Ragnar fóru létt með að yfirgnæfa fuglagargið í björgunum. MYND/GUN





Lundinn hefur næstum jafn mikinn áhuga á fólki og fólk á honum. MYND/ AUÐUNN NÍELSSON

MÉR LÍÐUR EINS OG TRALLA Í BÓKINNI SEM ÉG LAS FYRIR BÖRNIN MÍN UNG, HANN BJÓ LANGT NORÐUR Í HÖFUM ÞAR SEM SÓLIN ALDREI SEST OG ÞURFTI ÞVÍ ALDREI AÐ FARA Í RÚMIÐ.



Þegar komið var úr hringferðinni um miðnætti, prófuðu Svafar og Unnur nýja gúmmíbátinn. MYND/GUN



Byggðin teygir sig frá Sandvík suður eftir eyjunni. MYND/AUÐUNN NÍELSSON



Velgjörðamannsins Fiske minnst á torgi

Ofan við höfnina er snoturt torg til heiðurs Daniel Willard Fiske (1831-1904), velgjörðamanni Grímseyinga. Þar eru taflborð, bekkir, fræðsluskilti og listaverk.

Fiske var bandarískur fræðimaður sem heimsótti Ísland undir lok 19. aldar og þó hann sigldi framhjá Grímsey heillaðist hann af lífsbaráttu íbúanna og skákáhuga sem honum barst til eyrna. Ákvað því að gefa þangað fé til bókakaupa og töfl á hvert heimili.

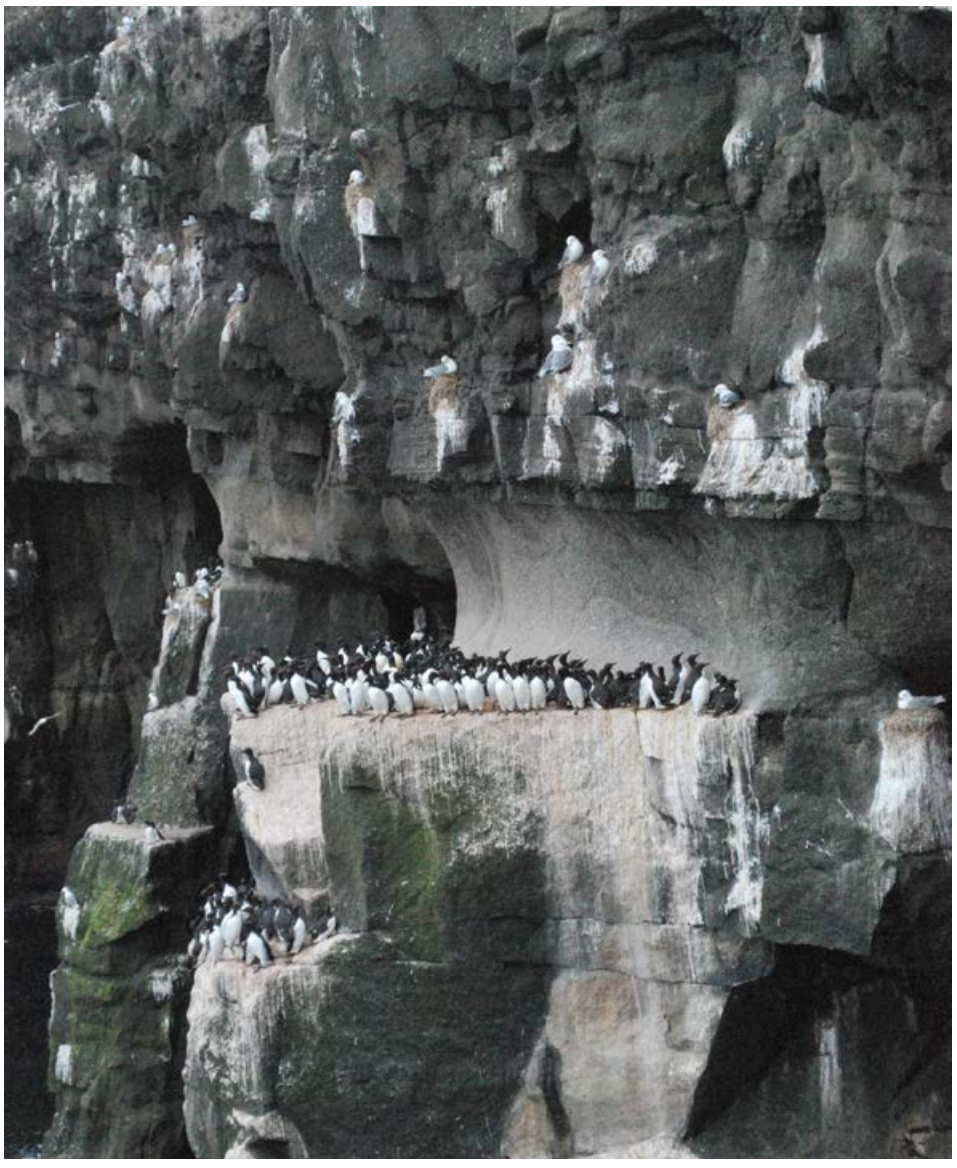
Grímseyingar halda jafnan þjóðhátíð 11. nóvember, á fæðingardegi Fiske.



Miðgarðakirkja var byggð 1867 en gerð upp 1932. MYND/AUÐUNN NÍELSSON



Dagný Hauksdóttir, Arna Björk Gylfadóttir og Ingólfur Bjarni Svafarsson á útsýnisstað í bjarginu. MYND/GUN



Langvíurnar sitja þétt á Breiðapalli, þar sem eyjaskeggjar sækja um 200 egg á vorin. MYND/GUN

keypti í félagi við son sinn, Ingólf Bjarna, sem stundar strandveiðar á honum í sumar.

Við stímum norður með eyjunni vestanverðri og njótum fegurðar og fuglalífs. Sums staðar er dólað inn í víkur og bása, loftið ymur af fuglakliði og Gylfi Gunnarsson, faðir Svafars, fræðir okkur gestina um kennileiti, bjargsig og eyjabúskap. Svo hefja hann og Ragnar Sigfússon, frá Gunnarsstöðum í Þistilfirði, magnaðan söng, björgin taka undir og að lokum allir um borð. Við siglum í hásumarblíðunni norður fyrir heimskautsbaug og sveigjum svo suður með austurströndinni sem rís hæst í yfir hundrað metra. Haf, loft og hamrar iða af lífi.

En allt tekur enda, hálfur annar tími líður eins og örskotsstund og hringnum er lokað í höfninni. Því-líkt kvöld. Þó miðnætursólin skíni bak við ský er nóttin björt sem dagur. Mér líður eins og Tralla í bókinni sem ég las fyrir börnin mín ung, hann bjó langt norður í höfum þar sem sólin aldrei sest og þurfti því aldrei að fara í rúmið.

Tignarlegar þúfur

Næsta morgun er heiðríkur himinn og ég ákveð að þvera eyjuna. Það telst ekki metnaðarfullt plan, en ofan af Hæðinni, sem liggur eftir eynni frá norðri til suðurs, sést vel til allra átta. Grímsey er öll vaxin grasi og á leið minni verða flákar af þúfum, sumar eru risastórar og strýtumyndaðar. Kindur og hestar eyjaskeggja eiga sitt sumarland á austanverðri eynni.

Ferjan Sæfari kemur þennan daginn frá Dalvík. Afli heimamanna frá deginum áður er fluttur úr íshúsinu um borð, til vinnslu uppi á landi.

Um kvöldið er mér aftur kippt með í óvænta ævintýraferð, nú norður á Fót, með viðkomu við listaverkið Orbis et Globus sem stendur á baugnum. Síðan niður á syllu, sem býður upp á óviðjafnanlega nálægð við veröld fuglanna. Ingólfur Bjarni hefur forystuna, alinn upp í björgunum. Hann þekkir þar vissa einstaklinga og heilsar sumum hlýlega en einn og einn múkki fær kaldari kveðjur, enda er von á kraftmiklum gusum frá þeim. Ingólfur kennir okkur samferðafólkinu að þekkja muninn á fýl og ritu – eða skeglu eins og Grímseyingar kalla hana – og líka á álku og langvíu. Teistan er auðþekkt, ávallt spariklædd, í rauðum sokkum og svörtum kjól með hvítum pífum í hliðunum.

Brottfarardagur rennur upp en ég gæti vel hugsað mér að vera lengur í Grímsey og skil þá sem hafa skotið rótum í þessari náttúruperlu norður í höfum. Þorleifur EA 88 kemur að landi um miðjan dag með átta tonn úr netum sem lögð voru daginn áður, en mér skilst að frekar tregt fiskirí sé hjá Ingólfi Bjarna þennan daginn, hann ætli að standa við færin til kvölds.

Nú heyrist í flugvélinni og kríusmölun stendur yfir á vellinum. Mér er ekki til setunnar boðið.

„Ég er gamalrómantíker núna“

Tony Hadley ruddi nýrómantíkinni braut með Spandau Ballet í upphafi níunda áratugarins. Hann dvelur ekki í fortíðinni en ætlar þó að syngja öll sín þekktustu 80´s-lög þegar hann verður gestur Todmobile í Laugardalshöll.

Þórarinn Þórarinsson
thorarinn@frettabladid.is



Hljómsveitin Spandau Ballet var einn helsti brautryðjandi nýrómantísku bylgjunnar sem spratt upp úr klúbbastemningunni í London og Birmingham, undir sterkum áhrifum frá til dæmis David Bowie í upphafi níunda áratugarins, sem löngum hefur verið kenndur við „sítt að aftan.“

Frjáls og óháður, eftir að hafa hætt í það minnsta tvisvar í Spandau Ballet í illu, er söngvarinn Tony Hadley væntanlegur til Íslands í lok október í boði Todmobile, sem hefur stundað það með góðum árangri undanfarin ár að fá fornfræga áhrifavalda sína til samstarfs og tónleikahalds.

„Það var bara hringt og mér var boðið að koma til Íslands og ég sagði bara: „Já, af hverju ekki?“ Gigg er gigg, en þetta verður mitt fyrsta á Íslandi,“ sagði breski söngvarinn Tony Hadley eldhress þegar Fréttablaðið náði við hann Zoom-sambandi á föstudagsmorgni.

Eru Íslendingar klikkaðir?

Tónleikar Todmobile, Sinfóníuhljómsveitar Norðurlands og Hadleys verða í Laugardalshöll 30. október, en svo skemmtilega vill til að Hadley, sem varð sextugur í júní, stendur á þeim tímamótum í október að hafa verið í tónlist í 40 ár.

„Þetta verður mjög skemmtilegt og ég hlakka mikið til að koma,“ segir Hadley, og hafið engar áhyggjur. Ég mun taka Gold, True, Through the Barricades, Only When you Leave og To Cut a Long Story Short,“ segir Hadley og telur upp vinsælustu lög Spandau Ballet frá gullaldarárunum.

„Ég tel að á tónleikum sé mikilvægast að spila það sem fólkið vill heyra og maður verður að taka þessi lög. Ég er mjög sannfærður um að það eigi að sjá til þess að fólkið fái það sem það vill,“ segir Hadley og spyr: „Hvernig eru íslenskir áheyrendur? Klikkaðir?“

Ætli það megi ekki segja að þeir séu yfirleitt klikkaðir á kurteisan hátt.

„Já, það virðist vera svolítið þannig þegar maður kemur til Skandinavíu,“ segir Hadley og hlær. „Fólkið þar virðist einmitt svolítið klikkað, en kurteist.“

Úldinn hákarl

„Konan mín hefur komið tvisvar til Íslands og hún segir að þetta sé stórkostlegt land. Þau eru ekki mörg löndin sem ég á eftir að heimsækja en Ísland hefur verið eitt þeirra og ef mér hefði ekki verið boðið að koma til þess að syngja, þá hefðum við átt eftir að fara í frí til Íslands. Vegna þess að konan mín segir að það sé svo fallegt. Stórkostlegt.“

Alison Evers, eiginkona Hadleys, hefur meðal annars starfað fyrir bílaframleiðendurna Audi og Volkswagen og hann segir hana hafa komið hingað á þeirra vegum. „Hún hefur borðað úldinn hákarl og alls konar. Allt túristadótið,“ segir Hadley og greinilegt að hann er kominn í ferðahug eftir að hafa mátt þreyja COVID-þorrann í Bretlandi.

Einn í ballet

„Ég elska að spila á tónleikum,“ segir Hadley þegar hann tekur tónleikaþráðinn upp aftur. „Og það er gaman að segja frá því að ég er nýbúinn að gefa út nýtt lag sem heitir Obvious,“ segir Hadley um fyrstu smáskífuna af væntanlegri breiðskífu sem ljóst er að muni eitthvað tefjast vegna COVID.

Hadley segir að honum finnist ósköp ljúft að geta lætt nýjum lögum að á tónleikum, inn á milli gömlu slagaranna með því að segja: „Hey, tékkiði á þessu. Þetta er nýtt lag. Ég vona að ykkur líki það.“ Ég held að það sé mikilvægt fyrir tónlistarmenn að halda áfram að semja og framleiða nýtt efni. Jafnvel þótt það skili engum peningum,“ segir Hadley og hlær og hvetur blaðamann til þess að finna Obvious á YouTube.

„Sólóferillinn hefur reyndar gengið mjög vel og ég hef verið mjög heppinn,“ segir Hadley sem unir hag sínum vel eftir að hann hætti í Spandau Ballet. „Þetta var skrýtið þegar Spandau Ballet gliðnaði í sundur í fyrsta skipti. Sveitin hefur tilhneigingu til þess og það var mjög sérstakt að vera sóló listamaður eftir að hafa verið í hljómsveit síðan þú varst sextán ára. En ég hef borið gæfu til þess að umkringja mig frábærum tónlistarmönnum og svo puðar maður bara áfram í þessu.

Augnskuggar fortíðarinnar

Sitt sýnist hverjum um níunda áratuginn, tónlist hans og tísku en tónlist tímabilsins endist von úr viti og ekki þarf annað en að kalla Sigga Hlö og útvarpsþáttinn hans, Veistu hver ég var? til vitnis.

„Í alvöru?“ Hváir Hadley og finnst greinilega nokkuð til um þegar honum er tjáð að vikulegur útvarpsþáttur með 80´s tónlist hafi notið stöðugra vinsælda árum, ef ekki áratugum, saman.

Hann sjálfur, einn óumdeildra frumkvöðla bresku nýrómantíkurinnar sem skall á heimsbyggðinni upp úr 1980, kippir sér þó ekki upp við neitt og veltir hvorki fyrir sér gömlum né nýjum merkimiðum.

„Mér er alveg sama. Ég er þá gamalrómantíker núna. Ég er ekki lengur nýr, en þetta var gott tímabil. Það var spennandi að vera þarna,“ segir Hadley þegar hann er spurður hvort það sé kalt í glæstum augnskugga fortíðarinnar, en nýrómantíkerarnir kunnu á sínum tíma mátulega vel við þann stimpill og kepptust við að hreinsa hann af sér, án þess þó að hárlakkið og andlitsmálningin skoluðust af í leiðinni.

„Að vera hluti af Live Aid, Band Aid og njóta þeirra margvíslegu vinsælda sem við gerðum, er eitthvað sem flestir geta aðeins látið sig dreyma um. Við skemmtum okkur stórkostlega og mér er alveg sama þótt ég sé kallaður nýrómantíker eða gamalrómantíker,“ segir hann og hlær.

Pólitískur glimmerpottur

Hadley segir að hver áratugur fyrir sig hafi vissulega einhver sérkenni þegar þannig sé á þá litið og margt geti þótt hallærislegt þegar horft er til baka. Það er að segja þangað til nógu langt er frá liðið og ljómi nostalgíunnar færist yfir. „Á tímabili furðuðu einhverjir sig á þeim sem lýstu aðdáun sinni á Spandau Ballet eða Duran Duran.

„Síðan líður nógu langur tími og fólk fer að horfa til baka í nostalgíu og getur þá viðurkennt að það hafi bara í raun verið nokkuð góð lög þarna og eitthvað um góðar hljómsveitir. Þau hafi kannski klætt sig svolítið furðulega, en þetta var gott tónlistartímabil.

Ég er ekki mikið fyrir að dvelja í fortíðinni og ég tel að níundi áratugurinn hafi verið frábær og einstakur og að dramatísku, pólitísku breytingarnar séu mikilvægastar. Kalda stríðinu lauk, Apartheid, Live Aid. Það breyttist rosalega margt á þessum áratug.

Hvað tónlistina varðar segir Hadley hana alls ekki jafn einsleita og margir vilja vera láta. „Culture Club, Depeche Mode, Spandau Ballet, Duran Duran og The Human League hafa mjög ólíkan tón. Þarna eru alls konar mismunandi hljómar, þótt þeir hafi orðið hlutar af tónlistarlegu afli. Raddir okkar Simons Le Bon eru gerólíkar og hvor okkar með sinn einstaka söngstíl,“ segir Hadley og nefnir einnig Midge Ure úr Ultravox, sem er einmitt einn þeirra sem hafa nú þegar troðið upp með Todmobile.

„Þannig að ég held að þetta hafi verið mjög áhugaverður áratugur. Mér finnst margir af þeim yngri í dag syngja á almennari nótum. Þetta er svolítið eins og að fólk vilji hljóma eins og einhver annar.“



„Ég er mjög heppinn og næ enn þessum upphaflegu tónum,“ segir Tony um sérstaka rödd sína, sem heldur enn.

VIÐ SKEMMTUM OKKUR STÓRKOSTLEGA OG MÉR ER ALVEG SAMA ÞÓTT ÉG SÉ KALLAÐUR NÝRÓMANTÍKER EÐA GAMALRÓMANTÍKER.

Sótmálaðir með tveggja metra hár

Todmobile hefur um árabil fengið fornfræga tónlistarmenn til samstarfs og tónleikahalds. Fyrst Jon Anderson, söngvara Yes, og Steve Hackett, úr Genesis, en í kjölfarið fylgdu 80´s-kempurnar Midge Ure og Nick Kershaw og nú er komið að Tony Hadley, sem gerði garðinn frægan með Spandau Ballet.

„Þeir byrjuðu svolítið með þetta. Að klæða sig eins og einhverjir aristókratar í algerri andstöðu við pönkið,“ segir Þorvaldur Bjarni Þorvaldsson, forsprakki Todmobile og framkvæmdastjóri SinfoniaNord.



Þorvaldur Bjarni Þorvaldsson.

„Og Tony er svolítið sérstakur að því leyti að hann var svo karlmannlegur strax. Þessi djúpa rödd og þetta allt saman, sem var skemmtileg andstæða við að mála sig og vera í þessum fötum og öllu saman,“ heldur Þorvaldur áfram og gengst fúslega við áhrifum frá eitísinu.

„Algjörlega og ég get talið sjálfan mig vera 80´s tónlistarmann. Fyrsta platan sem ég gerði var náttúrlega með Pax Vobis 1984 og við vorum náttúrlega sótmálaðir í framan, með hárið alveg tvo metra upp og með stærstu axlapúða í heimi.“

FÓLK

Helgin

LAUGARDAGUR 18. JÚLÍ 2020



Frá unga aldri var markmið Ástu Kristínar Pjetursdóttur að verða víóluleikari. Í staðinn flutti hún til Flateyrar, tók gítarinn með og fór að semja. ↬4

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING á Hringbraut og hringbraut.is

Fylgstu með!



Brynjar Leifsson, gítarleikari Of Monsters and Men, ólst upp í Reykjanesbæ og hann hvetur Íslendinga til að kíkja í heimsókn í bæinn, enda svo ótrúlega margt skemmtilegt í boði í Reykjanesbæ. Hér er hann í Rokksafni Íslands fyrir framan mynd af eigin hljómsveit og sögu hennar. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Spennandi að alast upp í Bítlabænum

Brynjar Leifsson, gítarleikari hljómsveitarinnar Of Monsters and Men, er fæddur og uppalinn í Reykjanesbæ. Bítlabærinn og tónlistarlífið hafði mikið aðdráttarafl á hann sem barn sem síðar vakti tónlistaráhuga hans. ↬2

Framhald af forsíðu

Brynjar segir að Reykjanesbær bjóði upp á mikla sögu á tónlistarsviðinu og gestir sem komi til bæjarins finni vel fyrir því. Hljómahöllin dragi að marga ferðamenn, að ekki sé talað um Rokksafn Íslands, sem er safn um sögu popp- og rokktónlistar á Íslandi. Á safninu eru margir merkir gripir sem hafa verið í eigu íslenskra tónlistarmanna. Í Hljómahöllinni er einnig félagsheimilið Stapi sem á sér langa og merkilega sögu.

Brynjar hefur ferðast um heiminn með Of Monsters and Men og ætti að vera á tónleikaferðalagi um þessar mundir, ef ekki hefði komið upp heimsfaraldur. „Við vorum búin að taka okkur hlé í nokkuð langan tíma og vorum komin af stað aftur þegar COVID-19 kom upp. Það setti strik í reikninginn svo nú er ég bara í sumarfríi," segir hann. „Hann neitar þó ekki að fríið geti endað með nýrri tónlist."

Upplifun suður með sjó

Þegar Brynjar er spurður hvernig það hafi verið að alast upp í Bítlabænum, svarar hann. „Það var frábært að alast upp í Reykjanesbæ. Bæjarstemningin var fín, stutt í alla þjónustu og flestir bæjarbúar þekktust. Ég starfaði fyrst í byggingavinnu hjá afa og síðar föður mínum. Eins og flestir Suðurnesjamenn fór ég síðan að vinna á Keflavíkurflugvelli. Þar starfaði ég í öryggisgæslu sama ár og við í Of Monsters and Men bárum sigur úr býtum í Músiktilraunum. Eftir það jókst tónlistarvinnan og vaktavinnan á Vellinum fór ekkert sérstaklega vel með henni."

Brynjar segir að Reykjanesbær hafi upp á mjög margt að bjóða fyrir ferðamenn. Það sé upplifun að skreppa suður með sjó. Eftir að hafa heimsótt margs konar borgir og bæi á ferð sinni um heiminn, segir hann það koma á óvart hversu margt sé um að vera í Reykjanesbæ. „Ég hef komið á miklu stærri staði úti í heimi þar sem eru kannski tveir barir og McDonalds, annað ekki," segir hann og bætir við að í bænum sé reyndar fræg skyndibitamenning. „Það verða allir að heimsækja þessa helstu staði eins og Langbest, Ólsen Ólsen og Villa. Hver staður hefur sín sérkenni, pítsurnar á Langbest, geggjaðir bátar á Ólsen Ólsen og svo er það hinn frægi hamborgari með öllu á Villa. Villaborgari er með öllu því sama og pylsa með öllu. Rosalega góður og kemur á óvart," segir hann.

Næg afþreying

„Allaf er áhugavert að kíkja í Duus Safnahús og rölta þar um. Þar er alltaf eitthvað um að vera. Í Duushúsi er veitingahús, smábátahöfnin fyrir utan og Skessan ekki langt frá. Þangað koma foreldrar með börn sem eiga að hætta með snuð. Börnin skilja snuðið sitt eftir í hellinum handa tröllskessunni. Fyrir reiðhjólafólk er hægt að hjóla eftir allri strandlengjunni sem er vinsælt, enda hægt að njóta fallegrar náttúru um leið. Síðan er ekkert síðra að hjóla gamla flugvallarveginn og skoða hersvæðið. Þar er gamla flugstöðin og flugskýli. Það er auðvitað hægt að keyra um svæðið líka. Þarna liggur mikil saga. Göngustígar eru víða og þeir eru auðfarnir enda mikið búið að leggja í þá. Það er einnig gaman að skoða gömul herskýli við Patterson flugvöllinn.

Það er margt hægt að gera á þessum slóðum. Golfvöllurinn er ekki langt í burtu og er glæsilegur og ótrúlega góður. Á meðan ég æfði golf hélt ég til þar. Sundlaugin er alveg spes, þar er sannkölluð vatnaveröld fyrir alla fjölskylduna. Vatnaveröld er með innilaug sem er með fullt af leiktækjum og er sérstaklega áhugaverð fyrir krakkana. Ég myndi segja að Vatnaveröldin væri algjör negla. Bæjarbúar fara í sund og síðan í Villaborgara á eftir," upplýsir Brynjar.

„Ég vil líka minnast á að það er mjög skemmtilegt að fara í bíltúr í nágrenni bæjarins, til dæmis út í Hafnir, sem er gamall og sjarmerandi lítill bær. Eldey stendur síðan tignarleg úr sjó fyrir utan Reykjanesið. Brúna milli heimsálfa verða allir að prófa að ganga yfir. Brúin er á plötuskilum milli Evrópu og Ameríku," segir Brynjar og bendir sömuleiðis á Reykjanesvirkjun, yfir staði sem vert er að skoða. „Það er áhugavert að koma þar."

Í Reykjanesbæ eru þriggja og fjögurra stjörnu hótel, auk margra góðra gistihúsa. „Það er hægt að velja sér lúxusgistingu og sum hótelin bjóða upp á flottan bröns. Það er sömuleiðis gaman að heimsækja Paddys og fá sér bjór. Paddy's er írskur pöbb þar sem bæjarbúar hittast. Notalegt er að setjast á pallinn með bjór í góðu veðri. Þar er boðið upp á strandblak á sumrin."

Stjörnur í augun

Brynjar segist hafa fundið mikið fyrir tónlistaráhuga í bænum þegar hann var að alast upp. Bróðir hans var í hljómsveitinni Koja og Brynjar fylgdist með bílskúrsæfingum. „Þegar ég gekk fram hjá Geimsteini fékk ég stjörnur í augun," segir hann, en það var stúdíó Rúnars Júlíussonar. „Það var alltaf einhver spenna að alast upp í Bítlabænum."



Safnið í Duushús er einkar áhugavert, að sögn Brynjars en það er meðal þeirra staða sem hann mælir með að heimsækja.
FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

„Ég hef komið á miklu stærri staði úti í heimi þar sem eru kannski tveir barir og McDonalds, annað ekki. Í Reykjanesbæ er reyndar fræg skyndibitamenning.

Reykjanesbær
- kíktu í heimsókn

Kíktu í heimsókn

Það er yndislegt að búa í Reykjanesbæ. Hér er friðsælt og fólkið er opið og ég er rosalega ánægður með hvernig samfélagið tók á móti mér og fjölskyldu minni þegar ég fluttist hingað fyrir 8 árum.
Ég féll samstundis inn í hópinn og leið aldrei eins og aðkomumanni. Reykjanesbær og næsta umhverfi hefur upp á margt að bjóða, jafnt fyrir heimamenn og fyrir fólk sem vill bara kíkja í heimsókn.
Nálægðin við höfuðborgina og flugvöllin er mikill kostur. Það er því auðvelt að mæta á staðinn og gera sér glaðan dag.
Hér í bæ er að finna söfn, frábæra matsölustaði, góða sundlaug með eina innileikjagarðinn á landinu svo ég viti til, ævintýralegum skessuhelli, mögnuðum göngustíg meðfram sjónum og útilistaverk.

Hér í kring er hægt að fara í fjallgöngur, til dæmis upp á Þorbjörn eða Keili, skoða Gunnuhver, jarðhitasvæðið við Krýsuvík og brúna á milli tveggja heimsálfa þar sem hægt er að ganga yfir brú á flekamótum Evrópu og Ameríku. Ekki má heldur gleyma vitanum og fjörunni við Garðskaga og einstöku sandhólunum í Sandvík, en þar gerðum við Íva tónlistarmyndband við lagið Barn, sem samtals hefur fengið yfir 124 þúsund áhorf. Í myndbandinu sést vel hversu náttúran er undursamleg í okkar nánasta umhverfi. Reykjanesbær er ætlaður öllum. Verið velkomin í heimsókn.

Már Gunnarsson, íþrótta- og tónlistarmaður



Már Gunnarsson býr í Reykjanesbæ og er stoltur af heimabænum. Hér er hann með Ívu, en þau syngja lagið Barn, sem hefur verið mjög vinsælt.



Fida Abu Libdeh bendir á Gunnuhver, sem hún segir mjög áhugaverðan til að heimsækja.

Fallegt svæði

Ég myndi byrja á því að fara í ferð um Reykjanesið sem er afar fallegt svæði, einna helst Gunnuhver þar sem ég gæti sýnt sterka tengingu við vörurnar okkar hjá GeoSilica sem koma úr jarðhitavatni og svo er áhugavert að fara á brú milli heimsálfa. Skemmtileg upplifun í nærumhverfi Reykjanesbæjar. Næst myndi ég fara með gestinn á SoHo í hádegisverð en þar er mjög ferskur, hollur og góður matur á boðstólum, en ásamt því er gríðarlega fallegt útsýni af staðnum yfir sjóinn og bjargið í Keflavík.

Fida Abu Libdeh, framkvæmdastjóri GeoSilica



Rannveig Garðarsdóttir leiðsögumaður hvetur alla til að koma í heimsókn.

Margt í boði í Reykjanesbæ

Ég myndi byrja á einu af kaffihúsunum í fallega bænum mínum og síðan fara í gönguferð eftir 10 km löngum göngustíg sem liggur með ströndinni á milli innri-Njarðvíkur og Keflavíkur, á göngustígnum eru upplýsingaskilti með reglulegu millibili, þar sem lesa má um nánasta umhverfið. Það má stoppa í Víkingaheimum og á Fitjum þar sem hægt er að njóta fallegrar náttúru, gefa öndunum og skoða fuglalífið. Þegar komið er til Keflavíkur er gaman að ganga um gamla bæinn, skoða veggllistaverk, upplifa Skessuhelli og staldra við í Duushúsum þar sem hægt er að skoða Listasafnið, sýningu Byggðasafnsins og Upplýsingamiðstöð ferðamanna og enda gönguferðina á að borða á einhverju af fjölmörgum veitingastöðum bæjarins.

Rannveig Lilja Garðarsdóttir leiðsögumaður

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: Torg ehf
Ábyrgðarmaður: Jóhanna Helga Viðarsdóttir

Umsjónarmenn efnis: **Elín Albertsdóttir,** elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | **Hjördís Erna Þorgeirsdóttir** | hjordiserna@frettabladid.is s. 550 5767 | **Oddur Freyr Þorsteinsson,** oddurfreyr@frettabladid.is s. 550 57686 | **Sandra Guðrún Guðmundsdóttir,** sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | **Þórdís Lilja Gunnarsdóttir,** thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

Sölumenn: **Arnar Magnússon,** arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, **Atli Bergmann,** atli@frettabladid.is, s. 550 5657, **Jón Ívar Vilhelmsson,** jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, **Jóhann Waage**, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656,



Taktu Krók á leiðarenda

Krókur er fyrirtæki sem að hefur sérhæft sig í flutningum og björgun ökutækja. Félagið rekur einnig þjónustumiðstöð fyrir tjónaökutæki þar sem veitt er ahliða þjónusta í meðhöndlun tjónabifreiða og annarra bifreiða samkvæmt óskum viðskiptavina.

Krókur býður m.a. uppá:
- Starfsmenn sem eru þjálfaðir og reyndir í bíla- og tækjaflutningum

KRÓKUR
á þinni leið

Vesturhraun 5 210 Garðabær

Tónlistin sprettur fram frá afar persónulegum stað

Frá níu ára aldri var markmið Ástu að verða víóluleikari. Í stað þess að fara í meistaranám á víólu í Sjanghæ, flutti hún til Flateyrar, tók gítarinn með og fór að semja. Þar varð frumraun hennar í plötuútgáfu, Sykurbað, til og í kjölfarið hlaut Ásta íslensku tónlistarverðlaunin fyrir plötu ársins.

Jóhanna María Einarsdóttir
johannamaria@frettabladid.is



Ásta Kristín Pjetursdóttir, tónlistarkona, vinnur hörðum höndum að nýrri plötu sem hún segir að verði meira upplífgandi en Sykurbað.

Ásta Kristín Pjetursdóttir var þriggja ára þegar hún hóf nám á víólu í Suzukiskólanum. „Foreldrar mínir skráðu mig á biðlista í fiðlunám þegar ég var ekki nema átta mánaða. Þegar ég var þriggja ára bauðst þeim að skrá mig í víólunám, sem þau og þáðu. Það er náttúrulega pínu klikkað að byrja í tónlistarnámi svona snemma, en þó mjög algengt hjá strengjaleikurum. Mér hefur alltaf fundist gaman að spila á víólu og foreldrar mínir skipuðu mér aldrei að æfa mig. Þetta var heldur engin kvöð. Frá því ég var níu ára, þá vissi ég hvað ég vildi gera. Ég ætlaði að verða víóluleikari og það kom ekkert annað til greina," segir Ásta.

Skjótt skipast veður

Ásta samdi sína fyrstu plötu, Sykurbað, árið 2018, samhliða námi í lýðskólanum á Flateyri. „Mér bauðst að fara í meistaranám í víóluleik til Sjanghæ, en langaði alls ekki. Klassísku tónlistarnámi fylgir rosalegt álag og ég vildi ekki halda áfram á þeirri braut. Ég þurfti að breyta til og er í dag ótrúlega þakklát sjálfri mér að hafa hlustað á mig, rifið mig upp og breytt um umhverfi. Ég er heldur ekki viss um að ég hefði samið eitt einasta lag, hefði ég ekki tekið þessa ákvörðun. Ég hafnaði tilboðinu og fór í skapandi nám á Flateyri í staðinn. Ég tók gítarinn hans pabba með mér og byrjaði að semja."

Ásta á sterkar rætur til Flateyrar. „Afi var að vestan og sömuleiðis allir forfeður hans. Foreldrar mínir keyptu þar hús þegar ég var níu ára og við vorum þar öll sumur uns ég varð unglingur. Því var ekki svo handahófskennt að ég færi þangað. Það var skrítið að vera kominn á stað í lífinu þar sem maður segir skilið við gamlan draum og þarf allt í einu að finna sig upp á nýtt. Ég var skyndilega týnd, en Flateyri er að mörgu leyti mjög góður staður til að finna sig."

Samdi sitt fyrsta lag

Ásta hafði aldrei samið áður en fyrsta lagið á Sykurbaði varð til. „Ég hafði stundum pælt í því hvort ég gæti samið, en alltaf ákveðið að ég gæti það ekki. Mér finnst fáránlegt í dag hvað ég hafði ákveðið um sjálfa mig, áður en ég hafði svo mikið sem prófað. Af hverju gerði ég þetta? Ég veit það ekki. En ég tók ákvörðun að prófa. Ég byrjaði á að yrkja ljóð, svo tók ég upp gítarinn."

Sykurbað varð öll til á Flateyri, en fyrir verkið hlaut Ásta íslensku tónlistarverðlaunin 2020 fyrir plötu ársins, í flokki þjóðlaga- og heimstónlistar. Þá var hún einnig tilnefnd í flokknum söngkona ársins, þegar hún var nýbyrjuð að hugsa um sjálfa sig sem söngkonu. „Þetta ár á Flateyri var bæði gefandi, en líka erfitt. Flateyri er rosalega einangraður staður og þarna getur orðið ógeðslega kalt og vont veður. Myrkrið virðist líka óendanlegt á veturna. Ég var svo í andlegu ofbeldissambandi á þessum tíma og var allt í senn að semja, taka upp og vinna plötuna, á sama tíma og allar tilfinningarnar brutust um innan í mér. Þegar ég lít til baka er ég ótrúlega stolt af mér, að hafa náð að skapa eitthvað fallegt og gott úr hlutum sem voru það ekki endilega." Ásta segist hafa grátið við upptökur á laginu „Segulsvið". „Það var ótrúlega sársaukafullt að taka þetta lag upp. Ég var rosalega hrædd við þessar tilfinningar og hafði aldrei spilað lagið fyrir neinn áður."

Innblásturinn

„Innblásturinn kemur alls staðar frá. Flateyri er ótrúlega fallegur staður og náttúran er þarna alltumlykjandi. Veröldin er líka margbreytileg og það er svo margt hægt að fá að láni. Ég fæ líka innblástur úr hversdagslegum hlutum og skrifa út frá þeim. Ég er stimpluð sem söngvaskáld, eða þjóðlagapoppari í tónlistarsenunni, en mér finnst tónlistin mín koma frá miklu persónulegri stað. Ég hef alltaf hlustað á fjölbreytta tónlist og fengið innblástur þaðan, hvort sem það er klassísk tónlist eða sænskt, næntís danspopp. Ég hlusta jafnt á Skrillex og Mahler og allt þar á milli. Ég sé sjálf hvernig ýmsar stefnur smitast inn í tónlistarheim minn, en get samt alveg skilið að einhver sem er að hlusta á plötuna mína í fyrsta sinn heyri eitthvað annað."

> **Það var ótrúlega sársaukafullt að taka þetta lag upp. Ég var rosalega hrædd við þessar tilfinningar og hafði aldrei spilað lagið fyrir neinn áður.**

Tungan og tilfinningarnar

Á Sykurbaði má sjá að Ásta leggur mikið upp úr textasmíðum, enda á hvert lag á plötunni sína eigin sögu. „Ég er mikið íslenskunörd og textar skipta mig mjög miklu máli; sérstaklega í svona tónlist. Ég sem á íslensku, því það liggur beinast við. Ég er íslensk og hugsa og tjái tilfinningar mínar á íslensku. Mér finnst íslenskan líka mjög falleg og hef gaman af því að leika mér með tungumálið. Mér þykir afar vænt um tungumálið og það brýtur hjarta mitt þegar ég les um að börn geti ekki lesið sér til gagns. Íslenskan hefur upp á svo margt að bjóða."

Eitt lagið á plötunni nefnist „Mundilfari" og er ekki úr vegi að spyrja hvað það merki. „Mundilfari hét jötunn sem var faðir sólar og tungls. Ég rakst á orðið í orðabók og þótti það svo kraftmikið að ég fann mig knúna til að nota það. Íslenskan háir mér heldur ekki neitt. Ég spilaði á tónleikum í New York þar sem voru bara tveir Íslendingar í salnum. Eftir tónleikana komu áhorfendur til mín og sögðu mér að þó svo þeir hefðu ekki skilið orð af því sem ég var að syngja, þá hefðu þeir fundið það í gegnum tónlistina. Ég held að það sé nauðsynlegt fyrir okkur að skilja ekki allt og þess vegna eru ólík tungumál kannski svona mikilvæg. Maður þarf, og á kannski ekki alltaf, að skilja allt."

Ný mið

Ásta vinnur hörðum höndum að nýrri plötu sem kemur vonandi út á næstu mánuðum. „Ég er búin að semja öll lögin og byrjuð að taka upp. Halldór Eldjárn pródúserar plötuna og Atli Arnarsson sér meðal annars um upptökur. Það er ótrúlega gaman að vinna með öðru hæfileikafólki og fá að víkka út hljóðheiminn, en halda jafnframt í sjálfa sig. Þetta er konsept-plata, þar sem ég vinn með eina kveikju sem myndar eina heild. Það er aðeins meiri húmor í þessari plötu en Sykurbaði, sem hlýst af því að mér líður mun betur í dag en þegar ég samdi hina. Hún er því ósjálfrátt meira upplífgandi. Maður verður að fá að tjá tilfinningar sínar, sama hverjar þær eru."



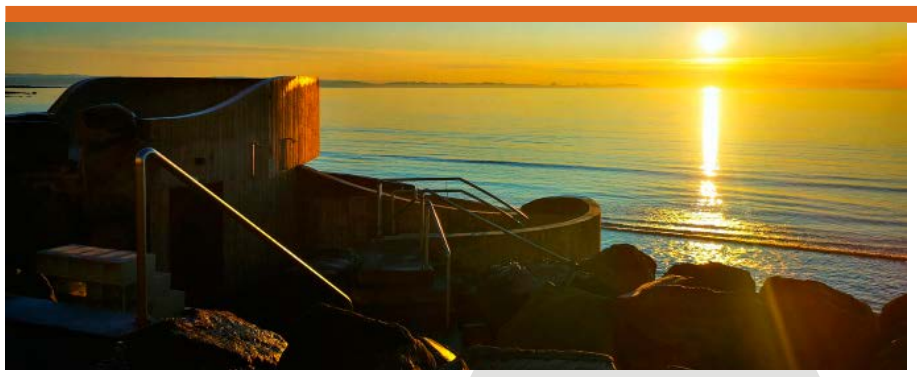
Atvinnublaðið

Mest lesna atvinnublað Íslands*

Sölufulltrúar: Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is 550 5625, Viðar Ingi Pétursson, vip@frettabladid.is 550 5626

*Neyslukönnun Gallups 2018, allt land, 18-80 ára

job









Akraneskaupstaður

HEILSUEFLANDI SAMFÉLAG
Akranes
vellíðan fyrir alla

STARF FORSTÖÐUMANNS ÍÞRÓTTAMANNVIRKJA Á AKRANESI

Akraneskaupstaður auglýsir stöðu forstöðumanns íþróttamannvirkja lausa til umsóknar. Íþróttamannvirki á Akranesi eru Bjarnalaug, íþróttahúsið við Vesturgötu, íþróttahúsið á Jaðarsbökkum, sundlaugin Jaðarsbökkum, Akraneshöll, grasvellir, fimleikahús og Guðlaug - heit laug á Langasandi.

Helstu verkefni og ábyrgðarsvið:

- Fagleg og fjárhagsleg ábyrgð á starfsemi íþróttamannvirkja Akraneskaupstaðar
- Rekstur og dagleg stjórnun íþróttamannvirkja
- Stjórnun, ábyrgð og eftirfylgni starfsmannamála
- Gerð starfs- og fjárhagsáætlana
- Náið samstarf við Íþróttabandalag Akraness, skólasamfélagið og aðra sem sinna tóm-stundamálum

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun eða önnur sambærileg menntun sem nýtist í starfi
- Stjórnunarreynsla og þekking á rekstri
- Leiðtogafærni og vilji til þess að tileinka sér nýjungar í starfi
- Haldgóð þekking á málaflokknum
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð ásamt frumkvæði í starfi og faglegum metnaði
- Þjónustulund, jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum

Umsóknarfrestur er til og með 9. ágúst 2020. Nánari upplýsingar um starfið veita Geirlaug Jóhannsdóttir, geirlaug@hagvangur.is og Hlynur Atli Magnússon, hlynur@hagvangur.is. Umsóknum fylgi ítarleg starfsferilskrá ásamt greinargerð þar sem kemur fram ástæða umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi til starfsins. Umsóknir óskast fylltar út á www.hagvangur.is.

HAGVANGUR

Sterk tengsl
í íslensku atvinnulífi



hagvangur.is

HAGVANGUR



Sérfræðingur á rekstarsviði

Í boði er krefjandi starf í spennandi starfsumhverfi

Viðkomandi sérfræðingur þarf að þekkja almenna bókunarferla, mun vinna við skráningu innborgana, eiga samskipti við viðskiptavini, vinna uppgjör verkefna, sjá um birgðahald og hafa umsjón með inn- og útflutningi fyrirtækisins. Sérfræðingur mun einnig að hafa yfirumsjón með afstemmingum og uppgjörum fyrir dótturfyritæki KAPP ehf.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Bókun rekstrarreikninga og bankahreyfinga.
- Bókun innborgana frá viðskiptavinum.
- Afstemmingar banka og virðisaukaskatts og skil á skýrslum til RSK.
- Yfirumsjón með innflutningi og tollafgreiðslu sendinga.
- Uppgjör verkefna og gerð sölureikninga.
- Samskipti við viðskiptavini, banka og innheimtufyrirtæki m.a. vegna óinnheimtra krafna.
- Greiningar stöðu viðskiptamanna og samantekt tölulegra upplýsinga um innheimtu og vanskil.
- Ýmis tilfallandi verkefni og almenn aðstoð á skrifstofu KAPP ehf.

Menntunar- og hæfniskröfur

- Viðskiptafræðipróf eða próf sem viðurkenndur bókari.
- Amk. þriggja ára starfsreynsla á sviði bókhalds og uppgjörsvinnu.
- Gott vald og þekking á tölvubókhaldi DK, Stólpa eða Navision.
- Góð færni í ritvinnslu og gott vald á Word, Excel, Outlook, Powerpoint og SharePoint.
- Mjög góð hæfni í samstarfi og mannlegum samskiptum.
- Glöggt auga við meðhöndlun talna og nákvæmni.
- Hæfni til að móta, einfalda og setja upp nýja verkferla.
- Hæfni til að tileinka sér nýjar vinnaðferðir eða tækni.
- Frumkvæði og útsjónarsemi og geta til að vinna undir álagi.

Umsóknarfrestur er til og með 27. júlí
Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar.

Umsækjendur skulu sækja um starfið í gegnum alfred.is.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Ragnheiður Dagsdóttir (ragnheidur.dagsdottir@radningar.org)

KAPP ehf er fjölbreytt fjölskyldufyrirtæki sem byggir rekstur sinn á nokkrum rekstareiningum. Helstu viðskiptavinir eru í sjávarútvegi, matvælaiðnaði, smásölu, flutningum og í almennum iðnaði. KAPP framleiðir OptimICE® krapakerfi og forkæla og rekur öflugt renni, véla- og kæliverkstæði. Hjá KAPP starfa í dag 47 starfsmenn, með aðstöðu í Garðabæ, Reykjavík og í Vestmannaeyjum.

KAPP ehf
VÉLA-KÆLI & RENNIVERKSTÆÐI
Miðhraun 2 · 210 Garðabær · Sími 587 1300 · www.kapp.is



Þarftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf. Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770
www.radum.is • radum@radum.is

BODYGUARDS

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöður Bodyguards lausa til umsóknar.
Umsóknarfrestur er til og með **26. júlí 2020.**
Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu sendiráðsins: https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/
Umsóknir skulu sendar í gegnum Electronic Recruitment Application (ERA)

The U.S. Embassy in Reykjavik is seeking individuals for the positions of Bodyguards. The closing date for this postion is **July 26, 2020.** Application instructions and further information can be found on the Embassy's home page:https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/
Applications must be submitted through Electronic Recruitment Application (ERA)

Blönduskóli auglýsir eftir starfsfólki í eftirfarandi stöður fyrir skólaárið 2020 - 2021

Kennara - tvö 100% störf
Skólaliða - 80% starf

Blönduskóli er framsækinn skóli í mikilli þróun með tæplega 150 nemendur í 1. – 10. bekk. Skólinn leitast við að koma til móts við þarfir nemenda sinna á persónulegan og einstaklingsmiðaðan hátt. Lögð er áhersla á teymiskennslu. Gott samstarf er við nærsamfélagið svo sem íþróttafélögin og tónlistarskólann.
Einkunnarorð skólans eru mannúð – hreysti – viska.

Kennarastöður

Staða umsjónarkennara á yngsta stigi, 100% staða til eins árs frá 1. ágúst 2020 til 31. júlí 2021 vegna afleysingar. Allar almennar kennslugreinar.

100% staða kennara frá 1. ágúst 2020 þar sem aðaláhersla er á kennslu nemenda með annað móðurmál en íslensku.

Umsækjendur verða að hafa leyfisbréf til kennslu og kennslureynsla í grunnskóla æskileg. Leitað er eftir einstaklingum sem hafa góða skipulagshæfileika og mikla hæfni í mannlegum samskiptum. Áhersla er lögð á teymisvinnu og teymiskennslu, samþættingu námsgreina og þemabundin verkefni. Reynsla af samkennslu árganga og áhugi á þróunarstarfi eru mikilvæg. Góð tölvukunnátta og reynsla af kennslu í upplýsingatækni æskileg.

Skólaliði í 80% starf

Um er að ræða 80% starf. fjölbreytt starf þar sem mikil áhersla er lögð á mannleg samskipti bæði við fullorðna og börn. Skólaliði sér um öll almenn þrif, tekur á móti nemendum að morgni, sér um gæslu í frímínútum og hádegishléi bæði úti og inni og margt fleira. Viðkomandi þarf að geta hafið störf 10. ágúst 2020.

Umsóknum þar sem fram kemur hvaða starf er verið að sækja um skal skilað ásamt kynningarbréfi og ferilskrá í tölvupósti á netfang Þórhöllu Guðbjartsdóttur skólastjóra, thorhalla@blonduskoli.is. Umsækjandi þarf að veita leyfi til upplýsingaöflunar úr sakaskrá. Nánari upplýsingar fást hjá skólastjóra í síma 892-4928. Umsóknarfrestur er til 28. júlí.

Umsækjandur mega hvorki hafa hlotið refsidóm vegna brota á ákvæðum XXII. kafla almennra hegningarlaga, nr. 19/1940 né hafa hlotið refsidóm fyrir brot gegn lögum um ávana- og fíkniefni, nr. 65/1974, á síðastliðnum fimm árum. Rétt er að vekja athygli á því að við ráðningu er heimilt að sækja upplýsingar úr sakaskrá um það hvort tiltekinn einstaklingur hafi hlotið dóm vegna brota á ákvæðum XXII. kafla almennra hegningarlaga, að veittri fræðslu til hans þar að lútandi.

Laun eru samkvæmt kjarasamningum Launanefndar sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélaga.

Yfirvélastjóra og stýrimann

vantar á tæplega 200 t. netabát sem gerður er út frá Suðurnesjum.

Vinsamlegast hafið samband í s. 892 5522.

HERTEX

Ert þú nýi starfskrafturinn okkar?

Hertex Vínlandsleið óskar eftir starfkrafti til að starfa á sendibifreið og lager. Um er að ræða 100% starfshlutfall.

Helstu verkefni:
- Akstur
- Tæma fatakassa
- Sækja húsgögn
- Ymis tilfallandi störf, t.d. tiltekt og afgreiðsla

Mikilvæg atriði sem við leitum eftir:
- Að þú sért með gamla bílprófið eða aukin ökuréttindi (skilyrði).
- Að þú getir unnið bæði sjálfstætt og í teymi.
- Að þú sért hraust/ur
- Að þú sért lausnamiðuð/miðaður og jákvæð/ur

Starfið er líflegt og fjölbreytt og mikið um mannleg samskipti. Áríðandi er að viðkomandi hafi gott vald á íslensku.

Æskilegt er að geta hafið störf sem fyrst.
Nánari upplýsingar veitir Dorthea Dam í síma: 859-0517

Umsóknum með ferilskrá skal skila á netfangið hertex@herinn.is eða í verslun okkar, á Vínlandsleið 6-8, 113 Reykjavík fyrir **31. júlí 2020.**

Framtíðarstörf á Akureyri

Traustur vinnuveitandi og frábær starfsaðstaða.

Höldur óskar eftir að ráða starfsfólk á glæsilegt bíla- og tjónaviðgerðaverkstæði að Þórsstíg 4 á Akureyri.

Verkstæðið er útbúið nýjasta tækjakosti og er aðbúnaður allur til fyrirmyndar. Við viljum bæta jafnt konum og körlum í okkar frábæra hóp.

Lagerstjóri

Helstu verkefni:
- Dagleg umsjón með birgðahaldi og vöruflæði lagers.
- Ábyrgð á daglegum rekstri lagers.
- Ábyrgð á pöntunum, móttöku og skráningu varahluta.
- Afgreiðsla og sala varahluta.
- Útskrift, frágangur og uppgjör reikninga.

Hæfniskröfur:
- Haldgóð reynsla af vinnu á varahlutalager.
- Próf í bifvélavirkjun er kostur.
- Góð þjónustulund, jákvæðni og góð samskiptafærni.
- Leiðtogahæfileikar.
- Góð tölvukunnátta.
- Metnaður, frumkvæði, skipulagshæfni og sjálfstæði í starfi.
- Reynsla af Navision bókhaldskerfi er kostur.

Tjónaviðgerðir

Hæfniskröfur:
- Starfsreynsla í faginu.
- Próf í bifreiðasmíði / bifvélavirkjun eða lengra kominn nemi.
- Hæfni í mannlegum samskiptum og sjálfstæð vinnubrögð.

Upplýsingar um störfin veitir Áskell Þór Gíslason í síma 840-6011 eða **asi@holdur.is**

Umsóknir sendist á netfangið **atvinna@holdur.is**
Mikilvægt að ferilskrá og mynd fylgi umsóknum.

Umsóknarfrestur er til og með 7. ágúst 2020

Höldur ehf. var stofnað árið 1974. Hjá fyrirtækinu starfa um 210 manns á starfsstöðvum vítt og breitt um landið. Bílaverkstæði Hölds er þjónustuaðili fyrir bílaumboðin Heklu og Öskju. Auk þess annast verkstæðið viðgerðir á öllum tegundum bíla.

Höldur

Höldur bílaverkstæði • Þórsstíg 4 • Sími 461-6060 • verk@holdur.is • www.holdur.is/verk



Verkefnastjóri fræðslu, viðburða og miðlunar

Bókasafn Kópavogs óskar eftir öflugum og hugmyndaríkum einstaklingi í starf verkefnastjóra fræðslu, viðburða og miðlunar. Um er að ræða 100% stöðu og æskilegt að viðkomandi geti hafið störf í september. Næsti yfirmaður er forstöðumaður Bókasafns Kópavogs.

Helstu verkefni og ábyrgð:

Verkefnastjóri sér um skipulag og hefur yfirumsjón með fræðslu fyrir börn og ungmenni og móttöku skólahópa á safnið. Hann vinnur að skipulagi viðburða, fjölmenningarverkefnum og kynningarmálum safnsins. Hann situr í viðburða- og kynningarteymi safnsins, auk þess að taka þátt í annarri teymisvinnu innan safns sem utan. Verkefnastjóri vinnur náið með verkefnastjórum fræðslu-, viðburða- og kynningarmála hjá Menningarhúsunum í Kópavogi, situr í viðburðateymi Menningarhúsanna og tekur virkan þátt í framkvæmd og þróun verkefna. Hann sinnir einnig öðrum verkefnum sem tengjast grunnstarfsemi og rekstri safnsins í samstarfi við aðra starfsmenn, s.s upplýsingamiðlun og þjónustu gagnvart gestum.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýtist í starfi.
- Reynsla af því að vinna með börnum og ungmennum.
- Reynsla af verkefnastjórnun.
- Reynsla af markaðs- og kynningarmálum.
- Reynsla af vinnu á bókasafni og/eða menningarmálum kostur.
- Góð almenn tölvukunnátta.
- Þjónustulund og lipurð í mannlegum samskiptum.
- Mjög gott vald á íslensku og ensku í ræðu og riti skilyrði, færni í einu norðurlandamáli og öðru tungumáli s.s. frönsku, spænsku eða arabísku kostur.
- Hugmyndaauðgi, frumkvæði og sjálfstæði í starfi.
- Færni til að vinna undir álagi og sinna mörgum verkefnum og mjög góðir skipulagshæfileikar.
- Hæfileiki til að tileinka sér nýja þekkingu.
- Metnaður til árangurs og fagmennska í vinnubrögðum.
- Jákvæðni í starfi og sveigjanleiki.

Bókasafn Kópavogs var stofnað 15. mars 1953 og er rekið af Kópavogsbæ samkvæmt lögum um almenningsbókasöfn nr. 150/2012. Meginhlutverk safnsins er fyrst og fremst að bjóða Kópavogsbúum og öðrum aðgengi að þekkingu og stuðla að fjölbreyttri, öflugri og skipulagðri menningarstarfsemi- og fræðslu fyrir samfélagið í heild. Bókasafn Kópavogs hefur það að leiðarljósi að vera í fararbroddi almenningsbókasafna í landinu hvað varðar þjónustu, safnkost og búnað og á safninu starfar samheldinn og öflugur starfsmannahópur sem vinnur að því markmiði. Bókasafn Kópavogs er hluti af Menningarhúsunum í Kópavogi (sjá nánar á menningarhusin.kopavogur.is). Húsin sameinast um ýmiskonar dagskrá s.s. Fjölskyldustundir á laugardögum, Menningu á miðvikudögum, foreldramorgna, dagskrá fyrir skólahópa og sumarnámskeið fyrir börn. Húsin starfa því bæði sem sjálfstæðar ólíkar stofnanir en einnig sem heild í því skyni að efla samfélagið.

Umsóknarfrestur er til og með 26. júlí nk.

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf.

Laun eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og viðkomandi stéttarfélags.

Nánari upplýsingar um starfið veitir Lísa Z. Valdimarsdóttir, forstöðumaður Bókasafns Kópavogs.

Kópavogsbær

Bókasafn Kópavogs

STRÁ



Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabil.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöður.

www.stra.is

Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrirhöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is.

FLJÓTSDALSHÉRAÐ

Auglýsing
Sláturhúsið Menningarmiðstöð

Fljótsdalshérað óskað er eftir tilboðum í Þakklæðningar og burðarvirki

Helstu magntölur eru ca.

Endurnýjun á öllu þakjárni og pappa	725 m²
Endurnýjun á þaksperrum	450 m
Timburklæðningar	550m²
Stálstyrkingar og þakrammar	9500 kg
Steypa	39 m³

Gögn verða afhent rafrænt frá skrifstofu Eflu frá og með **21.07 2020.**

Tilboð verða opnuð á skrifstofu Fljótsdalshéraðs 18.08.2020 kl 14.

Upplýsingar veiti Óli Metúsalemsson Sími 412 6530 , netfang oli.metusalemsson@efla.is

Verkinu skal vera lokið 1. febrúar 2021

Faxaflóahafnir sf
Associated Icelandic Ports
Reykjavík Grundartangi Akranes Borgarnes

Útboð

Faxaflóahafnir sf. óska eftir tilboðum í verkið:

ÞRÓUN SUNDAHAFNAR
MAT Á UMHVERFISÁHRIFUM

Verkið felst í gerð mats á umhverfisáhrifum fyrir þróun Sundahafnar á árunum 2022-2027. M.a. stendur til að lengja Skarfabakka með tilheyrandi uppfyllingu og landgerð í Vatnagörðum, færa Kleppsbakka til norðurs, lengja Sundabakka og lengja Vogabakka samhliða dýpkun Viðeyjarsunds og Kleppsvíkur. Áætluð verklok eru fyrir lok árs 2021.

Útboðsgögnin verða aðgengileg á rafrænu formi á útboðsvef Faxaflóahafna frá og með 20. júlí kl. 12:00. Til að fá aðgang að gögnum skal senda beiðni þar að lútandi á netfangið ofeigur@hnit.is.

Tilboðum skal skilað á útboðsvef fyrir **miðvikudaginn 25. ágúst 2020 kl. 14:00.** Ekki verður haldinn opnunarfundur. Niðurstöður verða birtar á útboðsvef.

HNIT VERKFRÆÐISTOFA

KIRKJUBÆJARSTOFA

Kirkjubæjarstofa óskar eftir tilboðum í:
Kirkjubæjarskóli breytingar 2020
Þekkingarsetur

Verkið felst í innanhússbreytingum á 2. hæð heimavistarálmu Kirkjubæjarskóla. Verkið felst í að rífa niður veggi, setja upp nýja milliveggi, setja upp nýjar innréttingar, endurnýja gólfefni, mála, endurnýja raflagnir, endurnýja pípulagnir, setja upp nýtt loftræsikerfi o.fl.

Verklok eru 15. desember 2020

Útboðsgögn verða afhent á rafrænu formi frá og með mánudeginum 20. júlí 2020. Þeir sem hyggjast gera tilboð í verkið skulu hafa samband við Guðmund Hjaltason á skrifstofu Eflu á Suðurlandi í síma 412 6900, eða með tölvupósti í netfangið gudmundur.hjaltason@efla.is og gefa upp nafn, heimilisfang, síma og netfang og fá í kjölfarið útboðsgögnin send í tölvupósti.

Tilboðum skal skila á skrifstofu Eflu að Austurvegi 1-5 á Selfossi fyrir **kl. 11.00 miðvikudaginn 5. ágúst 2020.** og verða þau opnuð þar að viðstöddum þeim bjóðendum sem þess óska.

Kirkjubæjarstofa

job
Finnum draumastarfið saman

Erum við
að leita **að þér?**





Sterk tengsl
í íslensku atvinnulífi

hagvangur.is

HAGVANGUR



3 herbergja íbúðir með bílskúr 130,3 m² í Innri Njarðvík

Fullbúnar íbúðir við Bjarkardal 4-14. Frábær hönnun!











- ☑ 40 m² sér svalir til suðurs
- ☑ Sér inngangur.
- ☑ Aukin lofthæð
- ☑ Inrréttingar í eldhúsi og þvottahúsi frá Nobila í Þýskalandi.
- ☑ Fatskápar frá GKS.
- ☑ Gólfefni, 60x60 flísar, harðparket og innihurðir frá Parka.
- ☑ Hönnun inni og úti frá Funkis arkitektum.
- ☑ Álklæddir timburgluggar með Solstop gleri.
- ☑ Lýsingahönnun og öll ljós inni og úti frá Lumex.
- ☑ Innbyggður Ísskápur, frystiskápur, og uppþvottavél ásamt viftu fylgir.
- ☑ Ido WC tæki og Grohe blöndunartæki.
- ☑ Auka baðherbergi inn af hjónaherbergi.
- ☑ Epoxy kvarts gólfefni á bílskúr.
- ☑ Sér rúmgott þvottahús með miklu skápaplássi.
- ☑ Gengið út á svalir bæði úr stofu og hjónaherbergi.
- ☑ Steinsnar frá nýja Stapaskólanum.
- ☑ 20 mínútna akstur til Hafnarfjarðar.
- ☑ Þarft bara að kaupa gardínur og flytja búslóðina.



50% selt nú þegar





LIND FASTEIGNASALA

Allar upplýsingar veita

Helga Pálsdóttir lögg. fasteignasali
Sími 822 2123 helga@fastlind.is

Þorsteinn Yngvason lögg. fasteignasali
Sími 696 0226 thorsteinn@fastlind.is

Fasteignaauglýsingar

FASTEIGNIR.FRETTABLADID.IS

Hverafold 31
112 Grafarvogi



PANTIÐ SKOÐUN
hjá Jórunni í síma **845 8958**

Stórglæsilegt 272 fm einbýli neðst við voginn með útsýni og fallegum garði

- 4 stofur, 4 svefnherbergi og 3 baðherbergi
- Stór garður og pallur með heitum potti
- Húsið er 2 hæðum með fallegum gluggum sem setja mikinn svip á húsið
- Húsið mikið endurnýjað
- Tvöfaldur bílskúr

Verð: **125 millj.**



Nánari upplýsingar veitir:
Jórunn Skúladóttir, lögg. fasteignasali
jorunn@miklaborg.is **sími:** 845 8958

MIKLABORG **569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

Gnípuheiði 3
200 Kópavogur



OPIÐ HÚS
þriðjudaginn 21. júlí
milli kl. 17:30-18:00

Falleg útsýnis endaíbúð 113,6 fm (íb 201)

- Fjögurra herbergja
- Sérinngangur
- Stórt eldhús með góðri vinnuaðstöðu
- Stórar fallegar bjartar stofur
- Úgengt úr stofu á útsýnis svalir

Verð: **56,9 millj.**



Nánari upplýsingar veitir:
Jórunn Skúladóttir, lögg. fasteignasali
jorunn@miklaborg.is **sími:** 845 8958

MIKLABORG **569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

Vatnsendahlíð 130
311 Skorradalshreppur



OPIÐ HÚS
Um helgina 18. og 19. júlí milli kl. 13 - 17
Eigandi verður á staðnum s: 777 3728





Vel byggt og fallegt 61 fm sumarhús í Skorradal

- Skjólsælt og afar fallegt land
- Húsið er hvíttað að innan
- Tvö svefnherbergi, stór stofa með fallegri kamínu
- Parket á gólfum en náttúru-steinn á anddyri og wc
- Eldhús með góðu skápaplássi og útgengt á stóra verönd



Nánari upplýsingar veitir:
Jón Rafn Valdimarsson, lögg. fasteignasali
jon@miklaborg.is **sími: 695 5520**

Verð: **26,5 millj.**

MIKLABORG **569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is**
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

HÚSASALAN

Síðumúla 33 - 537-9000 - husasalan.is - husasalan@husasalan.is



Geir Sigurðsson
s: 655-9000
Lögg. fast.



Aðalsteinn Steinþórsson
s: 896-5865
Lögg. fast.



Benedikt Ólafsson
s: 661-7788
Lögg. fast.

JÁKVÆÐNI - HREINSKILNI - SAMVISKUSEMI
30 ÁR
REYNSLA Í SÖLU FASTEIGNA

Grundargerði 11, Rvk.



Opið hús 17.15. – 17.45 mánudaginn 20. júlí n.k.
Vel staðsett u.þ.b. 172,9 fm eign sem skiptist í 133,5 fm íbúðarhúsnæði á hæð og í kjallara og 39,4 fm sérbyggður skúr (geymsla). Auka íbúð (ósamþykkt) er í kjallara. Sér bílastæði á lóð. Gróin og fallegur garður á kyrrlátum stað í smáíbúðarhverfinu.
Verð 59,9 m.
Geir sími 655-9000

Álfaskeið 32, 3ja hæð Hafnarfirði.



Opið hús 17:00. – 17.30 Þriðjudaginn 21. júlí n.k.
Sameiginlegt anddyri. Eldhús með flísar á gólfi, innréttingu, ágætis skápapláss, borðkrókur. Stofan er björt opið rými. Svefnherbergi parket á gólfi. Baðherbergi með baðkar, gluggi, tengi fyrir þvottavél innan baðherbergis. Eignin er laus til afhendingar. Húsið er til fyrirmyndar
Verð: 27.4 millj.
Benedikt sími 661-7788

Lerkidalur 32, Reykjanesbæ.



Opið hús 16.45. – 17.15 mánudaginn 20. júlí n.k.
Vel staðsett fallegt 117 fm. 4ra herb. endaraðhús. Stofa, borðstofa og eldhús eru samliggjandi í opnu og björtu rými. Innbyggður ísskápur, uppþvottavél. Eignin skiptist í forstofu, stofu/borðstofu, eldhús, baðherbergi, 3 góð svefnherbergi og geymslu. Aðeins 20 mín. Keyrsla frá höfuðborginni. Gott verð eign sem vert er að skoða.
Verð 43,8 m.
Benedikt sími 661-7788

Tjarnarbakki 6, Reykjanesbæ.



Opið hús 17:20. – 17.40 mánudaginn 20. júlí n.k.
Mjög fallega 3ja herb. önnur dyr frá vinstri, sér inngangur. Um er að ræða vel skipulagða fallega 3ja herb íbúð á jarðhæð með bílskúr. Sér inngangur, stór afgirt verönd og tvær geymslur.
Eignin skiptist í: Forstofu, eldhús, stofu/borðstofu, hjónaherbergi, svefnherbergi, baðherbergi, þvottahús með innréttingu, tvær geymslur, lokuð sólrík verönd og góður bílskúr.
Verð: 39.990.000. kr.
Benedikt sími 661-7788

Garðavegur 13, Kefl (Reykjnesbæ).



Opið hús 17:50. – 18.20 mánudaginn 20. júlí n.k.
Vel skipulagða sjarmerandi 4ra herb. 87,5 fm. neðri hæð góðu tvíbýlishúsi. Sameiginlegur inngangur. Hol með parketi á gólfi. Rúmgóð og björt stofa / borðstofa með parketi á gólfi. Stórt eldhús með góðri innréttingu, borðkrókur. Tvö svefnherbergi. Baðherbergið, nýleg innrétting, baðkar gluggi. Þvottahús sameiginlegt.
Verð. 27.940.000. kr.
Benedikt sími 661-7788

Hafnargata 29, Reykjanesbæ.



Opið hús 18:30. – 19.00 mánudaginn 20. júlí n.k.
Glæsilegar og vel skipulagðar íbúðir í 17 íbúða fjölbýlishúsi með lyftu og sérmerkt stæði bílageymslu fyrir allar íbúðir í húsinu.
- **Penth.** íbúð með hjónasvítu, baðherb. innaf, 179.9 fm. **Verð 76 millj.**
- **Lúxus 3ja herb.** íbúðir með hjónasvítu, baðherb. innaf, stærð frá 121 fm. **Verð frá kr. 56.4 millj.**
- **Fjögra herbergja** 121.7 fm. íbúðir. **Verð frá kr. 53.9 millj.**
- **Stórar 2ja herbergja** íbúðir **Verð frá 39,9 millj.**

Benedikt sími 661-7788

Sterk tengsl
í íslensku atvinnulífi

hagvangur.is



HAGVANGUR

MIKLABORG



Nýtt hverfi í Laugarnesinu

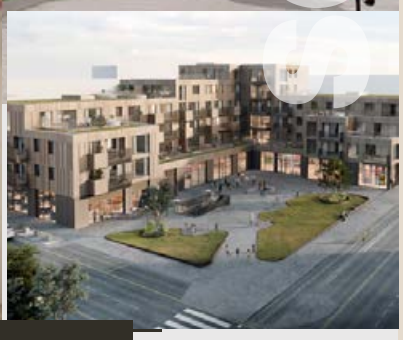
- 2ja til 5 herbergja íbúðir
- Vandaðar íbúðir á frábæru verði
- Lyftuhús á 6 hæðum

Afhent sumars 2020

Verð frá : **39,5 millj.**







Bókið skoðun hjá sölumönnum og fáið nánari upplýsingar:



Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is



Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is



Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929
pall@miklaborg.is



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is



Ásgrímur Ásmunds
hdl. og lögg. fasteignas
Sími: 865 4120
asi@miklaborg.is



Svan G. Guðlaugs
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300
svan@miklaborg.is



Jason Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is



Kjartan Í. Guðmunds
vfr. og aðst. fasteignas
Sími: 663-4392
kjartan@miklaborg.is



Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallurb@miklaborg.is

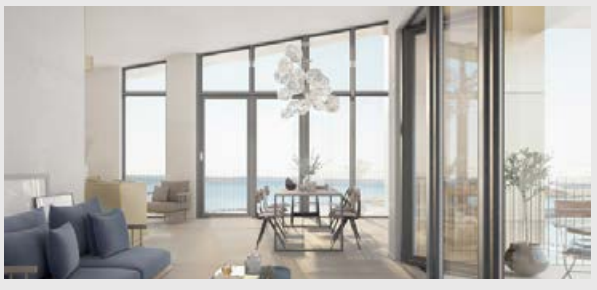
105

KIRKJUSANDUR

NÝR BORGARHLUTI VIÐ SJÁVARSÍÐUNA







www.105midborg.is/
miklaborg

Stuðlaborg er sérstaklega vandað **nýtt fjölbýli** með **77 íbúðum** í fimm lyftuhúsum

- Stærðir íbúða frá 58-254 fm.
- Á Kirkjusandi er örstutt í alla þjónustu, veitingastaði og útivist.
- Stórbrotið útsýni yfir sundin blá, og borgina.
- Gólfsíðir útsýnisgluggar í stofum skapa einstakt og óhindrað sjávarútsýni
- Hljóðgólf í öllum íbúðum, sérstakalega einangrandi veggir og gler
- Allar íbúðir að fullu loftræstar (inn og út)
- Gyllt álklæðning frá Þýskalandi og Swiss Pearl steinplötur
- Nánari upplýsingar um bygginguna á 105midborg.is

Afhending sumar 2020

105 MIÐBORG

Íslandssjóðir ÍAV

Nánari upplýsingar veita:



Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is



Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is



Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929
pall@miklaborg.is



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is



Ásgrímur Ásmunds
hdl. og lögg. fasteignas
Sími: 865 4120
asi@miklaborg.is



Svan G. Guðlaugs
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300
svan@miklaborg.is



Jason Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is



Kjartan Í. Guðmunds
vfr. og aðst. fasteignas
Sími: 663-4392
kjartan@miklaborg.is



Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallurb@miklaborg.is

MIKLABORG | Með þer alla leið

569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

EIGNAMIÐLUN

GRENSÁSVEGUR 11 | SÍMI 588 9090 | WWW.EIGNAMIDLUN.IS



ALDINMÖRK

OPIÐ HÚS SUNNUDAG FRÁ KL. 13-14

Edenbyggð er nýtt íbúðahverfi við göturnar Aldinmörk og Edenmörk í Hveragerði. Hverfið er skipulagt með framtíðina í huga – frábæra tengingu við göngustíga og þægilega aðkomu að bílastæðum með hleðslumöguleikum fyrir rafbíla. Miðsvæðis er leiksvæði og sælureitur með litlum gróðurhúsum sem íbúar geta fengið að njóta góðs af. Alls verða 77 íbúðir í hverfinu, 63-80 fm að stærð; tveggja, þriggja og fjögurra herbergja. Verð frá 32,9 millj. kr. Áætlaður afhendingartími er frá apríl 2021. Íbúðum verður skilað fullbúnum en án gólfefna.



Ítarlegri skilalýsingu ásamt nánari lýsingu á svæðinu má sjá á edenbyggd.is

TRAUSTI fasteignasala



Kristján Baldursson hdl.
Löggiltur fasteignasali og leigumiðlari
S: 867-3040



Styrmir Þór Sævarsson
Löggiltur fasteignasali
S: 846-6568



Aðalsteinn Jón Bergdal
Aðstoðarm. fast.sala
S: 767-0777

KRINGLAN 21 - 103 REYKJAVÍK

OPIÐ HÚS MÁNUDAGINN 20. JÚLÍ KL. 17:00 - 17:30



Einstaklega fallegt og fjölskylduvænt raðhús á tveimur hæðum auk bílskúrs á frábærum stað. Skjólgóður afgirtur garður, rúmgóður sólpallur og hellulögð verönd fyrir framan húsið. Tengi er fyrir heitan pott á pallinum. Eignin hefur verið mikið endurnýjuð og fengið gott viðhald. Gólfhiti er á allri neðri hæð hússins. Eignin er skráð alls 199,7 fm. og þar af er frístandandi bílskúr 24,8 fm. Nánari uppl. veitir Kristján s. 867-3040, kristjan@trausti.is **Verð: 96,4 millj.**

ÞÓRSGATA 20 - 101 REYKJAVÍK

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 21. JÚLÍ KL. 17:30 - 18:00



Vel skipulögð og björt 2ja herbergja íbúð á frábærum stað í hjarta Reykjavíkur. Stutt er í alla helstu þjónustu. Sérgeymsla er í sameign og sameiginleg þvottaaðstaða. Bárujárn var endurnýjað að framan 2014 og að aftan 2015. Þakið var tekið í gegn 2012. Nánari uppl. veitir Aðalsteinn s. 767-0777, alli@trausti.is **Verð: 25,9 millj.**

HÁALEITISBRAUT 39 - 108 REYKJAVÍK

OPIÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 21. JÚLÍ KL. 17:30 - 18:00



Falleg og björt 2ja herbergja 71 fm. íbúð á 4. hæð við Háaleitisbraut 39. Suðursvalir. Frábært útsýni og fjallasýn. Sameign er snyrtileg. Sérgeymsla í kjallara. Nóg af bílastæðum fyrir framan hús. Mjög góð fyrstu kaup. Nánari uppl. veitir Styrmir Þór s. 846-6568, styrmir@trausti.is **Verð: 35,9 millj.**

Trausti fasteignasala, trausti@trausti.is, s.546-5050, Vegmúla 4, 108 Reykjavík

Nýlendugata 30

101 Reykjavík

Þrjár hæðir eru til sölu í þessu virðulega og fallega þríbýlishúsi á kjörstað í miðbæ Reykjavíkur við gömlu höfnina.

Húsið gæti eins hentað sem einbýli fyrir réttan aðila

- **1. hæð 114,4 fm** 4ra herbergja — Verð: **65 millj.**
- **2. hæð 133,7 fm** 4ra herbergja með möguleika á aukaíbúð í kjallara — Verð: **75 millj.**
- **3. hæð 93,7 fm** 4ra herbergja risíbúð — Verð: **60 millj.**
- Heildarstærð með sameign 423,6 fm
- Arkitekt Þorleifur Eyjólfsson
- Húsið hefur fengið gott viðhald í gegnum árin og er töluvert endurnýjað
- Sérlega fallegur bakgarður með trjágróðri, sólpalli og fl.
- Sjarmerandi hús á rólegum stað í miðbæ Reykjavíkur



Nánari upplýsingar:
Svan G. Guðlaugsson, lögg. fasteignasali
svan@miklaborg.is **Sími: 697 9300**



MIKLABORG

569 7000 · Lágmúla 4 · miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

job
Finnum draumastarfið saman
Erum við að leita **að þér?**



RÁÐGJÖF RÁÐNINGAR RANNSÓKNIR

RÍKISKAUP
AÐILI AÐ RAMMASAMNINGI

Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og víðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavini til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

intellecta

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is

EIGNAMIÐLUN



SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957 GRENSÁSVEGUR 11 SÍMI 588 9090

HLÍÐARÁS 6, 282,4 m²

220 HAFNARFJÖRÐUR, 114,9 mkr.

Kjartan Hallgeirsson
Lögg. fasteignasali
S.824 9093/kjartan@eignamidlun.is









OPIÐ HÚS mánudaginn 20. júlí kl. 17:15 - 17:45

Fallegt og vel skipulagt 282,4 fm einbýlishús með innbyggðum bílskúr á frábærum útsýnisstað í Áslandshverfinu í Hafnarfirði. Fjögur svefnherbergi, Rúmgóðar stofur, tvennar flísalagðar svalir með glæsilegu útsýni, rúmgott og glæsilegt eldhús með vönduðum hvítum (háglans) innréttingum með borðum úr steini og vönduðum tækjum. Húsið er til afhendingar við kaupsamning.

STÓRAGERÐI 42, 175,5 m²

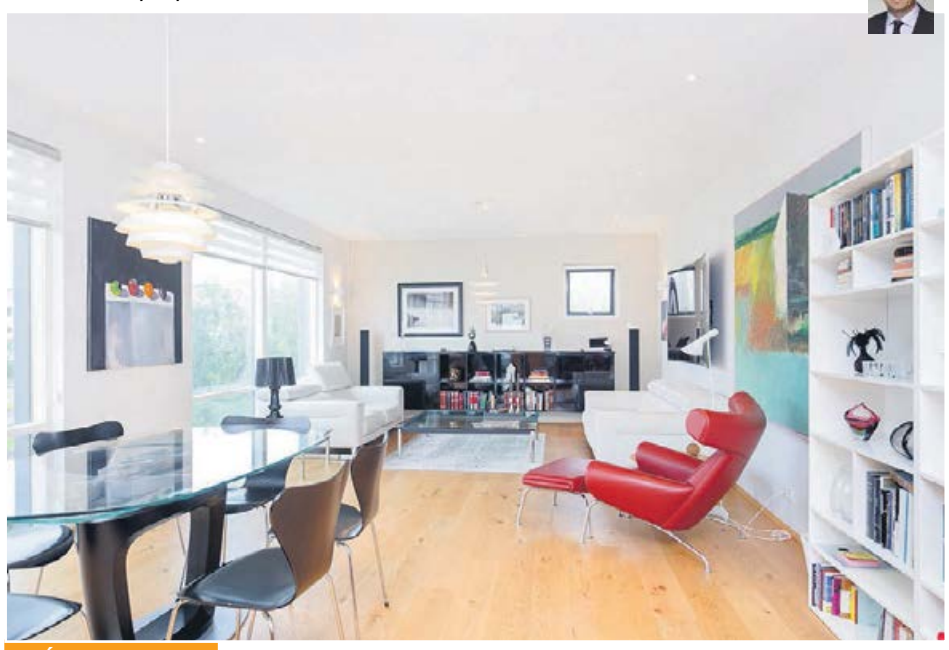
104 REYKJAVÍK, 107,9 kr.

Brynjar Þór Sumarliðason
Lögg. fasteignasali
S. 896 1168/brynjar@eignamidlun.is



Kjartan Hallgeirsson
Lögg. fasteignasali
S.824 9093/kjartan@eignamidlun.is











BÓKIÐ SKOÐUN

Glæsileg rúmgóð og vel skipulögð 175,5 fm fimm herbergja íbúð yfirbyggðum svölum að Stórageröi 42. Íbúðin skiptist í anddyri, hjónaherbergi með sér baðherbergi, þrjú herbergi til viðbótar. Rúmgott alrými sem rúmar eldhús, borðstofu og stofu. Útgengt út á stórar svalir með svalalokun frá stofu. Stæði í bílageymslu fylgir auk sérgeymslu. Sérmerkt stæði í lokaðri bílageymslu fylgir með. Frábær staðsetning þar sem öll helsta þjónusta er i næsta nágrenni.

VÍÐIMELUR 37, 106,1 m²

107 REYKJAVÍK, 59,0 mkr.

BÓKIÐ SKOÐUN

Sverrir Kristinsson
Lögg. fasteignasali
S. 861 8514/sverrir@eignamidlun.is



Magnea S. Sverrisdóttir
Lögg. fasteignasali
S. 861 8511/magnea@eignamidlun.is







Mjög falleg 106,1 fm neðri hæð með sér inngangi við Víðimel í vesturbænum. Íbúðin skiptist í tvær samliggjandi stofur, þrjú herbergi (þar af eitt í kjallara), eldhús, baðherbergi, hol og forstofu. Tvær samliggjandi geymslur með glugga í kjallara og einnig lítil köld geymsla. Sam. þvottahús með sturtu og snyrting í kjallara. Gróinn garður til suðvesturs. Frábær staðsetning.

SIGLUVOGUR 17, 86,1 m²

104 REYKJAVÍK, 46,9 kr.

Kjartan Hallgeirsson
Lögg. fasteignasali
S.824 9093/kjartan@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS mánudaginn 20. júlí kl. 17:00 - 17:30

Björt og falleg 3ja herbergja 86,1 fm risíbúð í tvíbýlishúsi á góðum og rólegum stað í botnlangagötu. Gólfflötur íbúðar sem þó nokkuð stærri en uppgefinn fm tala.

VESTURGATA 17A, 49,5 m²

101 REYKJAVÍK, 32,5 kr.

Unnar Kjartansson
Sölufulltrúi
S.867 0968/unnar@eignamidlun.is





OPIÐ HÚS mánudaginn 20. júlí kl. 17:00-17:30

Björt tveggja herbergja íbúð á jarðhæð. Stór lóð og húsfélagið á íbúðareiningu á efstu hæð sem er leigð út og tekjur renna í hússjóð. Íbúðin skiptist í hol, eldhús, baðherbergi, stofu og svefnherbergi. Þvottaaðstaða er innnan íbúðar. Í risi er sameiginlegt þvottahús og rúmgóð sérgeymsla í kjallara. Frábær fyrstu kaup.

VATNSSTÍGUR 13, 73,5 m²

101 REYKJAVÍK, 49,9 kr.

Herdís Valb. Hölludóttir
Lögg. fasteignasali
Lögfræðingur
S. 694 6166/herdis@eignamidlun.is





BÓKIÐ SKOÐUN

Falleg 2ja herb. íbúð á 1. hæð að Vatnsstíg 13. Um er að ræða lítið fjölbýlishús með lyftu auk stæðis í bílakjallara.

Vandaðar innréttingar og frábær staðsetning.

EINBÝLI Á SELFOSSI

Leitum eftir einbýli á Selfossi fyrir ákveðinn kaupanda.

Fimm svefnherbergi, tvö baðherbergi, góður garður, bílskúr.

NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITIR

Ólafur H. Guðgeirsson
Lögg. fasteignasali
Sími: 663 2508
olafur@eignamidlun.is



FASTEIGNASALAN TORG

Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

520 9595

Fasteignasalan TORG | Garðatorgi 5 | 210 Garðabæ | www.fstorg.is

kraftur • traust • árangur



Hafdís Fasteignasali	Sigurður Fasteignasali	Dórothea Fasteignasali	Þorsteinn Fasteignasali	Jóhanna Kristín Fasteignasali	Árni Ólafur Fasteignasali	Berglind Fasteignasali	Jón Gunnar Fasteignasali	Helgi Fasteignasali	Sigríður Fasteignasali	Hrönn Fasteignasali	Hólmgeir Lögmaður	Þóra Fasteignasali	Þorgeir Fasteignasali	Lilja Fasteignasali	Hafliði Fasteignasali	Ragnar Fasteignasali	Darri Örn Sölufulltrúi	Elka Fasteignasali
820 2222	898 6106	898 3326	694 4700	837 8889	893 4416	694 4000	848 7099	780 2700	699 4610	692 3344	520 9595	822 2225	696 6580	663 0464	846 4960	844 6516	767 0000	863 8813



URRIÐAHOLTSSTRÆTI 14-20

OPIÐ HÚS laugardaginn 18. júlí kl. 13:00-14:00





Nýtt í sölu

Vandaðar og vel skipulagðar íbúðir í tveimur húsum með sameiginlegum bíla-kjallara. Stæði í bílageymslu fylgir flestum íbúðum. Íbúðirnar afhendast fullbúnar án gólfefna. 3ja til 5 herbergja íbúðir.

Afhending ágúst 2020

Stærðir frá 86-241 m² | **Herbergi: 3-5**



Berglind fasteignasali 694 4000

Þorsteinn fasteignasali 694 4700



Grenjar Hella — 6.000.000







EIGANDI VERÐUR Á STAÐNUM MILLI KL. 13 OG 14 SUNNUDAGINN 19. JÚLÍ.

Íbúðarhúsalóðir að Grenjum/Þjóðólfshaga við Hellu.

FYRRI ÁFANGI SELDUR!

3,7 – 5,9 hektara eignarlóðir til sölu með leyfi fyrir allt að 250 fm einbýlishúsi ásamt gestahúsi og 1.000 fm útihúsi.
Frábær staðsetning og útsýni.

Eigandi verður á staðnum milli kl. 13 og 14 sunnudaginn 19. Júlí.

Upplýsingar veitir Elka fasteignarsali í gsm: 863 8813

Norðurbakka 21b 220 Hafnarfirði — 63.900.000







OPIÐ HÚS þriðjudaginn 21. júlí kl. 17.30-18.00

Herbergi: 3 **Stærð:** 127,7 m²

Glæsileg, rúmgóð og björt, 3ja herbergja íbúð með stæði í lokaðari bílageymslu. Vandað lyftuhús á Norðurbakkanum í Hafnarfirði. Íbúðin er skráð 127,7 fm. og þar af er geymslan skráð 6,8 fm. Íbúðin er af fyrstu hæð. þ.e. er annarri hæð inngangsmegin og á fyrstu hæð garðmegin. Íbúðin skiptist í Forstofa, hol, stofa, borðstofa, eldhús, baðherbergi, tvö svefnherbergi, sjónvarpshol, svalir, verönd, þvottahús og geymsla auk þess er stæði í lokaðari bílageymslu. Fallegar innréttingar. Það er sérlega gott skipulag á íbúðinni, Vestur svalir og austur verönd .

Útsýni út á sjó. Gólfefni eru flísar og harðparket. Gólfhiti. Norðurbakkinn í Hafnarfirði er einstaklega vel staðsett og frágengið hverfi, stutt er á kaffihús, veitingastaði, banka, verslun og þjónustu sem og einstaklega fallegar gönguleiðir.

Upplýsingar veitir Sigríður fasteignasali í gsm: 699 4610

Strikið 1A,B og C 210 Garðabæ — 53,8-62,2 mkr.



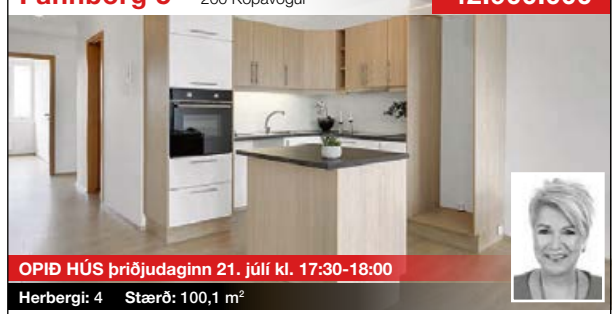
BÓKIÐ SKOÐUN Í GSM. 699-4610

Herbergi: 2 **Stærð:** 83,9 -104.6 m²

AÐEINS 4 ÍBÚÐIR ÓSELDAR

Fallegar íbúðir fyrir fólk 60 ára og eldri í vönduðu 3-5 hæða lyftuhúsi við Strikið 1 í Sjálandi í Garðabæ. Íbúðirnar skilast fullbúnar án gólfefna, þó verða flísar á baðherbergjum og þvottahúsum frá Birgisson. Innréttingar eru frá Axis, heimilistæki frá Ormsson, innihurðar frá Parka og hreinlætistæki frá Tengi. Sérmerkt bílastæði í lokaðri bílageymslu fylgir. **Upplýsingar veitir Sigríður fasteignasali í gsm:** 699 4610

Fannborg 5 200 Kópavogur — 42.900.000



OPIÐ HÚS þriðjudaginn 21. júlí kl. 17:30-18:00

Herbergi: 4 **Stærð:** 100,1 m²

MIKIÐ ENDURNÝJUÐ, FALLEG OG BJÖRT 4RA HERBERGJA ENDAÍBÚÐ Á 2. HÆÐ Í NÝUPPGERÐU FJÖLBÝLI Á FRÁBÆRUM STAÐ Í MIÐBÆ KÓPAVOGS. Íbúðin var öll tekin í gegn fyrir 6-7 árum en nú er einnig buið að endurnýja gólfefni, gler í stofuglugga, gler og gluggakarma í hjónaherbergi og tæki í eldhúsi. Stórar suðursvalir með útsýni.
Upplýsingar veitir Jóhanna Kristín fasteignasali í gsm: 837 8889

Lundur 86 200 Kópavogur — 79.500.000



OPIÐ HÚS mánudaginn 20. júlí kl.17.30-18.00

Herbergi: 4 **Stærð:** 142,9 m²

Glæsileg, björt og rúmgóð 3-4ra herbergja íbúð á 3. hæð ásamt sérmerktu stæði í bílageymslu. Íbúðin er einstaklega smekkleg og vel búin vönduðum innréttingum. Stórir gólfsíðir gluggar sem gera alrýmin bjart, rúmgóð svefnherbergi og hiti í gólfum. búðin er skráð 142,9 fm og þar af er geymslan 8,1 fm.
Upplýsingar veitir Sigríður fasteignasali í gsm: 699 4610

Suðurhólar 20 111 Reykjavík — 33.900.000



OPIÐ HÚS þriðjudaginn 21. júlí kl. 18:30-19:00

Herbergi: 2 **Stærð:** 74,6 m²

FRÁBÆR FYRSTU KAUP: EINSTAKLEGA VEL SKIPULÖGÐ TVEGGJA HERBERGJA ÍBÚÐ MEÐ GEYMSLU MEÐ GLUGGA OG SÉRINNGANGI Á 3. HÆÐ Í FJÖLBÝLI. ELDHÚS MEÐ HVÍTRI INNRÉTTINGU OG STÓRUM BORÐKRÓK, ENDURNÝJAÐ BAÐHERBERGI, RÚMGOTT SVEFNHERBERGI OG STOFU MEÐ ÚTGENGI Á SVALIR Í SUÐUR
Upplýsingar veitir Jóhanna Kristín fasteignasali í gsm: 837 8889

Klyfjasel 17 109 Reykjavík — 77.900.000



OPIÐ HÚS mánudaginn 20. júlí kl: 17:00-18:00

Herbergi: 10 **Stærð:** 220 m²

Mjög vel skipulagt 220fm einbýlishús á tveimur hæðum með góðri aukaíbúð á jarðhæðinni. Efri hæð og ris skipstist í : forstofu, gang, stofu, borðstofu, eldhús, 5 svefnherbergi og baðherbergi. Neðri hæðin skiptist í : forstofu, gang, eldhús, stofu þrjú herbergi, baðherbergi og geymslu. Eignin er mikið endurnýjuð.
Upplýsingar veitir Helgi fasteignasali í gsm: 780 2700

Sogavegur 73-75 108 Reykjavík — 57.900.000



Herbergi: 3 **Stærð:** 83,3 m²

Ný, glæsileg, fullbúin, björt og vel skipulögð 83,3 fm 3ja herbergja íbúð á efstu hæð ásamt 26,8 fm svölum til suðurs í nýju lyftuhúsi við Sogaveg 73-75 í Reykjavík. Einungis tvær íbúðir á hæðinni sem deila lyftu. Sér stæði í bílageymslu.Frábær staðsetning, miðsvæðis í borginni með fallegu útsýni. **Afhending er í sept/okt 2020**
Upplýsingar veitir Elka fasteignasali í gsm: 863 8813

Krummahólar 6, *íb. 508* 111 Reykjavík — 36.900.000



OPIÐ HÚS sunnudaginn 19. júlí kl. 17:30-18:00

Herbergi: 3 **Stærð:** 105,3 m² Bílskýli

MJÖG FALLEG OG VEL SKIPULÖGÐ 3JA HERB. ÍBÚÐ Á 5. HÆÐ Í LYFTUFJÖLBÝLI ÁSAMT BÍLASTÆÐI Í BÍLAGEYMSLU. Íbúðin er skráð 74,5 fm, geymsla 6,6 fm. og bílastæði 24,2 fm. Íbúðin skiptist í eldhús, stofu, 2 svefnherbergi, baðherbergi m/tengi fyrir þvottavél og stórar suðursvalir. Stutt í alla þjónustu.
Upplýsingar veitir Jóhanna Kristín fasteignasali í gsm: 837 8889

102 REYKJAVÍK.IS

Smyrilshlíð 1,3-5 | Valshlíð 2, 4, 6 og 8 | Fálkahlíð 2-4 | Haukahlíð 1,3

- Öllum íbúðum fylgir uppþvottvél og ísskápur
- Sælureitur þar sem borgarlífið og náttúran mætast
- Öll þjónusta í göngufæri

NÝTT Í SÖLU
Verð frá: 36.5 mkr.



SÍÐASTI ÁFANGINN KOMINN Í SÖLU!

Nýr áfangi kominn í sölu. Smyrilshlið 1 og Haukahlíð 3! Frábærar og vandaðar íbúðir í boði. Áætl. afhendingar á íbúðum í síðasta áfanga, Smyrilshlíð 1 og Haukahlíð 3 er feb/mar 2021. Mikið úrval af íbúðum, allt frá 2ja herb íbúðum upp í 5 herb. flestar með stæði í bílageymslu og nokkrar með bílskúr.


Sigurður Fasteignasali 898 6106


Hafdís Fasteignasali 820 2222


Hrönn Fasteignasali 692 3344


Ragnar Fasteignasali 844 6516

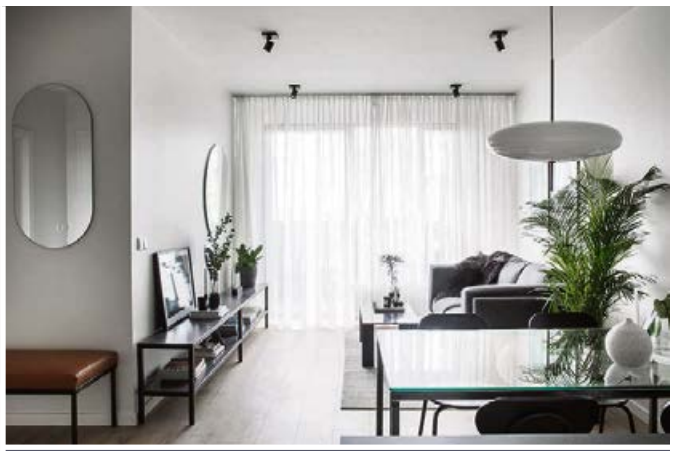

Lilja Fasteignasali 663 0464


Darri Örn Sölufulltrúi 767 0000


Elka Fasteignasali 863 8813


Jóhanna Kristín Fasteignasali 837 8889


Þorgeir Fasteignasali 696 6580



OPIÐ HÚS

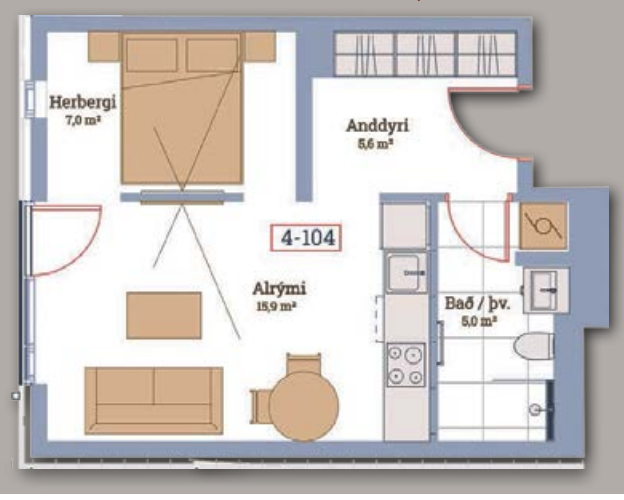
Sunnudaginn 19. júlí kl. 16:00-17:00 **og** **Þriðjudaginn** 21. júlí kl. 17:30-18:00

Sýningaribúð að Falkahlíð 2 íbúð 203

DÆMI UM ÍBÚÐ

Haukahlíð 3 - *íbúð 0104*
Verð kr. 36.500.000

- 2 herbergi
- 44,4 m²
- Franskar svalir
- Bílakjallari



EFSTALEITI - LÁGALEITI - VÖRÐULEITI

FYRSTU ÍBÚÐIR TILBÚNAR TIL AFHENDINGAR!
VERÐ FRÁ: 34.9 MILL.



EFSTALEITI 17, *ÍBÚÐ 301*
Herbergi: 3ja
Stærð: 112,4 m²
Svalarinngangur/Suðursvalir
Bílageymsla
Verð: 69.900.000

KYNNING Á NÝJUM ÍBÚÐUM

Mánudaginn 20. júlí kl. 17:30-18:00

í sýningarsal að Efstaleiti 27

FASTEIGNASALAN TORG
Áb. Sigurður Gunnlaugsson löggiltur fasteignasali

SÍÐASTI ÁFANGINN KOMINN Í SÖLU!

Nú er lokaáfangi þessa nýja og eftirsótta íbúðasvæðis kominn í sölu.
SÝNUM DAGLEGA HRINGIÐ Í SÖLUMENN. Glæsilegur sýningarsalur þar sem þú getur skoðað nánar teikningar, innréttingar, skilalýsingu og kynnst hverfinu, og rætt við fasteignasala og fundið réttu íbúðina.

Í Efstaleitinu rís nútímalegt íbúðahverfi á einum besta stað í borginni. Sannkallað miðbogar hverfi í göngufæri við helstu verslunar- og þjónustukjarna borgarinnar og falleg útivistarsvæði. Íbúðirnar eru glæsilega innréttaðar. Rut Kára innanhússarkitekt sá um efnis- og litaval á innréttingum og flísum.






Dórothea Fasteignasali 898 3326


Ragnar Fasteignasali 844 6516


Hrönn Fasteignasali 692 3344


Jóhanna Fasteignasali 837 8889


Sigurður Fasteignasali 898 6106

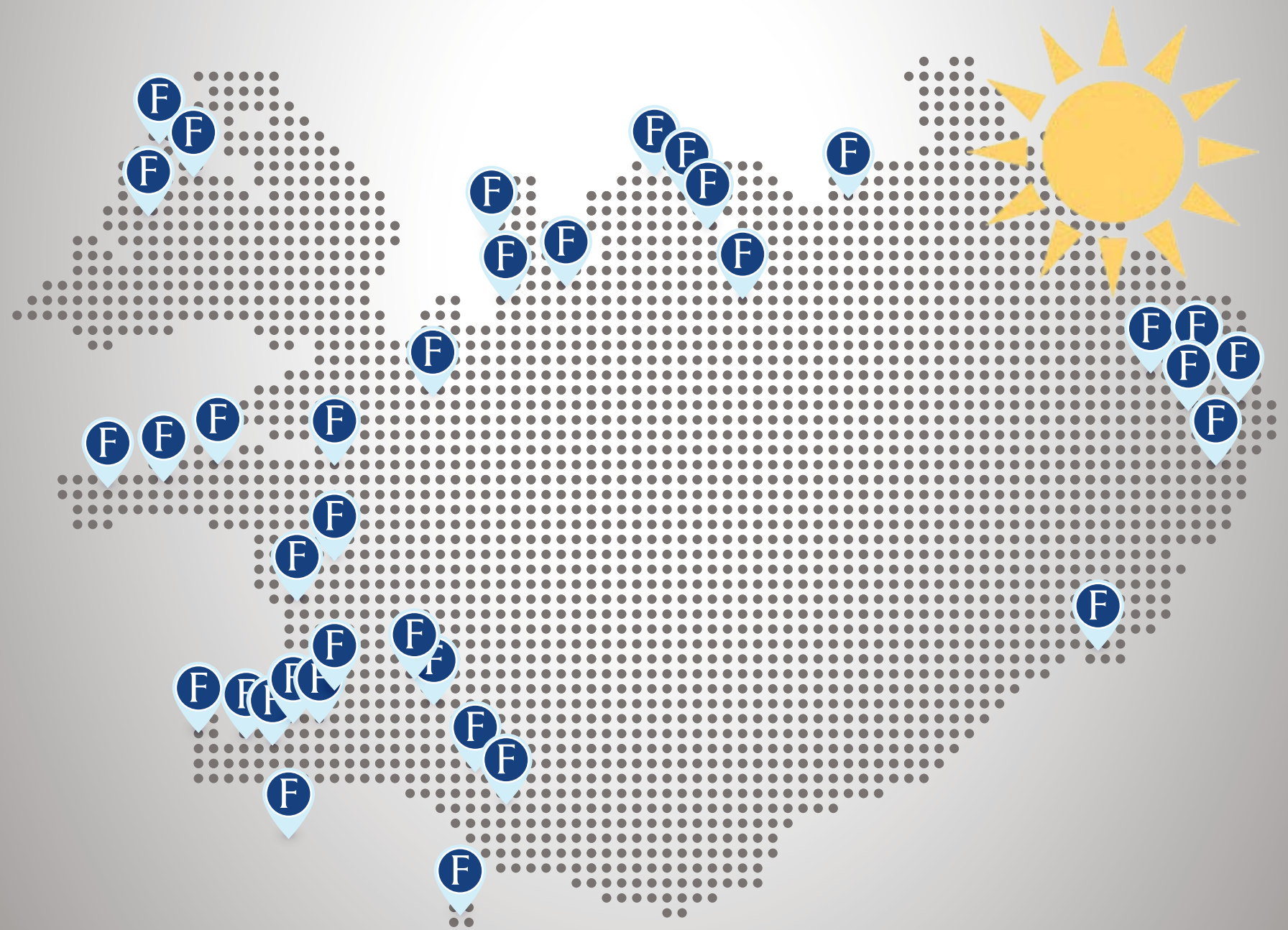

Hafdís Fasteignasali 820 2222

FRÉTTABLAÐIÐ

GRÍPTU FRÉTTABLAÐIÐ MEÐ Í FERÐALAGIÐ

Þú getur nálgast frítt eintak af Fréttablaðinu víðs vegar um landið m.a. í verslunum, sundlaugum, íþróttamiðstöðvum og á bensínstöðvum.

Kringlan · SMÁRALIND · FJÖRÐUR · bóksala stúdenta · HÁMA · BÓNUS · KJÖRBÚÐIN · Krambúð · nettó · N1 · olís





FRÉTTABLAÐIÐ

mest lesna dagblað landsins, líka á sumrin

LEGSTEINAR

Í MIKLU ÚRVALI











GRANÍT STEINAR

Helluhrauni 2, Hafnarfirði
544 5100 – granitsteinar.is

Að prjóna hefur alltaf verið stóra áhugamálið mitt

Hildur Hlín Jónsdóttir hefur alla ævi verið mikil handavinnukona og hefur prjónað og saumað mikið frá barnæsku. Hún fór þó ekki að prjóna eftir eigin hugmyndum fyrr en hún varð ólétt, árið 2015. Nýlega opnaði hún vefsíðuna Knithilda.is sem inniheldur hennar eigin prjónauppskriftir.

Sandra Guðrún Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is

Hildur á ekki langt að sækja prjónahæfileikana. Móðir hennar, Guðrún S. Magnúsdóttir, hefur gefið út nokkrar prjónabækur, meðal annars Sokkaprjón, Vettlingaprjón og Jólaprjón.

„Mamma hefur alltaf prjónað mikið og mig langaði alltaf að gera eins og hún. En það var einmitt mamma sem kenndi mér snemma að prjóna. Ég man að ég fékk fyrsta byrjenda-prjónasettið mitt í 6 ára afmælisgjöf. Fyrir það kunni ég eingöngu að fitja upp, en með prjónasettinu lærði ég garðaprjón og var óstöðvandi eftir það – sí-prjónandi," segir Hildur.

Það að prjóna hefur að Hildar sögn alltaf verið stór partur af henni og hennar helsta áhugamál. Hún nýtur þess að setjast niður með prjónana, en líkir prjónaskapnum við hugleiðslu.

„Ég gríp í prjónana þegar ég vil slaka á. Það er svo gaman að setjast niður með nýja hnotu, fitja upp og sjá flík verða til úr einhverju sem maður gerir sjálfur," segir hún.

„Þrátt fyrir að hafa prjónað mikið alla mína ævi, þá var það ekki fyrr en 2015 sem ég lagði í að prjóna eftir mínum eigin hugmyndum. Þá var ég ólétt og má segja að prjónarnir hafi ekki farið í hvíld síðan og ég varla prjónað eftir öðrum uppskriftum en mínum eigin. Ég nýt þess í botn að hanna flíkur og sjá lokaútkomuna á einhverjum yndislegum mola, oftast syni mínum, honum Fannari Mána."

Fullvann hugmyndina í samkomubanninu

Prjónasíðan hennar Hildar var opnuð fyrr í vikunni og heitir Knithilda.is, en þar eru til sölu fallegar prjónauppskriftir eftir Hildi.

„Ég hef gengið með hugmyndina að merkinu Knithilda síðan 2015, en aldrei þorað að taka af skarið fyrr en nú. Samkomubannið 2020 var nýtt í að fullvinna hugmyndina að síðunni, sem og að klára fyrstu uppskriftirnar, ásamt því að senda þær í prufuprjón. Ég á heilan helling af hugmyndum, bæði fullunnum og aðrar á byrjunarstigi og ég hlakka mikið til að deila þeim," segir Hildur.



Hildur hefur alla tíð prjónað mikið og nýtur þess að hanna flíkur og sjá lokaútkomuna, sérstaklega á syni sínum, honum Fannari Mána.



Fannar Máni í fallegri peysu eftir uppskrift Hildar.



Uppskriftina að þessu sæta ungbarnasetti má finna á nýju prjónavefsíðu Hildar, Knithilda.is.

Hildi finnst skemmtilegast að prjóna peysur og húfur og hefur prjónað ógrynni af þeim í gegnum tíðina.

„Ég er mjög hrifin af einföldum og stílhreinum peysum og hanna ég mínar peysur oftast út frá þeim útgangspunkti. Hugmyndirnar koma alls staðar að. Mjög oft þegar ég er að prjóna flík og er að hugsa um prjónaskap, þá dettur inn einhver sniðug hugmynd. Eða þegar ég er að velta fyrir mér litum og litasamsetningum þá sé ég mynstrið fyrir mér og reyni þá að teikna það upp. Ég prjóna oft litlar prufur, en þá sé ég vel hvað er að virka og þróa þannig mynstrin út frá þeim. Stundum sé ég líka einhverja fallega sjón í umhverfinu eða náttúrunni sem mig langar að teikna upp, eða þróa áfram á minn hátt," útskýrir Hildur.

Ég gríp í prjónana þegar ég vil slaka á. Það er svo gaman að setjast niður með nýja hnotu, fitja upp og sjá flík verða til.

Hildur segir að þrátt fyrir að nýja vefsíðan hafi einungis verið opnuð fyrir örfáum dögum, hafi hún fengið gríðarlega jákvæð viðbrögð við henni.

„Það er mikill prjónaáhugi í samfélaginu og margir að feta sín fyrstu skref. En ég tel uppskriftirnar mínar henta einstaklega vel bæði þeim sem eru nýbyrjaðir að prjóna og þeim sem eru lengra komnir."

AUGUN OKKAR

Föstudaginn 24. júlí mun Fréttablaðið gefa út sérblaðið Augun okkar

Við bjóðum lesendum okkar upp á gagnlega fræðslu um heilbrigði augna og sláum á léttari strengi og skoðum nýjustu tískustrauma gleraugna og sólgleraugna.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir:

Arnar Magnússon
Sölu- og markaðsfulltrúi Fréttablaðsins
Sími: 550-5652 / arnarm@frettabladid.is



Smáauglýsingar

550 5055
Afgreiðsla smáauglýsinga og sími er opinn alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki

KRÓKUR

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppboð - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

SPAR bíll



Nýir 2020 Mitsubishi Outlander Hybrid. Flottasta typa með öllum búnaði. Listaverð 6.690.000,- Okkar verð er 800.000 lægra eða 5.890.000,- Til sýnis á staðnum í nokkrum litum.

Sparibíll ehf
Hátún 6A, 105 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?
Kaupi bíla 25-350þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Bátar



Mjög léttur 4 Manna Saiman Plast bátur sem er ósökkvandi. Með 5hp Yamaha mótor. Notaður 5 túra. Kerra og björgunarvesti fylgir með. 550.000kr. s. 8996221

Þjónusta

Málarar

MÁLNINGARVINNA.
Get bætt við verkum. 30 ára reynsla, fagmennska og sanngjörn verð. Einar málari s: 832-6017.

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., píanófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikaels. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Píplulagnir

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA
Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.
Uppýsingar í síma 868-2055

Garðyrkja



Smávélaviðgerðir, Garðsláttuvélar, sláttuorf, sláttutraktorar, jarðvegsþjöppur, dælur, kerrusmíði, 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, klippingar og umhirðu á görðum. Uppl. í s. 616 1569.

PROSTONE
» Jarðvinna
» Drenlagnir
» Hellulagnir
» Þökulagnir
Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög
519 7780
prostone@prostone.is

Húsaviðhald

FLÍSALAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Rúnar múrari
Múrari tekur að sér tröppuviðgerðir sem og allt almennt viðhald fasteigna.
s. 780 2838.

VIÐHALD FASTEIGNA
Tökum að okkar viðhald fasteigna ásamt nýsmíði.
Einnig píplulagnir, flísalagnir, múrviðgerðir, málningarvinna og gluggaviðgerðir.
Uppl. í s. 780 3344 eða netfangið mavar@mavar.is

Til sölu

FYRIRTÆKJASALA ÍSLANDS S.773-4700

NAGLASTÚDÍÓ- LÍKAMSMEÐFERÐIR



Til sölu þekkt stofa með glæsilega aðstöðu í rúmgóðu húsnæði, með 8-10 vinnustöðvar. Aðstaða fyrir námskeiðahald og fleira.

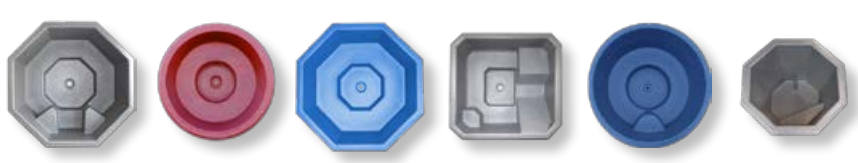
Uppl. gefur Óskar Mikaelsson, löggiltur fasteignasali á netfanginu oskar@atveignir.is og í síma 773-4700.

Óskar Mikaelsson, löggiltur fasteigna og fyrirtækjasali 773-4700



Heitir og kaldir gæðapottar frá NormX

Pottarnir frá Normx hitta svo sannarlega í mark hjá allri fjölskyldunni.



Við hjá Normx höfum framleitt heita og kalda potta fyrir íslenskar aðstæður í yfir **35 ár**. Við bjóðum fjölda gerða og lita ásamt öllu því sem tilheyrir til að koma sér upp glæsilegum potti á verði sem kemur skemmtilega á óvart.

NORMX
Auðbrekku 6 · Kópavogi · Sími 565 8899 · www.normx.is

Húsaviðhald

VANTAR ÞIG SMIÐI, MÚRARA, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?
Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömmum fyrirvara.
Proventus starfsmannaþjónusta - proventus.is Sími 551-5000 Netfang proventus@proventus.is



Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

PROSTONE
» Smíðavinna
» Múrvinna
» Málningarvinna
Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög
519 7780
prostone@prostone.is

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmíði. S. 616 1569

Nudd

NUDD NUDD NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjarvíkur. Lausir tímar. Sími 694 7881, Janna.

NUDD - NUDD
Úrvals nudd alla daga í miðbæ Kópavogs. Sími 888 6618 og 788 6609 Elísabet.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Keypt & Selt

Til sölu



Humar, Ferskur Lax, Risarækjur og fleira góðgæti úr hafinu. Humarsalan SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI. WWW. HUMARSALAN:IS S. 867 6677



Kassagítarar í úrvali Gitarinn ehf Kassagítarar á tilboði Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is

Heimilið

Barnavörur


SYSTKINA VAGN/KERRA
Verð frá 165.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. s. 5538313 barnidokkar.is



Skólar & Námskeið

Námskeið


ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN, DANISH & SWEDISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA
Only/Aðeins 1-3 students/ nemendur/ per course/hvert námskeið! Einnig Sérnámskeið fyrir Heibrigðisstarfsfólk / Also Special Courses for Health Staff. Enska fyrir Leiðsögumenn/English and Icelandic for Tourist Guides. Start/Byrja: 20/7, 27/7, 10/7, 7/9 14/9, 12/10, 9/11, 7/12. 4 weeks/ vikur x 5 days/daga. AM & PM/fh. & eh. Price/Verð: 49.500. Labour Unions /Labour Office pay back 50-90 % of price/Stéttafélög/ Vinnumálastofnun endurgreiða 50-90% gjalds. www.iceschool.is - ff@icetrans. is - facebook.com/ fullordinsfraedslan - Fullorðinsfræðslan-IceSchool, Ármúli 5. 108, s. 8981175/5571155

Húsnæði

Húsnæði í boði

Til leigu í Hafnarf. 3-4 herb. íbúð í lyftublokk. Með bílastæði í bílastæðahúsi. Mikið útsýni. Yfirbyggðar svalir. Ekkert dýrahald leyft. Uppl. í s. 893 9777

Glæsileg 2.herbergja íbúð í Strikinu Garðabæ til leigu. Um er að ræða íbúð fyrir 60+ með tengingu við þjónustukjarna félags eldri borgara þar sem hægt er að fá heitan mat. Íbúðin er laus og getur innbú fylgt. Uppl í s: 6953901

Ódýr íbúð til sölu/leigu á Skagaströnd. Uppl. S: 847 8446

Sumarbústaðir

Sumarhússlóðir til sölu í landi Þórisstaða í Grímsnesi. Stærð 9.500 fm, 9.400 fm og 8.000 fm. Lóðirnar eru í grónu hverfi, rafmagn, heitt og kalt vatn við lóðarmörk. Verð 2.500.000 pr. lóð. Upplýsingar í síma 864-4642

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Atvinna

Atvinna í boði

Við erum að fjölga í teyminu hjá okkur og leitum þess vegna að jákvæðum einstaklingum með framúrskarandi þjónustulund bæði í dag- og kvöldvinnu. Opið fyrir umsóknir á Heimilisthrif.is

We are hiring and looking for positive individuals with an excellent sense of service for both day and evening work. Send an application through Heimilisthrif.is/atvinna



Til leigu / sölu





Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055













Alla fimmtudaga og laugardaga

gudruninga@frettabladid.is

www.fi.is

Ísland er landið

Velkomin í skála Ferðafélags Íslands







Ferðafélag Íslands og deildir þess reka 40 fjallaskála á hálendinu og í óbyggðum.

Sjá nánar á www.fi.is

FERÐAFÉLAG ÍSLANDS | Mörkinni 6 | 108 Reykjavík | Sími 568 2533 | www.fi.is

FRÉTTABLAÐIÐ

TÍMAMÓT

18. JÚLÍ 2020 LAUGARDAGUR



†

Ástkær móðir, amma, langamma og tengdamóðir,

Margrét Björnsdóttir

frá Brennu, Neskaupstað,

lést á hjúkrunarheimilinu Skjóli, laugardaginn 11. júlí 2020.
Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju, fimmtudaginn 23. júlí 2020, kl. 13.00.

Margrét Viderø Joensen
Konráð Gylfason
Margrét Gylfadóttir
Hans í Líðini
Anna María Harðardóttir
Ólafur Sveinsson
Gylfi Einarsson
Margrét Skarphéðinsdóttir
Ömmubörn og langömmubörn.



†

Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, kær vinur, afi, og langafi,

Helgi Jónsson

fyrrverandi bankaútibússtjóri,

sem andaðist á Dvalarheimilinu Höfða, Akranesi, þann 14. júlí, verður jarðsunginn frá Akraneskirkju, miðvikudaginn 22. júlí, kl. 13.00.

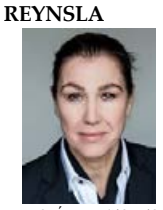
Áslaug Helgadóttir
Jón Helgason
Sigríður Helgadóttir
Helgi Teitur Helgason
Gunnar Guðmundsson
Sigríður K. Valdimarsdóttir
Ólafur Þorsteinsson
Guðrún Hildur Pétursdóttir
Margrét Ingvarsdóttir
Börn og barnabörn.

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi
SÍÐAN 1996

ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA


Kristín Ingólfsdóttir


Sverrir Einarsson


Margrét Ásta Guðjónsdóttir

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

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242

HjartaHeill
Minningarkort á hjartaheill.is
eða í síma 552 5744



Útfararþjónusta
& lögfræðiþjónusta

Við önnumst alla þætti undirbúnings og framkvæmd útfarar ásamt vinnu við dánarbússkiptin. Við þjónum með virðingu og umhyggju að leiðarljósi og af faglegum metnaði.

Með kærleik og virðingu

Útfararstofa Kirkjugarðanna
Vesturhlíð 2, Fossvogi | Sími 551 1266 | **útför.is**



Kristín Þórunn keypti drumba beint af bónda á Ströndunum og skar út þessar styttur eftir pöntun.

Flutti sig yfir fjörðinn

Vestfirska alþýðulistakonan Kristín Þórunn Helgadóttir stefnir að því að opna nýstandsetta vinnustofu sína á ættaróðalinu Alviðru í Dýrafirði í dag, ef veður leyfir.

Það hentaði akkúrat að taka upp bíómynd í vinnustofunni minni á Þingeyri. Þess vegna varð ég að flytja mig út í Alviðru sem er hinum megin við fjörðinn, rétt utan við Núpsskóla, og er að raða öllu upp þar, segir Kristín Þórunn Helgadóttir. Hún er þekkt fyrir handverk sitt, bæði skartið fjöruperlur og útskornar rekaviðarfígúrur.

„Það er mjög fallegt hér, svaka útsýni," lýsir Kristín Þórunn. „Systkini mín eru hér með mér, við eigum þetta núna og erum eins og kóngar í ríki okkar. Ég stefni að því að vera með opna vinnustofu um helgina, í gamalli heyhlöðu foreldra minna sem er rétt við veginn. Þar er eldstæði í einu horni og gamlir hlutir uppi á vegg. Það verða allir að stoppa!"

Kristín segir lítið um trjáreka í Alviðru. „Einn drumb rak í vetur, það gerist stöku sinnum. En ég er með allar klær úti og fólk gefur mér trjávið, bæði úr fjörum og görðum. Líka ræturnar, ég er mjög hrifin af þeim. Einn maður pantaði tvo trékarla hjá mér, hann fór með mér á Strandirnar þar sem ég keypti drumba beint af bónda, fór með þá heim, sagaði og skar út og maðurinn kom svo og náði í þá. Elfar Logi hefur keypt af mér nokkur goð til að hafa í samkomuhúsinu sínu úti í Haukdal, meðal annars Óðin og er nýbúinn að fá Loka. Þetta fer allt jafnóðum út úr höndunum á mér! Maðurinn minn er líka að búa til trélistaverk, þau eru öðruvísi".



Fjöruperlurnar eru bæði dökkar og grænar. Þær eru ekta náttúruafurð sem Kristín Þórunn ákvað að nýta í skartgripi.

Elfar Logi hefur keypt af mér nokkur goð til að hafa í samkomuhúsinu sínu úti í Haukdal, meðal annars Óðin og er nýbúinn að fá Loka.

Á vefnum fjoruperlur.is hefur Kristín Þórunn sett inn vídeó af því sem hún er að bralla, en hún hefur framleitt skart úr klóþangi í meira en áratug. Vinnsluferlið er dálítið langt, enda kveðst hún ekki vinna úr þaranum fyrr en ári eftir að hún tíni hann í fjörunni. Hann verði að þorna vel og lyktin að hverfa í rólegheitum.

Fjöruperluskartið fæst í gamla kaupfélagshúsinu á Þingeyri þar sem handverkshópurinn Kolta er með opið yfir sumartímann, að sögn Kristínar Þórunnar. „Mest hef ég samt selt í skemmtiferðaskipin á Ísafirði síðustu ár, þar er ég með lítið hús á bryggjunni en hef ekkert opnað það í sumar og því er mun rólegra hjá mér en hefur verið," segir hún. „Litlir jólasveinar sem ég sker út úr trjágreinum hafa verið vinsælir hjá Ameríkönum, en þeir verða að vera feitir, kanarnir vilja ekki okkar horuðu, íslensku sveina!" **gun@frettabladid.is**



Jón Páll er sagnfræðingur og barnabókahöfundur. Hann kann fullt af fornum leikjum og miðlar fúslega fróðleik um þá.

Leikir eru til skemmtunar

Eitt af því sem kynslóðir eiga sameiginlegt er að hafa leikið sér sem börn. Jón Páll Björnsson, sagnfræðingur, ætlar að fræða krakka um leiki fortíðar í Kvosinni í dag.

„Það er hægt er að tengja börn við alla tíma, því ætlum við að leika leiki frá víkingaöld og til okkar daga milli klukkan 13 og 14 í dag," segir sagnfræðingurinn Jón Páll Björnsson sem stefnir börnum á Landnámssýninguna í Aðalstræti í dag. Hann segist kunna fullt af gömlum leikjum sem hann ætli að rifja upp í Kvosinni. „Við getum nefnt spennandi leik sem heitir Útilegumannaleikur, annar nefnist Skjaldborgarleikur og þriðji er Vörðuleikurinn. Allir auðveldir. Í hástökki notum við reipi gert úr hrosshári. Þetta er hluti af safnfræðslu Borgarsögusafnsins."

Aðallega verður leikið úti, að sögn Jóns Páls. „Við stöldrum við á horni Aðalstrætis og Túngötu, í Fógetagarðinum, í Grjótaþorpinu og á Austurvelli. Þetta eru allt leiksvæði barna í Reykjavík upp úr aldamótunum 1900 – götur og bakgarðar, umhverfi Tjarnarinnar og Tjörnin sjálf. Það eina sem búið var til sem slíkt var völlur utan við Miðbæjarskólann."



Kindahorn, sauðaleggir, völur, kjálkar og önnur bein voru vinsæl leikföng barna um aldir, ásamt skeljum.

Jón Páll kveðst styðjast við ýmsar heimildir. „Leikföng barna fyrr á öldum hafa fundist við fornleifarannsóknir og í Íslendingasögunum bregður leikjum fyrir. Leikir eru samnefnarar fyrir allar kynslóðir. Það er hægt að útskýra eldgamlan leik fyrir nútímabörnum og þau skilja hann umsvifalaust. Átta sig strax á til hvers hann er, hann er til skemmtunar."

gun@frettabladid.is

---

†



Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Guðbjörg Gísladóttir

fv. útibússtjóri,
Ársölum 3,

lést á Hrafnistu DAS í Boðaþingi, föstudaginn 10. júlí. Jarðarförin fer fram í Lindakirkju, þriðjudaginn 21. júlí, kl. 13.00.

Sigurður Sigurðsson
Unnur Guðbjargardóttir
Laufey Sigurðardóttir **Jón Bjarki Sigurðsson**
Sigurður Björn Bjarkason **Sigurbjörg Ósk Kristjánsdóttir**
Arnór Ingi Bjarkason **Lina Marija Balčiūnaitė**
Elmar Trausti Sigurðsson

---

†



Innilegar þakkir sendum við öllum þeim sem sýndu okkur samúð og hlýhug við andlát og útför elskulegrar móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Önnu Guðnýjar Hildiþórsdóttur

Hvassaleiti 16,

sem lést 25. júní 2020.

Sigurður Á. Sigurjónsson **Lek Kaewphanna**
Kristín Júlía Sigurjónsdóttir
Aðalsteinn Sigurjónsson **Kristín Sigurðardóttir**
Aðalheiður Sigurjónsdóttir **Daníel Guðjónsson**
Barnabörn og langömmubörn.

---

†



Elskuleg móðir, tengdamóðir, amma og frænka,

Rósa Ólafía Ísaksdóttir

áður til heimilis Kríuhólum 2,

lést mánudaginn 13. júlí. Útförin fer fram í kyrrþey.

Áslaug Þórðardóttir
Sigurður Bjarki Þórðarson
Helga Magnúsdóttir
Ástrós Hekla Sigurðardóttir
Ísak Harðarson

---

†



Minn ástkæri lífsförunautur, faðir okkar, tengdafaðir, bróðir, mágur og afi,

Andreas Árni Baldursson

Holtsgötu 25, Sandgerði,

lést á Landspítalanum v/Hringbraut, sunnudaginn 12. júlí. Útförin fer fram frá Sandgerðiskirkju, þriðjudaginn 21. júlí, kl. 13.

Laufey K. Snorradóttir
Andrea Bára Andreasdóttir **Brynjar Ólafsson**
Valþór Andreasson
Haukur Andreasson **Rakel Jónsdóttir**
Hörður Baldursson **Jóhanna B. Kristjánsdóttir**
Viðar Arnar Baldursson **Katrín Jóhannesen**
og barnabörn.

---

†



Þökkum innilega hlýhug og auðsýnda samúð við andlát og útför okkar elskulega eiginmanns, föður, tengdaföður og afa,

Sigurðar E. R. Lyngdal

kennara.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki göngudeildar hjartabilunar, hjartadeildar og gjörgæsludeildar 12B Landspítalans.

Magnea Antonsdóttir
Reynir Lyngdal **Elma Lísa Gunnarsdóttir**
Anton Lyngdal
Kristín Ýr Lyngdal **Kjartan Traustason**
og barnabörn.

---

†



Ástkær eiginmaður, sonur og bróðir,

Ingi Björn Bogason

Hraunbæ 182,

lést á líknardeildinni í Kópavogi, þriðjudaginn 14. júlí. Útförin fer fram frá Digraneskirkju, miðvikudaginn 29. júlí, kl. 13.00. Þeim sem vilja minnast hans er bent á Ljósið og Kraft.

Magdalena V. Michelsen
Steinunn Jónsdóttir **Bogi Baldursson**
María Erla Bogadóttir **Hjalti Kolbeinsson**
Jón Baldur Bogason **Haukur Heiðar Steingrímsson**

---

†



Ástkær faðir minn og frændi,

Hákon Arnar Jónsson

gullsmiður,

lést á Hrafnistu, í Kópavogi, þann 16. júní sl. Útför hans hefur farið fram í kyrrþey.

Jón Hákonarson
Fríða Björg Aðalsteinsdóttir

---

†



Ástkær móðir okkar, amma og langamma,

Þórhalla Guðnadóttir

sem lengst af bjó á Bragagötu 35 í Reykjavík,

lést á hjúkrunarheimilinu Skjóli, þann 14. júlí. Hún verður jarðsungin frá Neskirkju, þriðjudaginn 21. júlí, klukkan 15.00.

Helga Guðrún Óskarsdóttir **Lárus Ýmir Óskarsson**
Barnabörn, langömmubörn og tengdafólk.

---

†



Elskuleg móðir okkar, amma og langamma,

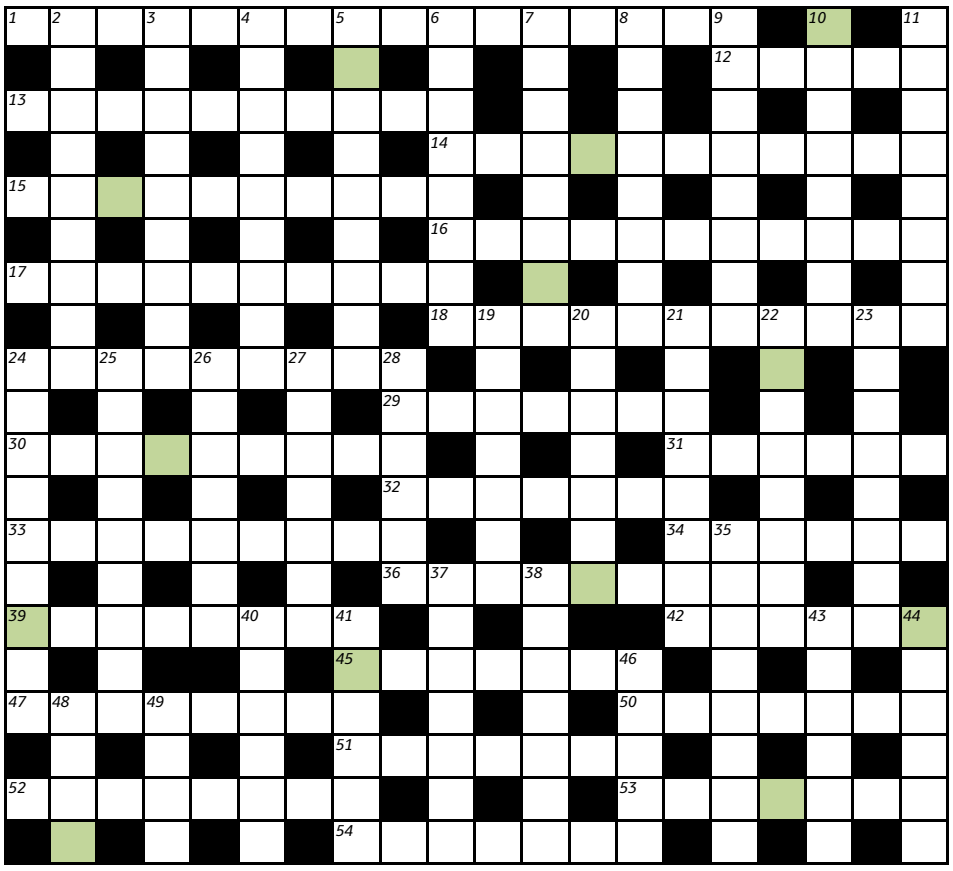
Finnfríður B. Hjartardóttir

lést á Heilbrigðisstofnuninni á Hólmavík, 15. júlí. Útför hennar fer fram frá Hólmavíkurkirkju, laugardaginn 25. júlí, kl. 14.

Gunnar Örn Númason
Rósmundur Númason **Grazina Norkeviciene**
Jónína Númadóttir **Jón Logi Sigurbjörnsson**
Hjörtur Númason **Hafdís Gunnarsdóttir**
Ingibjörg Númadóttir **Vignir Helgi Sigurþórsson**
Jóhann Víðir Númason **Ragna Kristín Árnadóttir**
Freyja Dís Númadóttir **Valentínus G. Baldvinsson**
Ólafur Freyr Númason **Katrín Ágústa Thorarensen**
Barnabörn og barnabarnabörn.

Til að birta andláts-, útfarar- eða þakkartilkynningar í Fréttablaðinu þarf að senda tölvupóst á **timamot@frettabladid.is** eða hringja í síma 550 5055 .

KROSSGÁTA & ÞRAUTIR



Lausnarorð síðustu viku var

FARALDURSFRÆÐI

S	T	J	Ö	R	N	U	S	P	E	K	I		B	Ú	K	O	L	L	A
K		Ó		I			E		F		N		R		A		E		
Ý	K	J	A	M	I	K	I	N	N		N		U	P	P	L	I	F	A
L		Ó		A			G		I	G	L	A	N		A		K		
A	K	U	R	H	Æ	N	A		S		A		A	F	L	A	H	Á	R
U		N		L		Á	R	A	N	G	U	R	S		H		Ú		
S		U		Í		V			Á		S		Á	H	E	R	S	L	U
T	Í	M	A	F	R	E	K	U	M		N		R		S			Í	
	S		F			R		R	I	T	A	R	A	S	T	A	R	F	A
S	K	O	T	F	L	A	U	G		Í		É		T		M		S	
	E		A			N		I		F	Ó	T	A	R	M	E	I	N	I
D	R	O	P	Ö	N	D	I	N		A		T		A		N		A	
	T		P			I	N	N	B	L	Á	S	T	U	R			U	
H	I	T	A	R	A		D			D		Ý		K	Ó	V	I	T	I
A		Í			F		Í	S	P	I	N	N	A		S			N	
M	Ó	T	H	E	R	J	A		J		E		L	Ú	M	S	K	A	R
S		A			E		F	R	A	M	L	Á	G		A		Ó		O
T	Ó	N	Í	S	K	R	A		K		S		E	I	R	Í	K	U	R
R		I			U		R	Y	K	K	O	R	N		Í		L		R
A	R	Ð	S	A	M	R	A		A		N		G	A	N	D	A	N	A

LAUSNARORÐ Ef bókstöfunum í lituðu reitunum er raðað rétt saman birtist bráðdrepandi og ódrepandi fyrirbæri sem ítrekað skýtur upp kollinum hér og þar á landinu. Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 23. júlí næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „ 18. júlí“.





FORLAGIÐ

VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Tengdadóttirin** eftir **Guðrúnu frá Lundi** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Hanna S. Antoníusdóttir, Reykjavík.**

Á Facebook-síðunni **Krossgátan** er að finna ábendingar, tilkynningar og leiðréttingar ef þörf krefur.

LÁRÉTT

1 Hin kjörna hélt stefnu Ránar á lofti í kjölfar átakanna (4)
12 Rymjum um risa (5)
13 Vona að þau sem æjuðu hitti á heppilegt augnablik (10)
14 Band eykur orku ökutækja en iðramein ekki (11)
15 Byggðasvelti leggst þungt á þá sem fara ekki úr húsi (10)
16 Hrogn og þjó fyrir konung eyjarskeggja í Eystrasalti (11)
17 Ei skal grobb gráta eður boð bjaga (10)
18 Í tvennt með tóma og tætta (11)
24 Þið sem ætlið héðan, búist til ferðar (9)
29 Byggi gosgarð gegn stafrænni óværu (7)
30 Minnir á dauðra manna díla og skákir (9)
31 Sá langfeðgana tala við herra frá Helmand (6)
32 Salat má sækja í ríki miðjunnar (7)
33 Grimm já, en hversu aum eru Glefsir og hans hyski? (9)
34 Svona fjárkind er greinilegur tilbúningur (6)
36 Áar skipa öll rúm á skipum hraustra manna (9)
39 Ætli liðið leiði þá sem deyja? (8)
42 Orðið þýðir a) getur b) ertir c) letur d) arkar (6)
45 Verð, vötn og hægir menn (7)
47 Mæli hús á grundvelli ákveðinna eininga (8)
50 Allt um það sem ort var og handsalað (7)
51 Orð mín stefna æ að því/sem allra réttast er (7)
52 Fær hlaupahjól segl með batteríinu? (8)
53 Glórupinni glepur nýgengna bleikju (7)
54 Ataði ránfugl enn sósíalískara sulli (7)

LÓÐRÉTT

2 Frá beygðu bóli fjarri byggðu bóli (9)
3 Lótusblóm lífgar vonir og þrár (9)
4 Afturendi golþorska og grálúðu (9)
5 Angastærð afhjúpar menn og stafi á röngum stað (9)
6 Er línuloft þá banvænt? (8)
7 Lesið allt um molana og átökin ógurlegu! (8)
8 Færi mér staðsetningu hlýju húsanna í nyt (8)
9 Fólk er víst alltaf að villast á Brenglubolla og Blöndudal (8)
10 Má nota ask fants sem bjálkamál? (8)
11 Saga um sagða sögu um fræga frú og gettu nú (8)
19 Sviði þessara sára er vegna natríns (7)
20 Gerum það sama og aðrir í svona sukkveislum (7)
21 Lyfti þér með herkjum á norska grund (8)
22 Sá leir sem fulltrúar guðanna bjóða uppá sýnir að þeir eru óþokkar (8)
23 Flytja sýn á milli vita (8)
24 Kemst maður hjá búkblástrum með þessum æfingum? (9)
25 Að skara skuli létt og þurrt er alls ósannað (9)
26 Ég kýs frekar södd en svöng, það veist þú allt um (7)
27 Lóðbein lægð hefur engan rétt (7)
28 Þessi kani er að deila og rugla (6)
35 Alsælulækning er ánægja sönn (8)
37 Fer dult með þessi slöppu á heiðinni (7)
38 Flatbrauð eða trefjaríkt sætabrauð? Þar er efinn (7)
40 Félagsfælinn fýr vantar stakan klett, helst með helli (6)
41 Örn átti að vita að þetta voru austrænir menn (6)
43 Ég var varla mættur þegar hún gekk í salinn (6)
44 Þessi flokkur má þola slæmar sveiflur (6)
46 Latur karl að rupla og róta til (5)
48 Hér fær maður fagurlega hannaðan pela (4)
49 Rasmus hindraði frekara rót á íslenskunni (4)

LÉTT

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

MIÐLUNGS

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

ÞUNG

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

Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni. Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

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

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

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

Skák Gunnar Björnsson

Hvítur á leik



Jón Viktor Gunnarsson átti leik gegn Roman Slobodjan á EM einstaklinga árið 2001.

21. Ref6+! gxf6 22. Hxe8+ Dxe8 23. Rxf6+ 1-0. Jón Viktor fagnar 40 ára afmæli í dag. Vignir Vatnar Stefánsson sigraði á Sumarmóti við Selvatn sem fram fór í fyrradag. Jóhanna Björg Jóhannsdóttir stóð sig frábærlega og varð í öðru sæti.

www.skak.is: Alþjóðlegi skákdagurinn.

Bridge Ísak Örn Sigurðsson

GOTT SPILAMAT

Í þessu faraldursástandi er mikið um sterk mót á netinu. Það vakti mikla athygli nýverið þegar Pólverjinn Nowasadski viðurkenndi á síðunni Bridgewinners að hann hefði svindlað á netinu og horft á sjálfan sig spila. Hann og annar Pólverji, Kalita voru í sveit sem kallaði sig Blass og vann mikið af netmótum, sem mörgum fannst skrítið. Sviinn Fredin, sem sakaði þá um svindl, var dæmdur á sínum tíma, í árs bann á Bridgewinners, fyrir að saka þá um svindl. Því miður reynist mörgum auðvelt að svindla á netinu. Það hefur auðvitað þann ókost að spilurum finnst ekki spennandi að spila netmót og er auðvitað vont fyrir spilara ef upp kemst um svindlið. Forvitnilegt að sjá hvernig brugðist verður við svindli Nowasadskis. Í sterku netmóti um daginn (3rd OPCL Open Teams), í leik Hollendinga, var Simon de Vijs í norður. Eftir 3 pöss (vestur gjafari og allir á hættu) opnaði félagi hans, Bauke Muller í suður á tveimur gröndum (20-22). Vijs þurfti að velja framhald og vegna sterks spaðalitar, ákvað hann að „ljúga“ aðeins í sögnum með góðum árangri.

Norður
♠ DG1097
♥ G1092
♦ 98
♣ 52

Vestur
♠ ÁK5
♥ 7654
♦ G1054
♣ 103

Austur
♠ 864
♥ 83
♦ KD32
♣ KG74

Suður
♠ 32
♥ ÁKD
♦ Á76
♣ ÁD986

Vijs ákvað að segja þrjú lauf („Puppet Stayman“), heyrði þrjú hjörtu (sem neitaði hálit) og sagði fjögur hjörtu sem táknuðu 6 ♠ og 4 ♥. Muller valdi fjóra spaða, sem var ágætur samningur. Sá samningur vannst slétt og 10 impar græddir þegar stoppað var í þremur spöðum á hinu borðinu. Muller mat sín spil einnig upp, af því hann var með „góða“ punkta, en aðeins 19.

SPJALL & STYRKING

Opin fræðsla fyrir alla sem nýlega hafa greinst með krabbamein











Mánudagar 10:30-12:00 í Ljósinu Langholtsvegi 43

Næstu mánudaga bjóðum við öllum þeim sem greinst hafa með krabbamein undanfarin misseri upp á opna fyrirlestra:

- **6. júlí: Líðan, virkni og stuðningur**
- **13. júlí: Þreyta - Orkusparandi aðferðir**
- **20. júlí: Sjálfstyrkur, sjálfsmynd**
- **27. júlí: Slökun**
- **10. ágúst: Streita og bjargráð**
- **17. ágúst: Fjölskyldan og samskipti**
- **24. ágúst: Markmiðasetning**

Minnum einnig á kynningarfundi okkar alla þriðjudaga klukkan 11:00 þar sem aðstandendur eru velkomnir með.

www.ljosid.is Sími 561-3770

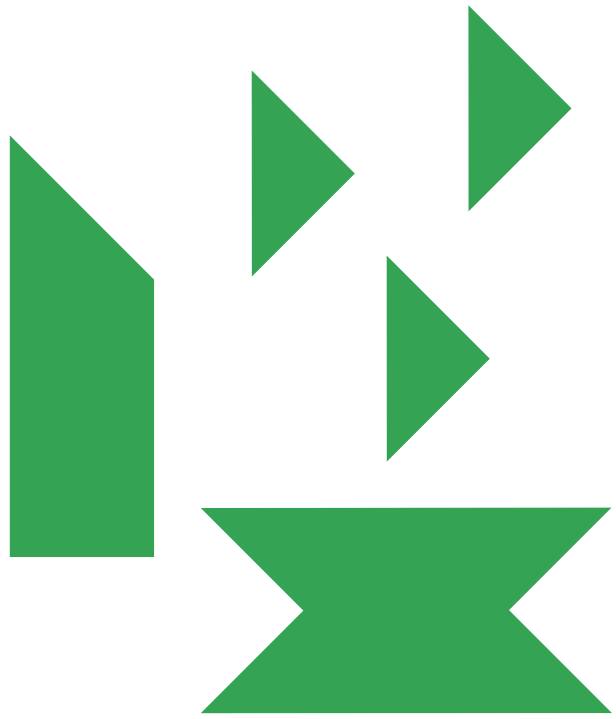
Ljósið

KRAKKAR

Konráð og félagar á ferð og flugi

412

„Jæja Konráð,“ sagði Kata. „Þú sem allt veist, hvað á að gera hér?“ „Við eigum að klippa út þessi fimm grænu form,“ sagði Konráð. „Og raða þeim saman svo að þau verði í laginu eins og fjólublái krossinn hérna við hliðina. Að vísu verður græni krossinn nokkuð stærri en sá fjólublái en þó eins í laginu.“ „Kross,“ sagði Kata önug. „Ekki segja mér að við eigum að búa til kross úr þessum grænu sneplum. Ég get ekki séð að það sé hægt.“ Róbert klóraði sér í kollinum.



Hann gat heldur ekki séð hvernig hægt væri að búa til kross úr þessum skrítnu formum. „Leiðbeiningarnar segja að vísu að við megum snúa þeim allavega, jafnvel á hvolf,“ bætti Konráð við. Það gætti þó ekki mikillar bjartsýni í röddinni þrátt fyrir þá vitneskju.



Getur þú raðað saman þessum formum svo úr verði kross eins og sá fjólublái?



Katrín heldur upp á þættina um Frozen, hún á Önnukjól. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Þetta er ekki dýragaður

Katrín Ragna Hansdóttir tekur á móti mér í dýrunum, við tyllum okkur og mamma hennar líka.

MÉR FINNST SKEMMTILEGAST AÐ LEIKA VIÐ ÓLÖFU VINKONU MÍNA. HÚN ER MEÐ MÉR Í LEIKSKÓLANUM MÍNUM Á RJÚPNAHÆÐ. ÉG ER KOMIN Í KRUMMAHREIÐUR – ALLAN DAGINN.

Hvað ertu gömul? (Á innsoginu): Ég er þriggja ára og verð fjögra 30. ágúst (eðlilega). Veistu hvað? Ég er að fara í ferðalag, í bústað til ömmu sem á afmæli. Það er langt. Við verðum að gista á leiðinni – á HÓTELI! Við ætluðum að sofa í tjaldi en það verður vont veður. Við erum búin að eignast prinsessulitlabarn, það fer með okkur í ferðalagið. Hana langar mikið í lítið systkini, útskýrir mamma hennar.
(Snýr sér að mömmu). Prinsessulitlabarnið verður að vera í belti. Já, að sjálfsögðu svarar hún.

Eigið þið eitthvert dýr? Neeei, þetta er ekki dýragarður. Svo er pabbi með ofnæmi. En við eigum allavega lítinn hund.
Eigum við hund?, spyr mamma hennar hissa.

Manstu ekki? Jú, litla tréhundinn þinn. Einmitt.

Hvernig finnst þér skemmtilegast að leika? Mér finnst skemmtilegast að leika við Ólöfu vinkonu mína. Hún er með mér í leikskólanum mínum á Rjúpnahæð. Ég er komin í Krummahreiður – allan daginn.
Hún var að skipta um deild, útskýrir mamma hennar.
En núna er ég í sumarfríi í leikskólanum. Í haust byrjar hann aftur. Ég var að hlusta á Frozen í dag og horfa á Kúlugúbbana. Líka að perla, (sýnir mér tvö perlulistaverk). Mamma hjálpaði mér með blómið, en ég gerði hjartað eiginlega alveg sjálf. Amma fær perl í afmælispakkanum – prinsessuperl.

Hvað finnst þér best við sumarið? Mér finnst skemmtilegt að syngja sumarlagið mitt. Það er svona: Sumar og sóóól, sumar og sóóól...
Það er svolítið mikið um heimatilbúin lög, útskýrir mamma hennar fyrir mér.
Í gær var ég í sumarbústað hjá ömmu Erlu og svaf í koju með Tinnu frænku minni, hún var að pikka í mig, hún er bara eins árs. Amma varð að vera á milli. Ég fæ aldrei Karíus og Baktus því ég bursta tennurnar mínar og borða bara nammi á nammidögum – nefnilega. Ég hélt fyrst það mætti borða nammi á hverjum degi í sumarfríinu.

Hvaða nammi finnst þér best? Ekki sterka nammið, bara góða. Mér finnst sleikjó bestur. Ormasleikjó.
Hjá Erlu ömmu sumarbústað voru flugur, ég fékk bit á hálsinn og nebbann og tvö á kinnina. En ég fór á bát og svo fór ég upp klifurvegg. Það var ekki erfitt. (Sýnir mér sumarfrísbók með myndum.) Ég var að borða ís. Það má í sumarfríinu.

Lestrarhestur vikunnar Kristín Eva

Hvernig bækur þykja þér skemmtilegastar? Fyndnar bækur eins og Snuðra og Tuðra.

Hvaða bók lastu síðast og um hvað var hún? Freyja og Fróði rífast og sættast. Hún var um systkini sem voru að rífast. Þau voru með ömmu sinni og fóru í bíó með henni. Svo voru mamma þeirra og pabbi líka að rífast. Allir sættust að lokum.

Hvaða bók ætlarðu að lesa næst? Freyja og Fróði í klippingu.

Ef þú myndir skrifa bók, um hvað væri hún? Hún væri um tvær ofurhetjur sem eru systkini og þau eru stundum að rífast og stundum að leika sér saman. Svo lenda þau í ýmsum ævintýrum.

Ef þú mættir velja þér persónu úr bók til að ferðast um Ísland með, hver væri hún? Lísa úr bókinni „Handbók fyrir ofurhetjur.“

Hvernig mynduð þið ferðast? Hún myndi kenna mér að fljúga og við myndum fljúga til Grikklands að heimsækja ömmu og Evu litlu, frænku mína.

Manstu eftir fyrstu bókinni sem var í uppáhaldi hjá þér? Snuðra og Tuðra í jólaskapi.

Ferðu oft á bókasafnið? Já, ég fer oft með mömmu og hjálpa henni að velja bækur.



Hver eru þín helstu áhugamál? Fimleikar, dans og svo finnst mér gaman að fara með bræðrum mínum á fótboltamót.

Í hvaða skóla ertu? Keldusskóla–Vík, en ég þarf að skipta um skóla í haust þar sem honum verður breytt í unglingaskóla.

Borgarbókasafnið, Bókmenntaborgin og Bókabeitan efna til sumarlesturs fyrir krakka. Verið velkomin í bókasafnið í ykkar hverfi og takið þátt í lestrarleiknum. Í hverri viku fær einn heppinn þátttakandi bók að gjöf og í lok sumarsins er veittur einn veglegur vinningur.

GEFÐU UPPLIFUN Í ÖSKJU



Rómantík, gourmet, dekur, útivist, námskeið eða
hvaðeina annað sem hægt er að njóta og upplifa.
Þannig er Óskaskrín, upplifun fyrir þá sem þér þykir vænt um.

577 5600 | info@oskaskrin.is | oskaskrin.is

Óskaskrín

VEÐUR & MYNDASÖGUR

Laugardagur

Reykjavík	Ísafjörður	Akureyri
9 °C | 8 ↓	4 °C | 9 ↓	6 °C | 8 ↓
Egilsstaðir	**Kirkjubæjarkl**	**Hveravellir**
9 °C | 8 ↘	13 °C | 13 ↘	2 °C | 10 ↓

Norðlæg átt 8-15 m/s með rigningu nyrðra, en fer að lægja og dregur úr úrkomu vestantil seinnipartinn. Bjart að mestu sunnan heiða. Hægur vindur norðvestanlands annað kvöld, en gengur í norðvestan 13-20 á Suðausturlandi. Hiti 2 til 13 stig.

	Sunnudagur	Mánudagur	Þriðjudagur	Miðvikudagur	Fimmtudagur
Reykjavík		13 °C | 4 ↘	11 °C | 2 ↘	12 °C | 2 ↘	12 °C | 0 ○	13 °C | 2 ↙
Ísafjörður		8 °C | 10 →	8 °C | 1 ↗	11 °C | 2 ↗	9 °C | 1 ↙	9 °C | 4 ↙
Akureyri		11 °C | 7 ↘	10 °C | 1 ↘	12 °C | 2 ↙	12 °C | 1 ↙	10 °C | 2 ↙
Egilsstaðir		12 °C | 8 ↘	12 °C | 2 ↘	12 °C | 2 ↗	12 °C | 2 ↘	11 °C | 3 ↖
Kirkjubæjarklaustur		15 °C | 7 ↘	15 °C | 1 ↗	14 °C | 3 ↖	14 °C | 2 ↖	9 °C | 3 ↖
Hveravellir		8 °C | 9 ↘	9 °C | 2 ↗	10 °C | 3 ↑	11 °C | 3 ↑	11 °C | 2 ↖

Pondus

Eftir Frode Øverli



Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman



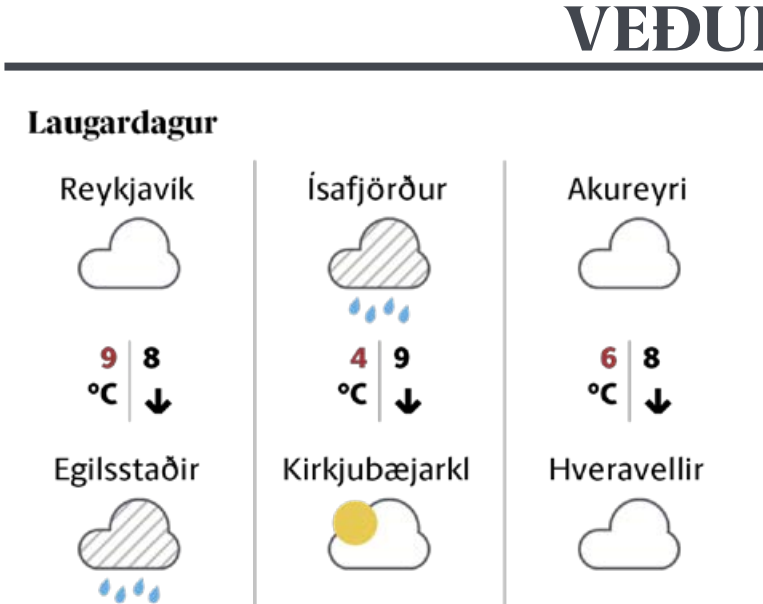
SÖGUSLÓÐIR Í DÖLUM

Dalir eru eitt söguríkasta hérað landsins. Þessi bók vísar veg um Dalabyggðir með sögulegan fróðleik í hverju skrefi.

Árni Björnsson menningarsagnfræðingur skrifar hér um heimahaga sína.

Söguslóðir í Dölum er bók fyrir forvitna ferðalanga og heimamenn í Dölum, og ekki síður fyrir áhugamenn um þjóðlegan fróðleik, íslenskt samfélag og breiðfirska náttúru.

Bókin fæst á skrifstofu FÍ Mörkinni og í vefverslun á www.fi.is



Ferðafélag Íslands
www.fi.is

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

89%

Með því að auglýsa í Atvinnublaðinu nær þitt fyrirtæki til **89%** lesenda dagblaða* á höfuðborgarsvæðinu.



*Fréttablaðið og Morgunblaðið

Heimild: Prentmæling Gallup, jan. - jún. 2019. Lesendur dagblaða á Höfuðborgarsvæðið á aldrinum 18-49 ára.



VERTU VAKANDI Í FYRSTA SKIPTI Á ÆVINNI

**Við höfum opnað glæsilega nýja verslun Hästens að Faxafeni 5.
Komdu til okkar og prófaðu einstök gæði Hästens rúmanna.
Starfsfólk okkar er tilbúið að aðstoða þig og veita frekari upplýsingar.**

Þegar þú vaknar í rúmi frá Hästens munt þú skilja virði þess að ná fullkomnum nætursvefni. Rúmin eru framleidd með einstöku samspili handverks og hráefna þar sem hvergi eru gerðar málamiðlanir í gæðum náttúrulegra efna eða tíma við óþreytandi handverkið.
Þú sérð það ekki en þú munt finna fyrir því. Allan sólarhringinn.
Heimsæktu Hästens í Faxafeni eða pantaðu vörulistann á hastens.com.

BE AWAKE FOR THE FIRST TIME IN YOUR LIFE®

Hästens
since 1852

HÄSTENS VERSLUN
Faxafeni 5, Reykjavík 588 8477

AFGREIÐSLUTÍMI
Mán.–fös. 10–18 | Lau. 11–16
www.betrabak.is

Betra BAK



Verk eftir Rósu við Skálholtskirkju.

Róm í Skálholti

Listsýning í tengslum við Skálholtshátíð verður opnuð í dag, laugardag, klukkan 11.30 í Skálholti. Sýningin stendur til 30. ágúst. Þar sýnir listakonan Rósa Gísladóttir verk sín, við kirkjuna og skólann. Sýningin ber yfirskriftina Tilfærsla – Displacement – Róm í Skálholti. Verkin, sem listakonan sýndi í Róm árið 2012, vísa til umhverfisins á Keisaratorgunum í Róm.

Listakonan segir um sýninguna: „Í list minni leita ég fanga í sögulegri arfleifð vestrænnar formhugsunar, sem á rætur í forngrískri og rómverskri menningu. Í þeim skilningi er myndlist mín eins konar fornleifarannsókn á sögu klassískra forma.“

Gamlir krakkaleikir fyrir börn í Kvosinni

Í Reykjavíkurkvosinni hafa alltaf verið krakkar, alveg frá víkingaöld og alls staðar þar sem krakkar búa, vilja þeir leika sér. En hvernig voru leikirnir í gamla daga og í eldgamla daga? Þetta verður skoðað í dag, laugardag kl. 13.00 -14.00.

Hist er fyrir framan Landnámssýninguna í Reykjavík, Aðalstræti 16, kl. 13.00. Þátttaka er ókeypis. Leiðsögumaður og leikjastjórnandi verður Jón Páll Björnsson, sagnfræðingur og barnabókahöfundur.



Andrea Gylfadóttir syngur á djasshátíð. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Jazz undir fjöllum

Jazz undir fjöllum, árleg jazzhátíð í Skógum undir Eyjafjöllum, verður haldin í fimmtánda sinn í dag, laugardaginn 18. júlí.

Aðaltónleikar hátíðarinnar fara fram í félagsheimilinu Fossbúð í kvöld, 18. júlí kl. 21.00. Þar kemur fram kvartett söngkonunnar Andreu Gylfadóttur. Með henni leika þeir Kjartan Valdemarsson á píanó, Þorgrímur Jónsson á kontrabassa og Erik Quick á trommur. Þau munu flytja fjölbreytta dagskrá djass- og blústónlistar.

Í Skógakaffi verður boðið upp á tónlist laugardaginn 18. júlí frá kl. 14-17. Þar verða óformlegri tónleikar, eða nokkurs konar „jamsession“, þar sem saxófónleikarinn Sigurður Flosason leiðir kvintett skipaðan þeim Andrési Þór Gunnlaugssyni á gítar, Kjartani Valdemarssyni á píanó, Þorgrími Jónssyni á kontrabassa og Erik Quick á trommur. Ókeypis er á tónleikana.



Linda á bekk við Hverfisgötu, sem hún tyllti sér oft á þegar hún var í göngutúrum. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Ljóðastemningar frá COVID-tímum

Linda Vilhjálmsdóttir sendir frá sér nýja ljóðabók. Ljóðin urðu til á göngu. Ljóðabók um konur í feðraveldinu er í smíðum. Segir langt í land, að jafnrétti kynjanna sé náð.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is



Kyrralífsmyndir er ný ljóðabók eftir Lindu Vilhjálmsdóttur. Ljóðunum er skipt eftir tímabilum, frá 24. mars - 26. maí á þessu ári og eru stemningar frá COVID-tímum. Bókin er prýdd ljósmyndum eftir Lindu.

„Ég var byrjuð á öðru ljóðahandriti og var búin að skrifa inngangskafla að því. Svo fékk ég erfiða og leiðinlega flensu sem stóð yfir í mánuð, með hléum, og þegar ég var að jafna mig greindust fyrstu COVID-sjúklingarnir hér á landi. Til að hressa mig við fór ég að ganga um hverfið og þá strax varð fyrsta ljóðið til. Ég fór svo að taka myndir á símann, til að gera gönguferðirnar, sem samanstóðu af tveimur, þremur hringjum, skemmtilegri. Það hefði ekki verið hægt að nota þær, nema vegna þess að Alexandra Buhl hjá Forlaginu lagaði þær til,“ segir Linda.

Nokkur ljóðanna í bókinni birtust fyrst á Facebook-síðu hennar. „Ég hafði lengi haft áhuga á að birta ljóð á netinu og þegar þau voru orðin nokkur þá ákvað ég að birta þau á Facebook og hélt því svo áfram. Ljóðin fengu vissulega góðar viðtökur þar, en fæstir nenntu samt að lesa þau sem heild. Ég uppgötvaði að ljóð eiga ekki heima á Facebook, fólk hefur ekki einbeitingu til að lesa þau.

Ég var ekki að hugsa um þessi ljóð sem efni í ljóðabók. Ég var að fanga stemningu til að koma mér í gang til að skrifa. Á þessum tíma fór ég út að ganga á hverjum einasta degi. Það var lítið annað hægt að gera og þessir göngutúrar héldu mér gangandi og mikið af stemningu í ljóðunum kemur frá þeim. Þegar ljóðin voru orðin um 20 fór ég að sjá fyrir mér ljóðabók.“

Staða veikra

Í ljóðunum má finna gagnrýni, eins og þegar sagt er að veikir lendi alltaf í ruslflokki. „Það þarf ekki annað en að fletta blöðunum til að sjá að það er daglegt brauð að fólk sé í stöðugri baráttu við kerfið út af veikum aðstandendum,“ segir Linda. „Í kerfinu er ekki það öryggisnet sem ætti að vera til staðar þegar fólk þarf á því að halda. Það þarf alltaf að hafa töluvert mikið fyrir því að fólk fái þá aðstoð sem það þarf og margir fá hana ekki. Og svo er fátækt í samfélaginu sem enginn vill tala um og við eigum bara að gleyma. Í COVID kom í ljós að það er hægt að gera þetta öðruvísi. Allt í einu snerist allt um að vernda gamla og lasna og allir voru samtaka í því.“

> ÉG UPPGÖTVAÐI AÐ LJÓÐ EIGA EKKI HEIMA Á FACEBOOK, FÓLK HEFUR EKKI EINBEITINGU TIL AÐ LESA ÞAU.

Konur í feðraveldi

Linda er spurð um ljóðabókina sem hún var byrjuð að vinna að, áður en hún skrifaði Kyrralífsmyndir. „Sú ljóðabók hefur verið að malla í hausnum á mér síðustu ár og mun fjalla um konur í feðraveldinu, og hversu nauðsynlegt er að sjá hlutina eins og þeir eru, en ekki afneita þeim. Ennþá er langt í að jafnrétti sé náð í samfélaginu.

Feðraveldið er alltaf með mótstöðu gagnvart konum. Við þurfum stöðugt að fara í gegnum múra, sem eru að hluta til innbyggðir í kerfið, en eru líka að stórum hluta til í höfðinu á okkur. Við erum aldar upp við að feðraveldið sé það eðlilega og við erum alltaf að reyna að standa okkur þar og vera boðlegar sem miðaldra hvítur karlmaður, sem við getum vitanlega aldrei orðið. Við erum að rífa okkur niður fyrir að standa okkur ekki í því hlutverki. Næsta ljóðabók verður um þetta. Hvað mig varðar, þá er ég að vanda mig við að vera vakandi svo ég geti snúið blaðinu við.“

Skemmtileg minning

Sýning á verkum Gabríelu Friðriksdóttur verður opnuð í dag í Gallerí Úthverfu á Ísafirði. Gabríela er ættuð frá Hnífsdal og dvaldi þar mörg sumur hjá afa sínum og ömmu. Hún hefur haldið tengslum við svæðið æ síðan og kemur reglulega til dvalar í Hnífsdal. Gabríela setti upp sýningu í sama rými um vetur, fyrir rúmum tuttugu árum. Um tengslin milli þessara tveggja sýninga segir Gabríela eftirfarandi sögu:

„Ég sýndi síðast í þessu rými, sem þá hét Slunkaríki, árið 1999. Systkini afa míns voru mörg á lífi á þeim tíma, en þau voru frá Hnífsdal. Þetta frændfólk mitt var mjög vonsvikið yfir því hvað ég sýndi fáar myndir. Sýningin sem hét „Are You Ready to Rock“, samanstóð af þremur verkum á vegg og einum skúlptúr á gólfi. Viðfangsefnið var snjór og ég var mjög ánægð með útkomuna, sem var auk þess með hljóði sem barst upp um lúgu í gólfinu. Frændfólkið mitt í Hnífsdal tók til við að lauma peningaseðlum í vasa minn, því þau töldu að þessi sýning hefði enga burði til að koma vel út fyrir mig fjárhagslega. Mér fannst þessi minning svo sæt og skemmtileg og gaf því fólkinu mínu, sem nú er allt horfið yfir móðuna miklu, loforð um að búa til sýningu með fullt af myndum.“



Verk Gabríelu, Fjórar frumur.

> MÉR FANNST ÞESSI MINNING SVO SÆT OG SKEMMTILEG.

Sýningin stendur til 2. ágúst.

MÁLUM ALLT SEM SKIPTIR MÁLI

ÖLL ALLMENN MÁLNINGARVINNA ÚTI OG INNI

BJÖRGVIN HALLGRÍMSSON
MÁLARAMEISTARI
SÍMI: 844 9188



FÖST VERÐTILBOÐ

NÁKVÆMAR VERKLÝSINGAR

MARGRA ÁRA REYNSLA

RAFRÆN TILBOÐ OG SAMNINGAR

FAGMENNSKA

HJÓL ATVINNULÍFSINS



Hjól atvinnulífsins ehf. – alhliða verktaka
Borgartúni 3
105 Reykjavík
Símar: 8446829 / 6624514
Netfang: hjolatvinnulifsins@gmail.com

OPIÐ 24/7

Kvikk: Dalvegi, Suðurfelli, Vesturlandsvegi og Fitjum

Lykillinn margborgar sig á Kvikk stöðvunum*

Þú nálgast lykilinn í verslunum Kvikk eða á Orkan.is



Sbarro tilboð á Vesturlandsvegi
Sneið + drykkur
690 kr.

Frítt á könnunni
Ókeypis kaffi og kakó



Pylsupartí
Pylsa + ½ lítri af gosi að eigin vali frá Ölgerðinni
499 kr.

Red Bull
Orkudrykkir
199 kr.

*Gildir eingöngu gegn framvísun Orkulykils/-korts. Tilboðin gilda til 31. ágúst 2020.

Kvikk ON THE GO | ORKAN

DAGSKRÁ

Laugardagur

HRINGBRAUT

20.00 Undir yfirborðið (e) Ásdís Olsen fjallar hispurslaus um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt.
20.30 Bílalíf (e) er fjörlegur og fjölbreyttur þáttur um bílana okkar í leik og starfi.
21.00 Lífið er lag (e) er þáttur um málefni fólks á besta aldri sem lifir áskoranir og tækifæri efri áranna. Umsjón: Sigurður K. Kolbeinsson.
21.30 Verkalýðsbaráttan á Íslandi, sagan og lærdómurinn (e) Heimildaþættir um sögu verkalýðsbaráttunnar á Íslandi í umsjá Sigmundar Ernis Rúnarssonar.

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.16 Símon. Simon
07.21 Hinrik hittir
07.26 Kátur
07.38 Bubbi byggir
07.49 Hrúturinn Hreinn
07.56 Rán og Sævar
08.07 Alvinn og íkornarnir
08.18 Músahús Mikka
08.41 Djúpið
09.02 Hvolpasveitin
09.24 Sammi brunavörður
09.35 Stundin okkar Þessi með hulduföfkinu og ostaslaufunum í bakaríinu.
10.00 Herra Bean
10.10 Ævar vísindamaður - Frumleg frumefni
10.35 Geimsjónauki
11.20 Norskir tónar
12.05 Frönsk listasaga
12.55 Tobias og sætabrauðið
13.40 Tónaflóð um landið Norðurland
15.00 Stíflan brestur
16.00 Úr Gullkistu RÚV. Stúdió A
16.40 Sætt og gott
17.00 Úr Gullkistu RÚV. Andri á flandri
17.30 Mömmusoð
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Nýi skólinn
18.15 Ósagða sagan
18.53 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Tímaflakk. Doctor Who
20.40 Hjartsláttur. Heartbeats
22.25 The Outsiders. Utangarðsmenn Átakanleg og umdeild gengjamynd frá árinu 1983 úr smiðju Francis Ford Coppola. Tvö strákagengi heyja opinbert stríð um samfélagsleg yfirráð. Stríð sem getur ekki endað öðruvísi en með ósköpum og dauða.
00.15 Atlanta
00.35 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

08.00 PGA Tour 2020 Útsending frá the Memorial Tournament.
12.00 PGA Tour. The Cut Skyggnst á bak við tjöldin í PGA mótaröðinni.
12.25 PGA Tour 2020 Útsending frá the Memorial Tournament.
16.30 PGA Tour 2020 Bein útsending frá the Memorial Tournament.
22.00 PGA Special. Links to Learning
22.25 PGA Special. One Shot Away
22.45 PGA Special. One Shot Away
23.15 PGA Special. Arnold Palmer Network
23.50 PGA Special. Delivering a Decade of Champions

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
10.35 The Voice US
12.05 Bachelor in Paradise
13.30 Survivor
14.15 The King of Queens
14.35 Everybody Loves Raymond
15.00 A Million Little Things
16.00 Norwich - Burnley Bein útsending frá leik í ensku úrvalsdeildinni.
18.30 This Is Us
19.15 The Cool Kids
19.45 Inside Llewyn Davis
21.30 Trust
23.15 The Italian Job
01.10 The Firm Mitch McDeere er ungur maður sem á framtíðina fyrir sér í lögfræðinni. Hann er um það bil að klára embættisprófið sitt, þegar fulltrúi frá „Fyrirtækinu" kemur til hans og gerir honum tilboð sem hann getur ekki hafnað. Hann heillast af gylliboðum, peningum og gjöfum, en kemur ekki auga á það sem er skuggalegt við fyrirtækið. Myndin er byggð á spennusögu John Grisham, The Firm.
03.40 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Til allra átta. Ballöður og blóðbað
08.00 Morgunfréttir
08.05 Á slóðum sjóræningja í Karíbahafi. Jómfrúin digra og skúlptúrar tröllanna
09.00 Fréttir
09.03 Á reki með KK
10.00 Fréttir
10.05 Veðurfregnir
10.15 Ástarsögur (3 af 5)
11.00 Fréttir
11.02 Vikulokin
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Vegur að heiman er vegur heim Íslenskir flóttamenn og innflytjendur.
14.00 Dauðans vissa? (3 af 4)
15.00 Flakk
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Orð um bækur
17.00 Heimsmenning á hjara veraldar Róbert Abraham Ottósson
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Í ljósi sögunnar „Engillinn" Ashraf Marwan I.
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Sveifludansar Lionel Hampton, Jóhann Ásmundsson og Miles Davis.
20.45 Úr gullkistunni Steingrímur J. Þorsteinsson.
21.15 Bók vikunnar Bankster
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Heimskviður
23.00 Vikulokin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

09.35 The Trip to Spain
11.20 My Cousin Vinny
13.20 Ocean's Thirteen
15.15 The Trip to Spain
17.00 My Cousin Vinny
19.00 Ocean's Thirteen
21.00 Cold Pursuit
22.55 The Darkest Minds
00.35 Before I Wake
02.10 Cold Pursuit

STÖÐ 2

08.00 Strumparnir
08.20 Billi blikk
08.35 Tappi mús
08.40 Stóri og Litli
08.50 Heiða
09.15 Blíða og Blær
09.35 Zigby
09.50 Skoppa og Skrítla á póstkorti um Ísland
10.00 Mæja býfluga
10.10 Mia og ég
10.35 Latibær
11.00 Lína langsokkur
11.25 Friends
12.00 Bold and the Beautiful
12.20 Bold and the Beautiful
12.40 Bold and the Beautiful
13.05 Bold and the Beautiful
13.25 Bold and the Beautiful
13.45 Impractical Jokers
14.05 Framkoma
14.35 Einkalífið
15.05 Nostalgía
15.35 Spegill, spegill
16.05 Vitsmunaverur
16.40 Patrekur Jaime. Æði
17.00 Golfarinn
17.30 Sjáðu
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.46 Sportpakkinn
18.55 Lottó
19.00 Top 20 Funniest
19.40 Batman vs. Teenage Mutant Ninja Turtles
21.10 Alien
23.00 Austin Powers, Goldmember
00.35 October Sky
02.15 Anon

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

07.00 Barnaefni
20.00 Friends
20.20 Friends
20.45 The Big Bang Theory
21.05 American Dad
21.25 Bob's Burgers
21.50 Killing Eve
22.35 Room 104
23.00 Claws
23.45 The Big Bang Theory
00.05 Friends
00.30 Friends

STÖÐ 2 SPORT

07.40 Torino - Genoa
09.20 SPAL - Inter Milan
11.00 Stjarnan - HK
12.45 Pepsi Max Mörkin
13.55 Þór - ÍBV Bein útsending frá leik í Lengjudeild karla.
16.00 Pepsi Max Tilþrifin
17.00 6. umferð
18.10 N1-mótið
19.00 Breiðablik - FH
20.40 ÍBV - Grindavík Útsending frá leik í Lengjudeild karla.
22.25 Þór - ÍBV Útsending frá leik í Lengjudeild karla.

STÖÐ 2 SPORT 2

08.00 Getafe - Atlético Madrid
09.40 Atalanta - Brescia
11.25 Stoke - Brentford Bein útsending.
13.30 Huddersfield - West Brom
15.10 Udinese - Lazio
16.50 Ramon Azeez
17.10 Fréttaþáttur Meistaradeildarinnar
17.35 Football League Show
18.05 Inside Serie A
18.35 Arsenal - Manchester City Bein útsending frá leik í undanúrslitum FA Cup .
20.40 Hellas Verona - Atalanta
22.20 Cagliari - Sassuolo

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

MARGT & MIKIÐ

Visitor
FERÐASKRIFSTOFA

GARMIN.

THE Emirates FA CUP

ENSKI BIKARINN

Í BEINNI ÚTSENDINGU Á STÖÐ 2 SPORT

UNDANÚRSLIT

LAUGARDAG 18:35
ARSENAL - MAN. CITY

SUNNUDAG 16:50
MAN. UTD - CHELSEA

Stöð 2 SPORT

Tryggðu þér áskrift í dag á **stod2.is**

HAFÐU FJÖLPÓSTINN
ÞINN Í FRÉTTABLAÐINU

Auglýsingaefnið lendir á eldhúsborðinu þegar blaðið er opnað!

93.000

Íslendingar lesa Fréttablaðið daglega að meðaltali.*

Kannaðu dreifileiðir og verð í síma **550 5050**
eða sendu tölvupóst á
orn@frettabladid.is.

Útvegum einnig hagstæð verð í prentun.



*Prentmæling Gallup, 12 - 80 ára, okt. - des. 2019. Mannfjöldatölur Hagstofu Íslands 2019

FRÉTTABLAÐIÐ – MEST LESNA DAGBLAÐ LANDSINS

DAGSKRÁ

Sunnudagur

HRINGBRAUT

20.00 Mannamál (e) Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Hér ræðir Sigmundur Ernir Rúnarsson við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
20.30 Eldhugar. Sería 1 (e) Í Eldhugum fara Pétur Einarsson og viðmælendur hans út á jaðar hreysti, hreyfingar og áskorana lífsins.
21.00 21 - Úrval (e) Samantekt úr bestu og áhugaverðustu viðtölunum úr Tuttuguogeinum.
21.30 Bærinn minn (e) segir frá sjarma og sérstöðu bæjarfélaganna hringinn í kringum Ísland.

RÚV SJÓNVARP

07.15 KrakkaRÚV
07.19 Molang
07.23 Húrra fyrir Kela
07.46 Hrúturinn Hreinn
07.53 Klingjur
08.04 Lalli
08.11 Stuðboltarnir
08.23 Nellý og Nóra
08.30 Robbi og skrímsli
08.52 Hæ, Sámur
08.59 Unnar og vinur
09.21 Ronja ræningjadóttir
09.45 Sammi brunavörður
09.55 Þvegill og skrúbbur
10.00 Unga Ísland 1960-1970
10.30 Þegiðu og syntu Fyrsta íslenska konan til að synda yfir Ermarsundið.
11.40 Innlit til arkitekta
12.10 Átta raddir. Arndís Halla Ásgeirsdóttir
12.45 Það er gott að vera hér. Leonard Cohen á Íslandi
14.00 Draugagangur
14.30 Ferðir víkinga
15.30 Pricebræður bjóða til veislu
16.00 Íslandsmótið í sundi
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Stundin okkar Þessi með hrekkjóttu gamlingjunum og skóþurrkaranum.
18.25 Í fremstu röð
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.40 Sumarlandinn
20.15 Löwander-fjölskyldan. Vår tid är nu III
21.15 Íslenskt bíósumar. Eitur í æðum Læknir sem nýkominn er á eftirlaun og syrgir nýlátna konu sína heldur í afskekktan sumarbústað sinn til að binda endi á líf sitt með eitri. Rétt áður en hann lætur til skarar skríða ber reiðmenn að garði. Sér til mikillar furðu þekkir læknirinn einn þeirra og upp rifjast hræðilegar minningar. Leikstjóri: Lýður Árnason. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.
22.10 Senur úr hjónabandi. Scener ur ett äktenskap Sænsk verðlaunamynd frá árinu 1973 úr smiðju Ingmars Bergman með Liv Ullmann og Erland Josephson í aðalhlutverkum. Einlægur og opinskár vitnisburður um þroskaferil fólks í hjónabandi. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi ungra barna.
00.50 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

10.00 The Open for the Ages
13.00 PGA Tour 2020
17.00 PGA Tour 2020 Bein útsending frá lokadegi the Memorial Tournament.
23.00 PGA Highlights 2020 Hápunktarnir á PGA mótunum.

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
11.30 The Voice US
13.00 Bachelor in Paradise
14.25 Carol's Second Act
16.05 Survivor
16.50 The King of Queens
17.10 Everybody Loves Raymond
17.35 A Million Little Things
18.20 This Is Us
19.05 Með Loga Logi Bergmann Eiðsson stýrir skemmtilegum viðtalsþætti þar sem spennandi og áhrifamiklir einstaklingar eru teknir tali með einstökum hætti eins og Loga er einum lagið.
20.00 The Block
21.20 Madam Secretary
22.10 Godfather of Harlem
23.10 City on a Hill
00.05 Love Island
01.00 Hawaii Five-0
01.45 Seal Team
02.30 The Affair Ögrandi verðlaunaþáttaröð um áhrifin sem framhjáhald hefur á tvenn hjónabönd. Sagan er sögð frá fjórum sjónarhornum. Aðalhlutverkin leika Dominic West, Ruth Wilson, Maura Tierney og Joshua Jackson.
03.30 Black Monday
04.00 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.55 Morgunbæn og orð dagsins
07.00 Fréttir
07.03 Tríó
08.00 Morgunfréttir
08.05 Tónlist í straujárni (3 af 6)
09.00 Fréttir
09.03 Samtal
10.00 Fréttir
10.05Veðurfregnir
10.15 Bók vikunnar 100 ára einsemd eftir Gabriel Garcia Marques
11.00 Guðsþjónusta frá Kálfatjarnarsókn
12.00 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
13.00 Bítlatíminn (4 af 10)
15.00 Úti að húkka bíla
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Sumartónleikar
17.25 Orð af orði Stafsetning og zeta.
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Ástarsögur (3 af 5)
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Óskastundin
19.40 Orð um bækur
20.35 Vegur að heiman er vegur heim
21.15 Kvöldvaka. Sagnaþættir
21.30 Úr gullkistunni Jón Óskar
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Á reki með KK
23.10 Frjálsar hendur
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

11.10 Wonder
12.50 Road Less Travelled
14.15 Sleepless in Seattle
16.00 Wonder
17.50 Road Less Travelled
19.15 Sleepless in Seattle
21.00 Jurassic World. Fallen Kingdom
23.05 Lady Bird
00.35 The Neon Demon
02.30 Jurassic World. Fallen Kingdom

STÖÐ 2

08.00 Strumparnir
08.20 Blíða og Blær
08.45 Dóra og vinir
09.05 Mæja býfluga
09.20 Adda klóka
09.45 Mia og ég
10.05 Lína langsokkur
10.30 Latibær
10.55 Lukku Láki
11.20 Ævintýri Tinna
11.40 Friends
12.05 Nágrannar
13.30 Nágrannar
13.55 Friends
14.15 Mom
14.35 Katy Keene
15.20 Nei, hættu nú alveg
15.50 Ice On Fire
17.25 60 Minutes
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.47 Sportpakkinn
19.00 Samkoma
19.25 Nostalgía
19.50 Vitsmunaverur
20.25 Rebecka Martinsson
21.15 Pennyworth
22.10 Walk the Line
00.25 The Nest
01.25 Queen Sugar
02.10 Shetland
03.05 Shetland
04.05 Shameless

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

07.00 Barnaefni
20.00 Friends
20.30 Friends
20.50 The Big Bang Theory
21.00 Claws
21.55 Steypustöðin
22.30 Magnum P.I
23.10 Last Man Standing
23.30 Friends
00.05 Friends
00.25 The Big Bang Theory

STÖÐ 2 SPORT

08.10 KA - Grótta
09.50 Liverpool - Atletico Madrid
12.05 Þór - ÍBV Útsending frá leik í Lengjudeild karla.
13.45 Valur - Fylkir Útsending frá leik í Pepsi Max deild kvenna.
15.30 Stjarnan - HK
17.15 Fylkir - KR Bein útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.
19.30 Breiðablik - Valur Bein útsending frá leik í Pepsi Max deild karla.
22.00 Pepsi Max Tilþrifin - 7. umferð Kjartan Atli Kjartansson fer yfir leiki dagsins í Pepsi Max deild karla ásamt sérfræðingi. Öll mörkin og atvikin úr leikjunum auk þess sem rætt er við þjálfara og leikmenn.
22.45 Selfoss - Þór/KA Útsending frá leik í Pepsi Max deild kvenna.

STÖÐ 2 SPORT 2

09.15 Football League Show Sýndar svipmyndir úr leikjunum í ensku 1. deildinni.
09.40 Spænsku mörkin
10.35 La Liga Behind the Cameras
11.10 Stoke - Brentford
12.55 Derby - Leeds
15.05 Arsenal - Manchester City Útsending frá leik í undanúrslitum FA Cup.
16.50 Manchester United - Chelsea Bein útsending frá leik í undanúrslitum FA Cup.
18.50 Leganés - Real Madrid Bein útsending.
20.55 AC Milan - Bologna
22.35 Parma - Sampdoria

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

DAGSKRÁ

Mánudagur

HRINGBRAUT

20.00 Hafnir Íslands 2017 Heimildaþættir um hafnir Íslands og samfélög hafnarbyggða. Þættirnir eru í umsjón Lindu Blöndal og Friðþjófs Helgasonar.
20.30 Fasteignir og heimili Upplýsandi og fróðlegur þáttur um allt sem viðkemur fasteignum og góðum húsráðum.
21.00 Mannamál - sígildur þáttur Einn sígildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Hér ræðir Sigmundur Ernir Rúnarsson við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
21.30 Bílalíf er fjörlegur og fjölbreyttur þáttur um bílana okkar í leik og starfi.

RÚV SJÓNVARP

12.50 Heimaleikfimi
13.00 Spaugstofan 2003-2004
13.25 Sumarlandinn
13.55 Sambúð kynslóðanna
14.25 Maður er nefndur Egill Skúli Ingibergsson
15.00 Gettu betur 2007 MK-MH Undanúrslit
16.00 Úr Gullkistu RÚV. Af fingrum fram. Valgeir Guðjónsson
16.40 Flóttaleiðin mín
16.55 Úr Gullkistu RÚV. Brautryðjendur. Ágústa Þorkelsdóttir
17.25 Price og Blomsterberg
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Með afa í vasanum
18.13 Hinrik hittir
18.19 Sara og Önd
18.26 Hvolpasveitin
18.50 Hundalíf
19.00 Fréttir Helstu fréttir dagsins af innlendum og erlendum vettvangi. Alla daga, árið um kring.
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Sumarlandinn Stutt umfjöllun Sumarlandans sem verður á flakki í sumar.
19.45 Fyrir alla muni. Skúli fógeti
20.10 Risaeðluslóðir. Dino Trails Vönduð heimildamynd um nýjustu niðurstöður rannsókna kanadískra sérfræðinga á risaeðlum. Fundarstaðir fornleifanna eru sérstaklega til skoðunar.
21.10 Stefnumót. Dejta
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Norskir tónar. Håkan Kornstad og KORK Hovedscenen. Norska útvarpshljómsveitin tekur höndum saman við djass-saxófónleikarann Håkan Kornstad og blandar saman upptökum á gömlum óperuaríum og lifandi flutningi hljómsveitar og einleikara.
23.20 Saga Danmerkur - Víkingarnir. Historien om Danmark. Vikingetiden Í þriðja þætti fjallar Mads Mikkelsen um eitt alræmdasta tímabilið í danskri sögu - víkingatímann. Hér er sögð sagan af því hvernig danskir bændur urðu að einum verstu sjóræningjum sögunnar. Atriði í þættinum gætu vakið óhug mjög ungra barna.
00.20 Dagskrárlok

GOLFSTÖÐIN

08.00 The Open for the Ages
11.00 PGA Tour. The Cut Skyggnst á bak við tjöldin í PGA mótaröðinni.
11.25 PGA Tour 2020 Útsending frá the Memorial Tournament.
17.25 PGA Highlights 2020
18.20 PGA Tour 2020 Útsending

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
11.30 Dr. Phil
12.15 The Late Late Show
13.00 Bachelor in Paradise
14.25 The Neighborhood
14.50 The Block
16.05 Survivor
16.50 The King of Queens
17.10 Everybody Loves Raymond
17.35 Dr. Phil
18.20 The Late Late Show
19.05 Speechless
19.30 Carol's Second Act
20.00 The Block
21.00 Seal Team
21.50 The Affair
22.50 Black Monday
23.20 The Late Late Show
00.05 Love Island
01.00 Hawaii Five-0
01.45 Reef Break
03.15 Blood and Treasure
04.00 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.45 Morgunbæn og orð dagsins
06.50 Morgunvaktin
07.00 Fréttir
07.30 Fréttayfirlit
08.00 Morgunfréttir
08.30 Fréttayfirlit
09.00 Fréttir
09.05 Hnit - Allir búa yfir góðri sögu Jörundur Jökulsson
09.45 Morgunleikfimi
10.00 Fréttir
10.03 Veðurfregnir
10.13 Flugur Bílar og ferðalög
11.00 Fréttir
11.03 Sumarmál. Fyrri hluti
12.00 Fréttir
12.02 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
12.50 Dánarfregnir
12.55 Sumarmál. Seinni hluti
14.00 Fréttir
14.03 Til allra átta Ballöður og blóðbað.
15.00 Fréttir
15.03 Á slóðum sjóræningja í Karíbahafi Jómfrúin digra og skúlptúrar tröllanna.
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Hátalarinn
17.00 Fréttir
17.03 Miðjan og jaðarinn LSD.
18.00 Kvöldfréttir
18.10 Brot úr Morgunvaktinni
18.30 Saga hugmyndanna Lýðræði.
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Sumartónleikar Tónlistarhátíð Mörthu Argerich.
20.35 Hátalarinn
21.35 Kvöldsagan. Njáls saga (24 af 25)
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Sumarmál. Fyrri hluti
23.05 Sumarmál. Seinni hluti
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

11.00 The Big Sick
12.55 Teddi Týndi landkönnuðurinn
14.25 Gamba
16.00 The Big Sick
17.55 Teddi Týndi landkönnuðurinn
19.25 Gamba
21.00 The Hangover Part 2
22.35 Den of Thieves
00.55 Estranged
02.25 The Hangover Part 2

STÖÐ 2

08.00 Heimsókn
08.20 Grey's Anatomy
09.05 Bold and the Beautiful
09.25 Gilmore Girls
10.05 Splitting Up Together
10.30 Suits
11.10 NCIS
11.50 Um land allt
12.35 Nágrannar
12.55 The X-Factor
14.25 The X-Factor
15.10 Battle of the Fittest Couples
15.50 Your Home Made Perfect
16.50 Stelpurnar
17.10 Friends
17.30 Bold and the Beautiful
17.50 Nágrannar
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.48 Sportpakkinn
18.55 Spegill spegill
19.25 Bakað með Sylvíu Haukdal
19.40 Patrekur Jaime. Æði
19.55 Hestalífið
20.05 Katy Keene
20.50 The Nest
21.50 Queen Sugar
22.35 60 Minutes
23.25 Blindspot
00.05 Springfloden
00.50 Springfloden
01.35 Springfloden
02.20 Castle Rock
03.05 Castle Rock
03.55 Castle Rock

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

08.00 Barnaefni
20.00 Friends
20.20 Friends
20.45 The Big Bang Theory
21.05 Last Man Standing
21.25 You're the Worst
21.50 I Feel Bad
22.15 Supernatural
22.55 It's Always Sunny In Philadelpia
23.15 Friends
23.40 Friends
00.00 The Big Bang Theory

STÖÐ 2 SPORT

07.55 Fylkir - KR
09.35 Breiðablik - Valur
11.15 Pepsi Max Tilþrifin - 7. umferð Kjartan Atli Kjartansson fer yfir leiki dagsins í Pepsi Max deild karla ásamt sérfræðingi.
12.00 Selfoss - Þór/KA Útsending frá leik í Pepsi Max deild kvenna.
13.45 Fréttaþáttur Meistaradeildarinnar
14.10 Uppsala - Umeå
15.55 Kopparbergs/Göteborg - Djurgårdens Bein útsending frá leik í sænsku úrvalsdeildinni í fótbolta.
18.00 Fylkir - KR
19.40 Breiðablik - Valur
21.15 7. umferð Guðmundur Benediktsson fer yfir síðustu umferð Pepsi Max deildar karla.
22.30Kopparbergs/Göteborg - Djurgårdens

STÖÐ 2 SPORT 2

08.00 Manch. United - Chelsea
09.40 Brescia - SPAL
11.20 Napoli - Udinese
13.05 Roma - Inter Milan
14.45 AC Milan - Bologna
16.25 Real Madrid - Villarreal
18.05 Spænsku mörkin
19.00 La Liga Show
19.35 Juventus - Lazio Bein útsending.
21.40 Derby - Leeds
23.20 Alavés - Barcelona
01.00 Atlético Madrid - Real Sociedad

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2
FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957
FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið
FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100
FM 102,9 Lindin

Verslun Flügger á Stórhöfða er opin 7 til 7 7 daga vikunnar



Flügger litir



Rakel er stödd á landinu, en hún ákvað að flýja London þar sem COVID-19 skall illa á borginni. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Tónleikaband með mikilvægan boðskap

Rakel Mjöll er fjórða íslenska konan til að ná þeim árangri að koma lagi inn á topp tuttugu lista Breska listans. Hún er í hljómsveitinni Dream Wife, með vinkonum sínum Alice og Bellu.

Rakel Mjöll er söngkona sveitarinnar Dream Wife sem hefur verið að gera það gott í Bretlandi síðustu árin. Í sveitinni eru ásamt Rakel, þær Alice Go á gítar og Bella Podpadec á bassa. Nýverið kom út þeirra önnur plata, So When You Gonna... sem hefur hlotið frábærar viðtökur. Rakel Mjöll er fjórða íslenska konan sem nær þeim árangri að koma plötu í efstu sæti Breska listans, en platan náði svo toppsætinu á lista sjálfstæðra plötuútgefenda.

„Það eru núna komin átta ár síðan ég flutti út. Ég fór í listnám í Brighton. Tónlistin hefur svo verið mín atvinna alveg frá því að ég útskrifaðist. Við kynntumst í skólanum og urðum góðar vinkonur. Það var allt svo mótað og svo mikill strúktúr í náminu. Dream Wife var okkar leið til að sleppa aðeins frá því og prufa eitthvað annað. Okkur langaði líka að styrkja trúna á sjálfar okkur og stofnun Dream Wife var liður í því," segir Rakel.

Fyrstu tónleikarnir fóru fram í galleríi skólans.

„Menningin í Brighton er mjög sérstök. Við vorum mest að spila bara í heimapartíum. Við fundum okkur reyndar aldrei í tónlistarsenunni í Brighton, það er mögulega af því að maður er oft fastur í einhverri búbblu þegar maður er í svona listnámi," segir hún.

Kraftmiklir tónleikar

Eftir útskrift fékk sveitin plötusamning við fyrirtæki sem er staðsett í London.

„Brighton er frábær staður en eftir útskrift er ekki endilega margt í boði fyrir mann. Lucky Number er sjálfstætt plötufyrirtæki og bauð okkur samning. Þannig við flytjum allar til London og byrjum svo bara strax að túra, í raun út um allt. Við höfum nánast verið á stanslausu tónleikaferðalagi frá því að við gerðum samninginn, en það var árið 2016," segir Rakel.

Dream Wife byggir því næst upp orðspor sitt fyrst og fremst sem tónleikaband.

„Við byrjum því mjög fljótt að fá bókanir hvaðanæva að. Við einbeittum okkur að því að vera með tryllta „live"-tónleika. Árið áður en við gefum út okkar fyrstu plötu spiluðum við 150 tónleika. Í Asíu, Bandaríkjunum, við fórum út um allt. Tónleikar nánast annan hvern dag og þess á milli vorum við bara kannski að ferðast á milli staða."

Keppa við Bítlana

Rakel segir Dream Wife vera fyrst og fremst í poppskotnu rokki með dassi af pönki og indí.

„Þessi plata er í poppaðri kantinum. Sem ég er mjög ánægð með, því ég elska góðar ballöður. Fyrsta platan var meira pönkuð," segir hún.

Hún segir það hafa verið einstaklega gleðilegt fyrir bandið þegar platan komst inn á topp tuttugu listann.

„Það er mjög óvanalegt að ná þeim árangri þegar maður er hjá sjálfstæðum plötuútgefanda. Nánast helmingurinn af listanum eru alla jafnan plötur sem eru alltaf á honum. Queen, Abba, Bob Marley og Bítlarnir. Topplistinn er blanda af sölum og streymi. Þannig að maður er í raun að keppa við Bítlana," segir Rakel og hlær. Hún segir að oftast sé helmingur platna á listanum gamlir klassíkerar.

Bransinn í dvala

Rakel ákvað að flýja ástandið í London vegna COVID-19, sem hún segir að hafi verið ansi slæmt.

„Það enn þá allt stopp úti. Helmingurinn af mannskapnum fer enn út á pöbbana á meðan hinn helmingurinn heldur sig heima og er að fríka út yfir því að hinir séu ekki að taka þessu nógu alvarlega. Tónlistarbransinn er í algjörum dvala. Þannig að akkúrat núna getum við ekkert verið að spila, sem er okkar helsti styrkur. Þess vegna vorum við svolítið stressaðar fyrir þessari útgáfu, því við vissum að við gætum ekki fylgt henni eftir, við erum svo vanar því að allt byggist í kringum „live show". Sambandið beint við áhorfandann," segir hún.

ÞETTA VAR SVO SÚRREALÍSKT, AÐ VERA HINUM MEGIN Á HNETTINUM Í FYRSTA SKIPTIÐ OG HEYRA FÓLK SYNGJA, GRÁTA OG ÖSKRA LAGIÐ OKKAR.

Því hafi þær upplifað mikla óvissu um gengi plötunnar.

„Öllum tónlistarhátíðum var aflýst. Það er búið að aflýsa 80 tónleikum sem við höfðum bókað. Þess vegna var það svo kærkomið þegar plötunni var svona vel tekið. Svo erum við eina bandið á Topp tuttugu listanum sem er með kvenkyns upptökustjóra."

Upptaka, mastering og mix var allt í höndum kvenna, sem er ákaflega sjaldgæft.

„Mér finnst mikilvægt að tala um það. Okkur langar að opna á þessa umræðu. Velgengni plötunnar er ekki bara okkar sigur. Þetta er staðan. Málið er að það eru ekkert endilega fáar konur í þessum stöðum bakvið tjöldin í tónlistabransanum, þær fá bara ekki sömu tækifæri. Það er ekki verið að ráða þær. Mér finnst vænt um að þetta hafi hrundið af stað þessari umræðu," segir hún.

Ótrúleg tilfinning

„Við höfum alltaf treyst svo mikið á tónleikana, en það var gott að upplifa áhugann á tónlistinni sjálfri og boðskapnum. Við viljum styrkja samfélagið okkar og auka trú hlustandans á sjálfum sér. Við viljum taka á flóknum og erfiðum málaflokkum í lögunum okkar, sem er ekki endilega oft fjallað um. Fósturmissir og fóstureyðingar, vináttа kvenna, munnmök frá sjónarhorni kvenna. Það er áhugavert að sjá hvernig fólk er að ná að tengja við lögin," segir Rakel.

Einn helsti smellur bandsins er lagið Somebody, sem tekur á kynferðisofbeldi og rétti manneskjunnar yfir eigin líkama. Rakel segir það hafa verið einstaka upplifun þegar sveitin spilaði lagið á tónlistarhátíð í Ástralíu, daginn eftir að þeirra fyrsta plata kom út.

„Platan kom út á meðan við vorum í fluginu til Ástralíu, en dagana á undan höfðum við verið með tónleika í Frakklandi, Þýskalandi og Englandi, allt á tveimur dögum. Það var mikill rússíbani. Við erum því enn með ferðaþreytuna þegar við spilum á tónleikum í Sydney. Það var uppselt og allt troðfullt, aðallega kvenfólk. Þegar við byrjum svo að spila Somebody fara allir öskra. Allir sungu með. Þetta var svo súrrealískt, að vera hinum megin á hnettinum í fyrsta skiptið og heyra fólk syngja, gráta og öskra lagið okkar. Það var mögnuð upplifun. Eftir að lagið kláraðist þá gátum við ekki byrjað strax á næsta út af klappi, það var ótrúlegt. Fólk í faðmlögum, grátandi og klappandi. Það er góð tilfinning að sjá eitthvað sem maður hefur skapað, þjappa fólki saman á þennan hátt."

steingerdur@frettabladid.is

KEYRUM YFIR ÍSLAND

Við ferðumst með þér í sumar

Stöð 2, Stöð 2 Sport, Bylgjan, FM957 og X977 verða út um allt land í sumar og taka púlsinn á landanum.

EVA LAUFEY VERÐUR MEÐ **MATARBÍLINN** SINN ÚTI UM ALLAR TRISSUR, **VEGFERÐIN**, LEIKIN GAMANSERÍA MEÐ ÓLAFI DARRA VERÐUR Í UPPTÖKUM Á VESTFJÖRÐUM, **FC ÍSLAND** SKORAR Á LANDSBYGGÐINA, KRISTJÁN MÁR FER **UM LAND ALLT**, **BIBBA FLÝGUR** LANDSHORNA Á MILLI OG **STÖÐ 2 SPORT** VERÐUR AÐ SJÁLFSÖGÐU MEÐ ALLAR SÍNAR VÉLAR Á VELLINUM.

BYLGJAN ER Á SUMARFERÐALAGI OG HEIMSÆKIR ALLA LANDSHLUTA OG **FM957** SÉR TIL ÞESS AÐ BRENNSLAN VERÐI Á FLAKKI Í ALLT SUMAR.



HLÖKKUM TIL AÐ SJÁ ÞIG

SPORT BYLGJAN 989 FM957 X977 VÍSIR

Lífið í vikunni

11.07.20-
18.07.20



BELGÍSKUR SÍSÍFOS

Listamaðurinn Floris Boccanegra er hættur við að ýta ískúlu í anda Sísífosar upp á Ok og undirbýr gjörning þar sem 500 ísstangir úr Jökulsárlóni verða handlangaðar upp jökulinn fyrrverandi.



GRÍNÞORSTANUM SVALAÐ

Síðasta fimmtudag komu sex grínistar fram í Tjarnarbíói á viðburðinum Grínþyrstir grínistar. Þeir mættu með nóg efni í farteskinu eftir samkomubann enda af mörgu að taka eftir fordæmalausa tíma.



VALDIMAR Á FERÐ

Valdimar Guðmundsson og Örn Eldjárn fóru hringinn um landið í júní. Þeir keyrðu frá Sauðárkróki yfir til Flateyrar í einum rykk og styttu sér einatt stundir með tónlistartengdum leikjum.



ÞJÓÐHÁTÍÐARLAGIÐ Í ÁR

Ingó Veðurguð gaf út þjóðhátíðarlagið Takk fyrir mig í gær. Lagið var gefið út þrátt fyrir að Þjóðhátíð hafi verið blásin af, en hann segir það skemmtilega tilviljun hve vel textinn passi við ástandið.





Ósk Gunnarsdóttir er útvarpsstjóri nýrrar rásar, sem spilar eingöngu íslenska tónlist. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Alltaf haft ástríðu fyrir íslenskri tónlist

Ósk Gunnarsdóttir hefur verið viðloðandi útvarpsbransann í áratug, en hún hefur nú tekið við stöðu útvarpsstjóra á Íslensku Bylgjunni. Á henni er einvörðungu spiluð íslensk tónlist.

Ósk Gunnarsdóttir er útvarpsstjóri nýrrar útvarpsrásar, Íslensku Bylgjunnar, en á henni er eingöngu spiluð íslensk tónlist. Hún hefur verið viðloðandi útvarpsmennskuna síðasta áratuginn.

„Þetta byrjaði allt fyrir 10 árum síðan, þá bjó ég í London og morgunþátturinn á FM957, Svali og félagar, hringdi í mig þar sem ég var að vinna á stærstu tónlistarhátíðum í Bretlandi á sínum tíma og átti mikið af skemmtilegum sögum frá þeim. Sumarið 2012 var ég svo fengin til að leysa af með bróður mínum, Kristjáni Inga á FM957," segir Ósk.

Hún segir boltann þá hafa byrjað að rúlla og þau hafi fengið sinn eigin þátt sem hlaut nafnið Systkinin.

Góða skapið alltaf sexý

Hafi fólk áhuga á ferli í útvarpi segir Ósk það ekki skemma að hafa ómþýða rödd.

„Annars er það bara einlægni, virðing fyrir hlustendum og flytjendum stöðvarinnar. Það er líka alltaf gott að vera meðvitaður um helstu málin sem eru í gangi í þjóðfélaginu hverju sinni. Svo er húmorinn og góða skapið alltaf sexý. Sjáðu bara Sigga Hlö," segir Ósk brosandi.

Ósk segir að það sé svo magnað

> **AÐ LÁTA MIG VELJA MITT ÍSLENSKA UPPÁHALDSTÓNLISTARFÓLK, ER EINS OG AÐ LÁTA SKILNAÐARBARN VELJA MILLI MÖMMU EÐA PABBA.**

við útvarpið hvað margt getur gerst í beinni útsendingu.

„Þau eru ófá hlátursköstin og rifrildin sem blossa upp, sem maður var kannski ekki alveg búinn að plana. Eitt það eftirminnilegasta er þegar við Kristján bróðir minn gerðum símahrekk í Kjöris. Þá var ég með elsta son minn á brjósti og kom með þá hugmynd að gera brjóstamjólkurís. Ég bjóst alls ekki við þeim viðtökum sem ég fékk. Árið eftir var Kjöris með smakk á brjóstamjólkurís á stóra ísdeginum," segir Ósk.

Að sögn Óskar er Íslenska Bylgjan ástfóstur Brynjars Más Valdimarssonar, tónlistarstjóra Sýnar.

„Hann var búinn að vinna að uppsetningu rásarinnar í einhvern tíma. Hann hafði samband við mig um leið og ég kom úr fæðingarorlofi og ég var ekki lengi að segja já, enda íslensk tónlist sameiginlegt áhugamál okkar Brynjars," segir hún.

„Að láta mig velja mitt íslenska uppáhaldstónlistarfólk, er eins og að láta skilnaðarbarn velja milli mömmu eða pabba," segir hún og hlær. „En svona efst á listanum akkúrat núna eru Auður, Ásgeir Trausti, Bríet og GDRN. Svo auðvitað Emiliana Torrini, Ellý og Vilhjálmur Vilhjálmsbörn og hinir einu sönnu Hljómar," segir Ósk þegar hún er innt eftir því hvert sé hennar uppáhaldstónlistarfólk.

Sumarfrí í Færeyjum

Ósk segir rásina geta reynst þeim sem eru að stíga sín fyrstu spor í bransanum, góður stökkpallur.

„Hvern einasta klukkutíma er spilað nýtt, íslenskt efni. Það fá allir séns hjá okkur og við spilum allar tegundir af tónlist," segir hún.

Ásamt því að vinna hörðum höndum að uppbyggingu rásarinnar, hefur Ósk verið að plana sumarfríið í ágúst.

„Ég er að reyna að njóta lífsins sem mest með eiginmanni og þrem börnum. Við vorum að eignast tjaldvagn og það er algjör unaður að ferðast á honum. Ég stefni á sumarfrí í ágúst. Við byrjum á hringferð með fjölskyldunni, og á miðri leið ætlum við að hoppa með Norrænu í vikuferð til Færeyja. Þar ætlum við að heimsækja góða vini í yndislegu landi. Ég bjó í Færeyjum á sínum tíma en hef ekki farið þangað lengi, svo þetta sumarfrí verður ansi kærkomið," segir Ósk. **– ssþ**

SÍMAR AUGLÝSINGADEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Gústaf Bjarnason *gustaf@frettabladid.is* **ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050:** Hjördís Zoëga *hjordis@frettabladid.is*, Hlynur Þór Steingrímsson, *hlynur@frettabladid.is* , Sigfús Örn Einarsson *sigfus@frettabladid.is*, Örn Geirsson *orn.geirsson@frettabladid.is* **FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5077:** Atli Bergmann *atli@frettabladid.is*, Arnar Magnússon *arnarm@frettabladid.is*, Jóhann Waage *johannwaage@frettabladid.is*, Jón Ívar Vilhelmsson *jonivar@frettabladid.is*, **FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI:** Elín Albertsdóttir *elin@frettabladid.is* **RAÐAUGLÝSINGAR /FASTEIGNIR SÍMI 550 5056:** Hrannar Helgason *hrannar@frettabladid.is*, Viðar Ingi Pétursson *vip@frettabladid.is* **ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055:** Guðrún Inga Grétarsdóttir *gudruninga@frettabladid.is*

bauhaus.is

BAUHAUS®

Eitt mesta úrval landsins af grillum og grillaukahlutum! Öll helstu merkin á einum stað!



69.995.-

Gasgrill TravelQ Pro285X
2 brennarar, 4,1 kW. Grillflötur: 54 x 37 cm. Grillgrind úr steypujárni. Innbyggður hitamælir. Fest á stöðugan vagn sem hægt er að brjóta saman.



99.995.-

Gasgrill Masport MB4000
4 brennarar. Virkni: 14 kW. Hliðarbrennarar 3 kW. Grillflötur: 69 x 90 cm. Kemur í ryðfríu stáli og svörtu háglans. Grillgrind úr steypujárni, viðsnúanleg. Innbyggður hitamælir. Rafstýrður kveikrofi. Hentug hliðarborð.



144.995.-

Gasgrill Arosa 570 G TEX
2 brennarar, 9,5 kW. Grillflötur: 39,5 cm í þvermál. Snúanleg postulínshúðuð trekt fyrir beina og óbeina grillun. Áfast lok og innbyggður hitamælir. Niðurfellanlegt hliðarborð.

Verð gildir til og með mánudeginum 2.ágúst 2020

ÞAÐ ER ALLTAF TÍMI TIL AÐ GRILLA!



119.995.-

BARON 420
Gasgrill með 4 DualTube brennurum (ryðfrítt stál). 12,4 kW. Stærð: 146 x 61 x 117 cm (L x B x H). Grillflötur: 64 x 44,4 cm (L x B). Flav-R-Wave grillkerfi. USure-Lite uppkveikikerfi. Gott geymslupláss fyrir gaskúta og fleira, Kröftug grillgrind og samanbrjótanleg hliðarborð.



Yfirbreiðsla fylgir

109.995.-

WEBER Spirit S320 GBS
Grillflötur: 60cm x 44,5cm. 3 ryðfríir brennarar, 8,79 kW. Innfelld gas hliðarhella, 3,52 kW. Rafstýrður kveikjari. Pottjárnsgrillgrindur – „BBQ system“. Postulín-glerungshúðaðar bragðburstir (Flavorizer® bars). Ryðfrítt stállok. Innfeldur hitamælir í loki. H:113cm (145cm) B:132cm D:66cm (69cm). Fitusafnari og álbakki fyrir fitu.Gaskútahaldari.

MIKIÐ ÚRVAL, GÆÐI OG LÁGT VERÐ, ALLTAF!

OPNUNARTÍMAR: VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10-18

BAUHAUS REYKJAVÍK – Lambhagavegur 2-4 – 113 Reykjavík – 515-0800 – upplysingar@bauhaus.is – www.bauhaus.is

BYKO



Allt að 50% afsláttur!

SUMAR ÚTSALA

Birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.

PHOENIX

28“



Tilboðsverð

25%

Reiðhjól

28“ götureiðhjól sem hentar vel til hjólreiða innanbæjar. 6 gírar Shimano. V-handbremsur, kemur með bögglabera og brettum.

21.746 Almennt verð: 28.995

PHOENIX

26“



Tilboðsverð

25%

Reiðhjól

26" fjallahjól með dempara að framan. Diskabremsur eru að framan og aftan. 21 gíra Shimano skiptingu. Stellið á hjólinu er úr áli og því er hjólið ekki þungt.

26.246 Almennt verð: 34.995

49620235

KENT
A century of cycling

16“

25%



Tilboðsverð

Reiðhjól

16" reiðhjól fyrir börn, skærgult á lit. Hjólið hentar vel fyrir börn á aldrinum 4-6 ára. Kemur með hjálpardekkjum.

16.496 Almennt verð: 21.995

PHOENIX

26“

25%



Tilboðsverð

Reiðhjól

26” götuhjól, 6 gíra með brettum, bögglabera og körfu.

21.746

49620201

Almennt verð: 28.995

KENT
A century of cycling

20“

25%



Tilboðsverð

Reiðhjól

Flott Rock Candy reiðhjól sem er hannað fyrir yngri krakka en með mikið af sömu eiginleikum og fullorðinshjólin.

26.996 Almennt verð: 35.995

49620112

KENT
A century of cycling

24“

25%



Tilboðsverð

Reiðhjól

24" Reiðhjól með 21 gíra Shimano Micro-Shift skipting í handfanginu. V-bremsur að framan og aftan, Glitaugu að framan og aftan, keðjuhlíf, stillanlegt sæti.

28.496 Almennt verð: 37.995

Auðvelt að versla á byko.is



30%

Tilboðsverð

Ferðagasgrill

Létt og þægilegt ferðagasgrill, frábært í útileguna. Hillur og sambrjótanlegir plastfætur undir grillinu, hægt er að taka hillurnar af.

17.497

50632100

Almennt verð: 24.995

Kílóvött	Brennarar
2,93	1

25%



Tilboðsverð

Garðstóll

úr málmi og plasti, svartur.
54x59x71,5 cm

2.471

41621994

Almennt verð: 3.295

25%



Tilboðsverð

Kolagrill

á hjólum. Þvermál er 41,5 cm. Losanlegur bakki sem tekur við öskunni.

3.671

46324702

Almennt verð: 4.895



Tilboðsverð

Ferðagasgrill

Svart, 1 brennari, 3,5kW. Eldunarstærð er 47x36 cm, hægt að taka hliðarhillur af.

30%

20.997

50639000

Almennt verð: 29.995

Kílóvött	Brennarar
3,5	1



Tilboðsverð

Ferðagasgrill

Nett tveggja brennara ferðagrill, 3,2kW. Grillflötur 1460 cm². Þyngd 5,6 kg.

25%

44.996

50633895

Almennt verð: 59.995

Kílóvött	Brennarar
3,2	2

Broil King
Great Barbecues Every Time



Tilboðsverð

Gasgrill

Royal 320 með þremur ryðfríum brennurum, og grillgrindum úr pottjárni sem hægt er að snúa við.

30%

55.997

50657512

Almennt verð: 79.995

Kílóvött	Brennarar
8,8	3

GARDENA

25%



Tilboðsverð

Rafmagnssláttuvél

Powermax 42E. 1200 W, sláttubreidd 32 cm.
Létt og þægileg í notkun.

22.496

54904073

Almennt verð: 29.995

RYOBI

25%



Tilboðsverð

Rafmagnssláttuvél

5 þrepa hæðastilling.
Easy Edge sláttutækni.
45 lítra safnpoki.
33cm sláttubreidd, 1300W.

26.771

7133002343

Almennt verð: 35.695

BOSCH

30%



Tilboðsverð

Sláttuorf

280W, 23 cm sláttubreidd, 1,7kg.

6.857

748903230

Almennt verð: 9.795

BOSCH



20%

Tilboðsverð

5 verkfæri í setti

Magnað sett á hagstæðu verði, fimm verkfæri, þrjár raflöður og hleðslutæki í einni tösku.

136.956

748741548

Almennt verð: 171.195

RYOBI



20%

Tilboðsverð

Borvél og stingsög

Sett með stingsög og rafhlöðuborvél.
Tvær 2Ah 18V lithium rafhlöður fylgja með.

44.956

7133003575

Almennt verð: 56.195

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN

FRÉTTABLAÐIÐ

550 5000

RITSTJÓRN ritstjorn@frettabladid.is

AUGLÝSINGADEILD auglysingar@frettabladid.is

PRENTUN Torg ehf.

DREIFING Póstdreifing ehf. dreifing@postdreifing.is

Á að fara í útilegu?
Um 40 tjaldsvæði fyrir alla fjölskylduna
utilegukortid.is
ÚTILEGU KORTIÐ

BAKÞANKAR



Óttars Guðmundssonar

Fýlustjórnun

Mannlegt eðli og hegðun breytist ekki þótt aldirnar líði. Fýla og geðvonska hafa alltaf verið öflug stjórntæki í mannlegum samskiptum. Bæði í Sturlungu og Íslendingasögum er lýst fjölbreyttri fýlustjórnun. Þuríður frænka mín Sturludóttir Sighvatssonar, stjórnaði manni sínum Eyjólfi ofsa með fýlu og leiðindum. Fyrir áeggjan hennar fór hann nauðugur að kveikja í bænum að Flugumýri til að brenna inni Gissur Þorvaldsson og fjölskyldu hans. Skallagrímur Kveldúlfsson í Egils sögu og Þórólfur bægifótur í Eirbyggju voru fýlugjarnir menn, sem dóu báðir úr geðvonsku. Guðrún Ósvífursdóttir stjórnaði öllum sínum eiginmönnum með ólund og frekju.

Margt nútímafólk beitir fýlu í samskiptum við allt sitt umhverfi. Menn stjórna með þögn, svipbrigðum og þjáningarsvip. Enginn veit hvað veldur fýlunni, enda er hún óræð og tvíræð eins og íslenskt haustveður. Símarnir eru mikilvægt vopn og stjórntæki í höndum nútímafýlupoka. Hann getur sveipað sig huliðshjálmi snjallsímans og hundsað alla viðstadda. Fýlupokinn tekur venjulega stjórnina, enda verða margir eins og mýs undir fjalaketti andspænis feitri fýlu og hugsa með sér: „hvað hef ég nú gert af mér?“ Góð fýla er svo öflugt stjórntæki að líkja má henni við andlegt ofbeldi.

Mikilvægt er að skilja að fýlan er fyrst og fremst vandamál fýlupokans, en ekki umhverfisins. Fýlan er varnarháttur sjálfsins og afturhvarf til bernskunnar. Venjulega leynist hrædd og óörugg sál, sem kann ekki önnur úrræði, undir þessu yfirborði. Mikilvægt er leyfa fýlupokanum ekki að stjórna, heldur leiða fýluna hjá sér og taka ekki eftir henni. Fýlupokinn einangrast þá í eigin sjálfhverfu og verður annaðhvort að hætta í fýlu, eða deyja úr fýlu eins og Skallagrímur langafi minn.

Fyrir svanga ferðalanga
Kvikk ON THE GO | ORKAN





Verslun opin 11-20 alla daga - Veitingasvið opið 11:00-19:30 - IKEA.is

IKEA