

## Hún er ein af milljón

Anna Lilja, dóttir Hrafnhildar Smith, er sannarlega einstök en hún er haldin CFC heilkenni. Um er að ræða afar sjaldgæfan gena-galla sem aðeins 600 til 800 börn í heiminum þjást af. Hrafnhildur segist alltaf hafa vitað að dóttir hennar væri ein af milljón en nú sé það staðfest. > 16



FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



## Fólk er mjög reitt

Druslugangan fer fram í dag en Inga Hrönn Jónsdóttir segir hana vera á góðum tíma enda #MeToo á allra vörum. > 12



## Björguðu yfirgefnu húsi í Hnífsdal

Ketill Már Björnsson og Ingi-björg Finnbogadóttir vorðu öllum fríum í fimm ár í að gera upp hús í Hnífsdal. > 20



## Lestarferð til fortíðar

Íslenska leikkonan Siddý fer með neðanjarðarlest um gleymda fortíð London. > 38

## LANDSINS MESTA ÚRVAL AF RAFTÆKJUM

Léttu þér lífið með réttu græjunum. Sjáðu allt úrvalið á elko.is.



ELKO





Sigurður Ingi Jóhannsson samgöngu- og sveitarstjórnarráðgjafi. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

## Samþykktu nýjan veg um Teigsskóg

adalheidur@frettabladid.is

**SAMGÖNGUR** Samkomulag hefur náðst um vegalagningu um Gufudalssveit en lengi hefur verið deilt um áhrif vegalagningarinnar á Teigsskóg. Vegagerðin náði samningum við landeigendur Grafar í Þorskafirði, en þeir voru einu landeigendurnir sem ekki höfðu náðst samningum við.

Héraðsmiðillinn Bæjarins besta greindi frá því að samningaviðræður hefðu einkum lotið að umhverfisáhrifum framkvæmdarinnar en að samningar hefðu náðst í gær.

„Langþráður áfangi er í höfn,“ sagði Sigurður Ingi Jóhannsson, samgöngu- og sveitarstjórnarráðgjafi, um málið á Facebook í gær en færslan birtist meðan landsmenn biðu fregna af ríkisstjórnarfundum sem þá stóð yfir, um hertar takmarkanir innanlands. ■

## Boltinn rúllar í skugga kórónaveirufaraldurs



Knattspyrnumótið ReyCup stendur yfir á fullu þessa dagana og er ekkert gefið eftir innan vallar. Kórónaveirufaraldurinn hefur sett strik í reikninginn til þessa en tvö lið hafa þegar þurft að draga sig úr keppni vegna smits. Mótinu lýkur um helgina með úrslitaleikjum á sunnudaginn. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

## Oddviti kynntur í kvöld

arib@frettabladid.is

**STJÓRN MÁL** Niðurstaða úr oddvitakjöri Miðflokksins í Reykjavíkarkjördæmi suður liggur fyrir í kvöld. Kosið er á milli Þorsteins Sæmundssonar Þingmanns og Fjólu Hrundar Björnsdóttur, framkvæmdastjóra þingflokksins. Flokksmenn felldu tillögu uppstillingarnefndar þar sem Fjóla var í oddvitasæti. Þorsteinn var ekki á listanum.



Fjóla Hrund Björnsdóttir, framkvæmdastjóri.



Þorsteinn Sæmundsson, þingmaður.

Boðað var til oddvitakjörsins á sunnudaginn, kjörskrá lokaðist á miðvikudag. Nanna Margrét Gunnlaugsdóttir, framkvæmdastjóri flokksins, segir að vel hafi gengið að skipuleggja kjörið þrátt fyrir lítinn fyrirvara. Hún vildi ekki gefa upp hversu margir hefðu bæst við á kjörskrána í millitíðinni „það bætist alltaf eitthvað við,“ segir hún. „Svo þarf að vera búin að borga félagsgjöld líka.“ ■

## Íslendingar verði að vinna fyrir túristadollurunum

Ferðaþjónustan NATO gagnrýnir íslensk stjórnvöld fyrir að sjá ferðamönnum ekki fyrir hópskimunum. Stofnandi fyrirtækisins segir Íslendinga hafa átt að fara að fordæmi Mexíkóa.

thorgrimur@frettabladid.is

**FERÐAÞJÓNUSTA** Nokkur óánægja ríkir innan ferðaþjónustunnar með framkvæmd skimunar á ferðamönnum hérlandis.

Ingólfur Blöndal, stofnandi ferðaþjónustunnar NATO (North American Tour Organization), er sáróánægður með það að möguleiki á hópskimunum ferðahópa sé ekki fyrir hendi.

„Ég er búinn að vera með þessar ferðir til Íslands í fleiri ár og er með hóp þar núna,“ segir Ingólfur.

Að því er Ingólfur segir er um að ræða ferðamenn sem bókðu ferðina í árslok 2019 en urðu síðan að fresta henni út af Covid í heilt ár.

„Nú er þetta fólk loksins komið til Íslands og er mjög ánægt, allt í besta gangi. Allt nema þessi helvítis skimun, sem ég kalla nú Rabbit Test,“ segir Ingólfur óánægður.

„Ég hélt að þetta væri ekkert mál, að maður gæti hringt niður í einhverja stofnun og fengi pláss,“ heldur Ingólfur áfram.

„Ég bjóst við að geta bara pantað tíma fyrir hópinn til að koma í sínum rútubíl og það myndi kannski taka hálf tíma, klukkutíma að ganga frá þessu. En nú er ég búinn að vera í sambandi við öll yfirvöld á Íslandi og öll segja mér að það sé ekki hægt að gera þetta fyrir hóp. Hver einstaklingur verður að sækja um fyrir sig.“

Að sögn Ingólfs er verið að vinna í nýrri vefsíðu fyrir skimanir en enn hvorki búin að setja hana upp né sé



Ferðamenn streyma nú að nýju um Keflavíkflugvöll. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Íslendingar eru ennþá ekki búnir að læra á þetta. Þeir vilja túristadollarann en geta ekki unnið fyrir honum.

Ingólfur Blöndal, stofnandi NATO Ltd.

vitad hvenær hún verður sett í gang.

„Það þýðir að mitt fólk verður að sjá um þetta sjálft. Það er búin að sitja á Hótel Vestmannaeyjum í tvö kvöld að berjast fyrir þessu. Íslendingar eru ennþá ekki búnir að læra á þetta. Þeir vilja túristadollarann en geta ekki unnið fyrir honum.“

Ingólfur bendir á að í Mexíkó og öðrum löndum í kringum Bandaríkin geti ferðamenn fengið skimun fyrir Covid-19 á hóteli.

„Ég auðvitað skil að það er ekki hægt að gera það í Vestmannaeyjum, Hornafirði eða Skaftafelli, en að það sé ekki hægt í Reykjavík er bara ekki nógu gott!“ undirstrikar Ingólfur hneykslaður.

„Nú eru Bandaríkjamenn stærsti ferðamannahópurinn á Íslandi. Þeir eru meginstöðin við túrismann eins og er og yfirvöld á Íslandi hefðu átt, nákvæmlega eins og Mexíkóar, að sjá um þetta,“ segir Ingólfur Blöndal. ■

# ALMERÍA

## 27. JÚLÍ - 06. ÁGÚST

FLUG OG GISTING VERÐ FRÁ:

# 79.500 KR.\*

\*Á MANN M.V. 2 FULLLORÐNA OG 1 BARN. FLUG, GISTING, INNRIÐADUR FARANGUR

FLUG EINGÖNGU VERÐ FRÁ:

# 39.900 KR.

BEINT FLUG FRAM OG TIL BAKA. FLUG, SKATTUR OG HANDFARANGUR

WWW.UU.IS | HLÍÐASMÁRI 19, 201 KÓP. | 585 40000 | INFO@UU.IS





**Fjölskyldan er betur  
tengd í útilegunni  
með Vodafone**





Það hefur verið nóg að gera í miðbæ Reykjavíkur undanfarnar vikur.

## Hrikaleg staða fyrir bareigendur

kristinnpall@frettabladid.is

**COVID-19** „Þetta er mjög slæmt, maður vonaðist til þess að þeir myndu halda opnunartímum og krefjast þess að fólk væri sitjandi við borðið á þeim stað sem opnartími hefur leyfi fyrir. Þetta hentar veitingastöðum vel en kemur hrikalega niður á börum og skemmtistöðum þar sem háannatíminn er eftir klukkan ellefu. Vonandi temur fólk sér að koma fyrr inn á bari aftur,“ segir Arnar Þór Gíslason, einn af eigendum fyrirtækisins Þingvangs sem rekur fimm knæpur í miðbæ Reykjavíkur, aðspurður út í nýju reglurnar sem taka gildi á miðnætti.



## Stjórnvöld ætlast til þess að við vinnum hratt og vel á einum sólarhring og þau ættu að geta gert það sama.

Arnar Þór Gíslason.

„Þetta er mikið áfall fyrir reksturinn. Við erum búin að ráða marga inn á stuttum tíma en nú fáum við sólarhring frá stjórnvöldum til að skella í lás. Ég vonast bara til þess að stjórnvöld verði jafn lengi að undirbúa styrkúthlutanir en ekki hálf á. Stjórnvöld ætlast til að við vinnum hratt og vel á einum sólarhring og þau ættu að geta gert það sama,“ segir Arnar.

„Ég á von á því að menn geri allt í sínu valdi til að halda sér á floti á meðan á þessu stendur enda reynslunni ríkari. Um leið ættu stjórnvöld að geta kallað fólk úr sumarfrí til að sinna styrkúthlutun til fyrirtækja sem er verið að loka. Það eru margir búnir að panta birgðir fram í tímann og staðan er ekki öfundsverð víðs vegar þar sem áttu að vera útihátiðir. Um leið vonast maður til þess að þau verði jafn fljót að aflétta takmörkunum ef þetta gengur vel á þessum þremur vikum.“ ■

# Aðlaga Hinsegin daga nýjum takmörkunum

kristinnpall@frettabladid.is

**COVID-19** „Þessar nýju reglur eru verri en maður vonaðist eftir en um leið betri en maður óttaðist. Við höfum núna meiri tíma til endurskipulagningar en í fyrra þegar það komu hertar samkomutakmarkanir á föstudeginum fyrir verslunarmannahelgina. Við getum fyrir vikið sagt að við munum halda Hinsegin daga en við þurfum að aðlaga hátíðina þessum nýju takmörkunum,“ segir Ásgeir Helgi Magnússon, formaður stjórnar

Hinsegin daga, aðspurður hvaða áhrif nýjustu aðgerðir stjórnvalda hafi á hátíðina sem er á dagskrá í næsta mánuði.

„Við lærðum helling af síðasta ári og í vetur, meðal annars að það er ýmislegt hægt að gera þrátt fyrir samkomutakmarkanir. Það er hægt að hólfaskipta leikhúsum í menningarviðburðum og halda fræðslufundi á streymi. Fyrir vikið munum við reyna að halda eins glæsilega hátíð og hægt er innan þess ramma sem okkur er úthlutað með þessum nýju reglum.“



Ekkert verður af því að Gleðigangan fari niður Laugavegin þetta árið.

Með tvö hundruð manna samkomutakmörkunum er ljóst að ekki verður hægt að halda gleðigönguna, hápunkt Hinsegin daganna, með sama hætti og tíðkaðist fyrir heimsfaraldurinn.

„Við könnumst alveg við þessa sviðsmynd sem sett var upp af stjórnvöldum en það sem mun særa mest er að gleðigangan fái ekki að fara niður götur miðbæjarins. Við munum leita leiða til að hún geti farið fram með öðrum hætti, meðal annars með notkun streymisútsendingar.“ ■

# Standi upp á stjórnina að gefa svör

Ferðamálaráðherra segir ríkisstjórnina verða að gefa þjóðinni skýr svör um framtíðina. Nýbodaðar aðgerðir séu tímabundnar en stefnumótunarvinna um framtíðina sé hafin. Hún segir ríkisstjórnina enn standa saman í þessu.

adalheidur@frettabladid.is

**COVID-19** Farin er af stað vinna innan ríkisstjórnarinnar um stefnu og framtíðarsýn um viðbrögð við faraldrinum. „Það er umræðan núna, hvað það þýðir fyrir þjóðfélag að vera með níutíu prósentu bólusetningarhlutfall hjá sextán ára og eldri og hvernig við ætlum í alvöru að lifa með Covid í náinni framtíð og mögulega um alla framtíð,“ segir Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir, ferðamála-, iðnaðar- og nýsköpunarráðherra.

Ríkisstjórnin kynnti í gær hertar aðgerðir innanlands sem taka gildi á miðnætti. Þær fela í sér að hámarki 200 mega koma saman, auk þess sem veitingahúsum verður gert að loka klukkan 24. Þá verða fjöldatakmörkanir í sund og líkamsrækt.

„Það er mat sóttvarnaryfirvalda að tempra þurfi smitin til að kaupa okkur tíma til að sjá hvort þessir smitustu einstaklingar verði veikir eða ekki,“ segir hún. Sóttvarnaryfirvöld hafi lagt þessar aðgerðir til í tvær til þrjár vikur til að fá skýrari mynd af bæði hvort og hve margir verði veikir. „Sóttvarnalæknir telur óvissu um það kalla á þessar aðgerðir. Við þurfum svo að vera með mjög skýr svör að þessum tíma loknum,“ segir Þórdís.

„Við erum í rauninni að gefa okkur þennan tíma, í raun bara þessar tvær til þrjár vikur, til að vinna þessa vinnu og hún er farin af stað.“

Hún jatar að það hafi vissulega verið áætlun stjórnvalda að aflétta



Nokkrir ráðherrar hittust á Reykjavíkurflugvelli í gær og flugu saman austur á ríkisstjórnarfund. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

takmörkunum þegar markmiðum um bólusetningar yrði náð. „Vissulega er þetta bakslag í því, en það er tímabundið og það eru skýrar línur um hvernig þessum tíma verði varið,“ segir Þórdís. „Svo stendur upp á okkur að svara því hvernig við ætlum að hafa hlutina til framtíðar.“

Þórdís segir að ef áfram þurfi að fara fram og til baka í og úr aðgerðum, verði það vonandi meira í formi tilmæla. „Það eru margar ógnir við það að vera á lifi og það vita allir út á hvað þetta gengur og það vita allir hvað virkar. Ég er þeirrar skoðunar að það eigi líka að setja ábyrgðina í hendur hvers og eins.“

Aðspurð telur hún að nýbodaðar aðgerðir ættu ekki að vera mikið högg fyrir ferðaþjónustuna en nefnir þó að auðvitað geti margt haft áhrif á væntingar, bókanir og ferðahegðun. „Auðvitað hafa allar aðgerðir áhrif en ég myndi ekki telja að þetta væri högg,“ segir Þórdís og bendir á að enn sé söfn og veitingastaðir opnir og takmarkanir hafi oft verið meira íþyngjandi en nú.

„En ferðaþjónustan núna undanfarnar vikur hefur farið hraðar og betur af stað en við þorðum að vona og ég held að þessar aðgerðir séu ekki högg þar sérstaklega, heldur hefur þetta auðvitað áhrif á

okkur í samfélaginu almennt,“ segir Þórdís.

Aðspurð um samstöðu um aðgerðirnar í ríkisstjórninni bendir Þórdís á lengd fundarinnar, en hann stóð í rúma þrjá tíma. „Mér finnst gott að sitja við borð þar sem fólk getur rætt hluti og getur verið ósammála, reynt að ná niðurstöðu og mætist í samtalinu,“ segir hún og nefnir að sú vinna sem þegar sé farin af stað um framtíðarsýnina hafa haft áhrif á að samstada náðist eftir langan fund. „Það er enginn að halda því fram að við séum ekki ólíkt fólk sem hefur ólíkar skoðanir en við erum áfram saman í þessu sem ríkisstjórn.“ ■



## ÍS BAND UMBOÐSAÐILI RAM Á ÍSLANDI

# RAM 3500

**VERÐ FRÁ 7.421.210 KR. ÁN VSK.**  
**9.202.300 KR. M/VSK.**

**BREYTINGAVERKSTÆÐI ÍSBAND, SMÍÐSHÖFÐA 5, SÉRHÆFIR SIG Í BREYTINGUM Á RAM PALLBIFREIÐUM.**

**BJÓÐUM UPP Á 37" - 40" BREYTINGAPAKKA**

BILL Á MYND RAM 3500 LARAMIE SPORT MEGACAB MED 35" BREYTINGU



**Útsala**  
**50%**  
afsláttur af öllum útsöluvörum

nýjar vörur frá  
**POLO**  
RALPH LAUREN

*herra*  
**GARÐURINN**  
-klæðir þig vel

KRINGLAN / SMÁRALIND

**Útsala**  
**50%**  
afsláttur af öllum útsöluvörum

*Mathilda*  
Kringlunni

nýjar vörur frá  
**POLO**  
RALPH LAUREN

**Útsala**  
**50%**  
afsláttur af öllum útsöluvörum

**COLLECTIONS**

Geirsgata 4 - 5194490 - við Hafnartorg

nýjar vörur

**Útsala**  
**50%**  
afsláttur af öllum útsöluvörum

**BOSS**  
HUGO BOSS

BOSS - KONUR MENN KRINGLUNNI 533 4242

**Útsala**  
**50%**  
afsláttur af öllum útsöluvörum

**HANZ**  
KRINGLUNNI

nýjar vörur

**Útsala**  
**50%**  
afsláttur af öllum útsöluvörum

**ENGLABÖRNIN**  
Falleg fót á stelpur og stráka...  
KRINGLUNNI



# Á þriðja tug kríuunga í drepnir á hverjum degi við Rif

urduryrr@frettabladid.is

**HELLISSANDUR** Guðrún Lára Pálmadóttir, íbúi á Hellissandi, segir kríum sem verpa við Rif og Hellissand stafa mikil hætta af bílaumferð á svæðinu.

Varfærið mat hennar er að um 25 kríur falli í valinn hvern dag, en hún telur reglulega hræin á svæðinu, en Vegagerðin gerir sér ferð einu sinni eða tvisvar á dag til að fjarlægja þau. Hún telur þó forvarnargildi í að láta kríuhræin liggja áfram á veginum þannig að bílstjórar geri sér grein fyrir vandamálinu.

„Þetta er rosalegt ástand hérna,

hreinasti hryllingur. Á eftir ár er þetta sama uppi á teningnum og okkur íbúum mörgum misþýður aðgerðaleyfi hjá bæði Snæfellsbæ og Vegagerðinni,“ segir Guðrún.

Árið 2019 hóf Guðrún að vekja athygli á vandamálinu undir merki Kriuvagnarbandalagsins. Í kjölfarið var hámarkshraði lækkaður um varptímann og í fyrra voru sett upp viðvörðunarskilti með blikkljósum.

Hún segir þær aðgerðir hafa gert gagn og dregið úr drápinu en að í ár séu engar aðgerðir sjáanlegar. Hámarkshraði hafi ekki verið lækkaður og er nú 90 kílómetrar á klukkustund almennt en 70 við



Vegagerðin fjarlægir kríuhræin.

þéttasta varpið. „Ungarnir eiga engan séns,“ segir Guðrún og bendir á að það fólk sem þekki til keyri flest varlega í gegnum svæðið. Aðrir vita ekki að þeir séu að keyra beint inn í kríuvarp.

„Þetta er svo mikil óvirðing við náttúruna því kríustofninn, eins og aðrir sjófuglar, er í gríðarlegum vanda vegna loftslagsbreytinga af mannavöldum,“ segir Guðrún.

„Þetta er gríðarleg blóðtaka fyrir stofn sem er í hraðri hnignun og jafnvel í útrýmingarhættu. Það er líka algjör skömm að þessu hér rétt við Þjóðgarðsmörk Þjóðgarðsins Snæfellsjökuls.“

Guðjón H. Björnsson, verkstjóri Vegagerðarinnar í Ólafsvík, sagði í samtali við RÚV í gær að mikið eftirlit væri með svæðinu og til skoðunar að lækka hámarkshraða.

„Við lækkuðum hámarkshraðann á síðasta ári varanlega niður í 70 kílómetra á klukkustund en það stendur til að lækka það enn frekar, niður í 50 kílómetra á klukkustund á ákveðnum kafla,“ segir hann.

Guðjón segir dagamun á því hve margir ungar eru drepnir. „Suma daga erum við að hreinsa upp 20 unga en aðra daga enga,“ segir hann. Svæðið sé vel merkt en öllum greinilega ekki nógu varkárir. ■



Ekkert lát er á góðviðrinu á Austurlandi og flykkjast Íslendingar austur.

## Þurfa að vísa fólki frá á tjaldsvæðinu

birnadrofn@frettabladid.is

**AUSTURLAND** Tjaldsvæðið á Egilsstöðum var fullt í gær líkt og það hefur verið í næstum allt sumar. Mikil veðurbliða hefur verið á Austurlandi í sumar og enn er góð spá.

Ríkey Dröfn Ágústsdóttir, starfsmaður tjaldsvæðisins, segir að komið hafi fyrir að þurft hafi að vísa fólki frá þegar tjaldsvæðið er orðið fullt. ■

## Mun minna af makríl landað

thg@frettabladid.is

**FISKVEIÐAR** Alls hefur rúmlega 31 þúsund tonni af makríl verið landað á yfirstandandi vertíð. Það er tæplega 14 prósentum minna en á sama tíma í fyrra, þegar riflega 36 þúsund tonnum var landað.

Íslenski uppsjávarflotinn sækir nú nánast allan makríl í Síldar-smugunni austur af landinu, en um kvöldmatarleytið í gær voru á annan tug íslenskra skipa þar við veiðar. ■

# Gestum fækkar ekkert í kuldunum

Gestum í Húsdýragarðinum í Reykjavík hefur ekki fækkað þrátt fyrir að margir hafi elt veðrið á Norður- og Austurland. Það sem af er júlí hafa yfir 33 þúsund gestir komið í garðinn.

birnadrofn@frettabladid.is

**REYKJAVÍK** „Þegar gestatölur eru skoðaðar er ekki að sjá að gestir okkar séu allir farnir út á land. Greinilegt er að margir kjósa að dvelja í höfuðborginni hvort heldur sem íbúar hennar eða gestir,“ segir Unnur Sigurþórsdóttir, verkefnastýra fræðsludeildar Húsdýragarðsins, spurð um aðsóknina í garðinn í sumar.

Mikill fjöldi fólks úr höfuðborginni hefur lagt leið sína á Norður- og Austurland þar sem mikill hiti og sól hefur verið í sumar. Meira hefur verið um súld, rigningu og þoku í borginni en líkt og Unnur segir hefur það ekki haft áhrif á fjölda gesta í Húsdýragarðinum.

Það sem af er júlí hefur 33.551 gestur komið í Húsdýragarðinn og segir Dagný Hrudn Valgeirsdóttir, verkefnastjóri hjá Fjölskyldu- og húsdýragarðinum, tölurnar benda til þess að júlí verði „mjög nálægt meðaltali síðustu ára“, en að meðaltali hafa rúmlega 43 þúsund gestir komið í garðinn í júlí síðustu sex ár.

„Gestafjöldinn okkar er rétt yfir meðaltali ef skoðuð eru seinustu ár. Hins vegar þurftum við að loka garðinum nokkuð í fyrra og því eru gestatölur í fyrra aðeins minni en venjulega,“ segir Dagný. Vegna Covid-19 faraldursins var garðurinn lokaður 24. mars til 27. maí 2020, 5. október til 9. desember 2020 og 25. mars til 14. apríl 2021.



Miðað við undanfarin ár er gestafjöldi í Húsdýragarðinum rétt yfir meðallagi.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



**Verkin í kringum dýrin eru þau sömu þó að engir gestir séu, kannski helst að starfsfólk hafi fengið meiri tíma til að kynna þeim í gestaleyksinu.**

Unnur Sigurþórsdóttir.

Unnur segir að vel hafi tekist til í garðinum undanfarið þrátt fyrir að nauðsynlegt hafi verið að loka í ströngustu samkomutakmörkunum.

„Fólk sýnir hvers kyns takmörkunum skilning og þrátt fyrir að hér hafi myndast langar radir þegar mest var að gera í vor meðan takmarkanir voru enn við lýði gekk allt upp.“

Spurð hvort lokanirnar og faraldurinn hafi haft áhrif á líf dýranna í garðinum segir Unnur svo ekki vera. Þegar ströngustu takmarkanir hafi verið við lýði hafi verið tryggt að alltaf væri einhver á vakt til að sinna dýrunum. Starfsfólki var skipt á

vaktir sem aldrei hittust þannig að ef ein vakt færi í sóttkví gætu aðrar tekið við.

„Verkin í kringum dýrin eru þau sömu þó svo engir gestir séu, kannski helst að starfsfólk hafi fengið meiri tíma til að kynna þeim í gestaleyksinu,“ segir Unnur.

Í maí og júní fjölgaði gestum í Húsdýragarðinum miðað við meðalfjölda síðustu sex ára. Í maí á þessu ári heimsóttu garðinn yfir 24 þúsund manns sem er fjölgun um sex þúsund gesti. Í júní er sömu sögu að segja en á þessu ári voru gestir þann mánuðinn rúmlega 35 þúsund talsins, en meðaltal síðustu sex ára er tæplega 28 þúsund gestir. ■

**Parki**  
INTERIORS

## Persía mottur

Parki býður upp á sérvaldar handhnýttar mottur og vandaðar vélofnar mottur úr hæsta gæðaflokki.

Yfir 300 mottur til á lager og sérpantanir í boði.



Finndu okkur á Facebook!  
facebook.com/Parki.interiors



Dalvegi 10-14, 201 Kópavogi | 595 0570



# Körtuflar

Það er svo létt að breyta íslenskum kartöflum í eitthvað alveg nýtt og ferskt.



Borðu þær soðnar í hýðinu, steiktar í íslensku smjöri eða sykraðar með lærinu og nýttu afganginn í silkimjúkt kartöflusalat með grillmatnum.

Vatnsmælirinn: **Kartafla**

77% íslenskt vatn





## Mannvonskan



Jón Þórisson  
jon@frettabladid.is

Mannvonskunnir virðast engin takmörk sett. Ítrekað í gegnum söguna má finna kafla því til sönnunar. Sumir eru vondir og vita af því – aðrir villast í vonsku án þess að ætla sér það.

Vonskan birtist í ýmsum myndum en sárast sviður undan þegar börn og þeir sem ekki geta borið hönd fyrir höfuð sér eiga í hlut.

Nýlega komst í hámmæli aðbúnaður barna á vöggustofum Reykjavíkur þar sem börn voru vistuð um langan eða skamman tíma, fjarri ást og umhyggju á árunum 1949 til 1973. Fyrir umræðunni nú fara þeir Fjölur Geir Bragason, Hrafn Jökulsson, Tómas V. Albertsson, Viðar Eggertsson og Árni H. Kristjánsson.

Í Fréttablaðinu um liðna helgi lýsir Árni reynslu sinni af vistinni á vöggustofu á liðinni öld. Það er átakanleg frásögn af grimmd sem virðist leiða af fáfræði og kreddum. Þar segir meðal annars: „Það sem enginn skilur er, hvernig gátu yfirvöld rekið skaðlega starfsemi sem stríðir gegn mannlegu eðli, heilbrigðri skynsemi og fyrirliggjandi rannsóknnum. Það er gjörsamlega óskiljanlegt hvernig hægt var að hunska grátandi börnin. Á endanum hættu börnin að gráta. Það eru til heimildir um að börn hafi hætt, ómeðvitað auðvitað, að nærast, því þau gáfust upp. Þau fengu aldrei örvun, sem er grundvallaratriði fyrir þroska ungbarna. Það var beinlínis forboðið að sinna öðru en líkamlegum þörfum barnanna. Mörg urðu rang- eða tileygð vegna þess að þau sáu bara loftið úr rimlarúmum og fengu enga skynörvun.“

Hann lýsir því jafnframt að þegar börnin sluppu úr þrúðunni hafi mörg þeirra verið ótalandi og þjuggu við málhelti fram eftir aldri. Sum þróuðu með sér sitt eigið tungumál því enginn talaði við þau.

Saga vöggustofanna er svartur blettur. Og því miður er þetta ekki dæmalaust. Áður hafa komið upp mál sem tengjast niðurlægjandi og vanvirðandi meðferð á börnum og ungmönnum, meðal annars í Breiðavík, Heyrnleysingjaskólanum, Kumbaravogi og víðar.

Sérstök rannsókn fór fram í kjölfar þess að dökk fortíð þessarar starfsemi komst í dagsljósið og á grundvelli hennar bauð ríkið fram bætun. Þeim málum er nú lokið þó aldrei verði bætt fyrir líf sem tapast eða gleði sem aldrei kviknaði í brjósti þeirra sem lentu í höndum fólks sem beitti harðræðinu.

En úr því þessi mál komu upp á síðari hluta fyrsta áratugarins sætir furðu að enn séu að dúkka upp mál eins og þau sem tengjast vöggustofnum illræmdu. Það er ekki vegna þess að ekki var reynt að koma frásögnum á framfæri. Það var vegna þess að ekki var hlustað.

Viðar Eggertsson, einn fimmmenninganna, reyndi hvað hann gat að segja þessa sögu fyrir nærri tveimur áratugum með þáttunum Eins og dýr í búri sem fluttir voru í útvarpi. Þó þáttirnir hafi vakið einhverja athygli hljóðnaði umræðan fljótt.

Af hverju? Er mögulegt að sögurnar séu of óþægilegar til að menn leggi við hlustir? Getur verið að enn séu einhverjir að burðast með fortíð af sambærilegu tagi sem ekki hafa stigið fram í dagsljósið?

Samhliða því að rannsaka starfsemi vöggustofanna nú, þarf að tryggja að farvegur fyrir sambærileg mál sé greiður og hlustað sé á hinum endanum. ■

## Gunnar



## Mín skoðun

## Frelsi og fleipur



Sif Sigmarsdóttir

Ný bylgja Covid varpar skugga yfir íslenskt samfélag. Vissir ráðherrar innan ríkisstjórnarinnar hafa þó látið í ljós efasemdir um að rök séu fyrir sóttvarnaaðgerðum.

Óvissan er sannarlega mikil. Hvaða áhrif hafa bólusetningar á sjúkdóminn og útbreiðslu hans? Er raunveruleg hætt á að heilbrigðiskerfið kíkni undan álagi? Eitt er þó engum vafa undirorpið: Þeir sem láta í veðri vaka að valið standi milli fangelsis sóttvarnaaðgerða annars vegar og almenns frelsis hins vegar fara með fleipur.

Síðastliðinn mánudagur var svo kallaður „frelsisdagur“ hér á Englandi þar sem ég bý. Þann dag var þeim fáu sóttvarnareglum sem enn voru við lýði aflétt. Boris Johnson forsætisráðherra hafði búið sig undir að marka tímamótin með ræðu í anda ræðu Churchill við sigur í heimsstyrjöldinni síðari. Háleit áformin fellu hins vegar um sjálf sig þegar í ljós kom að frelsið leit öðruvísi út en hann hafði ímyndað sér.

Þótt bólusetningarátak Bretlands sé með þeim best heppnuðu í heimi hefur nýgengi Covid-smíta aukist á ógnarhraða síðustu vikur. Í aðdraganda „frelsisdagsins“ hvöttu 1.200 vísindamenn stjórnvöld til að fresta afnámi sóttvarna sem þeir sögðu „síðlaus tilraun“. Skoðanakönnun sýndi að almenningur var sammála. En Boris sat við sinn keip.

Þegar „frelsisdagurinn“ rann upp var forsætisráðherrann kominn í sóttkví. Sama gilti um fjármálaráðherrann. Heilbrigðisráðherrann var veikur af Covid-19. Keir Starmer, leiðtogi stjórnarandstöðunnar, sagði afléttingu sóttvarna í miðri bylgju „glapræði“ og að „hætta væri á að grípa þyrfti til enn harðari aðgerða síðar meir.“ Tveim dögum síðar var Keir kominn í sóttkví ásamt einu barna sinna sem greinst hafði með kórónaveiruna.

Sama dag voru milljón börn frá skóla vegna Covid-smíta sem komið höfðu upp í sóttvarnarhólfum. Starfsfólk á almennum vinnu-

markaði var í auknum mæli veikt eða hafði verið skikkað í sóttkví. Fyrirtæki lokuðu vegna skorts á vinnuafli; verksmiðjur, veitingastaðir. Hillur stórmarkaða stóðu tómar. Spítalar þurftu að aflýsa skurdaðgerðum.

Leikhúsfrömuðurinn Andrew Lloyd Webber barðist hart gegn sóttvörnum í faraldrinum og hótaði að fara í mál við stjórnvöld fengi hann ekki að setja á svið nýjasta söngleik sinn, Öskubusku, fyrir fullu húsi. Draumur Lloyd Webber um frelsi undan höftum hafði ekki fyrir ræst en draumurinn breyttist í martröð. Einn leikaranna í Öskubusku veiktist af Covid svo að fresta þurfti langþráðri frumsýningunni sem fara átti fram á „frelsisdaginn“.

Það eru ekki aðeins sóttvarnaaðgerðir sem skerða frelsi á tímum Covid. Frelsi Andrew Lloyd Webber til að fylla leikhús af fólki skerðir frelsi barna til órofinnar skólagöngu. Frelsi mitt til að fljúga til Íslands frá London, helstu gróðrarstíu Delta-afbrigðisins í Evrópu, skerðir frelsi barnshafandi kvenna á Íslandi, sem flestar eru óbólusettar, til að fara í Krónuna að kaupa í matinn. Útbreidd kórónaveirusmit valda veikindum og skerða þannig frelsi fólks til að afla sér lífsviðurværis. Tómar hillur verslana skerða frelsi okkar til að kaupa humar og hvítvín á sunnudögum sem og á öðrum dögum.

Englendingar endurheimtu frelsi sitt í vikunni. Engu að síður búa margir við meiri höft nú en fyrir „frelsisdaginn“.

Fátt er mikilvæga en að vera á varðbergi gagnvart stjórnvöldum er þau skerða frelsi borgaranna. Staðreyndin er hins vegar sú að á tímum heimsfaraldurs er frelsið jafnvægislist. Hvort vegur þyngra: Öhindrað streymi ferðamanna um landamæri eða hindrunarlaust skólastarf í haust? Grímulaus verslunarleiðangur eða gestangangur á öldrunarheimilum? Þeir sem láta eins og hægt sé að komast hjá því að forgangsraða frelsi fólks á tímum Covid eru að blekkja sjálfa sig – eða aðra. ■

”  
En úr því þessi mál komu upp á síðari hluta fyrsta áratugarins sætir furðu að enn séu að dúkka upp mál eins og þau sem tengjast vöggustofnum illræmdu.



SELTJARNARNESBÆR

### HITAVEITA SELTJARNARNESS TILKYNNIR LOKUN Á HEITU VATNI Á ÖLLU SELTJARNARNESI MÁNUDAGINN 26. JÚLÍ

Vegna viðgerða verður lokað fyrir heita vatnið á Seltjarnarnesi mánudaginn 26. júlí frá kl. 19:00 og fram að morgni. Lokunin nær yfir allt Seltjarnarnes.

Beðist er velvirðingar á þeim óþægindum sem þetta kann að valda.

*Hítaveita Seltjarnarness*

”  
Hvort vegur þyngra: Öhindrað streymi ferðamanna um landamæri eða hindrunarlaust skólastarf í haust?



# KRÓNAN

Mmm ...  
Ódýrt og gott  
á grillið!



**Ódýrt**

Krónu lambagrillsneiðar

**1999** kr. kg



KVEIKJUM  
Á SUMRINU



Lambhaga salat

**320** kr. stk.



Tómatar í lausu, íslenskir

**399** kr. kg



Buffalo Ribs BBQ

**999** kr. pk.



<p><b>Ingredients:</b> Marinated (100% Beef) 85% lean (80% beef, 15% fat), salt, pepper, onion, garlic, brown sugar, Worcestershire sauce, soy sauce, apple cider vinegar, mustard, ketchup, BBQ sauce, honey, brown sugar, salt, and spices. Total weight: 1.5 kg.</p>	
<p><b>Energy / Energi:</b> 442 kJ / 105 kcal</p>	
<p><b>Fat / Fett:</b> 1.6 g</p>	
<p><b>Protein / Protein:</b> 16.0 g</p>	
<p><b>Salt / Salt:</b> 1.8 g</p>	



First Price tómatsósa

**329** kr. stk.



Hamborgarar 4 stk með brauði

**998** kr. pk.



First Price steiktur laukur

**130** kr. pk.

**Ódýrt**



Afgreiðslutímar á [www.kronan.is](http://www.kronan.is)

Öll verð eru birt með fyrirvara um prentvillur og/eða myndabrengl.





Jadon Sancho í búningi Man.Utd.  
FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

## Sancho kynntur formlega hjá Utd.

hjourvaro@frettabladid.is

**ENSKI BOLTINN** Enska knattspyrnufélagið Manchester United staðfesti í gær kaup sín á enska landsliðsmanninum Jadon Sancho sem kemur til félagsins frá Borussia Dortmund í Þýskaland á 73 milljónir punda. Sancho semur við Manchester United til fimm ára eða til ársins 2026.



## Sancho er önnur sumarkaup Manchester United en áður hafði Tom Heaton gengið til liðs við félagið.

Þessi 21 árs gamall vængmaður fór í gegnum akademíur Watford og Manchester City áður en hann færði sig um set til Borussia Dortmund fyrir fjórum árum síðan.

Sancho hefur skorað 50 mörk í þeim 134 mótstrikjum sem hann hefur spilað fyrir Borussia Dortmund. Þá hefur hann skorað þrjú mörk í 22 landsleikjum fyrir England.

Þetta er annar leikmaðurinn sem gengur til liðs við Manchester United í sumar en markvörðurinn Tom Heaton kom á frjálsri sölu frá Aston Villa.

Franski landsliðsmiðvörðurinn Raphael Varane sem er á mála hjá Real Madrid er svo sterklega orðaður við Manchester United.

Lærisveinar Ole Gunnars Sol-skjars hjá Manchester United höfnuðu í öðru sæti ensku úrvalsdeildarinnar á síðustu leiktíð og liðið laut svo í lægra haldi þegar það mætti spænska liðinu Villarreal í úrslitaleik Evrópu deildarinnar. ■

# Ætlar að safna reynslu í bankann

Ísland sendir fjóra fulltrúa til leiks á Ólympíuleikana sem hófust á miðvikudaginn og fram fara í Japan að þessu sinni. Þeirra yngstur er sundkonan Snæfríður Sól Jórunnardóttir sem er á sínum fyrstum leikum.

hjourvaro@frettabladid.is

**ÓLYMPIULEIKAR** Setningarhátíð Ólympíuleikanna fór fram í Tókýó í hádeginu í gær að íslenskum tíma en þar fór sundfólkið Anton Sveinn McKee og Snæfríður Sól Jórunnardóttir fyrir fjögurra manna keppendahópi Íslands á leikumunum.

Auk Antons Sveins og Snæfríðar Sólar munu skotfimmimaðurinn Ásgeir Sigurgeirsson og kringlukastarinn Guðni Valur Guðnason keppa fyrir Íslands hönd að þessu sinni.

Snæfríður Sól sem er tvítug að aldri hóf sundferil sinn hjá Sunddeild Hamars í Hveragerði, en flutti níu ára gömul til Danmerkur, þar sem hún æfði og keppti fyrir AGF í Árósum um árabil. Hún fylgdi svo þjálfara sínum frá Árósum til Álaborgar eftir síðasta sundár.

Snæfríður Sól sem syndir með Aalborg Svømmeklub mun keppa í 100 og 200 metra skriðsundi. Snæfríður er að keppa á sínum fyrstu Ólympíuleikum fullorðinna en hún tók þátt á Ólympíuleikum ungmenna árið 2018 í Búenos Aíres.

Snæfríður Sól náði OST-lágmarki á leikana í 200 metra skriðsundi þegar hún bætti Íslandsmetið í greininni og synti 2:00,50 á sundmóti í Vejle í Danmörku fyrir á þessu ári.

„Mér finnst undirbúningurinn hafa gengið mjög vel. Ferðalagið til Japan gekk bara fint og ég var fljót að venjast tímanum hérna í Japan. Þá hafa æfingar bara gengið mjög vel hérna,“ segir Snæfríður Sól um síðustu daga hjá sér en hún hefur dvalið í Tama City í útjaðri Tókýó síðan á sunnudag við æfingar.

### Byr að þátttökunni í Búenos Aíres

„Við byrjuðum á fjögurra daga æfingabúðum í Tama City þar sem við fengum frábærar móttökur. Þar voru finar aðstæður til þess að æfa. Ég hef aðlagast tímamismun vel og var fljót að venjast loftslaginu hérna í Japan.“

Hér er mikill raki og hitastigið vel yfir 30 gráður, sem er töluvert öðruvísi en við erum vön. Maturinn er mjög góður og fólkið í Tama City var bæði mjög hjálplegt og vingjarnlegt, sem gerði dvölinna alveg



Snæfríður Sól er hér ásamt þjálfara sínum, Eyleifi Jóhannessyni, í æfingabúðunum í Tama City.

MYND/ISI



Afar vel fór um Snæfríði Sól og Eyleif á hótelinu í Tama City.



Snæfríður Sól er mjög spennt fyrir komandi átökum í Tókýó.

yndislega,“ segir Snæfríður Sól enn fremur.

„Það er mjög spennandi að vera að taka þátt í Ólympíuleikum fullorðinna í fyrsta skipti og alveg frábært að vera loksins komin hingað. Það eru margar nýjar upplifanir strax fyrstu dagana og ég er mjög ánægð að hafa öðlast reynslu á Ólympíuleikum ungmenna í Búenos Aíres árið 2018.“

Sú reynsla sem ég hlaut þar er alveg klárlega að nýfast mér hérna,“ segir sundkonan um fyrstu dagana í Ólympíuumhverfinu.

### Keppnisdagskrá íslenska hópsins er eftirfarandi

- Laugardagurinn 24. júlí klukkan 04.00:** Ásgeir Sigurgeirsson, loftskammbýssa 10 metrar, undankeppni.
- Mánudagurinn 26. júlí klukkan 10.00:** Snæfríður Sól Jórunnardóttir, 200 metra skriðsund, undanrásir.
- Þriðjudagurinn 27. júlí klukkan 10.00:** Anton Sveinn McKee, 200 metra bringusund, undanrásir.
- Miðvikudagurinn 28. júlí klukkan 10.00:** Snæfríður Sól Jórunnardóttir, 100 metra skriðsund, undanrásir.
- Föstudagurinn 30. júlí:** Guðni Valur Guðnason, kringlukast, undankeppni.

„Þetta eru mínir fyrstu Ólympíuleikar og því er stærsta markmiðið hjá mér að safna í reynslubankann og njóta þess í botn að vera hérna. En að sjálfsögðu ætla ég að gera mitt allra besta til að synda eins hratt og ég mögulega get. Við sjáum svo bara til hverju það skilar mér,“ segir hún um markmið sín fyrir leikana. ■

pepsi  
**MAX**  
**DEILDIN**  
AÐEINS 3.990 KR./MÁN.

**SPORT**

Tryggðu þér áskrift á **stod2.is**





# AUKIN LÍFSGÆÐI LENGRA LÍF

Styrktarsjóður Lyfju hefur opnað fyrir umsóknir. Markmið sjóðsins er að veita styrki til heilsueflandi verkefna sem stuðla að auknum lífsgæðum landsmanna eða hafa forvarnargildi.

Við hvetjum alla áhugasama aðila að sækja um á [lyfja.is/styrkir](http://lyfja.is/styrkir)

Umsóknarfrestur er til **1. ágúst 2021.**





Tíunda Druslugangan fer frá Hallgrímskirkju klukkan 14 í dag, laugardag. Inga Hrönn Jónsdóttir, einn forsvarsmanna göngunnar, segir fólk þyrst í að fá hana aftur enda var henni aflýst í fyrra.

**D**ruslugangan verður gengin í tíunda skiptið í dag, laugardaginn 24. júlí. Druslugangan er gengin til að sýna samstöðu með þolendum kynferðisofbeldis. Lagt verður af stað klukkan 14 frá Hallgrímskirkju niður á Austurvöll þar sem haldnar verða ræður og flutt tónlistaratriði. Þema göngunnar í ár er valdaójafnvægi. Inga Hrönn Jónsdóttir, einn af forsvarsmönnum göngunnar, ræddi við Fréttablaðið um gönguna.

„Fólk er orðið svolítið þyrst í að fá gönguna aftur, það var engin ganga í fyrra vegna faraldursins,“ segir Inga Hrönn. Áhuginn er ekki síst vegna annarrar bylgju #MeToo, ef svo má að orði komast, sem hófst fyrr á þessu ári. „Fólk er mjög reitt vegna allrar umfjöllunarinnar sem er búin að vera. Gangan er á mjög góðum tíma miðað við umræðuna í þjóðfélaginu.“

### Einblínt á jaðarsetta hópa

Búist er við að um þúsund manns taki þátt. Þemað í ár er valdaójafnvægi. „Það er í samræmi við allt sem er búin að vera í gangi í umræðunni. Við ætlum að einblína á jaðarsetta hópa í ár,“ segir Inga Hrönn. Hún segir margar birtingarmyndir af valdaójafnvægi. „Þetta getur verið fatlaður einstaklingur á móti ófötl-uðum einstaklingi. Þetta getur verið yfirmaður eða einhver frægur. Einstaklingur sem er hátt settur í þjóðfélaginu sem brýtur á einhverjum sem er lægra settur.“ Jaðarsettir hópar eru einnig af mörgu tagi. „Þetta eru til dæmis innflytjendur, heyrnarlausir eða fatlaðir, þetta er svo margslungið.“

Druslugangan á rætur sínar að rekja til Toronto í Kanada. „Lög-reglan þar fór að tala um að konur þyrftu ekki að klæða sig eins og druslur til að verða ekki fyrir kynferðislegu ofbeldi og áreitni. Druslugangan var haldin fyrst þar árið 2011. Upphaflega var þetta þannig að konur mættu saman í „drusluleg-um“ fötum til að skila skömminni,“ segir Inga Hrönn. „Síðan þróaðist þetta yfir í að við tókum sérstaka málaflökka fyrir.“

### Eigum langt í land

Inga Hrönn segir að Ísland sé komið mjög langt í þessari baráttu á þeim áratugum sem er liðinn frá fyrstu göngunni. „Við erum komin mjög langt að mörgu leyti en það er samt líka mjög langt í land, við sjáum það bara á umræðunni síðustu vikur.“

Í kjölfar göngunnar munu forsvarsmenn Druslugöngunnar fara í herferð til að vekja athygli á úrræð-um fyrir jaðarsetta hópa. „Við erum að hanna plaköt núna sem sýna hvar er hjólastólað-gengi í höfuð-borginni fyrir fatlaða. Hvar er hægt að nálgast túlka-þjónumstu.“

Ymislegt þannig,“ segir Inga Hrönn. Þá hyggst hópurinn fara með fræðslu í skóla og félagsmiðstöðvar. „Við ætlum að fara með fyrir-lestra í skóla og í félags-miðstöðvar þar sem við bendum á úrræði fyrir jaðarsetta hópa. Til dæmis, ef þú ert í vímuefnaneyslu þá getur þú leitað á tiltekna staði. Þessir hlutir eiga það til að gleymast í umræðunni því hún á ekki við alla.“



Inga Hrönn Jónsdóttir, einn forsvarsmanna Druslugöngunnar, segir áhugann á göngunni mikinn í ár, ekki síst vegna annarrar bylgju #MeToo. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

## Einblína á jaðarsetta hópa



Ari Brynjólfsson arib @frettabladid.is

### Margir bókað í flúr

Húðflúrstofan Dragonfly Ink í Kringlunni hefur síðustu daga boðið upp á sérstakt Druslugöngu-tattú. Stofan var opnuð í maí síðastliðnum og er rekin af Sólveigu Hlynsdóttur og bróður hennar Páli Heiðari. „Ég held að við séum búin að bóka í 45 húðflúr í heildina. Við erum að rúlla um átta til tíu á dag,“ segir Sólveig. Einn skipuleggjandi göngunnar fékk sér svona húðflúr fyrir nokkrum árum, sá flúrari er nú látinn. „Við hönnuðum flúrið upp úr hennar.“

Druslugönguflúrið er um níu sentimetrar á lengdina og sex sentimetrar á breidd. Húðflúrið kostar tíu þúsund krónur sem telst ódýrt þegar kemur að húðflúrum. „Þetta er ekkert sem við erum að græða á, við erum að þessu til að skila okkar til samfélagsins.“

### Slegið í gegn

Sólveig segir að flestir fái sér húðflúrið til að sýna málstaðnum samstöðu. „Árið er 2021, það er alveg í lagi að konur gangi í stuttu pilsni niður í bæ án þess að eiga von á einhverju. Það mega allir vera eins og þeir vilja án þess að eiga skilið að lenda í einhverju. Þetta er samstaða um að það er ekki í lagi að brjóta á öðrum og að það sé ekkert til að skammast sín fyrir.“

Sólveig segir að stærsti hluti þeirra sem fái sér flúrið séu konur. „Það eru um 80 prósent konur. En það eru alveg að detta karlar inn til okkar líka.“

Flúrið verður á tilboði alveg fram að göngunni. „Síðasta flúrið er bókað rétt fyrir göngu,“ segir Sólveig. Hún segir að stefnt verði á að bjóða upp á svipað tilboð að ári. „Þetta er fyrsta skiptið sem við prufum þetta og viljum sjá hvaða viðtökur þetta fengi, það gjörsamlega sló í gegn þannig að við munum halda þessu ár.“ ■



Ætla má að mætingin í Druslugönguna verði góð í ár.



Skilaboðin sem sjást eru margvísleg.



Þemað nú er valdaójafnvægi í ýmsum birtingarmyndum.

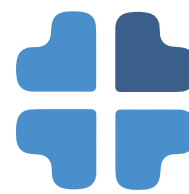


Búist er við að um þúsund manns mæti í gönguna í ár.



Gangan hefst við Hallgrímskirkju.





LYFSALINN  
APÓTEK

BÍLAAPÓTEK LYFSALANS 1 ÁRS

**20%**

**afsláttur af öllu\***

**Í BÍLAAPÓTEKI  
LYFSALANS**  
á Vesturlandsvegi  
laugardag og sunnudag

\*Gildir ekki af lyfseðilsskyldum lyfjum

**Þökkum frábærar viðtökur  
Renndu við**



# Brafab

## STOCKHOLM

Skemmtileg útihúsgagnalína frá Brafab. Stockholm er líkt aðar vörur þeirra eru framleiddir úr mjög endingargóðum hráefnum. Grindin úr áli sem ekki ryðgar og húsgögnin eru handofin með sérlega sterku nælon-fléttuefni. Efnið er 100% nýframleitt, hálfhringlaga fléttuefni. Það er vissulega þyngra en flatt fléttuefni sem notuð eru í ódýrari útihúsgögn en um leið eru húsgögnin með miklu meiri endingu og eru stöðugri.



## STOCKHOLM

Hornsófi Stærð: 252 x 252 x 80 cm

**188.993 kr.** ~~269.990 kr.~~



## LEONE

Hornsófi úr Leone línunni 2H2. Svört álgrind og gráar sessur og bakpullur úr fyrsta flokks svampi. Endingargott Olifin áklæði. Stærð: 203 x 203 x 80 cm  
Sófarborð úr svörtu áli með reyklitaðri glerplötu fylgir sófanum. Stærð: 70x70x30 cm

**130.193 kr.**  
~~185.990 kr.~~

# Brafab

## STOCKHOLM

Priggja sæta útisófi  
Stærð: 212 x 80 x 88 cm

**111.993 kr.** ~~159.990 kr.~~



## STOCKHOLM

Stóll. Stærð: 86 x 88 x 80 cm

**41.993 kr.** ~~59.990 kr.~~

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

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

Ísafjörður  
Skeiði 1

[www.husgagnahollin.is](http://www.husgagnahollin.is)  
558 1100

Verð og vöruupplýsingar eru birtar með fyrirvara um prentvillur.  
Yfirstríkað verð sýnir fullt verð vöru.



# RÝMINGARSALA Á GARÐHÚSGÖGNUM

## MEDUSA GARÐSTELL

M.a. diskar, bollar, glös og könnur  
Verð frá 623 kr. -890 kr.  
Verð til 3.843 kr. -5.490 kr.

30%



Fallegur borðbúnaður – tilvalinn í útileguna eða út á pallinn!

## ASHFIELD

3ja sæta sófi  
Stærð: 186 x 82 x 93 cm

104.993 kr. -149.990 kr.

Sófaorð með reyklituðu gleri  
Stærð: 80 x 80 x 69 cm

34.993 kr.  
49.990 kr.

Brafab

30-50%

RÝMINGARSALA  
Á GARÐHÚSGÖGNUM

Rýmum til fyrir öllum  
fallegu haustvörnum

Brafab

## STOCKHOLM

Þriggja sæta útisófi  
Stærð: 212 x 80 x 88 cm

111.993 kr.  
159.990 kr.

50%



Stærð horneininga:  
154,5 x 83 x 66 cm

Stærð ferköntuðu  
eininganna: 83 x 83 cm.



Stærðir  
Borð: 144,5 x 74,5 x 67 cm.  
Sófi: 236 x 179 x 67 cm.

69.995 kr. -139.990 kr.

40%



## BERMUDA

Grásvart sett, 4 einingar sem má raða saman á marga vegu. Vinstri og hægri sófaeining með armi, þeim fylgja setpullur og bakpúðar. Einnig tvær ferkantaðar einingar, þeim fylgja setpullur og annarri fylgir einnig hert gler. Hægt er að mynda t.d. hornsófa, 4-6 sæta langan sófa með skammeli og/eða borði.

95.994 kr. -159.990 kr.



Hrafnhildur Smith og eiginmaður hennar Ali Azough eiga saman dæturnar Emmu Soffiu 15 ára og Önnu Lilju 10 ára. Að vera foreldrar Önnu er líklega stærsta verkefni sem þeim verður falið en hún greindist eins árs með mjög sjaldgæfan erfðasjúkdóm sem hefur áhrif á flesta fleti lífs hennar, og þeirra.

**H**rafnhildur sem menntaði sig sem lyfjateknir hér á landi flutti til London að námi loknu þar sem æskuvinkona hennar bjó fyrir. Þar fékk Hrafnhildur starf á krabbameinssjúkrahúsinu Royal Marsden. „Menntun okkar lyfjatekna hér á Íslandi er mjög góð og ég fékk fljótt deildarstjórastöðu við blöndun krabbameinslyfja. Einn daginn var mér tilkynnt að von væri á lyfjafræðinema í þjálfun til mín.“

Hrafnhildur rifjar upp þegar hún hitti nemann í fyrsta sinn. „Þegar ég leit á hann hugsaði ég: „Þetta er maðurinn minn!“ Þetta var skritin tilfinning en ég vissi það bara.“ Neminn var Ali Azough, 22 ára. „Ég tók strax eftir því hversu klár og skemmtilegur hann er og fljótur að vinna,“ segir Hrafnhildur sem þó var með efasemdir vegna aldursmunarins enda tæpum fjórum árum eldri en Ali. „En nokkrum mánuðum síðar tók hann af skarið og bauð mér í afmælið sitt og við höfum verið saman síðan.“

Ali er upprunalega frá Íran en flutti til Englands sex ára gamall þegar faðir hans fékk stöðu við háskólann í Manchester. Stórborgarstrákurinn Ali sá ekki fyrir sér að vera með fasta búsetu í tæplega 40 þúsund manna bæjarfélagi á Íslandi. Það varð þó raunin þegar þau Hrafnhildur fluttu hingað til lands árið 2016, eftir fjórtán ára sambúð í London.

„Ég man eftir því að hafa verið alveg miður mín þegar hann sagði mér að hann sæi alls ekki fyrir sér að búa hér á landi. En nú erum við Kópavogstúttur með tvö börn og hund,“ segir Hrafnhildur í léttum tón og bendir á að eiginmaðurinn hafi jafnframt verið harðakveðinn í að verða aldrei hundaeigandi. „Það er best að segja sem minnst.“

#### Fundu ekki hvað amaði að

En það var ástæða fyrir búferlaflutningunum hingað til lands og sú ástæða var yngri dóttir þeirra hjóna, Anna Lilja, sem greindist aðeins eins árs gömul með CFC heilkennið, eitt sjaldgæfasta heilkenni í heiminum. Einungis nokkur hundruð einstaklingar hafa greinst með það en samkvæmt Hrafnhildi er Anna Lilja eitt þriggja barna hér á landi.

Emma Soffia, eldri dóttir hjónanna, fæddist árið 2006 og vegna frávíka sem sáust í sónaraskoðun var Hrafnhildur í áhættumeðgöngu-eftirliti og lauk meðgöngunni í bráðakeisaraskurði. Þau frávík reyndust þó ekki alvarleg og tengjast á engan hátt erfðagalla þeim sem hrjáir yngri systur hennar. Emma er hraust stúlka og hefur alltaf verið en vegna þessara frávíka á sínum tíma var Hrafnhildi aftur boðið áhættumeðgöngueftirlit á seinni meðgöngu árið 2011. Þá komu í ljós alvarleg frávík en læknað áttu erfitt með að átta sig á um hvað væri að ræða.

„Í tólf vikna sónar mælist hnakkabykktin of mikil. Ég er send í legvatnsástungu og sónar og þá kemur í ljós að hún er með litla holu í hjartanu sem er ekki svo óalgengt og lokast í mörgum tilfellum fyrir fæðingu.“ Annað kom ekki í ljós á þeim tímamarki og áhyggjur því litlar.

Hrafnhildur segist hafa tekið eftir því að kúlan stækkaði mjög hratt. „Mér var mjög illt í húðinni á maganum og ræddi það við heimilislækni minn. Hún mældi mig og sá þá að maginn hafði stækkað um 12 sentimetrar á sjö vikum sem er algjör klíkkun.“ Þessi mikla stækkun



Mæðgurnar Hrafnhildur og Anna Lilja með nýjasta fjölskyldumeðliminn, Krumma, sem fenginn var sérstaklega fyrir heimasætuna.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Reyni að lifa fyrir daginn í dag



Björk  
Eiðsdóttir  
bjork  
@frettabladid.is

hringdi viðvörunarbjöllum og var Hrafnhildur send í frekari skoðun á spítala. Þar kom í ljós að útlímur barnsins væru óeðlilega stuttir en búkur og höfuð í eðlilegri stærð.

„Í framhaldi förum við í endalaus tékk en einu svörin frá læknum voru að þeir vissu að eitthvað amaði að henni en bara ekki hvað. Þetta er mjög sérkennilegt mál og erfðafræðingurinn á spítalanum í London notar það enn í kennslu. Þegar ég síðar les mér til um CFC heilkennið skil ég ekki að þeir hafi ekki áttað sig fyrir enda er ég skólábókardæmi. Á 20. til 24. viku byrjar allt að fara úrskaiðis hjá mér eins og er almennt með þetta heilkenni.“

#### Tuttugu lækna við fæðinguna

Hrafnhildur var mjög verkjuð það sem eftir lifði meðgöngu og inn og út af spítala eins og hún sjálf lýsir. „Mamma Ali flutti heim til okkar til að hugsa um Emmu enda gat ég varla hreyft mig.“

Þegar Anna Lilja svo kom í heimin þann 19. júlí árið 2011 með fyrirframakveðnum keisaraskurði voru um 20 lækna inni á fæðingarsstofunni enda við öllu búnir.

„Hún var nokkuð eðlileg í útliti þó að hún hafi verið mikið bjúguð. Hún átti erfitt með andardrátt og var rökíð með hana beint á vöku-deild þar sem hún fékk aðstoð með það. Ég rétt sá hana og fékk þínu sjökk, enda var hún svo bjúguð að ekki sást í háls hennar. Hún mældist fjögur kíló við fæðingu en það hruði af henni næstu daga enda um vökvásöfnun að ræða. Mér var kastað inn á sjúkrahöfn með mikla verki en í Bretlandi eru þau sparsöm á verkjalyf í þessum aðstæðum, og Ali fór með henni á vöku-deildina,“ segir Hrafnhildur sem varð ein eftir í óvissunni og segir næstu klukkustundir hafa verið hræðilegar.

Eftir mikla baráttu við að fá Önnu til að taka brjóst tókst það á sjöunda degi og var þá fjölskyldan útskrifuð í þó mikilli óvissu.

„Hún virkaði nokkuð heilbrigð þó að hún líti ekki alveg venjulega út. En hún drakk alltaf bara í fimm mínútur í senn og svaf þess á milli. Ég kvartaði yfir því að hún þyngdist nánast ekkert næstu sjö mánuðina en mætti litlum skilningi,“ segir



Hrafnhildur segir Önnu Lilju sérlega kátá, hugrakka og lífs glaða stúlku.

Hrafnhildur og er handviss um að hér á landi hefði þessi litla þyngdaraukning valdið meiri áhyggjum og gripíð hefði verið inn í.

#### Höfuðið óx undarlega

„Í kringum sjö mánaða aldurinn tókum við eftir því að höfuð hennar var orðið undarlegt,“ segir Hrafnhildur og lýsir því að það hafi verið flatt að aftan en vísað óvenju mikið upp að ofan.

„Við vorum þá send á Great Ormond Street barnspítalanum á sérstaka deild sem sérhæfir sig í aðgerðum á heila og höfði barna frá öllum heiminum.“

Þar deildu heilbrigðisstarfsmenn loks áhyggjum móðurinnar af litilli þyngdaraukningu og var Anna undir eins lögð inn og næringarslanga þrædd ofan í maga. Ári síðar fékk hún slönguna tengda í gegnum magann enda var það vandamál hversu oft hún reif hana úr sér.

Þegar Anna var eins árs gömul kom í ljós í gegnum ýmiss konar DNA-próf að hún er með sjaldgæfan genagalla. „Upphaflega var talið að hún væri með heilkenni sem kallast Noonan en í dag er vitað að hún er með systurheilkennið CFC.“

Ekkert breyttist með þeirri nýju greiningu enda heilkennið svipuð. Börn með CFC eru þó yfirleitt flogaveik og mikið fatlaðri en Anna. Hennar stökkbreyting er sjaldgæfust af öllu því sem veldur þessu heilkenni. Eitt af hverjum milljón

börnum er með þetta heilkenni og þar af er hennar genagalli neðst eða aðeins tveggja prósentu líkur á því. Hún er því í raun í tveimur prósentum af einum á móti milljón. Hún er því sannarlega ein af milljón eða í raun ein af tíu milljónum,“ segir Hrafnhildur. „Vitað er um 600 til 800 börn í heiminum með þetta heilkenni en líklega eru þau fleiri ógreind enda deyjá mörg ung.“

#### Veldur fjölpættum einkennum

Heilkennið veldur ýmsum einkennum um allan líkamann. „Plöturarnar í höfðinu vaxa saman, Anna er með slæma sjón, þröng nefgöng og taka þarf nefkirtlana aftur og aftur. Eyrn safna vökva svo hún fær sífelldar eyrnasýkingar og fær því svokölluð T-rör sem í eðlilegum tilvikum þarf að taka með skurðaðgerð en Anna bara poppar þeim út á sex mánaða fresti. Því þarf hún sífelldar aðgerðir til að koma þeim fyrir aftur. Hún er með þykkun á hjartavöðva og við erum í stífu eftirliti vegna þess. Svo er hún á vaxtarhormónnum enda rosalega lítil, hún er þroska- og hreyfiskert og með lága vöðvaspennu sem veldur því að hún á erfitt með gang. Hún byrjaði ekki að ganga fyrir en fjögurra og hálf árs gömul og í dag er hún því miður komin með bjúg í báða fótleggji sem veldur enn meiri vanda með gang. Okkur finnst þetta mjög erfitt þar sem hún var ekki með góða hreyfigetu fyrir.“

„Það er búið að vera erfitt lengi og 80 prósent erfíðleikana er svefnleysið sem verður erfíðara með hverju árinu. Ég er í raun bara orðin veik af því.“



Jeep | 4xe

KYNNUM NÝJAN JEEP®

# COMPASS

ALVÖRU JEPPI - ALVÖRU FJÓRHJÓLADRIF

NÚ FÁANLEGUR Í TRAILHAWK ÚTFÆRSLU



**5** ÁRA ÁBYRGÐ

**8** ÁRA ÁBYRGÐ Á DRIFRAHLOÐU

**PLUG-IN HYBRID**

\*NÝ HÖNNUN, NÝ INNRETTING, NÝ TÆKNI, NÝR ÖRYGGISBÚNAÐUR



VERÐ HLAÐINN AUKABÚNAÐI FRÁ

**6.399.000 KR.\***

\*SVARTUR LIMITED. AÐRIR LITIR 6.562.000

NÁNARI UPPLÝSINGAR Á [JEEP.IS](http://JEEP.IS)

- STÆRRI VÉL 240 HÖ
- 360° MYNDAVÉL
- LÁGT DRIF
- LEÐURSÆTI OG MÆLABORÐ
- SNERTILAUS OPNUN AFTURHLERA
- FJARLÆGÐARSTILLTUR HRAÐASTILLIR

**ISBAND**

UMBOÐSAÐILI JEEP® Á ÍSLANDI • ÍSLENSK-BANDARÍSKA • ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR  
S. 590 2300 • [WWW.ISBAND.IS](http://WWW.ISBAND.IS) • [ISBAND@ISBAND.IS](mailto:ISBAND@ISBAND.IS) • OPIÐ VIRKA DAGA 10-18



### » Lifsglöd og hugröck stúlka

Anna er í dag tíu ára gömul og 110 sentimetrar á hæð sem er um það bil eðlileg hæð sex ára stúlku. Hún er að sögn móður sinnar kát og glöð stelpa sem verður ekki oft veik.

„Maður er ekkert alltaf að hugsa um að það sé eitthvað að henni. Hún er lifsglöd og hugröck og rosalegur karakter,“ segir Hrafnhildur. „Hún er alveg drottningin á sínum stöðum, eins og í Klettaskóla, á Guluhlíð, frístundaheimili skólans, og Rjóðrinu þar sem hún gistir nokkra daga í mánuði, og elskar að fara á þessa staði. Í Klettaskóla er Anna frekar minna fötluð enda margir í hjólastól og sumir tala ekki. Hún talar og spyr allan daginn enda líka með ADHD.“

### Sjö ára svefnleysi

Hrafnhildur segir aðalvandamál Önnu Lilju og þar með foreldranna vera svefnleysi og þar hafi Rjóður, hjúkrunar- og endurhæfingardeild Landspítala fyrir langveik börn hjálpað mikið undanfarið.

Frá í kringum þriggja ára aldur hefur Anna Lilja sofnað stopult á nóttunni. Hún sofnar á milli átta og níu á kvöldin en vaknar svo óværi í kringum þrjú eða fjögur. „Svo við Ali erum þinulítið að deyja og ADHD-einkenni hennar ágerast með þessu svefnleysi.“ Þau hjón hafa ekki sofnað í sama herbergi í mörg ár en annað þeirra sefur á skrifstofunni á meðan hitt tekur vaktina og Emma, stóra systir, hefur sofnað með eyrnatappa í mörg ár. „Hún vaknar annars við lætin. Anna Lilja fær næringu í gegnum sondu á nóttunni og tækin eiga það til að pípa auk þess sem hún tekur skapköst vegna svefnleysis.“

### Sefur eins og engill í Rjóðrinu

Hrafnhildur segir þau lengi hafa talið Önnu Lilju vakna vegna verkja en þegar þeim bauðst að leyfa henni að gista nokkrar nætur í Rjóðrinu hafi það komið öllum á óvart að þar sefur hún alla nóttina.

„Þar sefur hún eins og engill og þar þurfa oft að vekja hana, við höfum aldrei vakið þetta barn. Hún vaknar þar, sest upp og byltir sér, en fer svo aftur að sofa og hrýtur til klukkan sjö. Ég er auðvitað hvergi nærri en heima færi hún beint í að vekja mig, sem ég skil ekki enda er þessi mamma aldrei neitt nema brjáluð og pirruð þegar hún er vakin eftir svo litinn svefn,“ segir Hrafnhildur og hlær.

„Fólk spyr okkur oft hvort við séum búin að prófa þetta og hitt. Svarið er að við erum búin að lifa svona í sjö ár – og já, við erum búin að prófa allt. Við erum búin að prófa að fara að sofa klukkan sex og klukkan 12 og allt þar á milli. Trúðu mér – maður reynir allt!“

Anna hefur undanfarið fengið þrjár til sjö nætur í mánuði í Rjóðrinu. „Við erum með teymisfundir á sex vikna fresti þar sem allir sem koma að Önnu mæta. Það er sjúkrahjálfarinn hennar, kennarinn hennar og félagsráðgjafar auk starfsmanns Rjóðursins og greiningarstöðvar. Við erum með stórkostlegt bakland og þetta fólk hefur reynst okkur vel. Hún hefur fengið fleiri daga í Rjóðrinu undanfarið enda Ali verið mikið í burtu. En því miður lokar Rjóðrið í júlí, ólíkt flestum öðrum deildum Landspítalans. Anna er líka með stuðningsfjölskyldu þangað sem hún fer eina helgi í mánuði og fær 20 tíma í liðveislu mánaðarlega. Það hefur ekki verið vandamál að fá fólk í liðveislu með Önnu enda er hún skemmtileg og það er gaman að vera með henni,“ segir Hrafnhildur en aðspurð hvað þau hjón geri helgarann sem Anna dvelur hjá stuðningsfjölskyldu svarar Hrafnhildur einlæg að yfirleitt sofi þau bara.

### Brexit setur strik í reikninginn

Árið hefur reynst fjölskyldunni erfitt en þar sem fjölskyldufaðirinn er með skráð lögheimili í Bretlandi þar sem hann starfar fyrir fyrirtækið Johnson & Johnson og hefur undan-



CFC-heilkennið veður ýmsum einkennum eins og sjónskerðingu, vaxtar- og þroskaskerðingu og lágrí vöðvaspennu.



**Vitað er um 600 til 800 börn í heiminum með þetta heilkenni en líklega eru þau fleiri ógreind enda deyja mörg ung.**

farin fimm ár verið um 40 prósentum ársins hér á landi en restinni á ferð og flugi starfsins vegna, breyttust allar aðstæður við Brexit.

Bretar mega nú ekki vera hérna lengur nema 90 daga af hverjum 180 dögum. Brexit tók gildi í janúar síðastliðnum en Hrafnhildur segir þau ekki hafa áttað sig á afleiðingunum fyrr en Ali, sem dvalið hafi hér á landi óvenjulengi vegna Covid, ætlaði utan í apríl en lenti þá í vandræðum í Leifsstöð. „Hann hafði verið hér of lengi, fékk því ekki leyfi til að koma til baka. Ég sendi Útlendingastofnun erindi og útskýrði aðstæður okkar. Svar þeirra var að hann gæti sótt um dvalarleyfi, eins og hælisleitendur þurfa að gera. Ferlið tæki fjóra til sex mánuði og ekki væri hægt að veita



Hrafnhildur og Ali á brúðkaupsdaginn árið 2010.

MYND/ÞSEND



Fjölskyldan samankomin, Hrafnhildur, Ali, Emma Soffia og Anna Lilja.

honum neina flýtimeðferð vegna aðstæðna.

### Óvinnufær vegna svefnleysis

Hann kom því bara aftur fyrir rúmri viku og hafði þá verið í burtu frá því í byrjun apríl. Eins og gefur að skilja reyndi á Hrafnhildi að vera ein full-orðin á heimilinu í tæpa fjóra mánuði og fór svo að líkaminn í raun gaf sig.

„Það er ekki hægt að vera einn með hana og sinna vinnu,“ segir Hrafnhildur sem starfar í Lyfjabjónustu Landspítalans, á krabbameinsdeild. „Það er búið að vera erfitt lengi og 80 prósent erfiðleikanna er svefnleysið sem verður erfiðara með hverju árinu. Ég er í raun bara orðin veik af því,“ segir Hrafnhildur.

### Gefðu fimmu

#### Hvað er Gefðu fimmu?

Gefðu fimmu er hreyfi- og fjáröflunarátak, þar sem þátttakendur geta gert sjálfum sér og öðrum gott, gefið til góðs málefnis og skorað á vini, fjölskyldu og samstarfsfélaga að gera slíkt hið sama. Allur ágóði rennur óskertur til Rjóðurs, hjúkrunar-, hvíldar- og endurhæfingardeilda fyrir langveik börn.

#### Hvernig virkar Gefðu fimmu?

Áhugasamir geta farið inn á gefdufimmu.is, þar sem þú velur ýmist að labba, hlaupa eða hjóla, hversu langt þú ætlar og tilgreinir styrktarupphæðina. Síðan sendir þú áskorun á samfélagsmiðlum á fimm vini þína um að gera slíkt hið sama. Fyrir þátttökuna færð þú einnig viðurkenningu til að deila á samfélagsmiðlum og góða samvisku, fyrir að leggja góðu máli lið.

„Líkaminn bara hrundi og ég varð veik.“ Hrafnhildur hitti sálfræðinginn sinn sem lagði fyrir hana próf varðandi örmögnun og var í framhaldi bent á að ástandið væri alvarlegt og hún þyrfti að leita til læknis.

„Læknirinn minn skammaði mig og sagði að ég væri að ganga af mér dauðri,“ segir Hrafnhildur sem hafði fengið um þrjátíu mágreniköst á nokkrum mánuðum, var komin með útbrot um allan líkamann og gat varla gengið upp nokkrar tröppur í vinnunni.

### Prófaðu að búa í útlöndum

Þó að Hrafnhildur hafi átt erfitt með það sótti hún um leyfi frá störfum og segist hafa mætt miklum skilningi hjá yfirmönnum sínum. Hún sjái þó ekki fyrir sér að geta snúið aftur til starfa í næsta mánuði eins og hún hafi upphaflega ráðgert.

„Núna lifi ég dagana af með því að vakna með Önnu um þrjú-, fjögurleytið, svo græja ég hana og ferðabjónusta fatlaðra sækir hana í skólann og ég fer beint upp í rúm og sef til 10-11. Ég sé ekki fram á að geta farið að vakna til vinnu fyrr en hún er hætt þessu næturveseni.“

Hrafnhildur segir mjög vel hafa verið tekið á málefnum Önnu enda fékk hún greiningu snemma. Hún segir sér oft sárna neikvætt umtal um heilbrigðiskerfið hér á landi enda hafi hún upplifað frábæra þjónustu, í raun mun betri en á Englandi. „Það eru svo margir brjálaðir yfir öllu og mig langar oft að segja við það fólk: „Prófaðu að búa í útlöndum!“

Við erum með stórkostlegt teymi í kringum hana. Spítalinn úti var frábær en þar er maður bara númer. Hér á Íslandi er Anna Lilja þekkt og allt utanumhald svo gott.“

### Forðast að hugsa um framtíðina

Þrátt fyrir góða þjónustu hér hefur Anna Lilja þurft að fara í aðgerðir á höfuðkúpu á Great Ormond Street barnspítalanum í London og mun þurfa að fara aftur á næstunni enda eru andlitsbeinin ekki að vaxa rétt sem hefur myndað skúffu og gert henni enn erfiðara fyrir að borða.

Aðspurð um framtíð Önnu Lilju segir Hrafnhildur þau forðast að leiða hugann þangað.

„Ég er bara að reyna að lifa fyrir daginn í dag. Hún er eldklár en kann ekki stafina eða að telja upp að tíu. Hún er „streetwise“, eins og vinkona mín orðar það og getur alls konar hluti. Þegar talað er um að það þurfi þorp til að ala upp barn þá meina ég það í orðsins fyllstu merkingu. Það er alls konar fólk sem kemur að henni og hún er yfirleitt frekar lukkuleg í lifinu.“ ■



# ILVA

# Íttala

## 20-50% AF VÖLDUM VÖRUM



**DC 9100** 3ja sæta sófi. Savoy split leður. L219 cm.  
299.900 kr. **NÚ 179.940 KR.**

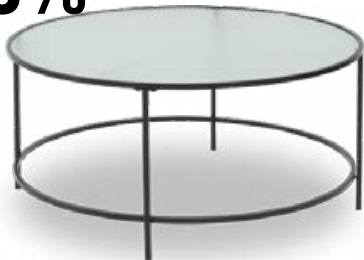
40%



**RIA** Tungusófi. 2ja sæta sófi + legubekkur. L 222 x D 148 cm.  
169.900 kr. **NÚ 101.940 KR.**

40%

30%



**LARISA** sófaborð. Hringlaga með rifflaðri glerpötu.  
27.900 kr. **NÚ 16.740 KR.**

40%



**WESTON** hornsófi. Brúnt bonded leðuráklæði. L235 x D 285 cm.  
359.900 kr. **NÚ 215.940 KR.**

30%



**RETINA** skemill. Ýmsir litir. Ø60  
19.900 kr. **NÚ 13.930 KR.**

**30-50%  
AF ALLRI  
SUMARVÖRU**

**NÚ 48.930**

**BJORG** Hægindastóll. 69.900 kr.

**NÚ 76.930**

**BJORG** 2ja sæta sófi. L151 cm. 109.900 kr.

**ILVA Korpustorgi**, s: 522 4500 [www.ilva.is](http://www.ilva.is)  
mánudaga - föstudaga 11:00-18:30, helgar 12-18

**ILVA Akureyri** Mánudaga - föstudaga 11-18,  
laugardaga 10-17, sunnudaga 13-17

netgiró  
**VALITOR**



[FACEBOOK.COM/ILVAISLAND](https://www.facebook.com/ilvaisland)



[INSTAGRAM.COM/ILVAISLAND](https://www.instagram.com/ilvaisland)





Hnífsdælingar kalla húsið Móggu Hall hús, húsið var byggt árið 1910 og svo byggt við það árið 1925.

MYNDR/ÞSENDAR

## Fannst þau verða að bjarga húsinu



Björk  
Eiðsdóttir  
bjork  
@frettabladid.is

Hjónin Ketill Már Björnsson og Ingibjörg Finnbogadóttir hlupu framhjá yfirgefnu húsi í Hnífsdal og heilluðust svo að þau sátu um fasteignaauglýsingar á svæðinu í eitt ár þar til húsið loks kom á sölu. Ótal vinnustundum síðar hafa þau eignast yndislegt afdrep við sjóinn.

**T**enging okkar við Hnífsdal er upphaflega engin en við eigum þó bæði ættir að rekja vestur. Systir mín býr ásamt fjölskyldu í Bolungarvík auk þess sem mamma mín, afi og amma eru þaðan og svo er amma konunnar frá Ísafirði,“ útskýrir Ketill.

Það var svo sumarið 2013 að þau hjónin tóku þátt í Hlaupahátíð á Vestfjörðum og gistu í hjólhýsi á tjaldsvæðinu á Ísafirði í hálfan mánuð.

„Við hlupum stundum út í Hnífsdal þar sem bróðir konunnar á hlut í húsi og þegar við fórum framhjá þessu húsi sáum við tækifæri í því. Við fórum upp að því og kíktum inn um gluggana. Það leyndi sér ekki að húsið var handónýtt en við heilluðumst af staðsetningunni og útsýninu. Húsið stendur uppi á bakka svo það er gott útsýni yfir hafið og það var það sem kveikti í okkur.“

### Biðu eftir söluauglýsingu

Eitt skiptið þegar þau hlupu til baka inn á Ísafjörð ákvað Ketill að koma við á bæjarskrifstofunni til að spyrjast fyrir um eigendur hússins.

„Þar var mér tjáð að líklega færi húsið á sölu einhvern tíma á næstunni en það mál væri allt í ferli. Við biðum bara og fylgdumst daglega með fasteignaauglýsingum og í september árið eftir, 2014, kom það á sölu og við vorum búin að gera tilbod innan klukkustundar sem var samþykkt strax.“

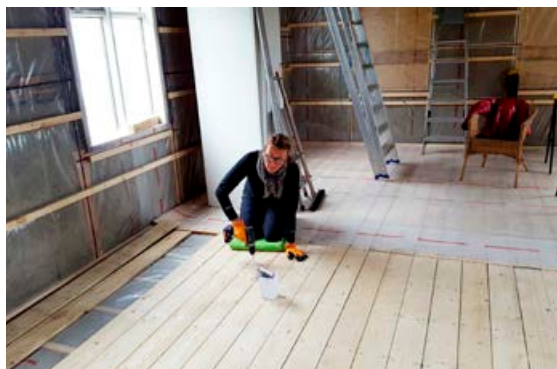
Húsið varð þeirra fyrir litlar 400 þúsund krónur á þeim tíma en >>



Í raun stóð ekkert eftir af húsinu nema grindin sjálf sem Ketill segist þó hafa þurft að endurnýja að hluta.



Það var útsýnið yfir hafið sem heillaði þau hjónin.



Haldið var í gamla gólfefnið þar sem hægt var en restin klædd með mótatimbrum sem kemur virkilega vel út.



Húsið er 109 fermetrar og kjallari undir því hálfu. Áður fyrr var það tvíbýli.



Eins og sjá má var húsið í bágu standi þegar hjónin tóku við því og þurfti í raun að endurbyggja það allt. Hjónin báru fjögur tonn af rusli út úr því.



# HUMAR TEMPURA TACOS

## Orly-deig

- 300 g hveiti
- 1 ½ tsk lyftiduft
- 1 ½ tsk salt
- 330 ml Pilsner
- 2 stk egg
- 3 msk ólífuoía

1. Blandið öllum hráefnum saman í skál og pískið þar til jafningur hefur myndast, geymið í kæli á meðan annað er undirbúið en að minnsta kosti í 30 mínútur.

## Hrásalat

- 200 g rauðkál, niðurskorið (fint)
- 2 msk kóriander, saxaður
- ½ rauðlaukur, niðurskorinn (fint)
- 100 g Hellmann's majónes
- ½ tsk salt
- 1 msk sykur

1. Blandið öllum hráefnum saman með sleif og geymið í kæli fram að notkun.

## Humar fyrir orly-deig

- Um 700 g skelflettur humar (fæst í næsta stórmarkaði)
- Salt, pipar og hvítlauksduft
- Steikingarolía (um 700 ml)

1. Skolið og þerrið humarinn, kryddið með salti, pipar og hvítlauksdufti.
2. Setjið humarinn ofan í orly-deigið og veltið um með sleif þar til allir bitar eru hjúpaðir deigi.
3. Hitið steikingarolíuna vel, lækkið svo niður í meðalháan hita. Steikið um 10 humarbita í senn í u.þ.b. 2 mínútur, eða þar til þeir verða gylltir.
4. Notið götöttan spaða til að veiða bitana úr pottinum. Hristið olíuna vel af og leggið bitana á rakadrjúgan pappír svo umfram olía leki af og bitarnir haldist stökkir.

## Samsetning og annað hráefni

Eftir að humarinn er klár er öllu raðað í vefjunar, gott er að bæta við Romain-salati, kóriander, avókadó og kreista örlitinn límónusafa yfir. Að lokum er sett vel af Hellmann's Creamy Chili sósu yfir til að toppa bragðið.

NÝTT

HELLMANN'S  
EST. 1913

CREAMY  
CHILI

SAUCE

DRIZZLE ON  
BOWLS, BURGERS  
& WRAPS

FINN DU  
STREETFOOD  
BRAGÐIÐ





Þó svo að lítið standi eftir af upprunalega húsinu var haldið í gamla stílinn og meðal annars allir veggir klæddir með panel og málaðir.

» fram undan var gríðarleg vinna þar sem öll frí fóru í framkvæmdir sem fyrst nýlega sá fyrir endann á. Hvorki Ketill, sem er flugvirki, né Ingibjörg höfðu mikla reynslu af því að gera upp gömul timburhús.

#### Framkvæmdir í öllum fríum

„Við búum í gömlu stóru steinhúsi á Akranesi sem við gerðum upp en þá gerðum við ekki eins mikið sjálf. Ég gerði það sem ég mögulega gat, smíðaði glugga og svo framvegis en það var það mikil vinna í því húsi að við keyptum mikla vinnu líka.

Þetta hefur verið ómæld vinna,“ viðurkennir Ketill sem sér eftir að hafa ekki haldið utan um vinnustundirnar sem farið hafa í húsið. „Ég keyrði vestur flestar helgar í fimm ár. Eftir vinnu á föstudegi fór ég vestur, vann langan dag á laugardegi og fram yfir hádegi sunnudag og keyrði svo heim. Við unnum þetta mjög mikið saman hjónin og öll sumarfrí fóru í þetta,“ segir Ketill en hann og Ingibjörg gerðu mestallt sjálf. „Það er eiginlega bara núna síðustu vikurnar sem húsið er að verða tilbúið. Ég á þó eftir að setja upp þakrennurnar og er að klæða sökkuhlina á húsinu með náttúrugrjóti sem við höfum kippt með okkur úr vegkantinum í Djúpinu á leiðinni.“

#### Fjögur tonn af rusli

Fyrsta sumarið gistu þau hjón í hjólhýsi á tjaldstæðinu í Bolungarvík en sumarið eftir stúkuðu þau sig af inni í húsinu með krossviðarplötum og sváfu á vindsæng næstu árin með hita frá litlum rafmagnsöfnu.

„Húsið var búið að standa autt í mörg ár og við byrjuðum á að moka út fjórum tonnnum af rusli og timbri. Húsið var kjaftfullt og við þurftum meðal annars að henda fullt af gömlum jólatrjám. Það þurfti í raun að gera allt.“

Helming stofugólfsins vantaði en það hafði fúnað í gegn og þannig stóð húsið fyrsta veturinn.

#### Tilkynnt að húsið væri að hrynja

„Við þekktum engan í Hnífsdal í upphafi enda kemur bróðir konunnar bara þangað eina til tvær vikur á ári. Við fengum svo símtal frá nágranna í janúar 2015 þar sem okkur var tilkynnt að húsið væri að hrynja,“ segir Ketill. Það hafði gert aftakaveður og eitthvað hafði fokið



**Húsið var búið að standa autt í mörg ár og við byrjuðum á að moka út fjórum tonnnum af rusli og timbri. Húsið var kjaftfullt og við þurftum meðal annars að henda fullt af gömlum jólatrjám. Það þurfti í raun að gera allt.**

á gluggann sem snýr suður í dalinn, brotið hann svo gaflinn sem snýr að sjónum dinglaði bara laus. „Við vorum spurð hvort við vildum ekki gera eitthvað. Ég fór bara á já.is og fann smíð á Ísafirði og það hann að redda okkur svo þetta myndi hanga fram á vorið. Það tókst.“

Ketill notaði fyrsta veturinn mikið í að kynna sér skilyrði Minjastofnunar varðandi gömul hús og hvernig best væri að bera sig að við framkvæmdir á þeim enda húsið orðið hundrað ára gamalt og því aldursfríðað.

„Það voru engir gluggar út að sjónum svo við þurftum að fá leyfi til að bæta við gluggum þar og fengum það með því skilyrði að þeir yrðu í sama stíl og aðrir gluggar hússins.“

#### Vildu halda í gamla stílinn

Ketill segir að á endanum hafi allt húsið verið endursmíðað og ekkert standi eftir af upprunalega húsinu nema grindin sem hann hafi þó skipt út hluta af.

„Það var þó alltaf útgangspunktur fyrir okkur að halda í gamla stílinn. Við höldum gömlu gólfjölnum þar sem það var hægt en stofugólfið er bara mótatimbur eins og er notað í stillansa. Við vorum ekki búin að ákveða hvað færi á gólfid en enduðum á að lakka það bara eins og restina af gólfinu.“

Fjölskyldan öll nýtur þess að hlaða batteriinn í litla húsinu við Skutulsfjörðinn þar sem þau hafa siglt á kajökum.



Svefnherbergi hússins eru þrjú auk þess sem svefnloft er yfir stórum hluta þess svo nægt er gistipláss.



Baðherbergið er í kjallaranum sem er undir hálfu húsinu auk eins af þremur svefnherbergjum.

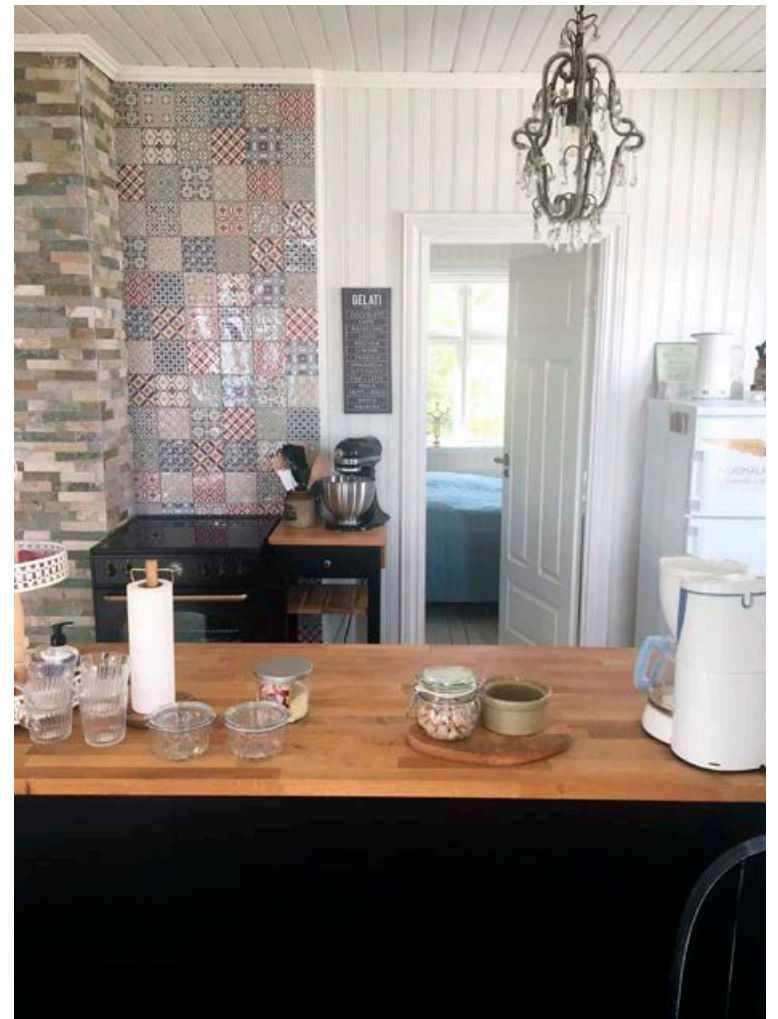


Fjölskyldan hefur notið sumarsins í Hnífsdal og meðal annars siglt um fjörðinn á kajökum.



Hjónin Ketill Már Björnsson og Ingibjörg Finnbogadóttir notuðu öll frí í fimm ár til að nostra við húsið.

„Við erum búin að kynnast fullt af fólki í Hnífsdal og á Ísafirði og starfsfólk Húsasmíðjunnar er orðið miklir vinir okkar,“ segir Ketill og hlær. „Fólk er upp til hópa ánægt með að húsið skyldi lagð enda höldu flestir að það yrði rífið. Okkur fannst við eiginlega verða að bjarga því,“ segir hann að lokum. ■



Eldhúsið er opið og í skemmtilegum gamaldags stíl eins og húsið allt.



# ALLT

KYNNINGARBLAÐ

LAUGARDAGUR 24. júlí 2021



Druslugangan árið 2019 var fjölmenn og létu þátttakendur heyra í sér.  
MYND/HJÖRÐIS JÓNSDÓTTIR

## Stígum skref til frelsis

johannamaria@torg.is

Druslugangan verður haldin í dag í tíunda sinn en fyrstu stoltu druslurnar gengu hana árið 2011. 2015 var ár samfélagsmiðlabyltinga þar sem myllumerki við freethenipple og sexdagsleikann voru í algleymingi. Það var tveimur árum áður en #meetoo kreisti vel útþandar graftarbolur samfélagsins og í ljós kom kerfisbundin misbeiting valds til kynferðisofbeldis hjá óhugnanlega stórum hluta fólks.

Tilgangur Druslugöngunnar er sá að færa ábyrgð kynferðisglæpa frá þolendum yfir á gerendur. Klæðnaður, hegðun eða fas þolenda er einfaldlega ekki lengur afsökun fyrir kynferðisglæpum.

### Druslur eru druslum bestar

Það er flestum enn í fersku minni þegar Diljá Sigurðardóttir var á dögnum gert að fara upp úr Sky Lagoon fyrir að neita að hylja brjóst sín. Kommentakerfin loguðu og kepptust virkir í athugasemdum við að drusluskamma Diljá sem klæddist sams konar baðfatnaði og kærasti hennar, sem enginn setti út á. Við erum ekki lengra komin en þetta, að fólk er enn að býsnast yfir berum brjóstum kvenna í sundi. Druslugöngunnar er því greinilega enn sárlega þörf.

Gangan hefst klukkan 14.00 við Hallgrímskirkju. Þaðan verður farið niður Skólavörðustíg og Bankastræti og svo endar gangan á Austurvelli þar sem við taka fundarhöld og tónleikar. Mætum, göngum, hlustum og færum skömmina þangað sem hún á heima! ■

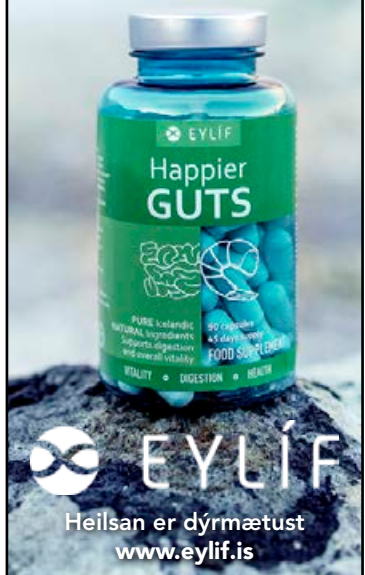


Það verður gönguhátíð í Súðavík um verslunarmannahelgina. Þar geta bæði vanir göngugarpar og þeir sem fara aldrei í göngu fundið sér göngur við sitt hæfi í fallettri náttúru. Bragi Þór Thoroddsen, sveitarstjóri Súðavíkurhrepps, segir að hátíðin sé fyrst og fremst fjölskylduskemmtun.  
MYNDIR/ÁSENDAR

## Einstök gönguhátíð í Súðavík í ótrúlegri náttúrufegurð

Í Súðavík fer fram gönguhátíð um verslunarmannahelgina sem hefst næsta fimmtudagskvöld. Þar verður boðið upp á skemmtun fyrir alla fjölskylduna og alls kyns göngur fyrir lengra og skemmra komna, ásamt ýmsu góðgæti sem er framleitt á staðnum. **2**

Heilbrigð melting er grunnur að góðri heilsu





„Gönguhátíðin í Súðavík fer fram dagana 31. júlí–2. ágúst næstkomandi. Hátíðin hófst sem samstarfsverkefni hjá gönguhópi Einars Skúlasonar, Veseni og vergangi, Súðavíkurhreppi og Göngufélagi Súðavíkur og hefur farið fram í nokkur ár og verið í vexti,“ segir Bragi Þór Thoroddsen, sveitarstjóri Súðavíkurhrepps.

„Á hátíðinni verður boðið upp á göngur fyrir bæði lengra og skemmra komna og alla fjölskylduna. Þetta er fyrst og fremst fjölskylduskemmtun og hún hentar vel göngufólki, en er alls ekki bara fyrir vana göngugarpa,“ segir Bragi. „Mest krefjandi göngurnar eru frekar fyrir vana en auðveldasta gangan er bara leiðsögn um bæinn, þannig að allir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi.“

Árið 2019 var hátíðin gríðarlega vel sótt og heppnuð, enda var veðrið alveg frábært, en í fyrri setti veðrið strik í reikninginn þannig að það komu færri. Það er yfirleitt þannig með svona útivistarferðir að fólk er með plan B ef það er vont veður,“ segir Bragi. „En það er búið að vera gott veður á Vestfjörðum í sumar og spáin er góð, svo við sjáum fram á lífliga hátíð og hlökkum til, en að sjálfsögðu klæðum við okkur eftir veðri.“

#### Öflug dagskrá alla helgina

„Það sem gefur hátíðinni sérstöðu er náttúrufergurinn sem er hér í kring, það er einstaklega gaman að fara í göngur hér á svæðinu,“ segir Bragi. „Ég held líka að þetta sé eina hátíðin á landinu sem er með skipulagða dagskrá í kringum göngur. Svo er þetta líka hentug hátíð núna þegar staðan er eins og hún er vegna Covid, því hún kallar



**Auðveldasta gangan er bara leiðsögn um bæinn, þannig að allir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi.**

Bragi Þór.



Í kringum Súðavík er einstök náttúrufergur. Það er til dæmis mögnuð upplifun að ganga upp á Kofra.

Hátíðin hefst með pub-quiz á Melrakkasetrinu á fimmtudagskvöld.

Fyrsta gangan hefst svo strax morguninn eftir og síðan verður þétt dagskrá alla helgina.

MYNDIR/ADSENDAR

þéttasti göngudagurinn, en þá verða göngur klukkan 9, 11 og 12. Þá þarf fólk að velja á milli, það gefst áreiðanlega ekki tími til að fara í þær allar.“

#### Nóg að gera fyrir þau yngstu

„Fyrir utan göngur verður ýmislegt annað um að vera. Við viljum ekki binda dagskrána alfarið við göngufólk, heldur leggjum við áherslu á að bjóða alla velkomna og hafa afþreyingu fyrir alla fjölskylduna. Það verður náttúrulega nóg að gera fyrir yngstu kynslóðina í Raggagarði, en þar hefur verið gríðarleg uppbygging, ekki síst í sumar og það er mikil aðsókn í garðinn,“ segir Bragi. „Við verðum líka með hoppukastala og fleira fyrir krakkaana. Svo verður einhvers konar matarþema í gangi alla dagana sem tengist fjölmenniungni hér og við ætlum að bjóða upp á kjötsúpu með ýmsu sniði í tengslum við það.“

Við ætlum líka að leggja áherslu á heimatilbúð. Við erum með súkkulaðiverksmiðju hér í Súðavík, Sætt og salt ehf., sem framleiðir mjög vinsælt súkkulaði sem inniheldur sjávarsalt héðan úr héraðinu. Melrakkasetur Íslands verður líka opid alla dagana og það sama gildir um kaupfélagið, þar sem þýski kaupmaðurinn okkar ætlar að taka á móti fólk og bjóða upp á mat,“ útskýrir Bragi.

„Við erum með frábært tjaldsvæði hérna í Súðavík sem allir eru mjög ánægðir með og getur hýst þó nokkurn fjölda gesta,“ segir Bragi. „Þeir sem vilja síður gista á tjaldsvæðinu geta nýtt sér gistiheimilið og það er líka hægt að taka hús á leigu í bænum í gegnum Airbnb.“ ■

# Falin perla fyrir alla fjölskylduna

Í Súðavík er Raggagarður, sem býður upp á alls kyns afþreyingu og þægindi fyrir alla fjölskylduna. Vilborg Arnarsdóttir setti garðinn á laggirnar og þrotlaus sjálfboðavinna hefur gert garðinn að eftirsóknarverðum áfangastað.

Raggagarður er skemmtigarður fyrir alla fjölskylduna í Súðavík. Vilborg Arnarsdóttir (einnig þekkt sem Bogga í Súðavík) er frumkvöðull að uppsetningu hans og framkvæmdastjóri Raggagarðs. Nafn garðsins kemur frá syni Vilborgar, Ragnari Frey Vestfjörð, sem lést í bílslysi í Súðavík 17 ára gamall árið 2001, en Vilborg setti garðinn upp til minningar um hann.

Súðavíkurhreppur lagði til lóðina og garðurinn var fyrst opnaður árið 2005, en frá stofnun hefur garðurinn tekið miklum breytingum þökk sé þrotlausri sjálfboðavinnu heimamanna og annarra velunnara garðsins. Þar eru nú leiktæki fyrir yngri og eldri börn, sæti og borð fyrir 130 manns, grill sem hægt er að fá afnot af og ýmislegt fleira.

#### Hefur öðlast sjálfstætt líf

„Raggagarður hefur í raun öðlast sjálfstætt líf og er nú farinn að þróast sjálfur,“ segir Vilborg. „Þetta byrjaði þannig að ég ætlaði að kaupa leiktæki svo ég fór af stað með fjáröflun. Fyrsti styrkurinn kom frá Pokasjóði og þannig fór þetta allt af stað.“

Nú er þetta orðið miklu stærra en ég ætlaði mér í upphafi. Fólk kemur með alls kyns hugmyndir og hefur gefið garðinum ýmis listaverk, svo að nú eru sjö listaverk til



Hér sést Vilborg í Raggagarði með eiginmanni sínum, Halldóri Má Þórisyni. Þarna eru þau nýbúin að helluleggja við salernishúsið. MYND/ADSEND

sýnis í honum, þar á meðal verkið Blóm í glugga eftir Jón Gunnar Árnason,“ segir Vilborg. „Fjölskylda Finns Jónssonar ákvað að gefa Raggagarði verkið, sem var mikill heiður. Við erum líka með sex gríðarlega falleg verk eftir Gerði Gunnarsdóttur.“

#### Rukkuð um þakkir og knús

„Það er gríðarlega mikið hjarta í garðinum og ég hefði aldrei getað gert þetta án þess að fá svona mikla hjálp frá Vestfirðingum og öðrum landsmönnum,“ segir Vilborg. „Ég fer aldrei í framkvæmdir sem ég á ekki fyrir og tek aldrei lán en ég hef fengið stórar gjafir sem hafa munad miklu.“

Þegar ég bað um torf á túnið sem er hérna, sem er kallað Boggutún, vildi ég fá einhverja verð-

hugmynd, en fékk frekar óskýr svör. Svo kom maður með svakalegt magn af torfi og þegar ég ætlaði að fara að borga sagði hann bara „segðu bara takk,“ segir Vilborg. „Svípað gerðist þegar mig vantaði sand fyrir bílaplanið. Ég bað um farm af sandi og svo mætti maður með svakalegt magn af sandi og spurði hvar ætti að sturta þessu niður. Þetta var svo mikið að ég vissi ekki hvaðan á mig stóð veðrið en svo var ég bara rukkuð um eitt knús.“

Eitt sinn vantaði mig líka hjálp við að mála og þá kom elsti maður í Bolungarvík hingað með 100 þúsund króna framlag og spurði hvað þyrfti að mála og svo málaði hann, þessi elska,“ segir Vilborg.

Það eru ótal dæmi um svona, fólk kemur bara og hjálpar. Þetta

munar öllu, því allur garðurinn er afrakstur sjálfboðavinnu. Vestfirðingar og landsmenn allir hafa lagt mikið í þennan garð,“ útskýrir Vilborg.

#### Margt að sjá og gera

„Það hefur svo spurst út hvað þetta er fallegur garður og fólk er að uppgötva að þetta er ekki bara leiksvæði fyrir börn heldur eru hér líka skemmtileg útivistarsvæði fyrir alla,“ segir Vilborg. „Hér er líka svið og áhorfendasvæði þannig að það er hægt að halda útihátíð, ættarmót og alls kyns skemmtanir fyrir börn og fullorðna. Svo er tjaldsvæði bara hérna rétt hjá. Þetta svæði býður upp á gríðarlega möguleika.“

Það er líka ýmislegt að sjá hér og gert ráð fyrir að fólk njóti umhverfisins. Hér er hægt að skoða hvalsporð, sögu fyrstu hrefnuveiðanna, dvergasteina, álfasteina og setjast niður í rekavíðarskóginum,“ segir Vilborg. „Við byrjuðum ekki á þeim hluta garðsins fyrr en eftir 2008, en þá var hér eingöngu leiksvæði, sem garðurinn hefur verið þekktur fyrir. Svæðið hefur tekið stakkaskiptum síðan þá.“

Margir segja að Raggagarður sé falin perla, en við auglýsum aldrei því að við pössum rosalega vel upp á hverja krónu,“ segir Vilborg. „Við seljum ekki aðgang í garðinn en frjáls framlög eru vel þegin í baukinn.“

Vilborg setti upp teljara til að telja gesti Raggagarðs fyrir þremur árum síðan.

„Fyrsta árið fengum við 7.000 gesti og það sem af er á þessu ári höfum við tekið á móti um 9.000 gestum,“ segir Vilborg. „Bílaplanið er líka búið að vera sneisafullt og

margir koma til Súðavíkur sérstaklega til að heimsækja Raggagarð og Melrakkasetrið.“

#### Miklar framkvæmdir í sumar

„Það hafa verið miklar framkvæmdir í Raggagarði í sumar og núna er búið að gera alla göngustiga aðgengilega fyrir hjólastóla, göngugrindur og annað slíkt. Það er líka kominn betri rampur og aðgengi að klósettinu og þar inni eru líka höldur,“ segir Vilborg. „Við erum bara á rosa góðum stað miðað við að vera bara í litlu Súðavík og vera bara áhugamannafélag. Það er kraftaverk að garðurinn sé orðinn svona finni.“

Ég hef ekki hugsað mér að bæta miklu við, en ungmennafélagið Geisli í Súðavík vill setja upp frísbílgölvöll í samstarfi við garðinn og það á eftir að bæta við nokkrum upplýsingaskiltum á Boggutún. Það eru einu framkvæmdirnar sem eru fyrirhugaðar,“ segir Vilborg. „En það er enn nóg pláss fyrir fleiri listaverk ef einhverjir vilja setja upp listaverkin sín.“

Það er margt að skoða hérna í Raggagarði og það verður enginn fyrir vonbrigðum við að kíkja til Vestfjarða, stoppa í Súðavík og njóta garðsins. Við hvetjum alla til að koma í heimsókn, koma sér fyrir á flotta tjaldsvæðinu og njóta lífsins með okkur,“ segir Vilborg að lokum. ■

Hægt er að fá nánari upplýsingar um Raggagarð á heimasíðu garðsins og það er hægt að fylgjast með garðinum með því að gerast vinur hans á Facebook, þar sem Vilborg er dugleg að setja inn stöðuuppfærslur.



# KEEN sandalar fyrir sumarið



Venice ♀  
Lokað hælband og tá

**16.990 kr.**



## Stingum af ...



Venice H2 ♀  
Lokað hælband og tá  
**17.990 kr.**



Venice II H2 ♀  
Stillanlegt hælband, lokuð tá  
**15.990 kr.**



Elle Backstrap ♀  
Úr endurunnum efnum  
**14.990 kr.**



Clearwater CNX ♀  
Léttir, lokuð tá  
**16.990 kr.**



Terradora II ♀  
Léttir, stillanlegir við ökkla og tær  
**15.990 kr.**



Newport ♂  
Gott grip, lokuð tá  
**20.990 kr.**



Newport H2 ♂  
Lokað hælband, lokuð tá  
**18.990 kr.**



Targhee Open Toe Sandal ♂  
Stillanlegur á 3 stöðum  
**16.990 kr.**



Clearwater CNX ♂  
Léttir, lokuð tá  
**16.990 kr.**

# GG SPORT



Í vefverslun okkar á [ggsport.is](http://ggsport.is) má finna meira úrval af góðum skóm og öllu sem þarf í ævintýrið þitt!



@ggsport.is



@gg\_sport

Smiðjuvegur 8, Græn gata • 200 Kópavogi • Sími: 571-1020 • [ggsport.is](http://ggsport.is)  
Opið virka daga 10:30-18 og laugardaga 11-15



# Gulrótakaka sem gleður hjarta og sál



Sjöfn Þórðardóttir sjöfn @frettabladid.is

Gilbakki er einstaklega hlýlegt og fallett kaffihús á Hellissandi þar sem húsmóðirin Anna Þóra Bððvarsdóttir tekur á móti gestum ásamt starfsstúlkum sínum með hlýleika og ást.

Þegar gestirnir koma inn líður þeim eins og þeir séu komnir inn í stofu í heimahúsi en Anna Þóra er eigandinn að Gilbakka og húsmóðirin eins og hún segir sjálf. Húsið stendur eitt og sér, við Þjóðveginn, reisulegt og fangar augað frá götunni. Anna Þóra er borin og barnfæddur Keflvíkingur en eiginmaður hennar, Lúðvík Smárasón, er frá Rífi. Anna Þóra er menntaður grunnskólakennari frá Kennaraháskólanum og eftir námið 1985 flutti hún vestur á Rif með manni sínum á vit ævintýrana.

„Við höfum bæði kennslu við Grunnskólann á Hellissandi. Ég ætlaði nú bara að gefa þessu eitt ár en hér er ég enn. Hér er gott að vera, öflugt og lifandi samfélag og allir geta blómstrað. Eftir að hafa kennt í rúm tuttugu ár og einkasonurinn á grænni grein ákváðum við hjónin að prófa að búa í útlöndum tímabundið. Danmörk varð fyrir valinu og Lúðvík skellti sér í nám í byggingarfræði og ég fór að vinna á leikskóla, þetta voru dásemdarár.“ En í millitíðinni fer Anna Þóra inn á nýtt svið og stofnar kaffihús.

## Hugmyndin kom upp á götugrilli

„Ég lét fyrst drauminn rætast um að eignast og reka kaffihús á Rífi eftir hugmynd sem upp kom í götugrilli eftir 1-2 rauðvinsglös með vinkonu minni, Sigu Möggu frá Rífi. Við fórum af stað og framkvæmdum hugmyndina og komum upp kaffihúsi sem bar heitið Gamla Rif kaffistofa,“ segir Anna Þóra en þær ráku kaffihúsið saman til ársins 2016 en þá keypti Anna Þóra reksturinn.

## Byggði fyrir hana hús

„Eftir námið í byggingarfræðinni átti Lúðvík, eiginmaður minn, sér draum um að teikna hús og byggja það. Hann ásamt pabba sínum Smára Lúðvíkssyni byrjaði svo að byggja herlegheitin 2012. Þetta dásemdarhús er byggt í gömlum stíl og reynt að fara sem nákvæmast eftir húsum í norskum stíl. Í upphafi var ekkert ákveðið hver notin ættu að vera fyrir húsið en svo kom hugmyndin um að færa kaffihúsið frá Rífi í þetta fallega hús. Ekki skemmdi fyrir að við fengum lóð á besta stað í bænum. Á lóðinni stóð áður hús sem hét Gilbakki og þótti okkur ekki koma annað til greina



Anna Þóra tekur vel á móti gestum á Gilbakka á Hellissandi.



„Á Hellissandi hefur reksturinn blómstrað og ég hef verið einstaklega heppin með starfsstúlkur sem allar eru ungar heimakonur, og ég verð að segja að við höfum selt fiskisúpu og marengstertur í tonnatali,“ segir Anna Þóra.



Notalegt andrúmsloft er á veitingahúsinu og gott að setjast niður og fá sér kaffi og með því.

Eiginmaðurinn byggði húsið í gömlum stíl og reyndi að fara sem nákvæmast eftir húsum í norskum stíl.



en að breyta nafninu á kaffihúsinu úr Gamla Rif kaffistofa í Gilbakki kaffihús,“ segir Anna Þóra og er að vonum hestánægð með eiginmann sinn að hafa byggt fyrir hana kaffihús.

„Flest á kaffihúsinu, tól og tæki, er endurnýtt þar sem ég fékk ýmislegt frá vinkonu minni sem var í kaffihúsarekstri og var að endurnýja hjá sér. Ég keypti ýmislegt fallett á „genbrugs“-mörkuðum í Danmörku og veggskrautið eru gamlir klukkustrengir og plattar sem ég hef fengið frá vinum og vandamönnum. Með þessu vonast ég til að skapa notalega stemningu og gestum liði eins og í huggulegu gestabóði í heimahúsi.“

## Fiskisúpan og marengsterturnar renna út hjá ferðamönnum

Á kaffihúsinu er allt gert frá grunni, bakað af ást og natni og svo er hægt að fá hina frægu og margrómuðu fiskisúpu að hætti Önnu Þóru sem þykir ein sú besta og heillar kaffihúsagestina upp úr skónum. „Við leggjum áherslu á að allar kökur séu bakaðar í eldhúsinu okkar og svo getur fólk fengið sér hina rómuðu fiskisúpu og horft á Snæfellsjökulinn fagra. Á Hellissandi hefur reksturinn blómstrað og ég hef verið einstaklega heppin með starfsstúlkur sem allar eru ungar heimakonur og ég verð að segja að við höfum selt fiskisúpu og marengstertur í tonnatali sem virðist vera hið klassiska kombó á Gilbakka.“

Í erlendum ferðahandbókum er gulrótarkakan á Gilbakka mikið lofuð. „Þetta er uppskrift sem ég fékk hjá vinkonu minni fyrir margt löngu og gaman væri að deila henni með ykkur,“ segir Anna Þóra og nýtur sín til fulls í hlutverki sínu sem húsmóðirin á Gilbakka kaffihúsinu á Hellissandi. ■



Gulrótakakan vinsæla á Gilbakka.

## Gulrótakakan á Gilbakka

- 2 bollar sykur
- 4 egg
- ½ bolli olía
- 2 bollar hveiti
- 2 tsk. kanill
- 2 tsk. matarsódi
- Smá salt
- 2 bollar rifnar gulrætur
- 2 msk. ananaskurl

Hitið ofninn í 190°C. Byrjið á því að setja egg og sykur í skál, þeytið saman þar til blandan verður létt og ljós. Bætið þá við matarolíu, rifnum gulrótum og ananaskurli. Því næst er matarsóda, kanill, örllitu salti og hveiti bætt út í og hrært þar til deigið er slétt og fislétt. Þá er deiginu hella í smurt form (ca. 30 cm x 25 cm eða hringlaga form), klætt bökunarpappir. Form eftir smekk sem ykkur finnst passa. Kakan er bökud við 190°C gráður neðarlega í ofninum í um 55 mínútur. Kakan er kæld áður en kremið er sett á.

## Rjómaostakremið

- 250 g rjómaostur
- 1½ bolli flórsykur
- 172 bolli kókosmjól

Setjið allt hraefnið saman í skál og hrærið þar til kremið verður létt og ljóst. Kremið er sett á kalda kökuna.

## Kröftug & hrein bætiefni

ICEHERBS NATURAL SUPPLEMENTS



# 20%

## Afsláttur í júlí

Apótekarinn+ Lyf & heilsa

Við hjúsum!



# Atvinnublaðið

Mest lesna atvinnublað Íslands\*

Sölufulltrúar: Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is 550 5625, Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is 550 5621

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



## Ráðgjafi á sviði starfsendurhæfingar



Birta starfsendurhæfing Suðurlands leitar eftir metnaðarfullum einstaklingi í starf ráðgjafa í starfsendurhæfingu. Um er að ræða fullt starf. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst, eða eftir nánara samkomulagi.

### Helstu verkefni og ábyrgð:

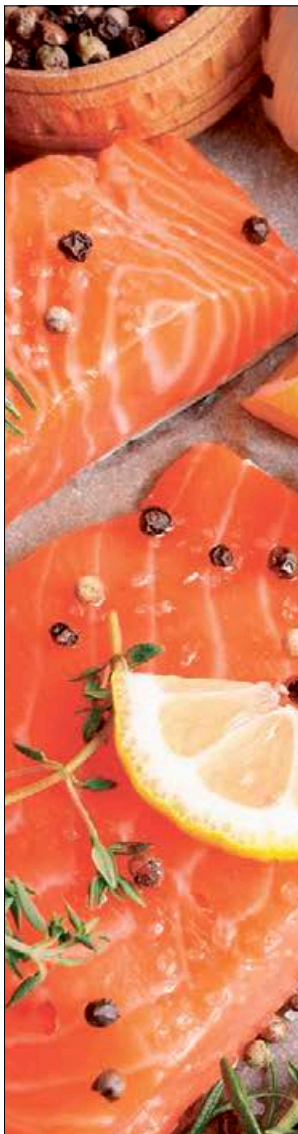
- Ráðgjöf, stuðningur og málstjórn
- Kortleggja og skipuleggja þörf á úrræðum
- Skráning og samantekt á gögnum.
- Þátttaka í að efla og innleiða nýjungar í starfi
- Halda utan um hópastarf

### Menntunar og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, s.s. félagsráðgjöf, iðjuþjálfun eða önnur menntun á sviði heilbrigðis- og félagsvísinda
- Starfsleyfi frá Landlækni
- Hagnýt starfsreynsla
- Skipulagshæfni og sjálfstæði í vinnubrögðum
- Vera sveigjanlegur, hugmyndaríkur og tilbúinn að takast á við áskoranir
- Góð samskiptahæfni, félagslyndi, jákvætt viðmót og frumkvæði
- Góð þekking og áhugi á starfsendurhæfingu
- Mjög gott tölvulæsi

### Umsóknarfrestur er til 1. ágúst 2021.

Viðtöl verða dagana 4. – 6. ágúst. Upplýsingar um starfið veitir Sandra Guðmundsdóttir forstöðumaður Birtu í s. 860-3390 eða á [sandra@birtastarfs.is](mailto:sandra@birtastarfs.is). Umsóknir berist á netfangið [sandra@birtastarfs.is](mailto:sandra@birtastarfs.is). Frekari upplýsingar um starfsemi Birtu má finna á [www.birtastarfs.is](http://www.birtastarfs.is).



## Framleiðslustjóri

Eðalfiskur ehf. óskar eftir að ráða framleiðslustjóra yfir vinnslu félagsins í Borgarnesi. Framleiðslustjóri mun starfa náið með framkvæmdastjóra að spennandi verkefnum sem framundan eru hjá félaginu.

### Ábyrgðar og starfssvið

- Yfirumsjón framleiðslu eilda félagsins og umsjón með mannauð
- Heildarskipulagning vinnslu í samræmi við sölustarfsemi
- Innkaup á hráefni og aðföngum
- Kemur að samningagerð við innlenda og erlenda viðskiptavini
- Umsjón með starfsháttum og vörugæðum skv. BRC staðli í samstarfi við gæðastjóra

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Menntun og/eða reynsla í fiskvinnslu, helst í laxavinnslu og áframvinnslu á laxi
- Reynsla af stjórnun
- Þekking á gæðakerfum svo sem BRC, IFS, HACCP eða sambærilegu
- Góð tölvukunnátta
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Færni í tungumálum (íslensku og ensku)

Áhugasamir sendi ferilskrá á [sigurjon@edalfiskur.is](mailto:sigurjon@edalfiskur.is). Umsóknarfrestur er til 9. ágúst 2021

Eðalfiskur er ábyrgur framleiðandi á hágæða laxaafurðum sem seldar eru bæði á innanlandsmarkaði og til útlutnings á erlenda markaði. Félagið leggur áherslu á langtíma viðskiptasambönd við sína viðskiptavini, bæði ytri sem innri og er starfsemi vottuð með hinum alþjóðlega BRC staðli og starfar samkvæmt honum.



EDALFISKUR · VALLARÁS 7-9 · 310 BORGARNES · SÍMI 437-1680 · EDALFISKUR@EDALFISKUR.IS

## Sviðsstjóri sölu- og markaðssviðs



dk hugbúnaður leitar að öflugum og árangursdrifnum einstaklingi til að leiða sölu- og markaðssvið fyrirtækisins. Sviðsstjóri ber ábyrgð á að hámarka möguleika söluteymis, stýra gerð söluáætlana og fylgja eftir markmiðum og framkvæmd þeirra auk þess að taka þátt í stefnumótun fyrirtækisins og áætlanagerð um frekari sókn og vöxt með öðrum stjórnendum.

### Helstu verkefni og ábyrgð:

- Mótun og innleiðing á sölustefnu
- Þátttaka í áætlanagerð ásamt eftirfylgni og framkvæmd
- Ábyrgð á markmiðasetningu söluteymis
- Byggja upp og efla langtíma sambönd við viðskiptavini
- Framsetning og kynning á sölu- og kostnaðarskýrslum til stjórnenda
- Koma auga á markaðstækifæri og fylgja þeim eftir

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýtist í starfi, s.s. viðskiptafræði, markaðsfræði eða sambærilegt nám
- Að minnsta kosti 5 ára reynsla af sölustörfum
- Reynsla af stjórnun teyma og framúrskarandi leiðtogahæfni
- Reynsla af framsetningu sölumarkmiða
- Greiningarhæfni og metnaður til að ná árangri
- Góð íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti

Umsóknarfrestur er til og með **10. ágúst 2021**. Umsókn óskast fyllt út á [www.intellecta.is](http://www.intellecta.is). Með umsókn skal fylgja starfsferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda sem nýtist í starfi. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál og þeim svarað að ráðningu lokinni.

dk hugbúnaður var stofnað árið 1998 og er í dag leiðandi fyrirtæki á sviði viðskiptahugbúnaðar hér á landi með rúmlega 6.000 fyrirtæki í viðskiptum. dk býður upp á mikið af sérlausnum sem henta fyrirtækjum í ólíkum atvinnugreinum hvort sem þau eru stór eða smá.

Hjá fyrirtækinu starfar um 65 manna sterk liðsheild og um árabíl hefur dk fengið viðurkenningar sem Framúrskarandi fyrirtæki hjá Creditinfo og sem Fyrirmyndarfyrirtæki VR.

Leiðarljós dk er að vera skemmtilegur og lifandi vinnustaður þar sem metnaðarfullir einstaklingar fá að njóta sín og þróast í starfi.

Nánari upplýsingar um dk má finna á [www.dk.is](http://www.dk.is).

Nánari upplýsingar um starfið veita Thelma Kristín Kvaran ([thelma@intellecta.is](mailto:thelma@intellecta.is)) og Helga Birna Jónsdóttir ([helga@intellecta.is](mailto:helga@intellecta.is)) í síma 511 1225.

intellecta  
Ráðgjöf • Ráðningar • Rannsóknir



## » Ráðningarþjónusta

## Bókari

Endurskoðunar- og bókhaldsstofa á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir að ráða reyndan bókara til starfa. Um fullt starf er að ræða og er vinnutími frá kl. 08:00/09:00 til kl. 16:00/17:00.

Viðkomandi þarf að búa yfir aga og sjálfstæði í vinnubrögðum, talnagleggni og góðu frumkvæði ásamt því að hafa haldbæra reynslu og þekkingu á bókhaldi.

## » Starfsvið

- Færsla bókhalds og afstemmingar
- Skil á virðisaukaskýrslum
- Launavinnsla
- Reikningagerð
- Afstemmingar til uppgjörs

## » Hæfniskröfur

- Haldbær reynsla og þekking á bókhaldi
- Góð almenn tölvukunnátta
- Þekking og reynsla af notkun bókhaldskerfisins DK eða sambærilegu kostur
- Rík hæfni í mannlegum samskiptum
- Nákvæm og vönduð vinnubrögð

Nánari upplýsingar um starfið er að finna á heimasíðu HH Ráðgjafar [www.hhr.is](http://www.hhr.is) og eru áhugasamir beðnir um að sækja um starfið þar.

» HH Ráðgjöf • Fjarðargata 13 - 15 • 220 Hafnarfjörður • Sími: 561 5900 • [hhr@hhr.is](mailto:hhr@hhr.is) • [www.hhr.is](http://www.hhr.is)

LEITAR AÐ  
STARFSMANNI

**Starfslýsing**  
Almenn skrifstofustörf  
og skjalavinnsla

Góð þekking á  
fasteignaviðskiptum er kostur.  
Þarf að geta hafið störf sem fyrst.

**Umsóknarfrestur er til 2. ágúst**

Áhugasamir senda  
tölvupóst með ferilsskrá á  
[hannes@fastlind.is](mailto:hannes@fastlind.is)



## SÉRFRÆÐINGUR

Læknafélag Íslands óskar eftir að ráða sérfræðing í hagdeild félagsins

Læknafélagið leitar að kraftmiklum og metnaðarfullum einstaklingi í fullt starf sérfræðings á skrifstofu félagsins. Um er að ræða fjölbreytt og krefjandi starf sem annars vegar felur í sér gagnaöflun/gagnagreiningu á heilbrigðismálum og hins vegar rekstrar- og bókhaldsvinnu.

Sérfræðingur heyrir undir framkvæmdastjóra og starfar náið með honum sem og formanni og starfsfólki félagsins.

Viðkomandi þarf að hafa brennandi áhuga á heilbrigðismálum og getu til að meta rekstur og umhverfi heilsbrigðisþjónustu.

Einnig þarf viðkomandi að eiga auðvelt með að koma þeim upplýsingum á framfæri á hnitmiðaðan hátt, bæði í rituðu og mæltu máli.

Umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá ásamt kynningarbréfi þar sem umsækjandi gerir betur grein fyrir menntun sinni, hæfni, þekkingu og reynslu. Einnig skal tilgreina að minnsta kosti tvo umsagnaraðila.

## Helstu verkefni og ábyrgð

- Umsýsla og umsjón launatölfræði.
- Gerð sjálfstæðra úttekta um hagfræðileg málefni.
- Aðkoma að gerð kjarasamninga.
- Ráðgjöf og fræðsla tengd kjarasamningum.
- Yfirumsjón með bókhaldi félagsins.
- Gerð fjárhagsáætlana.
- Ráðgjöf til fyrirtækja lækna og hópa lækna á sama starfsvettvangi.
- Aðkoma að stefnumótun LÍ varðandi mótun hins íslenska heilbrigðiskerfis.
- Seta í nefndum og starfshópum.

## Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólapróf í hagfræði, viðskiptafræði eða skyldum greinum.
- Góð greiningarhæfni og gott vald á úrvinnslu og framsetningu tölulegra upplýsinga.
- Þekking og reynsla af málefnum stéttarféлага og vinnu- markaðsmálum er kostur.
- Góð þekking á töflureikni og reynsla af vinnslu gagna-grunna.
- Bókhaldsþekking, reynsla af DK viðskiptahugbúnaði er kostur.
- Góð íslensku- og enskukunnátta í ræðu og riti.

**Umsóknarfrestur er til og með 3. ágúst nk. Ráðið verður í starfið frá 1. september nk. eða skv. samkomulagi.**

Umsóknir ásamt kynningarbréfi og starfsferilsskrá skal senda á netfangið [solveig@lis.is](mailto:solveig@lis.is).

Nánari upplýsingar veita Sólveig Jóhannsdóttir, framkvæmdastjóri ([solveig@lis.is](mailto:solveig@lis.is)) og Reynir Arngrímsson, formaður LÍ ([reynir@lis.is](mailto:reynir@lis.is)).

Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál og þeim svarað.

Bændasamtök Íslands  
leita að öflugum einstaklingi

Bændasamtök Íslands leita að öflugum einstaklingi í hópinn til að sinna fjölbreyttum verkefnum á nýstofnuðu sviði markaðsmála.

## Starfið felur í sér:

- ▶ Hugmyndavinnu og textagerð
- ▶ Framkvæmd markaðsáætlana
- ▶ Umsjón og efnisgerð fyrir vef og samfélagsmiðla
- ▶ Vefumsjón og leitarvelabestun
- ▶ Framkvæmd markaðsgreininga og skýrslugerð
- ▶ Verkefnastjórn
- ▶ Önnur tilfallandi verkefni

## Hæfniskröfur:

- ▶ Menntun sem nýtist í starfi
- ▶ Reynsla af markaðsstarfi
- ▶ Þekking og reynsla af vefumsjón, stafrænni markaðssetningu og samfélagsmiðlum
- ▶ Hæfileiki til að vinna í teymi og færni í samskiptum
- ▶ Hæfileiki til að vinna sjálfstætt
- ▶ Áhugi af landbúnaðarmálum
- ▶ Góð íslensku og enskukunnátta í töluðu og rituðu máli
- ▶ Þekking á Google Ads auglýsingakerfinu
- ▶ Þekking á Google Analytics
- ▶ Þekking á Facebook Business Manager
- ▶ Þekking á Photoshop
- ▶ Þekking á Instagram Business Tools
- ▶ Þekkingu á öðrum nýsamfélagsmiðlum

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá auk kynningarbréfs. Upplýsingar um starfið veitir Vigdís Häsler framkvæmdastjóri.

Umsóknir, merktar **Umsókn um starf sérfræðings á markaðssviði**, berist eigi síðar en 8. ágúst nk. á netfangið [vigdis@bondi.is](mailto:vigdis@bondi.is)

Bændahöllin Hagatorgi 1, 107 Reykjavík



RÁÐGJÖF  
RÁÐNINGAR  
RANNSÓKNIR

intellecta

Síðumúla 5 • 108 Reykjavík • 511 1225 • [intellecta.is](http://intellecta.is)







# Sérfræðistörf í hátækni framleiðslu

Alcoa hefur verið leiðandi í áliðnaði frá því að fyrirtækið var stofnað árið 1888. Álver Alcoa Fjarðaáls við Reyðarfjörð er meðal þeirra fullkomnustu í heiminum.

## Sérfræðingur í upplýsingatækni

Við leitum að sérfræðingi í upplýsingatækni til að hafa umsjón með þróun og rekstri tölvukerfa sem nýtt eru við framleiðslu hjá Fjarðaáli. Í framleiðslu-þróunar- og upplýsingatækniteymi Fjarðaáls vinnur fjölbreyttur hópur sérfræðinga í straumlínu-stjórnun, verkefnastjórnun og upplýsingatækni að stöðugri þróun á framleiðslu fyrirtækisins.

### Ábyrgð og verkefni

- Stefnumótandi þróun framleiðslukerfa Fjarðaáls
- Verkefnastjórnun við þróun nýrrar virkni og nýrra kerfa

- Umsjón með rekstri og högun framleiðslukerfa
- Úrvinnsla gagna og skýrslugerð
- Ráðgjöf og þjónusta við notendur

### Menntun og hæfni

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi svo sem tölvunarfræði eða hugbúnaðarverkfræði
- Hæfileikar til að vinna með fjölbreyttum hópi fólks
- Vilji og geta til að miðla og fræða
- Skipulögð, sjálfstæð og lausnamiðuð vinnubrögð
- Góð íslensku- og enskukunnátta

Frekari upplýsingar um starfið veitir María Ósk Kristmundsdóttir á [maria.kristmundsdottir@alcoa.com](mailto:maria.kristmundsdottir@alcoa.com) eða í síma 470 7000.

## Áreiðanleikasérfræðingur rafveitu

Við leitum að rafmagnstækni fræðingi eða rafmagnsverkfræðingi í starf áreiðanleikasérfræðings rafveitu. Fjarðaál er stærsti raforkunotandi á Íslandi. Áreiðanleikasérfræðingur vinnur að því að auka áreiðanleika búnaðar og ber ábyrgð á gerð viðhaldsáætlana.

### Ábyrgð og verkefni

- Greina mikilvægi búnaðar og þróa mælikvarða
- Leiða rötargreiningar bilana og vandamála
- Stýra og fylgja eftir áreiðanleikaverkefnum

- Gera viðhaldsáætlanir og verklýsingar fyrir viðhaldsverk
- Greina viðhaldsgögn og vinna að umbótum á viðhaldi

### Menntun og hæfni

- Menntun í rafmagnstækni fræði eða rafmagnsverkfræði
- Reynsla af háspennubúnaði er æskileg
- Geta til að skipuleggja og leiða verkefni
- Skipulögð, sjálfstæð og lausnamiðuð vinnubrögð
- Góð íslensku- og enskukunnátta

Frekari upplýsingar um starfið veitir Elísabet Sveinsdóttir á [elisabet.sveinsdottir@alcoa.com](mailto:elisabet.sveinsdottir@alcoa.com) eða í síma 470 7000.

Í samræmi við jafnréttisstefnu Alcoa Fjarðaáls og lög nr. 150/2020 eru einstaklingar af öllum kynjum hvattir til að sækja um störfín. Umsóknarfrestur er til og með 9. ágúst. Hægt er að sækja um störfín á [www.alcoa.is](http://www.alcoa.is).

Fjarðaál  
alcoa.is





# Viltu vinna á fjölbreyttum vinnustað ?

**Faxaflóahafnir sf. óska eftir að ráða réttindamanneskjur til starfa í hafnarþjónustu.**

Störfín í hafnarþjónustu felast í leið- og hafnsögu skipa, skipstjórn og vélstjórn á dráttarbatum. Einnig hafnarvörslu, móttöku skipa og öðrum tilfallandi störfum."

Faxaflóahafnir sf. þróa grænar og snjallar hafnir. Hjá fyrirtækinu starfa yfir 70 manns eftir gæðavottuðum ferlum við hafnarþjónustu, umsýslu, viðhald og skipulag lóða og eigna. Faxaflóahafnir eru leiðandi á meðal íslenskra hafna og veita skilvirka þjónustu með öruggum og umhverfisvænum hætti.

Störfín geta ýmist verið í dagvinnu eða á vöktum.

## Hæfniskröfur

Horft er til að viðkomandi búi að réttindum s.s vélstjórn VF.1 og/eða skipstjórnarréttindum D (3.stig) öryggisnáms Slysavarnaskóla sjómanna, góðri tölvukunnáttu ásamt góðri íslensku- og ensku kunnáttu.

Faxaflóahafnir sf. eru með starfsemi í Reykjavík, á Akranesi, á Grundartanga og í Borgarnesi.

Öll kyn eru hvött til að sækja um en fyrirtækið hefur skýr jafnréttismarkmið og vill auka fjölbreytileika í starfsliði sínu. Starfsstöð er í Reykjavík.

Umsókn ásamt ferliskrá sendist til Faxaflóahafna sf., á netfangið [olafur@faxaflaoahafnir.is](mailto:olafur@faxaflaoahafnir.is), eigi síðar en föstudaginn 30. júlí nk.

Nánari upplýsingar um starfið gefur Gísli Jóhann Hallsson yfirhafnsögumaður [gisli@faxaflaoahafnir.is](mailto:gisli@faxaflaoahafnir.is)

Tara Ósk Markúsdóttir er starfsmaður Faxaflóahafna sf.

Hún er ein af Seiglunum sem nýverið kláruðu hringferð um Ísland á skútunni Esju til að vekja athygli á hafinu og þeirri umhverfisvá sem að því steðjar auk þess að gera konur sýnilegri í þessu umhverfi í leik og starfi.



# Forstöðumaður ungmennabúða UMFÍ

Framlengt

Umsóknarfrestur um starf forstöðumanns ungmennabúða UMFÍ hefur verið framlengdur til **5. ágúst nk.**

Frekari upplýsingar um starfið er að finna á [hagvangur.is](http://hagvangur.is)

**UMFÍ**

[hagvangur.is](http://hagvangur.is)



# STÖRF HJÁ GARÐABÆ

## Hofsstaðaskóli

- Aðstoðarmaður umsjónarmanns á frístundastundaheimili
- Frístundaleiðbeinandi
- Stuðningsfulltrúi
- Umsjónarkennari á miðstigi

## Urriðaholtsskóli

- Frístundaleiðbeinendur

## Leikskólinn Akrar

- Aðstoðarleikskólalastjóri
- Deildarstjóri
- Leikskólakennari

## Leikskólinn Holtakot

- Deildarstjóri
- Leikskólakennarar

## Leikskólinn Hæðarból

- Leikskólakennari

## Leikskólinn Kirkjuból

- Deildarstjóri

## Leikskólinn Mánahvoll

- Leikskólakennarar

## Leikskólinn Sunnhvoll

- Leikskólakennari

## Íþróttamiðstöðvar Garðabæjar

- Starfsfólk í íþróttamiðstöð á Álftanesi
- Starfsfólk í íþróttamiðstöðinni Ásgarði
- Starfsfólk í íþróttamiðstöðinni Mýrinni

## Fjölskyldusvið

- Stuðningur við ungan mann heima og við ýmsa afþreyingu

## Skammtíavistun Móaflöt

- Starfsmaður
- Yfirproskapjálfi

Áhugasamir einstaklingar, án tillits til kyns, eru hvattir til að sækja um.

Nánari upplýsingar má finna á ráðningarvef Garðabæjar <https://starf.gardabaer.is>



# KERFISSTJÓRI

VILTU SLÁST Í HÓPINN?

Sky Lagoon óskar eftir sjálfstæðum einstaklingi til að sinna kerfis- og tæknimálum. Mikilvægt er að viðkomandi sé úrræðagóður og lausnamiðaður með áhuga á tækni í þjónustuumhverfi.

Viðkomandi er hluti af alþjóðlegu teymi tölvudeildar Pursuit.

Starfssvið nær meðal annars yfir:

- Daglegan rekstur tölvukerfa
- Verkefnastýringu stærri verkefna í alþjóðlegu umhverfi
- Umbóta- og þróunarverkefni sem snýr að helstu tölvukerfum
- Uppsetning og þjónusta á vél- og hugbúnaði
- Önnur tilfallandi verkefni

Við óskum eftir einstaklingi með viðeigandi menntun og/eða í það minnsta 2-4 ára starfsreynslu sem nýtist í starfi. Vinsamlegast sendið umsóknir fyrir 31. ágúst á [vertumemm@skylagoon.is](mailto:vertumemm@skylagoon.is).

## SYSTEM ADMINISTRATOR

We are looking for an independent and solution-oriented person to provide IT infrastructure and application support. The system administrator is part of the international IT team at Pursuit.

The core tasks include:

- Day to day support of local IT Infrastructure and applications
- Project management in an international environment
- Lead small and large process optimization and improvement projects
- System setup / product setup for Point of Sale system
- Other IT related projects and tasks

We are looking for someone with a BSc degree in computer science or information technology, and/or 2-4 years experience working with information technologies and systems analysis. Please send your application to [vertumemm@skylagoon.is](mailto:vertumemm@skylagoon.is) before the 31st of August.







# Spennandi tækifæri há Símanum



## Fræðslusérfræðingur

Við leitum að drifandi einstaklingi í starf fræðslusérfræðings. Viðkomandi þarf að hafa brennandi áhuga á fræðslumálum sem og umtalsverða reynslu af slíku starfi. Fræðslusérfræðingur verður hluti af mannauðsteymi Símans og vinnur þannig að fjölbreyttum verkefnum sem snúa helst að þjálfun starfsfólks auk annarra mannauðstengdra verkefna.

### Helstu verkefni

- Þarfagreining
- Skipulagning og utanumhald fræðslu
- Þróun rafrænnar fræðslu
- Hönnun og gerð fræðsluefnis
- Mælingar á árangri fræðslu
- Önnur mannauðstengd verkefni

### Menntun og hæfni

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi æskileg
- Reynsla af sambærilegu starfi skilyrði
- Reynsla af gerð og hönnun fræðsluefnis skilyrði
- Þekking og reynsla af Eloomi fræðslukerfinu er mikill kostur

### Persónulegir eiginleikar

- Frumkvæði og drifkraftur
- Framúrskarandi samskiptahæfni og lipurð í mannlegum samskiptum
- Skipulagshæfileikar og sjálfstæð vinnubrögð

Umsóknarfrestur er til og með 15. ágúst næstkomandi.

## Verzlunarstjóri

Við leitum að öflugum einstaklingi í starf verzlunarstjóra. Leitað er að metnaðarfullum, hugmyndaríkum og skapandi aðila með reynslu af verslunarrekstri. Viðkomandi þarf að búa yfir framúrskarandi samskiptahæfileikum og hafa brennandi áhuga á sölu og þjónustu. Um fullt starf er að ræða.

### Helstu verkefni

- Starfsmannahald, ráðningar og vaktaskipulag
- Þjálfun starfsfólks og úthlutun verkefna
- Þátttaka í markaðsmálum og skipulagningu viðburða
- Uppgjörsvinna, birgðastjórnun, gerð verkferla og áætlana
- Umsjón með lager ásamt afgreiðslu í verslun eftir þörfum

### Menntun og hæfni

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi æskileg
- Umtalsverð reynsla af verslunarrekstri æskileg
- Góð almenn tölvuþekking og þekking á SAP er kostur

### Persónulegir eiginleikar

- Góðir stjórnunar- og skipulagshæfileikar
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð
- Þjónustulund og lipurð í mannlegum samskiptum
- Árangursdrifni, frumkvæði og drifkraftur
- Áreiðanleiki, sveigjanleiki og stundvísi

Umsóknarfrestur er til og með 8. ágúst næstkomandi.

Aðeins er tekið við umsóknum í gegnum [siminn.is/storf](https://siminn.is/storf).  
Fyrirspurnum skal beint á netfangið [mannaudur@siminn.is](mailto:mannaudur@siminn.is).  
Í anda jafnréttisstefnu Símans hvetjum við alla til að sækja um; óháð kyni.







# Kópavogsbær leitar að deildarstjóra lögfræðideildar

Deildarstjóri stýrir lögfræðideild bæjarins, er ráðgjafi bæjarráðs og bæjarstjóra í lögfræðilegum málefnum, sinnir lögfræðilegri innheimtu, málf lutningi o.fl. Deildarstjóri lögfræðideildar heyrir undir bæjarritarara.

Kópavogsbær hvetur einstaklinga óháða kyni til að sækja um starfið.

## Helstu verkefni og ábyrgð

- Fer með daglega stjórn lögfræðideildar.
- Veitir sviðum og stofnunum bæjarins lögfræðilega ráðgjöf.
- Fer með lögfræðilegt fyrirsvar fyrir bæinn.
- Stýrir málf lutningsstörfum bæjarins.
- Annast samningagerð er varða kaup/sölu fasteigna.
- Annast upplýsingagjöf um tryggingamál og meðferð bótamála.
- Veitir ráðgjöf varðandi skjala og samningagerð.
- Sér um löginnheimtu á tilteknum vanskilakröfum.
- Yfirábyrgð á lögfræðitengdum málefnum sem snúa að fagsviðum bæjarins s.s. skipulags- og byggingarmálum, velferðarmálum, jafnréttis- og mannréttindmálum o.fl.

## Menntunar- og hæfniskröfur

- Embættis- eða meistaraþróf í lögfræði.
- Málf lutningsréttindi.
- Yfirgrípsmikil þekking og reynsla af opinberri stjórnarsýslu, sérstaklega á sveitarstjórnarstigi.
- Þekking og reynsla á þeim helstu málaflokkum og verkefnum sem deildarstjóri mun bera ábyrgð á.
- Stjórnunarreynsla er kostur.
- Leiðtoga hæfileikar.
- Þekking á gæðaferlum og stefnumótun.
- Færni til að tjá sig í ræðu og riti.
- Rík áhersla er lögð á þjónustulund og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum og skipulagsfærni.
- Gott vald á íslensku í rituðu og mæltu máli.
- Frumkvæði, sjálfstæði og metnaður til að ná árangri.

Umsóknarfrestur er til og með 3. ágúst n.k. Umsækjendur eru vinsamlegast beðnir að sækja um starfið á kopavogur.is. Umsókn um starfið skal fylgja ítarleg starfsferilsskrá og kynningarbréf, þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Nánari upplýsingar veitir Pálmi Þór Másson, bæjarritari, ([palmithor@kopavogur.is](mailto:palmithor@kopavogur.is)) og Sigríður Þrúður Stefánsdóttir, mannauðsstjóri ([sigridur.stefansdottir@kopavogur.is](mailto:sigridur.stefansdottir@kopavogur.is)).



## Kópavogsbær

[kopavogur.is](http://kopavogur.is)

**Hellulagningarfyrirtæki þarf mann til starfa sem fyrst.**

Meirapróf skilyrði. 100% starf.

Góð laun í boði fyrir réttan aðila.

Umsóknir sendist á [baldur@btverk.is](mailto:baldur@btverk.is)

**A stone-paving company seeks a worker ASAP.**

Commercial Driver's License is required. 100% position.

Good salaries for the right candidate.

Please apply at [baldur@btverk.is](mailto:baldur@btverk.is)

## Símavarsla – Afgreiðsla

Öflugt þjónustufyrirtæki óskar eftir að ráða starfsmann til starfa frá og með miðjum ágúst n.k.

Um er að ræða afleysingastarf í eitt ár. Starfið snýst aðalega um símsvörun og afgreiðslu viðskiptavina. Starfskjör góð og starfsumhverfi er gott.

Áhugasamir sendi umsókn til [atvinna@frettabladid.is](mailto:atvinna@frettabladid.is) merkt "Heppni" fyrir 9. ágúst nk.



## PROTOCOL ASSISTANT

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöðu Protocol Assistant lausa til umsóknar.

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 an individual for the position of Protocol Assistant.

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)



Vinnvinn | Kringlan 7 | 103 Reykjavík  
Sími 552 1212 | [vinnvinn@vinnvinn.is](mailto:vinnvinn@vinnvinn.is) | [www.vinnvinn.is](http://www.vinnvinn.is)

RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF



# Sölumaður

Sauna.is óskar eftir að ráða sölumann vegna ört vaxandi verkefna.

Um er að ræða mjög áhugavert, fjölbreytt starf sem felst í þjónustu við skemmtilegan hóp viðskiptavina. Starfið felst í almennri sölumennsku, tilboðsgerð og teikningu verkefna, aðstoð við lagerstörf, móttöku og afhendingu vara og ýmsu tilfallandi.

## Hæfniskröfur:

- Mikil þjónustulund, þokkaleg enskukunnátta og almenn tölvukunnátta eru skilyrði.
- Þekking á einföld teikniforrit og reynsla af sölumennsku er kostur.
- Snyrtimennska, heiðarleiki og góð framkoma eru mikilvægir þættir.

Ef þú hefur áhuga á fjölbreyttu starfi á góðum vinnustað er þetta tækifæri fyrir þig. Nánari upplýsingar má fá hjá Páli í síma 860-4460.

Vinsamlega sendið umsóknir á netfangið [pall@sauna.is](mailto:pall@sauna.is) fyrir 1. ágúst.

**SAUNA SPA**  
Fjárfesting í vellíðan

## Bændasamtök Íslands leita að öflugum einstaklingi

Bændasamtök Íslands leita að öflugum einstaklingi í hópinn til að sinna fjölbreyttum verkefnum á nýstofnuðu sviði markaðsmála.

### Starfið felur í sér:

- Hugmyndavinnu og textagerð
- Framkvæmd markaðsáætlana
- Umsjón og efnisgerð fyrir vef og samfélagsmiðla
- Vefumsjón og leitarvélabestun
- Framkvæmd markaðsgreininga og skýrslugerð
- Verkefnastjórn
- Önnur tilfallandi verkefni

### Hæfniskröfur:

- Menntun sem nýtist í starfi
- Reynsla af markaðsstarfi
- Þekking og reynsla af vefumsjón, stafrænni markaðssetningu og samfélagsmiðlum
- Hæfileiki til að vinna í teymi og færni í samskiptum
- Hæfileiki til að vinna sjálfstætt
- Áhugi af landbúnaðarmálum
- Góð íslensku og enskukunnátta í töluðu og rituðu máli
- Þekking á Google Ads auglýsingakerfinu
- Þekking á Google Analytics
- Þekking á Facebook Business Manager
- Þekking á Photoshop
- Þekking á Instagram Business Tools
- Þekkingu á öðrum nýsamfélagsmiðlum

Umsókn um starfið þarf að fylgja ítarleg starfsferilsskrá auk kynningarbréfs. Upplýsingar um starfið veitir Vigdís Häsler framkvæmdastjóri.

Umsóknir, merktar **Umsókn um starf sérfræðings á markaðssviði**, berist eigi síðar en 8. ágúst nk. á netfangið [vigdis@bondi.is](mailto:vigdis@bondi.is)

Bændahöllin Hagatorgi 1, 107 Reykjavík



LISKA

Liska ehf. auglýsir laust starf til umsóknar fyrir raflagnahönnuð. Liska ehf. er ungt fyrirtæki með starfsmenn sem hafa yfir 30 ára víðtæka reynslu í lýsingar og raflagnahönnun bygginga, gatna og svæða.

### Starfslýsing

Starfið felur meðal annars í sér eftirfarandi:

- Hönnun lágspennukerfa
- Hönnun smáspennukerfa
- Hönnun ljósastýringa
- Gerð útboðsgagna
- Kostnaðaráætlanagerð
- Önnur fjölbreytt tilfallandi verkefni

Fyrirspurnir og umsóknir sendast á [liska@liska.is](mailto:liska@liska.is), merktar „Starfsumsókn“. Farið verður með allar umsóknir sem trúnaðarmál.

**Umsóknarfrestur er til 31. júlí 2021.**

Umsóknaraðili þarf að geta hafið störf sem fyrst.

LISKA

[www.liska.is](http://www.liska.is)

### Hæfniskröfur:

- Rafmagns verk-, tækni- eða iðnfræðingur
- Sveinspróf í rafvirkjun er kostur
- Sjálfstæð vinnubrögð
- Metnaður og frumkvæði til að bæta við sig nýrri þekkingu
- Jákvæðni og lipurð í mannlegum samskiptum
- Gott vald á íslensku og ensku í rituðu og töluðu máli er skilyrði
- Önnur tungumálakunnátta er kostur
- Kunnátta á AutoCAD og Revit
- Góð kunnátta á Microsoft Office, s.s. Word, Power Point og Excel er skilyrði
- Þekking á BIM er kostur
- Þekking á helstu stýringarkerfum fyrir lýsingu s.s. DALI, DMX, KNX, Bluetooth
- Kunnátta á Dialux eða Relux lýsingarreikniforritum er kostur
- Þekking á umhverfisvottunarkerfum s.s. Breeam, Well, Svansvottun bygginga, eða öðrum sambærilegum kerfum er kostur

Fram undan eru mörg spennandi og metnaðarfull verkefni sem kalla á samhent þverfaglegt hönnunarteymi. Liska er fjölskylduvænt fyrirtæki þar sem starfsmenn fá tækifæri til að þroskast í starfi og aðstöðu til að vinna bæði heima og á sameiginlegum vinnustað í sveigjanlegum vinnutíma.

# Þú ert ráðin/n!

## Uppáhaldssetningin okkar hjá FAST ráðningum

[www.fastradningar.is](http://www.fastradningar.is)

**FAST**  
Ráðningar



# Fyrirtæki ársins 2021



## HUMAN RESOURCES CLERK

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöðu  
Human Resources Clerk lausa til umsóknar.

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 an individual  
for the position of Human Resources Clerk.

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)



## JARÐFRÆÐINGUR VARMAORKU

Varmaorka óskar eftir að ráða jarðvísindamann til liðs við  
ört vaxandi þróunarteymi jarðhitaverkefna.

Staðan er hluti af alþjóðlegu teymi okkar í jarðvísindum og  
verkfræði í þeim tilgangi að efla jarðfræðilegan skilning.  
Framhaldsnám í jarðfræði, jarðefnafræði eða skyldum  
greinum skilyrði.

Sérfræðikunnátta og hagnýt reynsla æskileg með áhuga  
á að leysa krefjandi hugtök og verkefni.  
Þekking af utanumhaldi verkefna æskileg.

Einstaklingsbundið frumkvæði og hæfni til að leggja sitt af  
mörkum, miðla til annarra, heildarsýn og árangri.  
Framúrskarandi samskiptahæfni á íslensku og ensku, bæði í  
töluðu – og rituðu máli, nauðsynleg.

Upplýsingar um menntun og fyrri störf sendist á Anders  
Backström skrifstofustjóra ([anders@varmaorka.is](mailto:anders@varmaorka.is)) fyrir  
**1. ágúst n.k.**

Í boði er starf hjá kraftmiklu fyrirtæki sem býður upp á bjarta  
starfsstöð að Katrínartúni 2, 105 Reykjavík, með metnaðar-  
fullum samstarfsfélögum.

Ráðning er áætluð frá 1. september 2021 (eða fyrr).

Farið verður með fyrirspurnir sem trúnaðarmál og öllum  
umsóknum svarað.

*Varmaorka sérhæfir sig í þróun og rekstri endurnýjanlegra  
jarðhitavirkjana á Íslandi og var stofnað í byrjun árs 2017.  
Við erum lítið en ört vaxandi fyrirtæki, staðsett í miðbæ Reykjavíkur.*

*Núverandi verkefni eru á suður – og vesturlandi en Varmaorka er  
einnig hluti af alþjóðlegum hópi fyrirtækja með svæðisskrifstofur  
og þróunarverkefni í Bandaríkjunum, Svíþjóð, Taívan og Japan.*

[www.varmaorka.is](http://www.varmaorka.is)



## AÐSTOÐAR FRAMKVÆMDASTJÓRI

Rótgróið fyrirtæki leitar eftir aðstoðarframkvæmdastjóra með góða menntun. Alþjóðasáttmálar (kaup og sala, tollur) og fullkomið vald á pólsku og íslensku bæði í máli og riti.

Allar frekari upplýsingar veittar á e-mail [dorisehf@gmail.com](mailto:dorisehf@gmail.com)



## B.Ó. SMÍÐIR

B.Ó. Smíðir ehf. óska eftir að ráða smíði í vinnu

Umsóknir og fyrirspurnir má senda á [bosmidir@bosmidir.is](mailto:bosmidir@bosmidir.is)

## Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



**Beinn sími: 550 5625**

### Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, [hrannar@frettabladid.is](mailto:hrannar@frettabladid.is)  
Arna Rut Kristinsdóttir, [arnarut@frettabladid.is](mailto:arnarut@frettabladid.is)

# Við leiðum fólk saman

[hagvangur.is](http://hagvangur.is)



HAGVANGUR

## VILT ÞÚ VERÐA HLUTI AF GÓÐU FERÐALAGI?

### FLUGÖRYGGISVÖRÐUR

Keflavíkurflugvöllur iðar af lífi og við leitum að brosmildum einstaklingum með ríka þjónustulund í starf flugöryggisvarða í flugverndardeild. Starfið felst í öryggisleit farþega og farangurs.

Óskað er eftir starfsfólki í framtíðarstörf bæði í 100% starfshlutfall og hlutastörf. Um vaktavinnu er að ræða.

Allir umsækjendur þurfa að geta sótt undirbúningsnámskeið áður en þeir hefja störf og standast próf í lok námskeiðs.

Nánari upplýsingar veitir Árni Gísli Árnason deildarstjóri flugverndar, [arni.arnason@isavia.is](mailto:arni.arnason@isavia.is) og á [isavia.is/atvinna](http://isavia.is/atvinna).

### Hæfniskröfur

- Rík þjónustulund og hæfni í mannlegum samskiptum
- Góð samstarfshæfni í hóp
- Nákvæmni í vinnubrögðum
- Gott vald á íslensku og ensku, bæði í rituðu og mæltu máli
- Rétt litaskynjun
- Aldurstakmark 20 ár



JAFNLAUNAVOTTUN  
2018 - 2021

Hjá Isavia starfar öflugur hópur fólks sem hefur það að markmiði að vera hluti af góðu ferðalagi þeirra sem fara um flugvelli fyrirtækisins og íslenska flugstjórnarsvæðið.

STARFSSTÖÐ:  
**KEFLAVÍK**

UMSÓKNARFRESTUR:  
**28. JÚLÍ**

UMSÓKNIR:  
**ISAVIA.IS/ATVINNA**



**ISAVIA**



# ÚTBOÐ

## Hjúkrunarheimili Sveitarfélagið Hornafjörður 21428 - Hjúkrunarheimili Sveitarfélagið Hornafjörður

Ríkiskaup fyrir hönd Framkvæmdasýslu ríkisins (FSR) óskar eftir tilboðum í verkið: Hjúkrunarheimili – Sveitarfélagið Hornafjörður.

Um er að ræða heildarframkvæmd - viðbyggingu og endurbætur á núverandi húsnæði Heilbrigðisstofnun Suðurlands (HSU) sem mun hýsa hjúkrunarheimili fyrir 30 heimilismenn. Framkvæmdin felur í sér allt frá jarðvinnu að fullkláruðu húsi og lóðarfrágangi ásamt endurbótum á núverandi byggingu sem er í fullri starfsemi og verður allan framkvæmdatímann.

Verkið hefst við tilkynningu um töku tilboðs og verklok eru áætluð 16. júní 2023.

Skilafrestur er 24 ágúst 2021 kl 12.00 og opnun tilboða er 24 ágúst 2021 kl 13.00.

Nánari upplýsingar er að finna í [www.utbodsvefur.is](http://www.utbodsvefur.is) og útboðskerfi Ríkiskaupa TendSign.

Leiðbeiningar varðandi útboðskerfið má nálgast á heimasíðu Ríkiskaupa.

Borgartúni 7c, 105 Reykjavík  
Sími 530 1400  
[www.ríkiskaup.is](http://www.ríkiskaup.is)

RÍKISKAUP



## Orlofsnefnd húsmæðra Hafnarfirði

[www.hafnarfjardarorlof.is](http://www.hafnarfjardarorlof.is)

Kynnir orlofsferð á Snæfellsnes 15. - 17. ágúst 2021

Nánari upplýsingar og umsóknir um ferðina eru eingöngu á nýrri heimasíðu Orlofsnefndarinnar [www.hafnarfjardarorlof.is](http://www.hafnarfjardarorlof.is)

Tölvupóstur: [hafnarfjardarorlof@hafnarfjardarorlof.is](mailto:hafnarfjardarorlof@hafnarfjardarorlof.is)

# ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- **Safamýri 5. Nýr leiksskóli. Uppbygging og fullnaðarfrágangur**, útboð nr. 15269
- **Knattspýnuvöllur Vals. Endurnýjun á gervigrasi**, útboð nr. 15276

Nánari upplýsingar er að finna á [www.reykjavik.is/utbod](http://www.reykjavik.is/utbod)

 **Reykjavíkurborg**  
Innkaupaskrifstofa  
Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík  
Sími 411 1111  
Netfang: [utbod@reykjavik.is](mailto:utbod@reykjavik.is)



# Við ráðum

Ráðum býður upp á ráðgjöf og ráðningarpjónustu sniðna að þörfum viðskiptavinarins.

## Stjórnendaleit

Reynsla og gott tengslanet sérfræðinga Ráðum skilar árangri þegar finna þarf æðstu stjórnendur eða fólk í stjórnir fyrirtækja.

## Ráðningar millistjórnenda og sérfræðinga

Góður gagnagrunnur, gott tengslanet og áralöng reynsla á ráðningarmarkaði eykur líkurnar á því að finna hæfasta einstaklinginn í starfið.

## Almennar ráðningar á markaði

Öflun umsækjenda í almenn störf er ein helsta áskorun fyrirtækja í dag. Þekking á markaðnum er því mikilvæg og þar skiptir reynslan miklu máli. Með leit í gagnagrunni eða auglýsingu í viðeigandi miðlum aðstoðar Ráðum fyrirtæki við að finna hæfasta einstaklinginn í starfið.

## Sveigjanleg nálgun

Sérstaða Ráðum liggur í sveigjanlegri nálgun á ráðningarverkefnið. Fyrir utan að sjá um allt ráðningarferlið komum við til móts við þarfir fyrirtækja með því að sjá um hluta þess ef þörf krefur, t.d. bakgrunnskannanir, hæfnismat eða starfstengdar æfingar.

## Matstæki

Ráðum notast við nýjustu aðferðir við að meta hæfni og persónuleikabætti sem geta skipt sköpum í ráðningum. Ráðum er í samstarfi við bandaríska mannauðslaunafyrirtækið CEB sem er í fararbroddi í persónuleikaprófum og öðrum matstækjum sem eru sérstaklega hönnuð til að greina sérstöðu og hæfileika einstaklinga áður en ráðning fer fram.

Þannig er hægt að finna hæfasta einstaklinginn með talsverðri nákvæmni. Persónuleikamatið OPQ32 og DSI (Dependability & Safety Index) skimunarprófið hafa t.d. verið stöðluð og staðfærð að íslenskum markaði.

## Ráðgjöf við starfslok

Viðskilnaður fyrirtækis við starfsmann skiptir höfuðmáli þegar fyrirtækið á frumkvæðið að starfslokum. Ráðum býður upp á viðtal við ráðgjafa sem felur m.a. í sér upplýsingar um atvinnumarkaðinn, ráðgjöf varðandi starfsferilskrá og kynningarbréf og hagnýt atriði varðandi starfsleit og atvinnuviðtöl.

**ráðum**  
ráðningarstofa

[WWW.RADUM.IS](http://WWW.RADUM.IS) | 519 6770 | [RADUM@RADUM.IS](mailto:RADUM@RADUM.IS)

 Faxaflóahafnir sf  
Associated  
Icelandic  
Ports

 Reykjavík  
Grundartangi  
Akranes  
Borganes

## Útboð

Faxaflóahafnir óska eftir tilboðum í eftirfarandi verk:

### Verbúðabryggja - Endurbýgging 2021

Verkið felst í því að rífa núverandi Verbúðabryggju í Reykjavíkurborg og endurbýgja úr harðvið.

#### Helstu magntölur:

Niðurrekstur staura	60 stk
Efri tangir	20 sett
Neðri tangir	20 stk
Ská- og krossstífur	10 sett
Kantbitar	122 m
Dekkbítar	550 m
Dekklæðing	410 m <sup>2</sup>
Kanttré	130 m
Þybbuklæðing	130 m
Stigar	7 stk

Auk frágangs og tengingu á vatni og rafmagni.

Útboðsgögn verða aðgengileg á útboðs vefsíðunni, AjourSystem, mánudaginn **26. júlí 2021 kl. 13:00**.

Hlekkur á vefsíðuna má finna á vefsíðu

Faxaflóahafna:

<http://www.faxaflolahafnir.is/utbodsverk/>

Tilboðum skal skilað inn á sömu útboðssíðu eigi síðar en **11. ágúst, 2021, kl. 13:00**.

Enginn formlegur opunarfundur verður haldinn, en niðurstöður verða sendar til bjóðenda þegar opnun og yfirferð tilboða er lokið. Nánari upplýsingar má nálgast hjá [bjarki.omarsson@efla.is](mailto:bjarki.omarsson@efla.is)



# Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

**Beinn sími: 550 5625**

#### Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, [hrannar@frettabladid.is](mailto:hrannar@frettabladid.is)

Arnar Rut Kristinsdóttir, [arnarut@frettabladid.is](mailto:arnarut@frettabladid.is)



## Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir  
eru okkar besta auglýsing



[lind@fastradningar.is](mailto:lind@fastradningar.is)  
[mjoll@fastradningar.is](mailto:mjoll@fastradningar.is) [www.fastradningar.is](http://www.fastradningar.is)

## EIGNAMIDLUN

### STAÐGREIÐSLA Í BOÐI



#### Einbýlishús í Vesturborginni óskast

Viðskiptavinur okkar leitar að 250-350 fm einbýlishúsi í Vesturborginni. Staðgreiðsla í boði.



**Sverrir Kristinnsson**  
Löggiltur fasteignasali  
[svrerrir@eignamidlun.is](mailto:svrerrir@eignamidlun.is)  
588 9090

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími 588-9090 | [eignamidlun.is](http://eignamidlun.is)



NÝTT Í SÖLU



**OPÍÐ HÚS** | Þriðjudaginn  
27. júlí  
kl. 17.00 - 17.30

**Skúlagata 40b**  
101 Reykjavík

falleg 2ja herb. íbúð  
á 1. hæð, 60 ára og eldri.

- Stæði í bilageymslu
- Einkaafnot af lóð fyrir framan svalahurð 36 fm
- Afnot af sána og heitum potti.
- Húsvörður

Verð: **41,9 millj.**



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



**OPÍÐ HÚS** | sunnudaginn  
25. júlí  
kl. 17.00 - 17.30

**Miðleiti 7**  
103 Reykjavík

Vel staðsett 2-3 herb.  
81,9 fm útsýnisíbúð  
fyrir 55 ára og eldri,  
á efstu hæð í lyftuhúsi

- Björt og rúmgóð stofa, útgengt á suðursvalir með fallegu útsýni.
- Sér stæði í bílastæðahúsi.
- Sérgeymsla er í sameign

Verð: **Tilboð**



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



**Kjartan Í. Guðmunds**  
lögg. fasteignasali  
Sími: 663-4392  
kjartan@miklaborg.is



NÝTT Í SÖLU



**OPÍÐ HÚS** | Þriðjudaginn  
27. júlí  
kl. 17.30 - 18.00

**Þórsgrata 20**  
101 Reykjavík

Björt og skemmtileg  
36,7 fm 2ja herbergja  
íbúð á 2. hæð

- Opin og björt stofa og eldhús. Frábært skipulag
- Svefnherbergi snýr frá götu
- Sameiginlegar suður svalir og þvottahús
- Klæðning og þakjárn endurnýjað

Verð: **32,9 millj.**



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



**Daltún 31**  
200 Kópavogur

Glæsilegt og sérlega  
vel staðsett 261,7 fm  
parhús á 3 hæðum  
ásamt bílskúr

- 5 svefnherbergi
- 3 baðherbergi
- Húsið er í neðstu húsaröð við Fossvogsdalinn með útsýni til Esjunnar.
- Stutt í þjónustu, skóla og gönguleiðir í útivistarkerfi.
- Fossvogsdalur er sveit í borg
- Möguleiki á aukaíbúð

Verð: **114,9 millj.**



**Friðrik Þ. Stefánsson**  
hdl. og aðst. fasteignasali  
Sími: 616 1313  
fridrik@miklaborg.is



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



**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 773 6000

**Háeyri 1 og 2**

270 Mosfellsbær

Tvær skógi vaxnar einbýlishúsalóðir  
á skjól- og friðsælum stað í Mosó

Verð: **98 millj.**

- Byggja má allt að 450 fm einbýli á 2 hæðum með bílskúr á hvorri lóð skv. deiliskipulagi
- Háeyri 1 er 1197 fm með reislulegum bústað. Háeyri 2 er 1769,9 fm
- Einstakt tækifæri til að byggja draumaeinbýlið

Nánari upplýsingar:  
s. 773 6000 Þórunn Pálsdóttir löggiltur fasteignasali



**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 695 5520

**Háholt 1**

840 Laugarvatn

377 fm fasteign með gistirestarleyfi

Verð: **110 millj.**

- Skiptist í sérþýli / gistiheimili / veitinga- og verslunarhúsn.
- Í dag er gisting fyrir 11-12
- Stækkun á veitingastað eða gistingu möguleiki
- Frábærlega staðsett / Vaxandi viðskipti / Einstakt tækifæri

Nánari upplýsingar:  
s. 695 5520 Jón Rafn Valdímars löggiltur fasteignasali



NÝTT Í SÖLU

**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 775 1515

**Mánagata 24**

105 Reykjavík

Tvær íbúðir á þessum frábæra stað

Verð: **64,9 millj.**

- Þriggja herbergja efri hæð
- Studio íbúð í bílskúr
- Sameignlegt þvottahús er í kjallara hússins.
- Sér upphitað stæði fyrir er fyrir framan bílskúrin.

Nánari upplýsingar:  
s. 775 1515 Jason Kr. Ólafsson löggiltur fasteignasali  
s. 663 4392 Kjartan Í. Guðmunds löggiltur fasteignasali



**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 775 1515

**Hverfisgata 94 (304)**

101 Reykjavík

Ný og vönduð 77,4 fm 2ja herb. íbúð  
á 3. hæð +stæði í bilageymslu

Verð: **58,5 millj.**

- Einstaklega vandað eldhús, stór glæsileg stofa, rúmgott svefnherbergi, fallegt baðherbergi með þvottaaðstöðu ásamt 7,1 fm svólum.
- Góð sameign, lyfta og sér geymsla.

Nánari upplýsingar:  
s. 775 1515 Jason Kr. Ólafsson löggiltur fasteignasali



NÝTT Í SÖLU

**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 775 1515

**Austurströnd 8**

170 Seltjarnarnes

3ja herbergja íbúð á fimmtu hæð

Verð: **44,9 millj.**

- Mikíð endurnýjuð, góð gólfefni.
- Endurnýjað bað
- Suðursvalir
- Stæði í bilageymslu

Nánari upplýsingar:  
s. 775 1515 Jason Kr. Ólafsson löggiltur fasteignasali



**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 775 1515

**Lyngás 1e**

210 Garðabær

Rúmgóð og björt 4ra herbergja  
100fm íbúð í nýlegu lyftuhúsi

Verð: **61,5 millj.**

- Sérinngangur af svalagangi og skiptist í forstofu, eldhús, stofu- og borðstofu með útgengt út á svalir, þrjú svefnherbergi og baðherbergi með tengi fyrir þvottavél.
- Sérgeymsla ca 10 fm. Bílastæði í bilageymslu

Nánari upplýsingar:  
s. 775 1515 Jason Kr. Ólafsson löggiltur fasteignasali



**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 823 0339

**Hverfisgata 92 c (205)**

101 Reykjavík

Glæsileg ný 106,6 fm 3ja herbergja  
íbúðá jörðhæð í miðborginni

Verð: **79,9 millj.**

- 2 svefnherbergi, Flestir gluggar gólfsíðir
- 16,2 fm verönd ig fallegur inngarður
- Vandaðar innréttingar og tæki. Stæði í bilageymslu.
- Íbúðin skilast fullbúin með gólfefnum

Nánari upplýsingar:  
s. 823 0339 Barbara R. Bergþórs löggiltur fasteignasali  
s. 845 8958 Jörunn Skúladóttir löggiltur fasteignasali



**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 845 8958

**Grandavegur 40**

107 Reykjavík

Fallegt lítið einbýlishús 81,1 fm  
við Bráðræðisholtið.

Verð: **55,9 millj.**

- Húsið var fríðað árið 2012 og stendur á eignarlóð
- Forstofa, stofu, sólskála, eldhús, bað, þvottahús, svefnherbergi, rúmgott alrými og fallega innréttað
- Falin perla í Reykjavík. Frábær staðsetning

Nánari upplýsingar:  
s. 845 8958 Jörunn Skúladóttir löggiltur fasteignasali



NÝTT Í SÖLU

**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 845 8958

**Vallarás 1**

110 Reykjavík

Falleg 2ja herbergja með  
sérafnotarétti

Verð: **30,5 millj.**

- Eldhús, stofa með útgengt út á stóran sérafnotarétt, svefnherbergi og baðherbergi.
- Eigninni fylgir geymsla á 1.hæð.

Nánari upplýsingar:  
s. 845 8958 Jörunn Skúladóttir löggiltur fasteignasali



# HAFÐU FJÖLPÓSTINN Í MEST LESNA DAGBLAÐI LANDSINS!\*

Það er hvergi betri staður fyrir fjölpóstinn en inni í Fréttablaðinu en kynningarefnið lendir á eldhúsborðinu þegar blaðið er opnað!

## 46,5%

íbúa höfuðborgarsvæðisins á aldrinum **25 - 80 ára** lesa Fréttablaðið daglega að meðaltali\*

Kannaðu dreifileiðir og verð í síma **550 5000** eða sendu tölvupóst á **orn@frettabladid.is**.

Útvegum einnig hagstæð verð í prentun.



\* Samkvæmt prentmælingum Gallup



# Vítamín mikilvæg fyrir vöxt og þroska barna

Nauðsynlegt er að gefa börnum valin bæti efni til að tryggja upptöku á mikilvægum vítamínunum sem stuðla að eðlilegum vexti og þroska fyrir komandi ár og framtíð barna.

Vítamín tilheyra þeim hópi nauðsynlegra næringarefna sem líkaminn þarfnast í litlu magni fyrir eðlilega líkamstarfsemi. Vítamín gegna ýmsum mikilvægum hlutverkum fyrir líkamann, svo sem við framleiðslu orku og losun úrgangsefna. Fyrsta ár í lífi barna einkennist af örur vexti og þroska og því er næringin fyrsta aldursárið gríðarlega mikilvæg og leggur grunn að fæðuvekjum barnsins og heilbrigði allt lífið.

## Næring fyrstu mánuði barna

Fyrstu sex mánuði barna er ráðlagt að nærast eingöngu á móðurmjólk svo lengi sem að barnið vex og dafnar vel. Móðurmjólkinn inniheldur öll þau næringarefni sem barnið þarfnast fyrstu sex mánuðina, en auk næringarefna inniheldur móðurmjólkinn ýmis efni sem hafa áhrif á þroska meltingarfæranna og starfsemi þeirra, svo sem vaxtarþætti og hormóna. Börn þurfa þó líkt og aðrir að fá D-vítamín viðbót frá unga aldri, ásamt öðrum mikilvægum vítamínunum eftir sex mánaða aldur.

## Nauðsynlegt að gefa börnum D-vítamín viðbót fyrstu árin

D-vítamín er fituleysanlegt vítamín sem hefur mörgum mikilvægum hlutverkum að gegna í líkamanum. Móðurmjólk inniheldur ekki nægjanlegt magn D-vítamíns til að uppfylla þarfir barna og er því mikilvægt að gefa viðbót frá 1-2 vikna aldri. Fyrstu ár ævinnar eru beinin að vaxa og þéttast og skiptir því miklu máli að börn fái viðbót til að stuðla að viðhaldi eðlilegra beina. D-vítamín er að auki nauðsynlegt fyrir upptöku og nýtingu á kalki, sem og mikilvægt fyrir tennur og eðlilega starfsemi ónæmiskerfisins. Til eins árs aldur er ráðlagður dagskammtur af D-vítamíni 10 míkrogrömm.

## Vítamín eru mikilvæg fyrir börnin og framtíð þeirra

Fram að sex mánaða aldri duga m.a. járnþingur, E-, B6-, og C-vítamín ásamt sinki frá móðurmjólk en eftir það þarf að huga að viðbót. Jafnframt fá börn að jafnaði nægilegt magn A-vítamíns úr móðurmjólk og síðar meir úr fæðunni eða viðbót. A-vítamín er meðal annars



Vítamín í formi munnúða er einföld og áhrifarík leið til að tryggja að börn fái öll helstu vítamín sem uppfylla daglega þörf og styðja við eðlilegan vöxt og þroska. Börn þurfa D-vítamín jafnt sem fullorðnir. **MYND/ADSEND**

mikilvægt fyrir þroska ungbarna og fyrir flestar frumur líkamans fyrir komandi ár og framtíð barna. A-vítamín stuðlar jafnframt að viðhaldi eðlilegrar sjónar og húðar, ásamt eðlilegrar starfsemi hjartans. Mikilvægt er að huga að vítamíninntöku barna frá unga aldri en vítamínþúskapur getur jafnvel haft áhrif á framtíð barna.

## Munnúðar eru sérstaklega hentugur valkostur fyrir börn

Better You-munnúðarnir njóta aukinna vinsælda og ekki að ástæðulausu því mikilvægt er lagt upp úr gæðum og að upptaka á vítamínunum sé tryggð. Vítamín í formi munnúða er einföld og áhrifarík leið til að tryggja að börn fái öll helstu

vítamín til þess að uppfylla daglega þörf til að styðja við eðlilegan vöxt og þroska. Úðarnir frá Better You eru sérstaklega hannaðir þannig að þeir frásogist beint inn í blóðrásina og fari fram hjá meltingarveginum en þannig tryggir það hámarks upptöku í gegnum slímhúð. Vítamínúðarnir eru að auki einstaklega bragðgóðir ásamt því að vera lausir við öll gervi- og litarefni.

**Dlux infant** er hugsað fyrir börn yngri en 3 ára en hver munnúði inniheldur ráðlagðan dagskammt af D-vítamíni fyrir börn sem jafngildir 10 míkrogrömmum/400 alþjóða-einingum á dag. Munnúðinn er bragðlaus og einstaklega þægilegur í notkun.

**Dlux junior** er bragðgóður

munnúði með piparmyntubragði sem hentar börnum eldri en 3 ára. Dlux junior er hentugur valkostur fyrir börn sem eiga erfitt með að innbyrða töflur eða hylki.

**MultiVit junior** er fjölvítamín í úðaformi ætlað börnum frá 1 árs aldri. Vítamínið er með hindberjabragði og inniheldur öll þau 14 nauðsynlegu næringarefni sem líkaminn þarf á að halda. Inniheldur A-, D-, C-, K- og B-vítamín ásamt fólínsýru, jodi og selen.

**Children's health** með hindberjabragði er áhrifarík leið til að tryggja að börn frá 1 árs aldri fái helstu vítamín sem þörf er á til að styðja við vöxt og þroska. Inniheldur A-, B12-, C-, D- og K2-vítamín, ásamt fólínsýru og jod. ■



## VÍTAMÍNSPREY SEM TRYGGJA HÁMARKSUPPTÖKU



### D +K2

Dlux +K2 vítamín vinna saman að viðhaldi og heilbrigði beina og hjarta



### D 3000

Dlux 3000 munnúði, hver úði inniheldur 3000 a.e.



### D 1000

Dlux 1000 munnúði, hver úði inniheldur 1000 a.e.



### JUNIOR

Dlux Junior munnúði fyrir 3 ára og eldri, hver úði inniheldur 400 a.e.



### INFANT

Dlux Infant munnúði fyrir ungbörn, hver úði inniheldur 400 a.e. og er bragðlaus

Sölustaðir: Flest apótek, heilsuþúðir og heilsuhillur stórmarkaða og verslana.



# Tónagaldur í Reykholti



Sigríður Inga Sigurðardóttir  
sigriduringa  
@frettabladid.is

Þórunn Ósk Marinósdóttir víóluleikari er önnur tveggja listrænna stjórnenda Reykholtshátíðar. Hún segir tónlistina eiga eftir að óma um sveitina alla helgina.

Þórunn Ósk og Sigurður Bjarki Gunnarsson, eiginmaður hennar og sellóleikari, hafa haft veg og vanda af því að skipuleggja Reykholtshátíð, sem fer nú fram í tuttugasta og fimmta sinn. Hátíðin hófst formlega í gærkvöldi og stendur fram eftir degi á morgun. Dagskráin er fjölbreytt en haldnir verða fernir veglegir tónleikar með landsþekktu tónlistarfólki.

„Við tókum við keflinu af Sigurgeiri Agnarssyni, sem stjórnaði hátíðinni síðustu átta árin. Við Sigurður höfum margoft spilað á hátíðinni þannig að við erum öllum hnútum kunnug. Það er yndislegt að koma í Reykholt, hér svífur andi Snorra Sturlusonar yfir vötnum og náttúrufegurðin er alltumlykjandi. Reykholtskirkja er rómuð fyrir fagran hljómburð, en frá vígslu hennar hafa verið haldnir um 800 tónleikar, minningarhátíðir og kirkjulegar athafnir,“ segir Þórunn, en kirkjan er hönnuð sérstaklega fyrir hljómflutning. Þangað hefur tónlistarfólk komið sérstaklega til að æfa og taka upp hljómplötur. „Reykholtshátíðin er tvímælaust einn af stærstu viðburðum sumarsins í tónlistarlífi landsins,“ segir Þórunn, en hátíðin hefur ávallt verið haldin í kringum vígsluafmæli Reykholtskirkju, sem ber upp á síðasta sunnudag júlímánaðar.

## Margir fylgt hátíðinni frá upphafi

Listamenn hátíðarinnar í ár hafa margir hverjir verið tíðir gestir á Reykholtshátíð og jafnvel fylgt hátíðinni frá upphafi. „Þær Auður Hafsteinsdóttir fiðluleikari og Bryndís Halla Gylfadóttir sellóleikari eru þeirra á meðal. Aðrir eru að koma fram í fyrsta sinn á hátíðinni, svo sem Herdís Anna Jónasdóttir sópransöngkona, sem syngur óperuaríur og sönglög og Sigurbjörn Bernharðsson fiðluleikari. Hann er búsettur í Bandaríkjunum og það hefur lengi staðið til að fá hann til að spila á hátíðinni, og við erum því mjög glöð yfir að hann gat verið með í ár. Yngri flytjendur munu láta líka í sér heyra en þau Gunnhildur Daðadóttir fiðluleikari og Bjarni Frimann Bjarnason, pianó- og víóluleikari, spila líka á hátíðinni,“ segir Þórunn, en þau Sigurður Bjarki koma einnig fram og spila á sín hljóðfæri.



Bryndís Halla, Sigurður Bjarki, Gunnhildur, Sigurbjörn, Auður og Þórunn Ósk eru á meðal flytjenda á Reykholtshátíð um helgina. Þar verður frumflutt nýtt verk eftir Ingibjörgu Ýr Skarphéðinsdóttur, sem er innblásið af ljóðum Þorsteins frá Hamri.

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR



Þórunn Ósk og Sigurður Bjarki eru listrænir stjórnendur hátíðarinnar í ár og koma einnig fram. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR



Dagskrá Reykholtshátíðar er metnaðarfull að vanda.

MYND/ADSEND

## Afmælisárið setur mikinn svip á dagskrána þetta árið

Þegar þeim Þórunni og Sigurði Bjarka var falið að undirbúa Reykholtshátíð langaði þau strax að tengja hana við afmælisárið og gera eitthvað sérstakt í því tilefni.

„Sú hugmynd kom fljótlega upp að heiðra minningu ljóðskáldsins Þorsteins frá Hamri, sem var ættaður úr Borgarfirðinum og gekk í héraðsskólann í Reykholti. Ástráður Eysteinnsson bókmenntafræðingur flytur fyrirlestur um verk hans klukkan eitt í dag,“ upplýsir Þórunn.

Jafnframt samdi Ingibjörg Ýr Skarphéðinsdóttir nýtt verk, þar sem sautján ljóðum úr smíðju Þorsteins er fléttað saman í eitt verk.

Verkið er sannkallaður tóna-

galdur í kringum ljóðin, sem skapar ótrúlega fallega stemningu, að sögn Þórunnar.

Á morgun spilar Steinunn Birna Ragnarsdóttir á pianó, en hún kom að stofnun tónlistarhátíðarinnar á sínum tíma og var um árabíl listrænn stjórnandi hennar. „Í kvöld spilum við sellókvintett eftir Glazunov, sem hefur sjaldan eða jafnvel aldrei verið fluttur á Íslandi og á morgun er grand finale með stórbrotnum strengjasett eftir Brahms,“ segir Þórunn.

Um einn og hálfan tíma tekur að keyra frá Reykjavík í Reykholt og segir Þórunn það upplagðan helgarbítur. „Hér í kringum Reykholt eru ótal gistimöguleikar og margt að skoða, ef áhugi er á að gera meira úr ferðinni.“ ■



Reykholtshátíðin er tvímælaust einn af stærstu viðburðum sumarsins í tónlistarlífi landsins.

## MARAÞON

Veglegt sérblað Fréttablaðsins um maraþon kemur út föstudaginn 30. júlí nk.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir

Jón Ívar Vilhelmsson markaðsfulltrúi  
Sími 550 5654 / jonivar@frettabladid



FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ



## Bílar & Farartæki



**PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?**  
Bílauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. [www.bilauppbod.is](http://www.bilauppbod.is) Sími 522-4610.

**Bílauppbod - Krókur**  
Sími: 522 4610  
[www.bilauppbod.is](http://www.bilauppbod.is)

## Bílar óskast

**VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN?**  
Kaupi bíla 25-250þús  
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

## Þjónusta

## Nudd

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

## Garðyrkja



» Jarðvinna  
» Drenlagir  
» Hellulagir  
» Þökulagir

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780  
[prostone@prostone.is](mailto:prostone@prostone.is)

## Bókhald

**\*Accountant**  
Accountant ehf.  
Laugavegi 178,  
105 Reykjavík  
S. 490-0095  
[info@accountant.is](mailto:info@accountant.is)  
[www.accountant.is](http://www.accountant.is)

## Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael. S. 894 4560 [www.flytja.is](http://www.flytja.is) flytja@flytja.is

## Málarar

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

## Húsviðhald



» Smíðavinna  
» Múrvinna  
» Málningarvinna

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780  
[prostone@prostone.is](mailto:prostone@prostone.is)

## FLÍSLAGNIR - 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



Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu frjá ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná [www.k2.is](http://www.k2.is)

## Rafvirkjun

**RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.**  
Tölfluskipti, myndsímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. [straumblik@gmail.com](mailto:straumblik@gmail.com)



Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það  
Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.  
Hafðu samband og við metum ástandið.  
Smíðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - [gluggagerdin@gluggagerdin.is](mailto:gluggagerdin@gluggagerdin.is)

# Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

**Beinn sími: 550 5625**

Sölufulltrúar:  
Hrannar Helgason, [hrannar@frettabladid.is](mailto:hrannar@frettabladid.is)  
Arna Rut Kristinsdóttir, [arnarut@frettabladid.is](mailto:arnarut@frettabladid.is)



Heitir og kaldir gæðapottar sem hitta í mark hjá ÖLLUM í fjölskyldunni!

						<b>NORMX</b> Íslensk framleiðsla í 39 ár!
Sigurlaug 124.500 kr.	Gvendarlaug 177.000 kr.	Grettislaug 239.000 kr.	Geirslaug 257.000 kr.	Unnarlaug 285.000 kr.	Snorrulaug 278.000 kr.	

**OPIÐ 10-14 Á LAUGARDÖGUM Í SUMAR!**

Auðbrekku 6 200 Kópavogi Sími 565-8899 [normx@normx.is](mailto:normx@normx.is)



Keypt  
& Selt

Til sölu

Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27  
Sími 552 2125  
www.gitarinn.is



Kassagítarar  
á tilboði

Gítarar og  
hljómborð  
í miklu úrvali

Verð við allra hæfi



Gæða ungnautakjöt beint frá býli.  
Minnst 1/8 úr skrokk. Hakk, gúllas,  
snitsel og steikur. www.myranaut.is  
s. 868 7204



TILBOÐ

Fallegur sófi úr Tekk til sölu með  
höfuðpúðum og skammel, grár. St.  
90X220 og skammel 70X85. Tilboð  
óskast S. 663 3313

Hljóðfæri



Harmonikur í úrvali. Vantar notaðar  
harmonikkur í umboðssölu. Pokar  
og ólar. www.egtonar.is Sími 824  
7610 & 660 1648.

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS  
SÍMI 555-3464

Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg  
af því. Allt að 20% afsláttur. www.  
geymslur.is

Atvinna

Atvinna í boði

**A STONE-PAVING COMPANY**  
seeks a worker ASAP. Commercial  
Driver's License is required. 100%  
position. Good salaries for the  
right candidate. Please apply at  
baldur@btverk.is

# Þarftu að ráða?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum  
og mannauðsráðgjöf.

Við komum til móts við þarfir  
fyrirtækja og sérsníðum lausnir  
sem henta hverjum viðskiptavini.

# ráðum

ráðningarstofa

WWW.RADUM.IS | 519 6770 | RADUM@RADUM.IS

Ábendingahnappinn má finna á  
www.barnaheill.is



TILKYNNIA ÓVÍDEIGANDI  
EÐA ÓLÖGLEGHT EFNI  
Á NETINU

## Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Geymsluskúrar /gestahús til sölu



- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bærustál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða  
s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

EYJALIND Belti og undirvagnshlutir  
- fyrir smágröfur



Vertu vinnu okkar á Facebook  
Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

Ferðaðjónustuhús



Vönduð hús sem henta  
vel í ferðaðjónustuna,  
afhenda fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is  
eða í síma 899 0913 Fríða  
www.reisum.is



Gamli glugginn úr,  
nýi glugginn í  
...svo einfalt er það

Nýsmíði á gluggum og hurðum,  
ásamt ísetningum og viðhaldi.  
Hafðu samband og við metum ástandið.

Smíðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

íshúsið

S:566 6000 • Smíðjuvegur 4a, 200 Kópavogur



ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR  
ÞARFT ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?



HAFÐU SAMBAND OG VIÐ  
GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ

Sími 550 5055 | smaar@frettabladid.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is





Levi's®

Vorum að opna nýja glæsilega  
Levi's verslun á Hafnartorgi

Opnunartilboð til sunnudags  
**20%** af öllum vörum

501  
AFTUR Í  
101

Levi's Hafnartorgi





# Vandi stjórnmálaflokkanna



Sigmundur Ernir  
Rúnarsson  
ser@hringbraut.is

Sigmundur afi var með þetta nokkurn veginn á hreinu, en lífsgæfan væri á að giska þriðjætt; að vera bjartsýnn, ná sér í góða eiginkonu og að kjósa Framsóknarflokkinn. Þar með gengi lífið upp. Ævina á enda.



Hér er aldeilis engu logið – og er þar nokkuð langur vegur frá, því lífið var svona, akkúrat jafn ferkantað og það var klórað niður á klöpp.

Flokkurinn fæddi menn. Og flokkurinn ól upp fólk.

Hér áður fyrr.



Fjórflokkurinn frá því á síðustu öld var ólseigt kvikindi. Það ætlaði ekkert hann að drepa. Þjóðfélagið var enda haganlega beislað að hætti íhaldsamrar vanafestu og feðraveldis af stöðnuðustu sort. Það lá á að koma karlmönnum í embætti. Og flokkarnir höfðu einmitt það hlutverk, að sjá sínum bestu mönnum farborða. Dúsan vissi á dagott djögg – og ekkert endilega við hæfi, eða að verðleikum, enda aukaatriði að menn réðu við þau. Bara að rétti rassinn passaði í stólinn. Til fram-búðar. Ævilangt. Eins og dæmin sanna. Átakanlega mörg.



Og afi fékk starfa á lagernum í kjallaranum hjá KEA þegar hann gafst upp á búskapnum í afskekkttri sveit. Hann átti það inni.

Og amma skipti aldrei við aðra verslun eftir það. Ef það fékkst ekki í kaupfélaginu þurftu þau hjónin ekki á því að halda.

Þannig var það bara. Einfalt og klárt.



Fjórflokkurinn réði ríkjum á Íslandi



**Tangarhald flokkanna á fólki er horfið. Þökk sé upplýsingu, fjölmiðlun og tjáningarfrelsi. Það er stærsta breytingin í síðari tíma stjórnmálasögu Íslands.**

frá því snemma á síðustu öld fram undir þá nýju, enda virtist hann duga í litrófi stjórnmálanna – og spanna raunar allt það skodanaspjald. Menn voru ýmist hægri-menn eða vinstrimenn, miðjumenn eða kratar. Og ekkert þar sem út af bar.

Nei, það var engin ástæða til að ráfa út fyrir þær girðingar.

Enda gat það verið hættulegt.



Tangarhald flokkanna á fólki er horfið. Þökk sé upplýsingu, fjölmiðlun og tjáningarfrelsi. Það er stærsta breytingin í síðari tíma stjórnmálasögu Íslands.

Gott ef það er ekki einmitt svo að fólki er núna slétt sama hvað það kys. Nú til dags. Og það er bylting, fremur en breyting. Af því að eignarhald flokkanna á fólki var svo til algert í árdaga.

Annað er í dag. Í pólitískum skilningi er fólkið frjálst.



Meginverkefni íslenskra stjórnmálaflokka er að máta sig við þessa mynd. Að laga sig að síbreytilegum veruleika sem snýst eins og vetrar-

vindurinn, alla daga, allan ársins hring.

Fólk kys ekki lengur flokka, heldur hugmyndir.

Og akkúrat þess vegna hafa áheyrilegu og þægilegu vinsældastjórnmálin tekið við af gamaldags staðfestu og stifni í meginmarkmiðum flokkanna. Þeir eru fyrir vikið eftirgefalegri en áður, sveiflukenndari og ófyrirséðari. Ellegar þeir fara í felur, loka að sér, verða fælnir og fúlar.

Flestir flokkar eru á flótta undan sjálfum sér. Nú til dags. Þeir eru í ákafri leit að aðlaðandi hugmyndum, nýrri ímynd, galsa og glimmeri, töff fólki.



Tökum stöðuna.

Nú er svo komið að Sjálfstæðisflokkurinn, gamla meginstöðin í íslenskri pólitík, treður marvaðann á milli Miðflokksins og Viðreisnar, fastur í fjórðungsfylgi þjóðarinnar – og ætlar sér neðar en það, einarðlega, af því að fjöldaþingstefnan virðist vera fyrir bi. Flokkur allra er að verða flokkur fátta.

Miðflokkurinn er að einangrast sem afturhald, einnar stefnu úthrópun af tagi allrahandaþingingar, en líður fyrir karllæga ásýnd sína, á meðan Viðreisn hefur fest sig í fari frjálslyndis og alþjóðahyggju á þeim tímum þegar enginn horfir lengra en nef sér. En þetta eru einmitt öfgarnar í íslenskri pólitík um þessar mundir.

Samfyllkingin er að éta sig innan frá, þekkir ekki lengur uppruna sinn, breiðfyllkinguna, en heldur þess í stað í villta vinstrið, yfirgefur miðjuna, langar að vera vægari útgáfa af VG en fer ekki vel að vera eftirlíking.

Og VG er auðvitað líka í sínum tilvistarvanda, stjórnmálaaflið atarna sem bjargaði Flokknum gamla frá áhrifaleysi fyrir tæpu kjörtímabili eða svo – og á erfitt með að meta

hvort hann dafni betur í faðmi íhaldsins eða frjálslyndari flokka. En aldrei hefur vinstriflokkur verið jafn áttaviltur.

Þáttar sigla sinn sjó. En reyna að breyta röstum. Vilja ekki vera hægri. Þó þeir séu það. Vilja ekki vera vinstri. Þó þeir séu það. Og eru sjálfsgat kratar. Eins og flestir flokkarnir á þingi eru í dag.

Flokkur fólksins auglýsir. Það er það sem hann gerir. Kemur fram í útvarpsauglýsingum. Og á fyrir því. Hann vill meina að engin fátækt verði á Íslandi eftir að hann tekur við. Og mælist í fjórum prósentum.

Sósíalistar. Jæja, sjáum til.



En Framsókn er ef til vill límið. Eftir allt saman hafði kannski Sigmundur afi rétt fyrir sér. Að þar væri komin lífsgæfan sjálf.

Líklega hefur enginn flokkur staðið betur af sér klofninginn á síðustu árum í stjórnmálasögu Íslands. Og hann er ekkert að reyna að vera annar en hann er. Kannski er það galdurinn. Að vera eins og maður á að sér.

Hann er hefðbundinn flokkur. Það er beinlínis eins og hann nenni ekki að breyta sér. Hann virðist trúá ennþá á gildi sín. Þau eru sum hver, vel að merkja, eldri en fullveldi þjóðarinnar. Og duga honum.



Fjórflokkurinn lifir í sárum sínum. Framsókn og íhaldið, kommarinnir og kratarinnir. Og svo einhverjar útgáfur af þeim flokkum öllum, en síbreytilegar flækjast þær hverjar innan um aðrar svo eftir stendur kjósandinn sem sér varla muninn. Átta flokkar, níu flokkar. Tíu? Aldrei fleiri. Líklega býttar það ekki öllu.

En mestu varðað að fólkið ræður. Ekki flokkarnir. Ekki lengur. Og mikið óskaplega skiptir það miklu máli fyrir heilsufar samfélagsins. ■





# NÝTT 100% MINERAL

sólarvörn fyrir  
viðkvæma húð **barna**





ÚTSALA • ÚTSALA



Viðarvörn og pallaolía

**25% afsláttur**



ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA



**25%**

**NEXGRILL**  
Gasgrill DeLuxe 4B  
Grillflötur: 68,08x43,82 cm,  
4 brennarar. 3002021

**89.990 kr**

119.990 kr

**20,36 kW**

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA



**15%**

**Broil King**  
Gasgrill Gem 310  
Grillflötur: 55x37 cm, 3 brennarar,  
grillgrind í hliðarborð. 3000613

**42.495 kr**

49.995 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA



**25%**

**BLACK+DECKER**

Rafmagnskeðjusög  
1800W, hraði keðju 13,5 m/s, þyngd  
4,66 kg, smurtankur 100 ml. 5083681

**16.930 kr**

22.575 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA

**30%**

**Claber**

Slönguhjól  
Ecosei

Tekur 60 m af 1/2" slöngu. 5081658

**4.057 kr**

5.795 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA

**30%**



**BEIKA**

Pottur  
Emelerað stál með loki. 20 cm.  
2008020

**144.900 kr**

169.900 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA

Fyrir íslenska veðráttu



Útimálning

**25% afsláttur**



ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA



**enox:**  
enjoy life  
ÞÝSKT GEDAMERKI

Rafmagnshjól  
7 gíra borgarhjól, 36V rafhlaða,  
hleðslutími 3-6 klst. 3903103-4

**144.900 kr**

169.900 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA

**20%**

**IKRA**  
mogatec

Rafmagnsorf  
350W, 25 cm  
sláttubreidd,  
stillanlegt skaft  
og haus. 5086616

**4.796 kr**

5.995 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

**50% afsláttur** af sumarblómum, trjáplöntum og runnum

ÚTSALA • ÚTSALA

**50%**

Stjúpur 10 stk.

**1.145 kr**

2.290 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA

**50%**

Margarita

**1.145 kr**

2.290 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA

**50%**

Lobelia

**1.245 kr**

2.490 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA

Útipottar og svalakassar

**25% afsláttur**

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA

**50%**

Sýrena

**2.745 kr**

5.490 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA

**50%**

Sólhnappur

**1.245 kr**

2.490 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

ÚTSALA • ÚTSALA

**50%**

Sólboði

**995 kr**

1.990 kr

ÚTSALA • ÚTSALA

Þirt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana.

Sumarblóm **50%** • Trjáplöntur og runnar **50%** • Útipottar **25%** • Nexgrill gasgrill **25%** • Matjurtir **50%** • Ú  
Vökvunarkönnur **25%** • Garðhúsgögn **25%** • Keðjusagir **25%** • Bensínsláttuvélar **25%** • Orf og hekkklippu  
Stanley loftpressur **20%** • Frystikistur (Frigor) **15%** • Slönguhjól (Claber) **30%** • LADY innimálning **20%** • Viðarvörn  
Matarstell, glös og könnur **30%** • Hreinlætisvörur **20%** • Bökunarvörur **30%** • Pottar, pönnur og hitakönnur  
Vinnuöryggisvara (hjálmar, grímur o.fl.) **20%** • Gúmmístígvél og gúmmískór **25%** • Öryggisskór og öryggisstígvél **20%**



**25%**

**TEXAS**

**Sláttuvél**  
Razor 4610

Bensín  
139cc/2,3kW,  
sláttubreidd  
46 cm, 6 hæðarstillingar  
28-75 mm, 65 ltr. safnari. 5085301

**37.496** kr  
49.995 kr

VÞSLO • VÞSLO

**25%**

**AL-KO**

**Sláttuvél**

Bensíns,  
B&S mótur  
2,6kW, 140 cm<sup>3</sup>  
sláttubreidd 46 cm, 7 hæðar-  
stillingar 30-80 mm, 60 ltr. 5085156

**82.313** kr  
109.750 kr

VÞSLO • VÞSLO

**20%**

**IKRA**  
mógatec

**Rafmagnshekkklippur**

600W, 55 cm, klippigeta 22 mm.  
5083728

**8.395** kr  
10.495 kr

VÞSLO • VÞSLO

**25%**

**TEXAS**

**Sláttuvél**

Með drifi,  
sláttubreidd  
46 cm,  
sláttuhæð  
28-75 mm, 3in1. 5085308

**47.246** kr  
62.995 kr

VÞSLO • VÞSLO



**RISA**  
útsölublað  
husa.is

Vefverslun  
**Sendum**  
um land allt  
husa.is

**25%**

**afsláttur**

Allar bensínsláttuvélar



**AL-KO**



blómaval



HÚSASMÍÐJAN

**FYRIR ÞIG**

**ÚTSALA**

Útipottar og svalakassar **25%** • Fjölarar plöntur **50%** • Kryddplöntur **25%** • Garðstytur og garðskraut **25%**  
 (Ikra) **20%** • Hand- og rafmagnshekkklippur **25%** • Bensín- og rafmagnsorf **25%** • Greinakurlarar (Ikra) **20%**  
 og pallaolía **25%** • Útimálning **25%** • Hnífapör og ýmis eldhúsáhöld **30%** • Hnífar **30%** • Eldhúsáhöld **30%**  
**30%** • Regnföt **30%** • Vinnufatnaður **25%** • Barnabílstólar **30%** • Vinnuhanskar **20%** • Plastbox **25%**  
**30%** • Endurvinnslutunnur **25%** • Veggja og loftapiljur **20%** • Leikföng **25%** • Enox rafmagnshjól **15%**





Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,  
**Magnús Theodór Magnússon – Teddi**  
andaðist á Hrafnistu í Hafnarfirði  
20. júlí sl. Útförin verður auglýst síðar.

Ársæll Magnússon

Dóra Magnúsdóttir

Analisa Montecello  
Guðmundur Jón Guðjónsson  
Andri, Atli, Kári, Daði, Lilja,  
Lára Guðbjörg, Theodór og Hjalti



Ástkær eiginkona mín, dóttir, móðir,  
tengdamóðir, amma og systir,  
**Svala Íris Svavarsdóttir**  
Huldugili 6, Akureyri,  
lést af slysförum miðvikudaginn 21. júlí.  
Jarðarförin fer fram í kyrrþey.

Friðgeir Vilhjálmsson

Kolbrún Halldórsdóttir

Eva Rut Friðgeirsdóttir

Sandra Sif Friðgeirsdóttir

Svavar Sigurðsson

Sigmar Ari Valdimarsson  
barnabörn og systkini.



Okkar ástkæra og elskulega móðir,  
tengdamóðir, amma og langamma,  
**Edda Ásta Sigurðardóttir Strange**

lést þann 16. júlí á Landspítalanum  
í Fossvogi. Útför hennar fer fram í  
Seljakirkju 28. júlí, kl. 13.00.

Sigurður Strange

Guðrún Strange

Hannes Strange

Grétar Strange

Harpa Kristjánsdóttir

Hilmar Snorrason

Bryndís Björnsdóttir

Guðbjörg Fanndal Torfadóttir

ömmubörn og langömmubörn.

## ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

Auðbrekku 1, Kópavogi



SÍÐAN 1996

ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA

Símar allan sólarhringinn:  
**581 3300 & 896 8242**

Komum heim til aðstandenda og  
ræðum skipulag útfarar ef óskað er



Sverrir Einarsson



Jóhanna Eiríksdóttir

www.utfarin.is

## ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242



*Mergættu, hlíja og virðing Við andlát ástvinar*



Ísleifur Jónsson



Steinunn Magnúsdóttir



Álfheimum 35, 104 Reykjavík

Sími 553 5353 og 821 5353

www.usr.is

isleifur@usr.is

Útfararstjóri

Útfararþjónusta

Farsími 821 5353

Farsími 861 3441

Þjónusta allan sólarhringinn



Jón G. Bjarnason útfararstjóri



Guðmundur Baldvinsson útfararstjóri



Magnús Sævar Magnússon útfararstjóri



Sigurður Bjarni Jónsson útfararstjóri



Útfararþjónusta  
í yfir 70 ár

Vesturhlíð 2 | Fossvogi | s. 551 1266 | utfor@utfor.is | utfor.is

VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN



Michael sleppti því að fara í United-treyjuna fyrir ljósmyndara Fréttablaðsins.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Hélt að hann myndi þekkja alla

Starfi Michaels Nevin sem sendiherra Bretlands á Íslandi lýkur á næstu dögum. Hann á eftir að sakna eins og annars, þar á meðal hugarfars þjóðarinnar.

arnartomas@frettabladid.is

„Við höldum að við myndum þekkja alla eftir hálf tölva ári eða svo,“ segir Michael Nevin, fráfarandi sendiherra Bretlands á Íslandi, um komu sína til landsins fyrir tæplega fimm árum síðan. Áður en hann kom til Íslands hafði hann sinnt opinberum störfum fyrir bresku ríkisstjórnina í borgum víðs vegar um heiminn – þar á meðal Osaka, New York og nú síðast í Nairóbí.

„Ég er sjálfur frá Norður-Írlandi svo að umhverfið kom mér ekki á óvart þótt ég væri að koma frá Afríku,“ segir Michael. „Við heimsóttum landið 2008 svo að ég vissi eitt og annað um landið, en það var einna helst afríski kötturinn okkar sem vissi ekki hvað í ósköpunum væri í gangi. Hann flýr ennþá inn í húsið þegar íslenski vindurinn blæs.“

### Eflt samband

Heimsástandið hefur ekki beint verið stillt á undanförunum árum og mörg af helstu málunum á könnu Michaels hafa tengst Covid og Brexit. Hann telur að útganga Breta úr Evrópusambandinu hafi eflt samband þeirra við Íslendinga. „Ef við mælum það út frá samningum og opinberum fundum þá var aukningin

veruleg eftir Brexit,“ segir hann. „Bretland var að skipta um stefnu og við vildum efla og endurmóta sambönd okkar við ýmis lönd. Bretar eiga margt sameiginlegt með Íslendingum sem eru ekki heldur hluti af sambandinu.“

Í maí í fyrra gerðu Ísland og Bretland með sér samkomulag um samstarf ríkjanna til næstu 10 ára með það markmið að efla tvíhliða og svæðisbundna samvinnu, þar sem meðal annars er lögð áhersla á sjávarútveg, viðskipti og nýsköpun.

„Grundvöllurinn að þeirri vinnu sem er fram undan hefur verið lagður og þar með er mínu verki hér lokið,“ segir Michael sem snýr aftur til London í ágúst eftir þrettán ára heimshornaflakk. „Ég er ekki alveg viss um hvað biður mín þar en það kemur í ljós á næstu mánuðum.“

### Grætur skötuna

„Augljóslega á maður eftir að sakna þess að geta fengið sér skötu,“ segir Michael og hlær aðspurður um hvers hann muni helst sakna frá Íslandi. „En það verður þó ýmislegt sem ég mun sakna. Það er svo mikið aðgengi að hlutum sem við tökum sem gefnum og Ísland er auðvitað eitt öruggasta land í heiminum.“

Hugarfar Íslendinga má samkvæmt Michael útskýra með slagorði fataframleiðandans Nike, „Just do it“ eða „Gerðu það bara“.

„Er veðrið slæmt? Hvaða máli skiptir það? Gerðu það bara. Viltu reyna fyrir þér í tónlist? Gerðu það bara!“ segir



Augljóslega á maður eftir að sakna þess að geta fengið sér skötu.

hann. „Það er ákveðið andrúmsloft sem er svo ánægjulegt hérna. Viðbrögð Íslands við faraldrinum eru líka gott dæmi um það hvernig samfélög geta staðið saman og tekist á við vandamál. Það eru fá lönd sem hafa staðið sig betur gegn Covid en Ísland.“

Michael og eiginkona hans eru mikið áhugafólk um náttúru Íslands, en í stað þess að kynna henni í gegnum gönguferðir var áhugi þeirra á golfi drifkraftur til að ferðast um landið. „Eitt af markmiðum okkar við komuna til Íslands var að spila alla átján holu velli landsins. Ég er ánægður með að geta greint frá því að það hafðist,“ segir Michael sigri hrósandi. „Það er vissulega gaman að segja við fjölskyldu og samstarfsfólk í öðrum löndum að maður hafi verið að koma heim úr golfi stuttu fyrir miðnætti.“ ■



**Petta gerðist:** 24. júlí 1961

## Júri Gagarín millilendir í Keflavík

Sovéski geimfarinn Júri Gagarín steig niður fæti á Keflavíkurflugvelli sunnudaginn 24. júlí 1961. Vél hans hafði þá millilenti á Íslandi á leið geimfarans til Kúbu eftir boð frá Fidel Kastró. Gagarín hafði nýlengið geimferð sinni með farinu Vostok 1 og þar með orðið fyrsti maðurinn til að fara út í geim.

Á Keflavíkurflugvelli tók hópur fólks á móti Gagarín sem sat síðar fyrir svörum á blaðamannafundi á flugvallarhótelinu. Gagarín líkt og venjulega glaðlegur og lék á als oddi. Hann útskýrði fyrir gestum að hann hefði komið sér upp stæðilegu frimerkjasafni af öllum þeim bréfum og kortum sem hann fékk eftir förina.

Fyrsta spurningin sem Gagarín svaraði var hvort flugferðin til Íslands hefði verið jafnferð og geimferðin, sem hann svaraði neitandi. Þá sagðist hann ekki geta svarað því af hverju hann hefði verið valinn í geimförina þar sem hann hefði ekki valið í geimferðina, en ef hann hefði átt kost á að velja þá hefði hann að sjálfsögðu valið sjálfan sig. Hann þorði ekki að segja til um hvort honum hefði líkað betur geimskipið Vostok eða ítalska leikkonan Gina Lollobrigida þar sem ekki væri hægt að gera samanburð á lifandi fólki og dauðum hlutum.



Á fundinum hrósaði Gagarín kommúnismanum og Sovétskipulaginu og sagði að það væri því að þakka að geimför sin hefði verið möguleg. Hann bætti við að ef eitthvað hefði komið fyrir sig þá hefði geimfarið lent sjálfkrafa, en að enginn annar hefði getað stjórnað skipinu. Að lokum neitaði Gagarín að hafa beðið til guðs fyrir geimferðina þar sem „sannur kommúnisti biður ekki til guðs“. Með því var fundinum lokið.

Hann ferðaðist til fjölda landa en sökum vinsælda hans bannaði John F. Kennedy Bandaríkjaforseti honum að heimsækja Bandaríkin. Á árunum sem eftir fylgdu sinni hann ýmsum störfum

við þróun geimfara fyrir Sovétríkin, en sovéskir embættismenn vildu halda honum frá öllu flugi svo þeir ættu ekki á hættu að missa þjóðarhetjuna. Árið 1964 sótti hann um að verða orrustuþotuflugmaður líkt og hann hafði starfað við á árum áður, en honum var sýnað um það þar sem hann hefði þungst og hæfileikum hans hrakað.

27. mars 1968 lést Gagarín þar sem hann var í þjálfunarflugi frá flugstöðinni í Chkalovsky þegar þotan brotlenti. Ósku Gagaríns var komið fyrir í veggjum Kremlínar. Margar samsæriskenningar spruttu upp í kjölfar brotlendingarinnar um ótímabært andlát Gagaríns. ■

## Merkisatburðir

- 1567** María Skotadrottning er neydd til að afsala sér völdum í hendur sonar síns, Jakobs 6.
- 1783** Fæddur **Simon Bólvár**, frelsishetja Suður-Ameríku (d. 1830).
- 1847** Mormónar undir forystu Brigham Young nema land í Utah.
- 1896** Nunnur koma til Íslands í fyrsta sinn eftir siðaskipti. Þær eru fjórar og setjast hér að til að annast hjúkrun og vitja sjúkra. Þetta er upphaf starfs St. Jósefs-systra í Reykjavík og Hafnarfirði.
- 1902** Fæddur Sigurður S. Thoroddsen, íslenskur verkfræðingur, stjórnmalamaður og knattspyrnumaður (d. 1983).
- 1924** Alþjóðaskáksambandið stofnað í París.
- 1956** Vinstri stjórnin, ríkisstjórn Framsóknar, Alþýðubandalags og Alþýðuflokks undir stjórn Hermanns Jónssonar, tekur við völdum og situr í tvö ár. ■



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,  
**Björn Sigurðsson**

frá Möðruvöllum í Hörgárdal, f.v. lögregluvarðstjóri í Reykjavík,

lést á hjúkrunarheimilinu Sunnuhlíð í Kópavogi mánudaginn 5. júlí.

Útförin verður frá Bústaðakirkju í Reykjavík mánudaginn 26. júlí klukkan 13.

**Ágústa Björnsdóttir**  
**Sigurður Björnsson**  
**Kristján Björnsson**  
**Björn Ágúst Björnsson**  
**María Kristín Björnsdóttir**

**Hanne Margit Hansen**  
**Guðrún Helga Bjarnadóttir**  
**Elisa Nielsen Eiríksdóttir**  
**Robert Lacy Shivers**  
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, stjúpmóðir, amma og langamma,  
**Katrín Jónsdóttir**

Árskógum 6, Reykjavík,

lést þann 17. júlí á Hjúkrunarheimilinu Grund. Útför hennar fer fram frá Seljakirkju þriðjudaginn 27. júlí klukkan 13.

Streymt verður frá athöfninni á Seljakirkju.

**Eyrún Magnúsdóttir**  
**Andrés Magnússon**  
**Jón Magnússon**  
**Ásmundur Magnússon**  
**Steinunn S. Magnúsdóttir**  
**Sæmundur Þ. Magnússon**

**Áslog Gunnarsdóttir**  
**Guðrún Bergþórsdóttir**  
**Ásdís Þrá Höskuldsdóttir**  
**Jesper Madsen**

barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær sonur okkar, faðir, bróðir, barnabarn og unnusti,  
**Jón Ágúst Berg Jónsson**

lést á Landspítalanum í Fossvogi eftir erfið veikindi þann 15. júlí í faðmi fjölskyldu sinnar. Jarðað verður í kyrrþey að ósk hins látna.

**Guðrún Dröfn Birgisdóttir**  
**Jenný Klara Jónsdóttir**  
**Belinda Berg Jónsdóttir**  
**Jenný Klara Jónsdóttir**  
**Hrefna Axelsdóttir**  
**Sandra Einarsdóttir**

**Jón Berg Reynisson**  
**Reynir Gestur Jonni Jónsson**  
**Reynir Berg Jónsson**  
**Reynir Jóhannsson**  
**Birgir Gunnarsson**



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,  
**Laufey Þorleifsdóttir**

Gullsmára 7, Kópavogi, andaðist á hjúkrunarheimilinu Sólvangi 14. júlí. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju, mánudaginn 26. júlí kl. 13.

**Hreiðar S. Albertsson**  
**Sigurlaug Albertsdóttir**  
**Guðrún A. Farestveit**  
**Elin Albertsdóttir**  
**Þorbjörg Albertsdóttir**

**Eypór Þórarinnsson**  
**Hákon Farestveit**  
**Ásgeir Tómasson**  
**Leópolð Sveinsson**  
barnabörn og langömmubörn.



Elskulegur eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,  
**Sigurður Björnsson**

Stóra-Lambhaga 3, Hvalfjarðarsveit,

lést á Hjúkrunar- og dvalarheimilinu Höfða, sunnudaginn 18. júlí. Útför hans fer fram frá Akranes Kirkju þriðjudaginn 27. júlí kl. 13. Streymt verður frá útförinni á vef Akranes Kirkju. [www.akranes Kirkja.is](http://www.akranes Kirkja.is)

**Sólveig Sigurðardóttir**  
**Sigurður Sigurðsson**  
**Björn Sigurðsson**  
**Hrefna Guðjónsdóttir**  
**Áslogur Ásmundsdóttir**  
afabörn.



Ástrik eiginkona, móðir og amma,  
**Ragnheiður Þórarinsdóttir**  
sjúkraliði,

lést sunnudaginn 18. júlí á Landspítalanum.

Útför hennar verður gerð frá Selfosskirkju miðvikudaginn 28. júlí kl. 14.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir, en bent á líknarsjóði Oddfellowreglunnar.

**Þórarinn Th. Ólafsson**  
**Ágústa M. Þórarinsdóttir**  
**Kristín Th. Þórarinsdóttir**  
**Ólöf H. Þórarinsdóttir**  
**Andrew Brydon**  
**Egill Harðarson**  
**Einar Espólín Storo**  
og barnabörn.



Ástkær eiginmaður minn,  
**Eypór Björgvinsson**  
læknir,

Kópavogstúni 9, Kópavogi,

lést á blóðlækningadeild Landspítala, fimmtudaginn 22. júlí. Útförin verður auglýst síðar.

**Ágústa Benný Herbertsdóttir**



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,  
**Bryndís Ólafsdóttir**

Sléttuvegi 25, Reykjavík,

lést 18. júlí. Útförin hefur farið fram í kyrrþey að ósk hinnar látna.

**Kristján Gunnlaugsson**  
**Einar Kristjánsson**  
**Gunnlaugur F. Kristjánsson**  
**Katrín Ásgrimsdóttir**  
**Katrín Björnsdóttir**  
og ömmubörn.



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar eiginkonu minnar, móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,  
**Sigurborgar Bragadóttir**

Sérstakar þakkir fær starfsfólk Hjartadeildar Landspítalans v/Hringbraut.

**Sigurþór Ellertsson**  
**Sólveig Ragna Sigurþórsdóttir**  
**Sigprúður Sigurþórsdóttir**  
**Ellert Bragi Sigurþórsdóttir**  
**Páll Þórir Ólafsson**  
**Eva Arna Ragnarsdóttir**  
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær faðir minn, fósturfaðir, tengdafaðir, afi og langafi,  
**Finnboogi Jóhannsson**  
fyrirverandi skólastjóri,

lést á Vífilsstöðum fimmtudaginn 15. júlí. Hann verður jarðsúnginn frá Árbæjarkirkju í Reykjavík mánudaginn 26. júlí kl. 13.00. Jarðsett verður á Djúpavogi miðvikudaginn 28. júlí.

**Fyrir hönd aðstandenda, Sveinn Finnbogason**



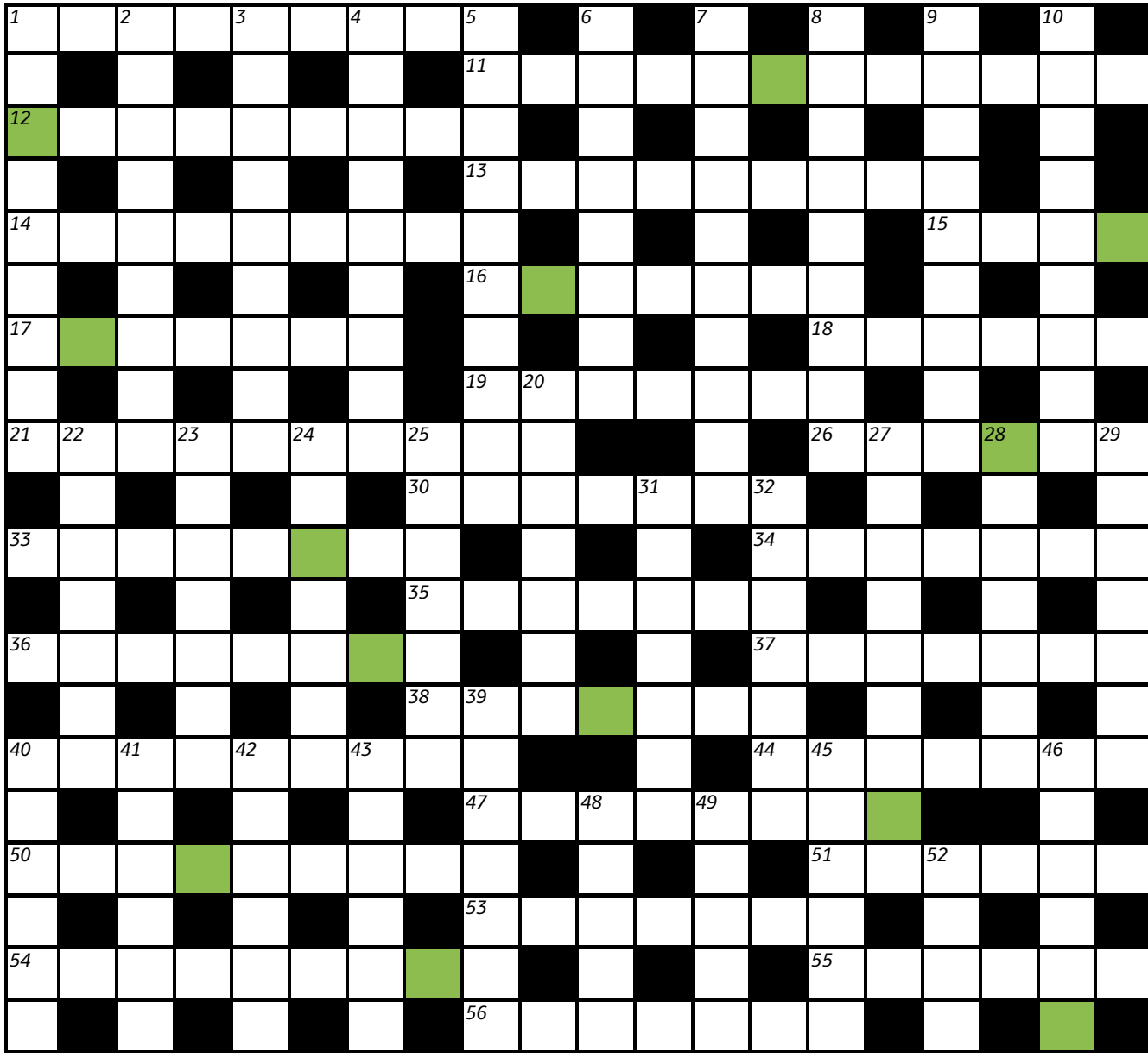
Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar elskulegs eiginmanns míns, föður, tengdafaður, afa og langafa,  
**Atla Benediktssonar**

Brekatúni 2, Akureyri.

**Steinþóra Vilhelmsdóttir**  
**Álfheiður Atladóttir**  
**Kristveig Atladóttir**  
**Þóra Atladóttir**  
**Sigtryggur Sigtryggsson**  
**Heimir Finnsson**  
**Klara Ósk Bjartmarz**  
og fjölskyldur.

Til að birta andláts-, útfarar- eða þakkartilkynningar í Fréttablaðinu þarf að senda tölvupóst á [timamot@frettabladid.is](mailto:timamot@frettabladid.is) eða hringja í síma 550 5055.





**LAUSNARORÐ** Vísbending f. lausnarorð: Ef bókstöfumum í lituðu reitunum er raðað rétt saman birtist fallegur staður á Íslandi – m.a.s. þrjú fallegir staðir á Íslandi! (12) Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 29. júlí næstkomandi á [krossgata@frettabladid.is](mailto:krossgata@frettabladid.is) merkt „24. júlí“.



## Sudoku

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

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

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 tví-taka neina tölu í röðinni.

## Bridge

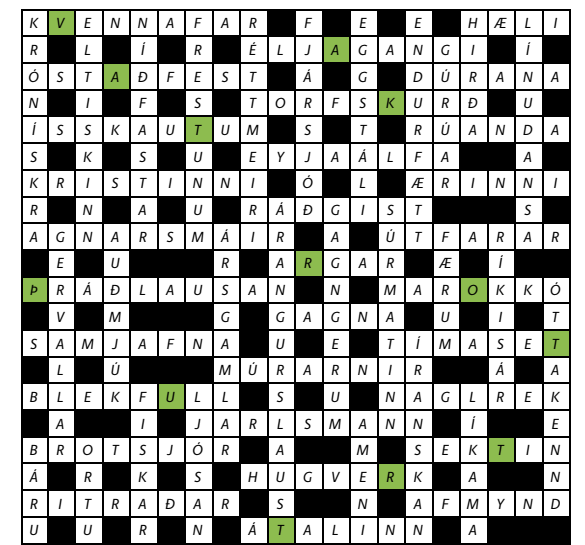
### MINNI VARNARVEISLA EN VIÐBÚIÐ VAR

Ísland er með þrjú landslið á Evrópumótinu á netforritinu Real Bridge sem spilað verður 23.-28. ágúst. Spilarar í Opnum flokki eru: Hrannar Erlingsson - Sverrir G. Kristinnsson, Guðjón Sigurjónsson - Stefán G. Stefánsson og Birkir J. Jónsson - Ragnar Magnússon. Spilarar í Kvennaflokki eru: Arngunnur Jónsdóttir - Alda Guðnadóttir, Harpa F. Ingólfssdóttir - María Haraldsdóttir og Anna G. Nielsen - Helga H. Sturlaugsdóttir. Íslendingar eru einnig með lið í Eldri flokki (Seniors) og þar eru spilarar: Aðalsteinn Jörgensen-Haukur Ingason, Björn Eysteinnsson - Guðmundur Sv. Hermannsson og Þorlákur Jónsson - Sverrir Ármannsson. Guðmundur Páll Arnarson er þjálfari og fyrirliði. Sigfríðingurinn Birkir J. Jónsson er sterkur spilarar sem hefur spilað við marga spilara. Birkir tók nýverið þátt í sveitakeppni með félagi sem hann spilar oft við, Kristján Blöndal. Þeir sátu NS í þessu spili í mótinu og voru á hættu gegn utan.

<b>Norður</b>	♠ Á6	♠ K4
	♥ D108532	♥ G74
	♦ 10843	♦ ÁD62
	♣ 5	♣ K976
<b>Vestur</b>	♠ D1092	♠ K4
	♥ K96	♥ G74
	♦ 95	♦ ÁD62
	♣ D842	♣ K976
<b>Suður</b>	♠ G8753	♠ K4
	♥ Á	♥ G74
	♦ KG7	♦ ÁD62
	♣ ÁG103	♣ K976

Sagnir voru fjörugar. Austur var gjafari og hóf sagnir á einum tigli. Kristján Blöndal, sem sat í suður, sagði einn spaða og vestur eitt grand. Birkir kynnti hjartalit sinn með tveimur hjörtum og austur valdi að segja þrjú lauf, þó að hann ætti bara tvo fjórlíti. Kristján taldi sig eiga góða vörn. Með mikið af punktum í láglitum og doblaði til refsingar. Sá samningur var spilaður og Kristján hóf leikinn á því að spila út spaða. Birkir fékk slaginn á á sinn og Kristján bjóst við fjölmörgum niðurslögum. Sagnhafi átti næsta slag á kóng í litnum. Laufi var spilað á drottningu og tiguldrottningu svínað. Kristján drap á kóng og spilaði áfram spaða. Tían í blindum átti slaginn og hjarta hent heima. Þá kom tigull á ás, tigull trompaður, spaðadrottning tekin og hjarta aftur hent heima. Þá kom lítið hjarta úr blindum, Birkir fór upp með drottningu og Kristján átti slaginn á ás. Hann spilaði fimmta spaðanum sem sagnhafi trompaði heima, tigull trompaður aftur í blindum og hjartakóng spilað með tigulafkasti heima. Kristján trompaði en var endaspilaður, varð að gefa sagnhafa slag á kóng. Varnarveislan var ekki mikil. ■

## Lausnarorð síðustu viku var **KATTARÞVOTTUR**



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

### LÁRÉTT

- Góður partigalli kallar á betri bakka (9)
- Setja þarf reglur um þrif postulíns og tilheyrandi efni (12)
- Guðrún biður Berg um áletrað grjót (9)
- Undirbúa gleðskap vegna góðra hluta (9)
- Bæta enn við umframönn (9)
- Gyðja hinna innblásnu nagdýra (4)
- Ógegnsett tvíð er efnið, eigi yfirhöfn að endast (7)
- Til að rugla fant þarf lag sem er lengra í lokin (7)
- Blóð mun renna úr undum Gísla Súrssonar (6)
- Þessi steik er jafn ljúf og hún er ljúffeng (7)
- Hér segir af lestrarörðugleikum og öðrum hremmingum stúdenta (10)
- Guð gerir Ara ríkan og ruglaðan (6)
- Um gott efni í sellu og það sem skilur kjarnann frá hisminu (7)
- Stefna hornótt hefur hliðar tvær um sex (8)
- Aðeins fólk úr innsta hring hins látna mætti í útförina (7)
- Grundin græn setur ruddann út af laginu (7)
- Einnig mun ég æsa fólk til að taka ákvörðun (8)
- Farið þið utan, burt frá öllum lýð á niðurleið (7)
- Stóreflis stallur er við himinsængur hlið (7)
- Hver skrifar um hlýindi þau er þessir skrá? (9)
- Splunkunýr saurofn er brenslað brúð (7)
- Hvenær breyttist rás 1 í vaktstofu? (8)
- Næ að sinna lóðum Fúsa Sig og Robba Gunn (9)
- Í minn skála skít ég ber og þaklað ket (6)
- Bækur um húsráðanda á Sjónarhóli kalla á skýringarmyndir (7)
- Citroen Ami eða Lada Samara – hvor var nú duttlingafyllri? (9)
- Áverki olli skjálfta sem býsni bættu (6)
- Sem byrjendur metum við þörfina á áður óþekktum lausnum (7)

### LÓDRÉTT

- Hvað losar handlangara við vinnuleiðann? (9)
- Finna starf á stofnunum þótt fag mitt felst í stefnum (9)
- Það er mikil kúnt minn kæri, að vera sannur fagurkeri (9)
- Ágeng verða um óttubil/öll með blettum smettin (9)
- Leita að rönnum og rákum á þýsku og grísku (10)
- Rífan vex ef gróskan bregst (8)
- Bólun fylgi öllum málum gegn félögum mínum! (10)
- Hér rennur saman kyn furðufugla og flatfiska (9)
- Garnagaulið segir sitt um hvað í kvíðinn kemst (9)
- Skráset feril sagnorða og slúðurs (9)
- Flækjumst hingað og þangað í hringferlum (7)
- Hví hakkaðir þú í þig alla þína æskufélaga og elskhuga? (7)
- Hér má sjá sand bikkja og beinfiska (7)
- Sagan af sunnudagslæri í sumarhaga (7)
- Af tuðandi fugli og hnoðandi herra (7)
- Þessi planta heitir silfurögn og þrýðir alla helstu blómareiti (9)
- Lausnin réðst af árangrinum hjá kllíkunni (7)
- Beint í hús með lögin (7)
- Æðsta stjórn landsins hefur öll völd (7)
- Skotinn þolir ekki svona útdrúf (7)
- Rigning var kosin eins og klukkurnar (7)
- Uppsker lof fyrir lá ef sker eru á (6)
- Hér tindra hæstu hæðir (6)
- Barmar sér þar til hann villist á réttan stað (6)
- Kartan sér að geymslur ganga úr skorðum (6)
- Etum ei með ákveðnum (6)
- Með augun límd við mögur mýrargrös (6)
- Höfum fé af fólki með ærnum tilkostnaði (5)
- Fúl við fisk og frumefna-blöndu (5)
- Alda þessara eðalvagna reið yfir Ísland á 8. og 9. áratugnum (4)

## VEGLEG VERÐLAUN

Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Grnur eftir Ashley Audrain** frá Forlaginu. Vinningshafi síðustu viku var **Vény Lúðvíksdóttir, Hafnarfirði**.





# „Ég kem með gönguskóna“

Brandenburg | s/a

## Komdu með í ferðalag!

Á ferdalag.is getur þú fundið allt það helsta um ævintýrin sem Ísland hefur upp á að bjóða.

ÍSLAND  
**KOMDU  
MEÐ**



**OLZA PRINCE POLO**  
 síð 1955 róku

**TAKTU ÞÁTT Í SUMARLEIK PRINCE POLO!**

**500.000 kr.**

**PENINGAVERÐLAUN VINNINGAR Í ALLT SUMAR!**

**PRINCEPOLO.IS**

**FRÉTTABLAÐIÐ**

**37% LANDSMANNA**  
 ERU Í BÍLAHUGLEIÐINGUM

**49% LESA**  
 FRÉTTABLAÐIÐ

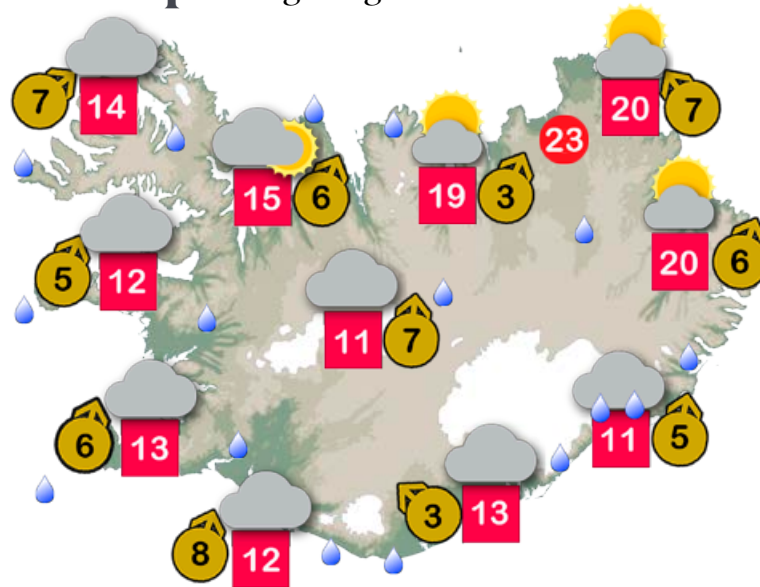
**ERT ÞÚ AÐ NÁ TIL RÉTTA FÓLKSINS?**

**FRÉTTABLAÐIÐ**

Með því að auglýsa í Fréttablaðinu og á [frettabladid.is](http://frettabladid.is) nærðu til rétta fólksins.

\* Skv. Neyslukönnun Gallup. \*\* Íbúar á höfuðborgarsvæðinu á aldrinum 35-65 ára lesa Fréttablaðið daglega að meðaltali, skv. prentmælingum Gallup.

**Veðurspá Laugardagur**



Í dag verða suðlægar áttir, 3-8 m/s. Rigning suðaustanlands, annars víða skúrir, einkum síðdegis. Þurr og bjart með köflum á Austurlandi. Hiti 11-23 stig, hlýjast norðaustan og austan til. ■

**Horfir til breytinga í næstu viku**



Sigurður Þ. Ragnarsson  
 veður  
 @frettabladid.is

Í dag blæs hann suðlægum áttum sem fylgir nokkur væta sem vex ásmegin til morguns, en þá verður samfelldari rigning á sunnan og vestanverðu landinu vegna lægðar sem þjarmar að úr vestri. Sú lægð stefnir síðan til suðausturs og austurs og sameinast þá lægð fyrir austan land sem í sameiningu framkalla norð-

læga átt á þriðjudag eða miðvikudag. Samfara því má búast við rigningu austan og norðaustan til á landinu, annars yfirleitt þurr en það léttir smám saman til á vesturhellingi landsins og þar ætti að vera orðið léttskýjað síðla miðvikudags eða á fimmtudag. Allt bendir svo til að framan af verslunarmannahelginni verði þurr og bjart víða um land, einkum þó á vesturhellingi landsins. Og leyfi maður sér að horfa enn lengri eru horfur á lægðakomu með úrkomuskilum upp að vestanverðu landinu á sunnudeginum. En þetta er auðvitað enn í mótum en þetta eru engu að síður fyrstu reiknuðu spárnar fyrir Verslunarmannahelgina. Góða helgi kæru landsmenn. ■

<b>Sunnudagur</b>	<b>Mánudagur</b>
<b>Reykjavík</b>	
10	10
10	5
<b>Ísafjörður</b>	
10	6
13	5
<b>Akureyri</b>	
15	4
15	2
<b>Egilsstaðir</b>	
17	2
16	5
<b>Kirkjubæjarklaustur</b>	
12	5
12	4

**Pondus**

Eftir Frode Øverli



**Gelgjan**

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman



**Barnalán**

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman





# WIZAR

## 20% AFSLÁTTUR



Verð frá

**167.920** kr.

**Verð áður 209.900** kr.

Gildir aðeins meðan birgðir endast.

**Wizar hægindastóllinn sem Íslendingar elska.  
Wizar fyrir lífsins ljúfu stundir.**

**Vogue**  
FYRIR HEIMILIÐ





Píanóleikarinn Andrew J. Yang.

## Andrew J. Yang spilar í Saurbæ

kolbrunb@frettabladid.is

Sunnudaginn 25. júlí klukkan 16.00 mun píanóleikarinn Andrew J. Yang flytja verk eftir Johannes Brahms og Frans Liszt í Hallgrímskirkju í Saurbæ, Hvalfirði.

Andrew J. Yang hefur leikið bæði á einleikstónleikum og með hljómsveitum víða í Evrópu, Asíu og Ameríku og hlotið einróma lof.

Yang kennir á píanó og fiðlu við Tónlistarskóla Vesturbyggðar á Patreksfirði en samhliða því er hann á fullum skólasyrki að klára doktorsgráðu í píanóleik við USC Thornton School of Music í Los Angeles. Hann tekur þátt í Brahms-keppni í Þýskalandi í haust. ■



Eitt af verkum Guðlaugs á sýningunni. MYND/ADSEND

## Bleikur Keilir í Háteigskirkju

kolbrunb@frettabladid.is

Guðlaugur Bjarnason sýnir verk á sýningunni Bleikur Keilir í Galleríi Göngum við Háteigskirkju. Guðlaugur sýnir málverk sem eru unnin að mestu frá sumrinu 2020 fram á daginn í dag. Rétt fyrir páska 2020 fékk Guðlaugur heilablóðfall, lamaðist á vinstri hlið og við það skertist sjónsvið hans töluvert. Myndirnar sem hann sýnir eru allar unnar í bataferli Guðlaugs. ■

# Alls konar pælingar



Kolbrún Bergþórsdóttir kolbrunb@frettabladid.is

Efnisgerð augnablik er sam-sýning fjögurra listamanna í Nýlistasafninu. Í hópnum eru Baldur Geir Bragason og Inga Þórey Jóhannsdóttir.

Baldur gerði verk sitt sérstaklega fyrir sýninguna. Það heitir Mátun/Fitting og er búið til úr striga og herðatrjám. „Þetta eru röndótt málverk sem mynda vafninga og standa á herðatrjám og eru flest með krók í endann. Herðatrén eru mismunandi og vegna hæðarmismunar skapast ákveðið flökt í verkinu.“

### Leið að hugmyndum

Spurður af hverju hann hafi valið að nota herðatré við listsköpun segir Baldur: „Herðatré er figúratíft, næstum eins og fugl og eins herðar og haus. Þetta nýti ég mér og hef teinrétt málverk sem má upplifa sem hörkaðal eða allavega vafninga sem teygja sig upp með krók í endann. Eitt verkið endar svo sem trosnaður strigaendi eins og hann kemur af rúllunni og annar lokaður með hefti eins og pylsa. Þetta er öreigalist og má botna á mismunandi vegu. Þetta minnir á hóp af figúrum.“

Krókar eru á sumum vafninganna. „Herðatrjákrókar hafa alltaf minnt mig á spurningarmerki eða haus sem leitast eftir að hanga einhvers staðar,“ segir Baldur. „Það eru alls konar pælingar í þessu verki og kannski má segja að ég sé þar að sýna ákveðna leið að hugmyndum.“

### Tvenns konar ferli

Verk Ingu Þóreyjar hverfist um fjögur málverk sem hún vann í lok síðasta árs. „Þegar ég er að vinna við myndlist byrja ég daginn á því að mála málverk á hefðbundinn hátt. Ég málaði fjögur málverk með andlit og snertingu í huga og alla jafna hefðu þau farið í skúffuna og ekki verið neitt nema upphitun. En svo ákvað ég að nýta þau og senda í tvenns konar ferli.“

Annars vegar sendi ég fjórum nánum vinum og ættingjum myndir af málverkunum og bað þau um að móta þau í þrívídd. Skúlptúrarnir á sýningunni eru í rauninni afrakstur þess,“ segir Inga Þórey.

„Hins vegar ákvað ég að tala við starfsmenn landamæraeftirlitsins á Keflavíkurflugvelli sem eru sérstaklega þjálfaðir til að greina andlit. Ég endurgerði málverkin á andlit þeirra og sendi síðan í gegnum landamæraeftirlitshlið á flugvellinum.“



Baldur Geir Bragason og Inga Þórey Jóhannsdóttir sýna í Nýlistasafninu.

FRÉTTABLAÐIÐ/ÓTTAR

Verk Baldurs er búið til úr striga og herðatrjám og verk Ingu hverfist um fjögur málverk.



Hins vegar ákvað ég að tala við starfsmenn landamæraeftirlitsins á Keflavíkurflugvelli sem eru sérstaklega þjálfaðir til að greina andlit.

Inga Þórey Jóhannsdóttir.



inum. Þessi hlið eru búin myndavél og sérstöku andlitsgreiningarforriti.

Útkoman er því tvenns konar, verk í lit og svart-hvítar myndir af fjórum konum sem starfa við landamæraeftirlitið. Undir svart-hvítu myndunum sem tölvan tók eru stíkur með raudum og grænum lit. „Ef rauði liturinn er áberandi þá merkir það að myndin sé ekki lík fyrirmyndinni. Það er ekki gott að vita hvað tölvan var að lesa, hvort

hún var að lesa málverkið eða andlitið,“ segir Inga Þórey.

Konurnar á myndunum eru allar með höfuðfat. „Það var gert af fagurfræðilegum ástæðum. Andstæðurnar urðu svo sterkar þegar háralitur og húð var sýnileg.“

Konurnar, sem allar eru íslenskar, verða fyrir vikið næstum því eins og úr öðrum heimshluta. „Ég hef verið spurð hvort það sé trúarlegur undirtónn í verkinu en svo er ekki,“ segir Inga Þórey. ■

# RAUNVERULEIKINN SKÍN Í GEGN



AÐEINS

3.990 kr./mán



stod2.is





Moustidose flugnafælupakki með Moustidose Deet, Moustidose Icardine og Moustidose Afterbite!



Gjafabréf fyrir 2 á Lamb street food



Alvöru veiðitaska frá Bréfdúfunni



Rosaleg grillveisla frá SS. Lamb, naut, hamborgarar og pylsur



Heljarinnar sósuveisla frá E. Finnsson

# SUMARLEIKUR FRÉTTABLAÐSINS

Drögum út 29. júlí

SKRÁÐU ÞIG TIL LEIKS Á  
FRETTABLAÐID.IS/SUMARLEIKUR  
OG ÞÚ GAETIR UNNIÐ ALLT SEM  
ÞÚ SÉRÐ Í ÞESSARI AUGLÝSINGU!



Gjafabréf fyrir tvo í Vök



Orvis flugustöng og hjól frá Vesturröst



20.000 kr. gjafabréf frá Blush



Veiðikortið 2021





## Laugardagur



# ÚTS ÖLU LOK

LAUGARDAGURINN  
24. JÚLÍ  
SOLLA STIRÐA  
KL: 14:00



Fjarðargata 13-15, 220 Hafnarfirði

## Hringbraut

- 18.00 Besti maturinn (e)** Sígildur þáttur frá fyrri árum Hringbrautar þar sem Vala Matt fékk til sín þjóðþekkt einstaklinga sem kepptu um að gera besta matinn.
- 18.30 Sir Arnar Gauti (e)** Lífsstílsþáttur með Arnari Gauta sem fjallar um heimili, hönnun, matar- og veitinga-húsameningu, arkitektúr og margt fleira.
- 19.00 Á Meistaravöllum** Gamli og nýir KR-ingar láta gamminn geisa um félagið sitt.
- 19.30 Höldum áfram (e)** Hringvegurinn um Ísland farinn með Samtökum atvinnulífsins.
- 20.00 Höldum áfram (e)**
- 20.30 Sir Arnar Gauti (e)**

## RÚV Sjónvarp

- 06.20 ÓL 2020. Skotfimi Skotfimi** karla með loftskammbyssu
- 07.15 Landakort**
- 07.20 KrakkaRÚV**
- 07.21 Poppý kisukló**
- 07.32 Lundaklettur**
- 07.39 Tölukubbar**
- 07.44 Eðlukrúttin**
- 07.55 Bubbi byggir**
- 08.06 Millý spyr**
- 08.13 Unnar og vinur**
- 08.35 Stuðboltarnir**
- 08.46 Hvolpasveitin**
- 09.09 Grettir**
- 09.21 Stundin okkar**
- 09.45 Músikmolar**
- 09.55 ÓL 2020. Sund** Bein útsending.
- 12.20 ÓL 2020. Handbolti Danmörk-Japan** Bein útsending.
- 14.00 ÓL 2020. Fótolti Holland - Brasilía** Bein útsending
- 15.45 ÓL 2020. Handbolti Þýskaland - Spánn** Bein útsending.
- 17.35 Handboltalið Íslands Karalið FH 1984**
- 17.50 Tákn málsfréttir**
- 18.00 KrakkaRÚV**
- 18.01 Ósagða sagan**
- 18.30 Rammvillt** Slysið við fossinn.
- 18.36 Erlen og Lúkas** Heimsókn í Húsdýragarðinn.
- 18.45 Landakort** Hellableikja.
- 18.54 Lottó**
- 19.00 Fréttir**
- 19.25 Íþróttir**
- 19.30 Veður**
- 19.40 Ólympiukvöld**
- 20.20 Morgundagurinn er upphaf alls**
- 22.15 I Saw the Light** Ég sá ljósið
- 00.15 Nærmyndir - Að leika samlokur**
- 00.45 Ólympiukvöld**
- 01.25 ÓL 2020. Sund** Bein útsending.
- 03.20 ÓL 2020. Hjólabretti Götuhjólabretti karla** Bein útsending.
- 04.55 Ólympiufrek - Sydney 2000**
- 05.25 Ólympiufrek - Apna 2004**
- 05.55 ÓL 2020. Dýfingar Samhæfðar dýfingar kvenna** Bein útsending.

## Stöð 2 Golf

- 09.30 LPGA Tour** Bein útsending frá Evian Championship.
- 15.00 The Hero Challenge**
- 15.25 2021 Legends Tour- highlights**
- 16.10 The Amateur Championship Highlights 2021**
- 17.00 PGA Tour** Bein útsending frá 3M Open.
- 22.00 2021 PGA Championship Official Film**
- 22.55 Champions Tour Highlights**

## Sjónvarp Símans

- 06.00 Síminn + Spotify**
- 11.15 The Block**
- 12.20 Amazing Hotels. Life Beyond the Lobby**
- 13.25 Pabbi skoðar heiminn**
- 14.00 Áskorun**
- 14.30 Vinátta**
- 15.00 Aldrei ein**
- 15.30 Kokkafلاك**
- 16.00 Hver drap Friðrik Dór?**
- 16.50 The King of Queens**
- 17.10 Everybody Loves Raymond**
- 17.35 Lifum lengur**
- 18.05 Með Loga**
- 19.05 The Block**
- 20.10 A Fish Called Wanda**
- 22.00 Infidel**
- 23.50 Jawbone**
- 01.20 RED 2**
- 03.10 Penny Dreadful. City of Angels**
- 04.10 Love Island**

## RÚV Rás eitt

- 06.55 Morgunbæn og orð dagsins**
- 07.00 Fréttir**
- 07.03 Vinill vikunnar** Siouxi and the Banshees. Through The Looking Glass.
- 08.00 Morgunfréttir**
- 08.05 Þar sem ennþá Öxará** rennur Sumargestir og aðrir farfuglar.
- 09.00 Fréttir**
- 09.03 Á reki með KK**
- 10.00 Fréttir**
- 10.05 Veðurfreginir**
- 10.15 Ástarsögur** Eiríkur og sveitarómantíkin.
- 11.00 Fréttir**
- 11.03 Vikulokin**
- 12.00 Hádegisútsvarp**
- 12.20 Hádegisfréttir**
- 12.50 Augnablik um sumar**
- 13.00 Bitlatíminn 2**
- 15.00 Flakk - Flakk um Háskóla-svæðið**
- 16.00 Síðdegisfréttir**
- 16.05 Út vil ek Thor og Ítalía**
- 17.00 Þar sem orðunum sleppir** Borgin og bylting nútímans.
- 18.00 Kvöldfréttir**
- 18.10 Í ljósi sögunnar** Ester Blenda Nordström.
- 18.50 Veðurfreginir**
- 18.53 Dánarfreginir**
- 19.00 Sveifludansar** Carmen McRae, Oscar Peterson, Herb Harris og Kristian Blak.
- 20.50 Úr gullkistunni** Björn J. Blöndal.
- 21.15 Bók vikunnar - Sala-möndrustríðið**
- 22.00 Fréttir**
- 22.05 Veðurfreginir**
- 22.10 Litla flugan** Sjómannaölög.
- 23.00 Vikulokin**
- 00.00 Fréttir**
- 00.05 Næturútsvarp Rásar 1**

## Stöð 2 Bíó

- 09.45 Mamma Mia**
- 11.30 Johnny English Reborn**
- 13.10 Little Women**
- 15.20 Mamma Mia**
- 17.05 Johnny English Reborn**
- 18.45 Little Women**
- 21.00 Out of Blue**
- 22.45 Jexi** Gamanmynd frá 2019 um það hvað getur gerst þegar þú elskar símann þinn meira en allt annað í lífinu. Phil vinnur við að búa til top 10 lista og eini „vinur“ hans er síminn. Þegar hann neyðist til að uppfæra símann bætist við ný virkni, Jexi, gervigreindar markþjálfari.
- 00.05 Down A Dark Hall**
- 01.40 Out of Blue**

## Stöð 2

- 08.00 Laugardagssögur**
- 08.01 Sögur af svöngum björnum**
- 08.05 Örstutt ævintýri**
- 08.10 Ég er kynlegt kvikyndi**
- 08.13 Örstutt ævintýri**
- 08.15 Greinda Brenda**
- 08.17 Börn sem bjarga heiminum**
- 08.20 Vanda og geimveran**
- 08.30 Monurnar**
- 08.40 Ella Bella Bingó**
- 08.50 Blíða og Blær**
- 09.10 Leikfélag Esóps**
- 09.20 Vikingurinn Viggó**
- 09.35 Latibær**
- 09.45 Dagur Diðrik**
- 10.05 Mörgæsirnar**
- 10.30 Angelo ræður**
- 10.35 Mia og ég**
- 11.00 K3**
- 11.10 Denver síðasta risaeðlan**
- 11.25 Angry Birds Stella**
- 11.30 Hunter Street**
- 11.55 Friends**
- 12.15 Bold and the Beautiful**
- 13.45 Bold and the Beautiful**
- 14.05 The Great British Bake Off**
- 15.05 Golfarinn**
- 15.40 The Titan Games**
- 16.20 Rax - augnablik**
- 16.50 The Greatest Dancer**
- 18.26 Veður**
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
- 18.45 Sportpakinn**
- 18.53 Lottó**
- 18.55 Impractical Jokers**
- 19.15 Lego DC. Shazam Magic and Monsters**
- 20.35 Harriet** Mögnuð saga af flóttu Harriet Tubman úr þrældómi og hvernig hún reis upp og varð ein mesta hetja Bandaríkjanna. Hugrekki hennar, hugvitssemi og seigla varð til þess að hundruðir þræla fengu frelsi, sem breytti gangi sögunnar.
- 22.40 Snatch**
- 00.20 Underwater**
- 01.50 Hunter Street**
- 02.15 Friends**
- 02.35 The Great British Bake Off**
- 03.35 The Titan Games**
- 04.15 The Greatest Dancer**

## Stöð 2 Sport

- 08.15 Fram - KA/Þór** Útsending frá leik í Olís-deild kvenna.
- 09.30 Grindavík - Þór Þ.** Útsending frá leik í Dominos-deild karla.
- 10.55 KR - Valur**
- 12.25 Stjarnan - Þór Ak.**
- 13.45 Keflavík - Stjarnan** Útsending frá leik í Pepsi Max-deild kvenna.
- 15.30 Pepsi Max Upphitun**
- 15.50 HK - Valur** Bein útsending frá leik í Pepsi Max-deild karla.
- 18.00 Pepsi Max Stúkan**
- 18.20 Njarðvík - Tindastóll** Útsending frá leik í Dominos-deild karla.
- 20.00 Breiðablik - Selfoss** Útsending frá leik í Pepsi Max-deild kvenna.
- 21.40 HK - Valur**
- 23.20 Haukar - Þór Ak.**

## Stöð 2 Sport 2

- 08.00 Phoenix Suns - Milwaukee Bucks**
- 09.50 Wales - Danmörk**
- 12.00 Opna breska meistarmót eldri kyflinga** Bein útsending.
- 17.00 Arsenal - Slavia Prag**
- 18.45 Phoenix Suns - Milwaukee Bucks**
- 20.35 Ítalía - England**
- 23.15 Holland - Tékkland**



## Sunnudagur

## Hringbraut

- 18.00** Matur og heimili (e)  
**18.30** Mannamál (e)  
**19.00** Suðurnesja-magasin Vikurfretta (e) Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar.  
**19.30** Sigvaldi Kaldalóns – töfrar tónskáldsins og læknisins ljúfa Heimildarmynd um líf og list eins rómaðasta tónskálds Íslands.  
**20.00** Sigvaldi Kaldalóns – töfrar tónskáldsins og læknisins ljúfa  
**20.30** Mannamál (e)

## RÚV Sjónvarp

- 07.15** KrakkaRÚV  
**07.16** Refurinn Pablo  
**07.21** Hið mikla Bé  
**07.44** Poppý kisukló  
**07.55** Stuðboltarnir  
**08.18** Kátur  
**08.20** Hvolpasveitin  
**08.43** Hróturinn Hreinn  
**08.50** Úmísúmi  
**09.13** Robbi og Skrimslí  
**09.35** Eldhugar - Delia Akeley - landkönnuður  
**09.40** Landakort Ferðaklúbburinn.  
**09.50** ÓL 2020. Skotfimi Skotfimi kvenna með loftskammbyssu  
**10.50** ÓL 2020. Skotfimi Skotfimi karla með loftriffli  
**11.50** ÓL 2020. Körfubolti Frakkland - Bandaríkin Bein útsending.  
**13.50** ÓL 2020. Hjólabretti Götuhjólabbretti karla Bein útsending.  
**15.00** ÓL 2020. Dýfingar Samhæðar dýfingar kvenna Bein útsending.  
**16.05** ÓL 2020. Skotfimi Skotfimi kvenna með loftskammbyssu  
**17.05** Mömmusoð  
**17.15** Sumarlandinn  
**17.50** Tákn málsfréttir  
**18.00** KrakkaRÚV  
**18.01** Stundin okkar  
**18.25** Vísindahorn Ævars  
**18.30** Vísindin allt í kring  
**19.00** Fréttir  
**19.25** Íþróttir  
**19.30** Veður  
**19.40** Ólympiukvöld  
**20.20** Sumarlandinn  
**20.55** Víctor Hugo, óvinur ríkisins ( Víctor Hugo, enni d'État  
**21.50** Sumarbörn  
**23.15** Ófærð  
**00.10** Eldhugarnir Gluggi vonarinnar  
**01.25** ÓL 2020. Sund Bein útsending.  
**03.40** ÓL 2020. Hjólabretti Götuhjólabbretti kvenna Bein útsending  
**05.20** Ólympiukvöld  
**05.55** ÓL 2020. Samhæðar dýfingar karla Bein útsending.

## Stöð 2 Golf

- 09.30** PGA Tour Bein útsending frá Evian Championship.  
**15.00** PGA Special. Coming Home  
**15.40** Golfarinn 1  
**16.10** Jóhanna á opna breska  
**17.00** PGA Tour Bein útsending frá 3M Open.  
**22.00** PGA Special. AT&T Every Shot Counts - Charity Event

## Sjónvarp Símans

- 10.45** The Block  
**11.50** Bachelor in Paradise  
**13.15** The Bachelorette  
**15.15** The Biggest Loser  
**16.50** The King of Queens  
**17.10** Everybody Loves Raymond  
**17.35** Ný sýn  
**18.05** Með Loga  
**19.05** The Block  
**20.10** Pabbi skoðar heiminn  
**20.45** Skandall  
**21.35** Yellowstone  
**22.25** Love Island  
**23.15** Penny Dreadful. City of Angels  
**00.15** Ray Donovan  
**01.05** Love Island  
**02.00** Love Life  
**02.30** Seal Team  
**03.15** Love Island  
**04.05** Síminn + Spotify

## RÚV Rás eitt

- 06.55** Morgunbæn og orð dagsins  
**07.00** Fréttir  
**07.03** Hringrás Á Vesturbakk-anum.  
**08.00** Morgunfréttir  
**08.05** Söngvamaðl Á barmi heimsstýrjaldar.  
**09.00** Fréttir  
**09.05** Svona er þetta Ásta Kristín Benediktsdóttir.  
**10.00** Fréttir  
**10.05** Veðurfregnir  
**10.15** Bók vikunnar Villi-sumar  
**11.00** Guðsþjónusta í Skálholtskirkju  
**12.00** Hádegisútlit  
**12.20** Hádegisfréttir  
**12.50** Augnablik um sumar  
**13.00** Sögur af landi Sumar. Gunní Mall og æviminningar Guðjóns R. Sigurðssonar.  
**14.00** Tengivagninn  
**15.00** Lífsformið  
**16.00** Síðdegisfréttir  
**16.05** Sumartónleikar Útitónleikar við Effeltturninn í París.  
**17.25** Orð af orði  
**18.00** Kvöldfréttir  
**18.10** Ástarsögur Eiríkur og sveitarómantikinn.  
**18.50** Veðurfregnir  
**18.53** Dánarfregnir  
**19.00** Óskastundin  
**19.40** Þar sem ennþá Öxará rennur Sumargestir og aðrir farfluglar.  
**20.30** Djassþáttur  
**21.30** Úr gullkistunni Höskuldur á Hofsstöðum.  
**22.00** Fréttir  
**22.05** Veðurfregnir  
**22.10** Á reki með KK  
**23.10** Frjálsar hendur  
**00.00** Fréttir  
**00.05** Næturútlit Rásar 1

## Stöð 2 Bíó

- 10.00** Nancy Drew and the Hidden Staircase  
**11.25** The Notebook  
**13.25** The Five-Year Engagement  
**15.30** Nancy Drew and the Hidden Staircase  
**16.55** The Notebook  
**18.55** The Five-Year Engagement  
**21.00** Ford v Ferrari  
**23.25** Forgetting Sarah Marshall  
**01.15** Madame  
**02.45** Ford v Ferrari

## Stöð 2

- 08.00** Uppskriftir fyrir svanga birni  
**08.02** Laugardagsklúbburinn  
**08.05** Rita og krókóðill  
**08.10** Regnbogasögur  
**08.13** Ég er fiskur  
**08.15** Veira vertu blessuð  
**08.16** Örstutt ævintýri  
**08.18** Ást er ást  
**08.20** Hæna Væna  
**08.25** Stóri og Litli  
**08.35** Blíða og Blær  
**08.55** Monsurnar  
**09.10** Víkingurinn Viggó  
**09.20** Adda klóka  
**09.45** It's Pony  
**10.05** K3  
**10.15** Angelo ræður  
**10.25** Lukku láki  
**10.50** Ævintýri Tinna  
**11.10** Angry Birds Stella  
**11.20** Mörgæsirnar  
**11.40** Top 20 Funniest  
**12.25** Nágrannar  
**13.50** Nágrannar  
**14.15** Friends  
**14.35** Friends  
**14.55** The Office  
**15.20** Impractical Jokers  
**15.45** Cyrus vs. Cyrus Design and Conquer  
**16.05** First Dates  
**17.00** 60 Minutes  
**17.45** Supernanny  
**18.26** Veður  
**18.30** Fréttir Stöðvar 2  
**18.40** Sportpakinn  
**18.45** Rax - augnablik  
**19.10** Grand Designs. Australia  
**20.05** The Heart Guy  
**20.55** War of the Worlds  
**21.45** Prodigal Son  
**22.30** Bump  
**23.05** Queen Sugar  
**23.50** Timber Creek Lodge  
**00.30** Ballers  
**01.00** Ballers  
**01.20** Empire  
**02.05** Empire  
**02.45** Top 20 Funniest  
**03.30** Friends  
**03.50** Friends

## Stöð 2 Sport

- 08.05** Pepsi Max Stúkan  
**08.25** Breiðablik - Selfoss Útsending frá leik í Pepsi Max-deild kvenna.  
**10.05** Tindastóll - Fylkir  
**11.45** Keflavík - Stjarnan  
**13.25** HK - Valur Útsending frá leik í Pepsi Max-deild karla.  
**15.05** Valur - Bodö/Glimt  
**16.45** Breiðablik - Selfoss  
**18.30** Pepsi Max Upphitun  
**19.05** Keflavík - Breiðablik Útsending frá leik í Pepsi Max-deild karla.  
**21.15** Pepsi Max Stúkan  
**22.05** HK - Valur  
**23.45** Keflavík - Breiðablik

## Stöð 2 Sport 2

- 08.55** Middlesbrough - Watford  
**11.00** Ajax - Roma  
**12.40** Leipzig - Manchester United Bein útsending.  
**14.25**  
**19 af 30** Chelsea - Manchester City  
**16.50** AEK - Leicester  
**18.30** Belgía - Portúgal  
**20.15** Króatía - Spánn  
**22.30** Frakkland - Sviss

## Mánudagur

## Hringbraut

- 18.00** Mannamál - Svala Björgvinsdóttir (e)  
**18.30** Söfnin á Íslandi - Eldheimar (e)  
**19.00** Atvinnulífið - Landbúnaðarháskólinn - seinni hluti Sigurður K. Kolbeinsson heim-sækir íslensk fyrirtæki.  
**19.30** Heima er best (e) Heima er best er samtalsþáttur um þjóðlegan fróðleik.  
**20.00** Lengjudeildarmörkin Hörður og Hrafnkell fara yfir úrslit og mörk í Lengjudeild karla í knattspyrnu.  
**20.30** Söfnin á Íslandi - Eldheimar (e)

## RÚV Sjónvarp

- 08.15** Spánn - Noregur ÓL 2020. Handbolti Bein útsending.  
**09.55** ÓL 2020. Fimleikar Liðakeppni karla Bein útsending.  
**13.05** ÓL 2020. Götuhjólabbretti kvenna Bein útsending.  
**14.45** ÓL 2020. Samhæðar dýfingar karla Bein útsending.  
**15.50** ÓL 2020. Þríþraut karla Bein útsending.  
**17.50** Tákn málsfréttir  
**18.00** KrakkaRÚV  
**18.01** Poppý kisukló  
**18.12** Loðmundur  
**18.19** Skotti og Fló  
**18.26** Lestrarhuttu  
**18.33** Stuðboltarnir  
**18.44** Nellý og Nóra  
**18.50** Sumarlandabrot 2020 Rósaklúbbur Garðyrkjufélags Íslands.  
**19.00** Fréttir  
**19.25** Íþróttir  
**19.30** Veður  
**19.35** Sumarlandabrot  
**19.45** Ólympiukvöld  
**20.15** Sue Perkins í Japan Japan with Sue Perkins  
**21.10** Sumarið 85 Sommeren 85  
**22.00** Tíufréttir  
**22.15** Veður  
**22.20** Svarthvit saga blúsins Monochrome. Black, White and Blue  
**23.50** Hláturvisindi The Science Of Laughter  
**00.50** Ólympiukvöld  
**01.25** ÓL 2020. Sund Bein útsending.  
**03.25** Ólympiufrek - Peking 2008 Unforgettable Olympic Moments  
**03.55** Ólympiufrek - Peking 2008 Unforgettable Olympic Moments  
**04.15** Á eigin forsendum By Her Rules  
**04.30** ÓL 2020. Körfubolti Nígería - Bandaríkin Bein útsending.  
**06.40** ÓL 2020. Samhæðar dýfingar kvenna Bein útsending.

## Stöð 2 Golf

- 07.00** PGA Tour Útsending frá 3M Open.  
**11.00** PGA Tour Útsending frá 3M Open.  
**15.00** PGA Tour Útsending frá 3M Open.  
**20.00** PGA Highlights  
**20.55** PGA Tour Útsending frá 3M Open.

## Sjónvarp Símans

- 12.30** Dr. Phil  
**13.15** The Late Late Show  
**14.00** The Block  
**15.05** 90210  
**15.50** American Housewife  
**16.15** Black-ish  
**16.50** The King of Queens  
**17.10** Everybody Loves Raymond  
**17.35** Dr. Phil  
**18.20** The Late Late Show  
**19.05** The Block  
**20.10** Áskorun  
**20.45** Superstore  
**21.10** Love Life  
**21.40** Seal Team  
**22.30** Love Island  
**23.20** The Royals  
**00.05** The Late Late Show  
**00.50** Ray Donovan  
**01.40** Love Island  
**02.35** Younger  
**03.05** Bull  
**03.50** Love Island

## 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** Segðu mér  
**09.45** Morgunleikfimi  
**10.00** Fréttir  
**10.03** Veðurfregnir  
**10.13** Flugur  
**11.00** Fréttir  
**11.03** Sumarmál. Fyrri hluti  
**12.00** Fréttir  
**12.03** Það sem skiptir máli Hreindýr  
**12.20** Hádegisfréttir  
**12.42** Hádegisfréttir og seinni hluti  
**13.00** Dánarfregnir  
**13.02** Sumarmál. Seinni hluti  
**14.00** Fréttir  
**14.03** Hringrás  
**15.00** Fréttir  
**15.03** Út vil ek  
**16.00** Síðdegisfréttir  
**16.05** Bleikmáinn rís  
**17.00** Fréttir  
**17.03** Beethoven. Byltingarmaður tónlistarinnar  
**18.00** Kvöldfréttir  
**18.10** Brot úr Morgunvaktinni  
**18.30** Krakkakiljan  
**18.50** Veðurfregnir  
**18.53** Dánarfregnir  
**19.00** Sumartónleikar  
**20.30** Meistaraverk Beet-hovens  
**21.22** Íslendingasögur  
**21.40** Kvöldsagan. Sögu-kaflar af sjálfum mér (20 af 23).  
**22.00** Fréttir  
**22.05** Veðurfregnir  
**22.10** Sumarmál. Fyrri  
**23.05** Sumarmál. Seinni  
**00.00** Fréttir  
**00.05** Næturútlit Rásar 1

## Stöð 2 Bíó

- 11.20** Foodfight  
**12.50** Swimming for Gold  
**14.20** The Leisure Seeker  
**16.10** Foodfight  
**17.40** Swimming for Gold  
**19.10** The Leisure Seeker  
**21.00** Green Book  
**23.05** Hellboy. Rise of the Blood Queen  
**01.00** Vox Lux  
**02.55** Green Book

## Stöð 2

- 08.00** Heimsókn  
**08.20** The Mentalist  
**09.05** Bold and the Beautiful  
**09.25** The Good Doctor  
**10.05** The Goldbergs  
**10.25** One Born Every Minute  
**11.15** Lodgers For Codgers  
**12.00** Last Man Standing  
**12.35** Nágrannar  
**12.55** Friends  
**13.15** Friends  
**13.40** FC Ísland  
**14.10** Matarboð með Evu  
**14.45** Manifest  
**15.30** Saved by the Bell  
**15.55** First Dates  
**16.45** Suits  
**17.35** Bold and the Beautiful  
**18.00** Nágrannar  
**18.26** Veður  
**18.30** Fréttir Stöðvar 2  
**18.45** Sportpakinn  
**18.55** Cyrus vs. Cyrus Design and Conquer  
**19.15** Making It  
**20.00** Bump Grátbroslegir ástralskir dramaþættir frá 2021. Líf tveggja fjölskyldna þegar unglingar eignast óvænt barn saman.  
**20.35** The Pembrokehire Murders  
**21.25** Queen Sugar  
**22.10** 60 Minutes  
**23.00** The Girlfriend Experience  
**23.30** Shriill  
**23.55** Death Row Stories  
**00.35** Krypton  
**01.15** The Good Doctor  
**02.00** The Mentalist  
**02.35** Suits  
**03.20** Friends  
**03.40** Friends

## Stöð 2 Sport

- 08.25** Pepsi Max Stúkan  
**09.10** HK - Fjölnir 2008  
**09.35** Manstu eftir Manchester City  
**10.20** Manstu eftir Chelsea  
**11.00** Þór Þ. - Stjarnan Útsending frá leik í Dominos-deild karla.  
**12.25** GS#9  
**13.25** Valur - Tindastóll Útsending frá leik í Dominos-deild karla.  
**14.55** Keflavík - Njarðvík  
**16.20** Dominos Körfubolta-kvöld kvenna  
**17.00** Keflavík - Breiðablik Útsending frá leik í Pepsi Max-deild karla.  
**18.45** Pepsi Max Upphitun  
**19.05** KR - Fylkir Bein útsending frá leik í Pepsi Maxdeild karla.  
**21.15** Pepsi Max Stúkan  
**21.30** Keflavík - Breiðablik  
**23.10** KR - Fylkir

## Stöð 2 Sport 2

- 08.20** Barnsley - Reading  
**09.55** New England Patriots - Arizona Cardinals  
**12.15** Sviss - Spánn  
**14.40** Birmingham - Swansea  
**16.20** Chelsea - Krasnodar  
**18.00** England - Þýskaland  
**19.40** Arsenal - Aston Villa Útsending frá leik í úrslitum ensku bikarkeppinnar árið 2015.  
**21.25** Manchester United - Granada  
**23.05** Svíþjóð - Úkraína



# Kastljós á niðurgrafna leyndardóma Lundúna

Íslenska leikkonan og sagnfræðingurinn Siddý Holloway leiðir breska sjónvarpsáhorfendur um huliðsheima og gleymd skúmaskot elsta neðanjarðarlestarkefni heims í heimildarþáttunum Secrets of the London Underground sem brunuðu af stað í byrjun vikunnar.

toti@frettabladid.is

Sjónvarpsstöðin Yesterday, sem er hluti af BBC, frumsýndi á mánu dagskvöld fyrsta heimildarþáttinn af sex í röðinni Secrets of the London Underground. Í þáttunum fara sagnfræðingarnir Tim Dunn og Siddý Holloway eiginlega með áhorfendur í lestarferð aftur í tímann um yfirgefnar brautir og löngu gleymda afkima neðanjarðarlestarkefni Lundúna.

Rúmlega 400 þúsund manns horfðu á fyrsta þáttinn þegar hann var sendur út. „Við erum alveg í skýjunum og alveg hrikalega stolt af seríunni,“ segir Siddý en áhorfið á útsendinguna fór fram úr björtustu vonum hennar og samstarfsfólks hennar.

Áhugi fólks á þessu elsta neðanjarðarlestarkefni heims þarf þó ef til vill ekki að koma á óvart enda teygir það sig um mannlíf og sögu heimsborgarinnar rúma öld aftur í tímann.

Siddý bendir þó á að á lestarferðum sínum í daglegu amstri geri fólk sér ekki alltaf grein fyrir því að það brunar í gegnum og fram hjá stöðum sem hafa þjónað tilgangi sínum í allt að 130 ár og þannig snert ótal mannlíf í gegnum tíðina.

„Þegar ég tengdi þetta svona við fólk í London þá varð ég ofboðslega spennant fyrir viðfangsefninu og þegar ég fór að kafa ofan í þetta gat ég ekki hætt og hingað erum við komin.“

Siddý starfar fyrir samgöngusafnið London Transport Museum og í krafti þess fá þau Tim, og áhorfendur um leið, einstakan aðgang að lokuðum og gleymdum viðkomustöðum undir London.

## Úr leiklist í lestarferðir

„Þetta er ótrúlega spennandi og ég vona bara að þetta haldi svona áfram. Ég myndi eiginlega segja að þáttur næstu viku sé betri en sá fyrsti þannig að þetta verður bara skemmtilegra og skemmtilegra,“ segir Siddý sem útilokar ekki að ráðist verði í gerð annarrar þáttaraðar auk þess sem hún gæli við tilhugs-



Siddý var komin hálf leið til Íslands í huganum þegar henni bauðst starf hjá London Transport Museum sem hefur nú skilað henni í sjónvarp þar sem hún skoðar huliðsheimana undir London.



Kynni Siddýjar og Tims Dunn hófust þegar hún var gestur í sjónvarpsþætti hjá honum og í framhaldinu datt þeim í hug að það gæti verið spennandi að fara með áhorfendur um slóðir Siddýjar í Hidden London. MYND/UKTV/THE OTHER RICHARD

unina um að þeir eigi eftir að rata til íslenskra sjónvarpsáhorfenda.

Siddý Ingólfssdóttir flutti til Bretlands 2010 til þess að fara í leiklistarnám og þar býr hún enn og er þekkt sem Siddý Holloway. „Eftir að ég útskrifaðist var ég í harkinu, svona eins og gengur með leikara,“ segir Siddý sem komst í nokkuð örugga aukavinnu sem leiðsögu-

maður. „Ég var með alls konar mismunandi túra og fannst það alltaf æðislega skemmtilegt,“ segir hún og bendir á að störf leikarans og leiðsögumansins eigi ýmislegt sameiginlegt þótt það blasi ekki endilega við. „Enda er maður náttúrulega alltaf að segja sögu.“

Siddý var búin að vinna við leiðsögn í nokkur ár og var farin að huga að flutningum heim til Íslands

þegar henni bauðst starf hjá London Transport Museum í nokkra mánuði 2015 og þar er hún enn.

## Hulduborgin London

„Það er svo skrytið hvernig þetta gerist. Mér hefur alltaf fundist sagnfræði og saga yfirhöfuð mjög spennandi,“ segir Siddý sem kom til safnsins á hárréttum tíma.

„Þegar ég er að byrja þarna er hugmyndin að verkefninu Hidden London að koma upp. Þar sem við förum með fólk á bak við tjöldin og sýnum lokaðar stöðvar og lokaða hluta í þessu kerfi. Eitthvað sem fólk fer kannski fram hjá á hverjum degi og veit ekkert að þar á bak við leynist bara heill heimur.“

Þú getur bókstaflega gengið í gegnum einar dyr og þá bara ertu allt í einu kominn einhver 80-90 ár aftur í tímann. Flestir vita ekkert af þessu og hafa ekki hugmynd um hvað leynist þarna.“

Leiðsögumansreynsla Siddýjar varð til þess að hún var beðin um að aðstoða við verkefnið og hún stýrir nú deildinni sem kennd er við Hidden London. „Við byrjuðum á einum túr og þetta er bara búið að stækka, vinda upp á sig og núna sex árum seinna komið í sjónvarp.“



Þú getur bókstaflega gengið í gegnum einar dyr og þá bara ertu allt í einu kominn einhver 80-90 ár aftur í tímann.

## Brunað gegnum samfélagssöguna

Siddý vinnur alla rannsóknarvinnuna og skrifar allt efnið í kringum þessar neðanjarðar-kynnisferðir sem hafa fundið sér nýjan farveg í gegnum sjónvarp. „Fólk heldur oft að þetta sé eitthvað þínu bara fyrir lestanörða en þetta er einmitt í rauninni alls ekki lestatengt. Við tölum mikið um seinni heimsstyrjöldina og ég tengi þetta miklu frekar við samfélagssöguna heldur en sögu lestanna.“

Við erum svo heppin að þetta er London og elsta neðanjarðarlestarkefni heims. Opnað 1863 og búið að vera í gangi síðan þá. Það er orðið svo sjaldgæft, sérstaklega kannski í London, að hlutunum sé ekki breytt og það er svo heillandi og geggið spennandi við þetta að hérna stígurðu bara allt í einu 70 ár aftur í tímann. Síðan eru líka allir spenntir fyrir leyndarmálum, einhverju sem er hulið og stöðum sem má ekki fara á.“

## Stríðsminningar

Siddý segir því engan skort á spennandi sögum í skúmaskotum The London Underground og þær tengist margar heimsstyrjöldinni síðari sem hafði vitaskuld og hefur enn áhrif á breskt samfélag. „Það var bara þannig að frá september 1940 til maí 1941 dóu yfir 40.000 manns í loftárásum á London og yfir milljón byggingar eyðilögðust.“

Neðanjarðarkerfið hafi þá í raun verið eini öruggi staðurinn og þangað niður hafi fólk hrúgast saman. „Sögurnar af því þegar fólk er að sofa svona á brautarpöllum eru náttúrulega alveg svakalegar. Engin almennileg klósettaðstaða, almennilega rennandi vatn eða neitt. Það er alveg sérstaklega magnað að hugsa til þess að þetta fólk hafi verið á þessum sömu brautarpöllum og þú notar enn þann dag í dag.“ ■



SÆKTU NÝJA APPIÐ!



Í LOFTINU

# VEISTU HVER ÉG VAR?

LAUGARDAGA 16:00-18:30

BYLGJAN  
989





**25%**  
afsláttur af öllum  
garðhúsgögnum!

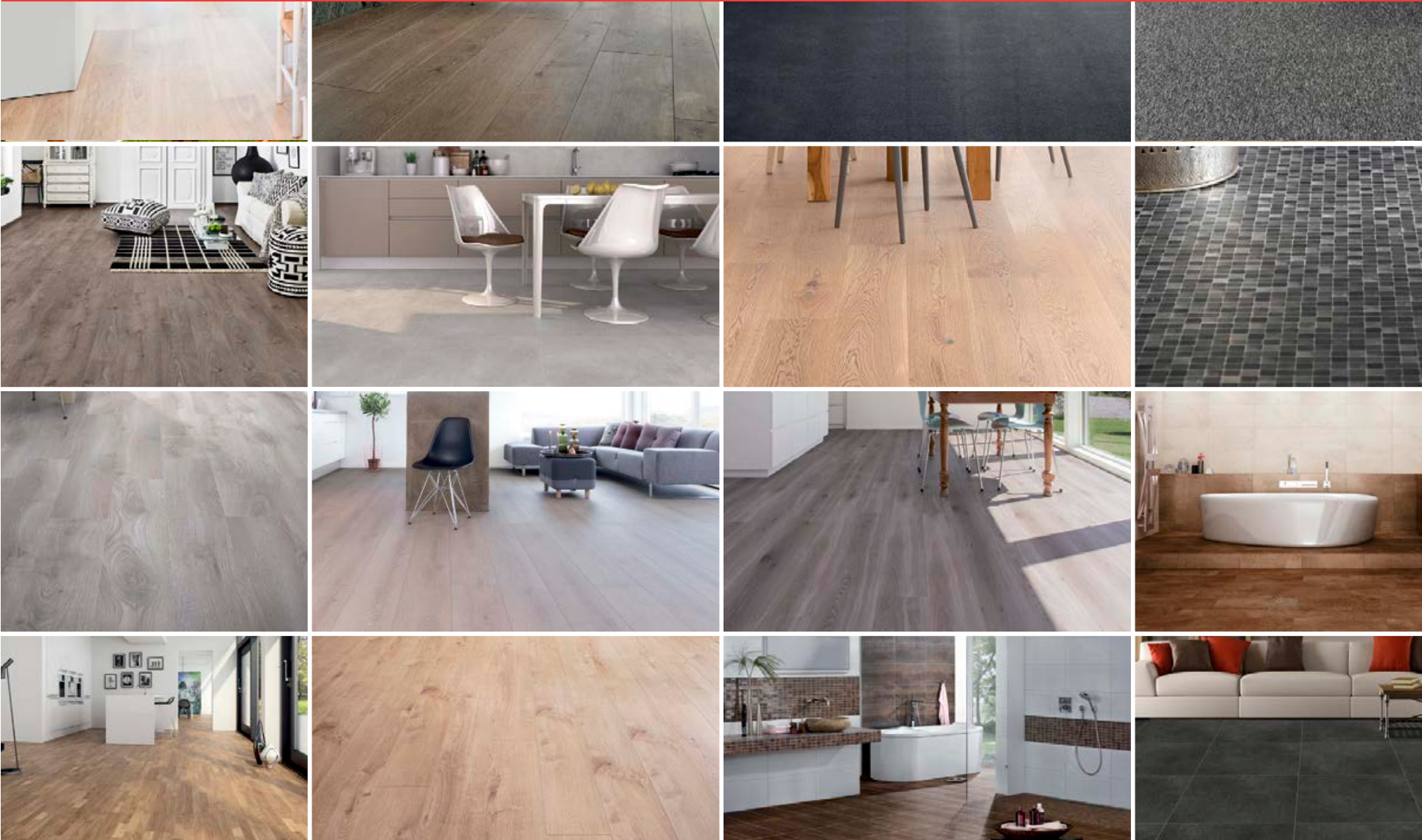
Með fyrirvara um að ákveðnar gerðir séu aðeins til í fáum eintökum eða jafnvel uppseldar.

# 20%

## AFSLÁTTUR AF ÖLLU PARKETI, FLÍSUM, GÓLF- TEPPUM OG MOTTUM

MÍÐAÐ VIÐ ALMENNT VERÐ

TILBOÐIN GILDA FRÁ FIMMTUDEGINUM 22. JÚLÍ TIL OG MEÐ SUNNUDEGINUM 25. JÚLÍ



**VIRKA DAGA 8-19 / UM HELGAR 10 -18**

Með fyrirvara um myndbrenslu, prentvillur, mistök hjá birgjum og uppseldar vörur. Verð er með vsk. Tilboðin gilda aðeins til og með sunnudegnum 25. júlí meðan birgðir endast.

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



## Lífið í vikunni

### 18.07.21

### 24.07.21



#### Júlia kúlir til baka

Salka Valsdóttir gefur hinni heitelskuðu Júlíu rödd og færi á að kúla á móti umhverfinu með tónlist sinni fyrir Rómeó og Júlíu. Fyrsta lagið úr fyrirhugaðri uppfærslu Þjóðleikhússins kom út í gær.



#### Poppaður ballett

Tónlistarmaðurinn Benedikt sendi frá sér sitt fyrsta lag, Diamond. Meiðsli urðu til þess að hann varð að gefa ballettferli sínum frí og þá sneri hann sér að tónlistinni og stefnir á EP-plötu seinna á árinu.



#### Les nótur með eyrunum

Heilatengd sjónskerðing veldur því að sópransöngkonan Dagbjört Andrésdóttir þarf að lesa nótur með eyrunum. Hún er ein aðal-söngkonan á Sönghátíð Möggu Pálma á Húsavík á sunnudaginn.



#### Ho-óvissa

Bassi Maraj var rétt byrjaður að fagna því að hann myndi skemmta á Þjóðhátíð með því sem hann kallaði „a ho experience“ þegar Covid-bylgja reis og öll áform í Eyjum eru í uppnámi og óvissu.

## Afmælisbangsinn Bruce

Vefmyndasagan um reiða bangsahommann Bruce hefur átt sitt varnarþing á forsiðu fréttasíðunnar GayIceland í fimm ár. Bruce er hugarfóstur grínistans Jono Duffy og myndlistarmannsins Einar V. Mássonar sem stefnir á að fagna tímamótunum með sýningu á römmum úr lífi Bruce á Hinsegin dögum.

toti@frettabladid.is

„Bruce the Angry Bear er hugarfóstur mitt og ástralska uppistandsgrínarans Jono Duffy. Myndasagan fjallar um stóran, reiðan, loðinn samkynhneigðan mann sem heitir Bruce sem lendir í hversdagslegum ævintýrum ásamt unnusta sínum, honum Spencer, í borginni Gaygjavík sem er Reykjavík bara aðeins meira gay,“ segir Einar V. Másson sem teiknar söguna.

Jono er samkynhneigður en kann ekki að teikna en Einar kann að teikna en er gagnkynhneigður.

#### Hinsegin afmæli

Vefmyndasagan er fyrsta og langlífasta LGBT-myndasögu-sýrpa sem gefin er út á Ísland og fagnar fimm árum um þessar mundir en Bruce hefur frá upphafi átt sitt heimili og varnarþing á forsiðu vefritsins GayIceland.is.

Sóttvarnaaðgerðir munu sjálf-sagt ráða miklu um hversu fjörug fyrirhuguð afmælisýning á völdum sögum úr ævintýrum bjarnarins verður en þar til annað kemur í ljós stendur til að opna í bókasafni Hafnarfjarðar þriðjudaginn 3. ágúst í tengslum við Hinsegin daga.

Ef Covid og góðar vættir leyfa ætlar Einar einnig að vera með vinnustofu í bókasafninu klukkan 17 á miðvikudeginum þar sem hann fer yfir vinnubrögð sín og hugmyndafræði við myndasögugerð.

#### Þetta er gæinn!

Einar og Jono hittust fyrst í Reykjavík 2016. „Okkur kom strax vel saman og ákváðum að athuga hvort við gætum unnið að einhverju saman. Við hittumst svo á kaffihúsi og á meðan hann sagði mér frá hugmyndinni sinni að honum Bruce var ég að teikna.

Þannig að honum fannst ég ekkert vera að hlusta en ég var að skissa upp Bruce og eftir einhverjar þrjár mínútur sýndi ég honum blaðsíðuna og spurði hvort þetta væri gæinn.

„Óg hann sagði bara: „Já, þetta er nákvæmlega hann!“ Þannig að það var bara strax mjög gott samstarf okkar á milli,“ segir Einar.

„Við funduðum svo með strákunum sem reka GayIceland.is og



Bruce tók strax á sig mynd þegar Einar skissaði hann á kaffihúsi eftir lýsingu Jono á honum. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Jono Duffy.

sýndum þeim fyrstu fimm ræurnar sem við höfðum samið. Þeir voru bara mjög hrifnir og svo höfum við bara verið að gefa út vikulega.“

#### Öðruvísi skápur

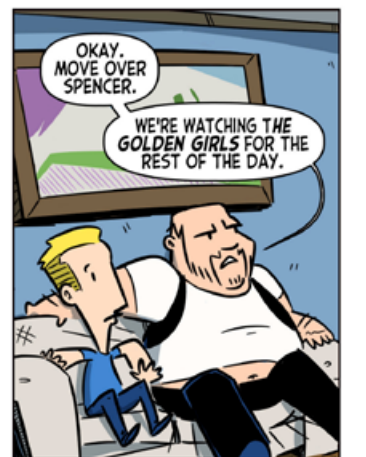
Einar er varaformaður Íslenska myndasögusamfélagsins og segist hafa byrjað ungar að teikna. „Á unglingsárnum var ég búinn að sannfæra mig um það að þetta væri bara vitleysa og það væri ekki hægt að lifa á þessu. Þannig að ég sagði lengi vel skilið við myndasögur og myndlistina.

Seinna meir fékk ég bara ákveðna hugljómun og fattaði að ég er myndlistarmaður og verð bara að gera eitthvað í því. Við Jono djókum einmitt stundum með það að ég hafi átt svona samkynhneigða upplifun án þess að vera samkynhneigður sjálfur.

Vegna þess að ég var í mikilli afneitun. Fór svo til San Francisco að læra myndlist og kynnað sjálfum mér og kom svo heim aftur sem alveg bullandi myndlistarmaður en einhvern veginn tókst mér að halda gagnkynhneigðinni allan tímann,“ segir Einar og hlær.

#### En Bruce, er hann alltaf reiður?

„Já, hann er afskaplega reiður,“ segir Einar og reifar söguna af því hvernig Bruce birtist Jono fyrst. „Þegar hann var yngri í Ástralíu gaf



Spencer og Bruce lifa og hrærast í Gaygjavík og á GayIceland.is.

hann út heimildarmynd sem var oft sýnd á undan mynd sem fjallaði mikið um svona samkynhneigða birni.“ Eitthvað átti mynd Jono til að ganga á auglýstan sýningar-tíma síðari myndarinnar. „Þá voru stundum komnir einhverjir mjög reiðir, loðnir, samkynhneigðir menn að bíða fyrir utan og voru orðnir frekar pirraðir. Þeir veittu honum innblástur og hann skapaði þennan gæja,“ segir Einar.

„Jono hefur átt ansi áhrifaríka ævi og hefur gengið í gegnum margt. Hann beislar reiðina svona og beinir henni í gegnum Bruce.“ ■

STILLANLEG RÚM HEILSURÚM OG -DÝNUR GAFLAR SÆNGUR KODDAR SVEFNSÓFAR STÓLAR SÆNGURFÖT, O.FL.

## ÚTSALA BETRA BAKS ER Í FULLU FJÖRI!



Betra  
BAKS

# SUMAR- ÚTSALA BETRA BAKS ALLT AÐ 60% AFSLÁTTUR

## EKKI MISSA AF ÞESSU

FAXAFENI 5  
Reykjavík  
588 8477

DALSBRAUT 1  
Akureyri  
588 1100

SKEIDI 1  
Ísafirði  
456 4566

Betra  
BAKS

AUGLÝSINGAÐEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Guðaf Bjarnason [guðaf@torg.is](mailto:guðaf@torg.is), ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050: Auður Hünfjörð [audur@frettabladid.is](mailto:audur@frettabladid.is), Hjördis Zoëga [hjordis@frettabladid.is](mailto:hjordis@frettabladid.is), Hlynur Þór Steingrímsson [hlynur@frettabladid.is](mailto:hlynur@frettabladid.is), Reynir Elís Þorvaldsson [reynir@frettabladid.is](mailto:reynir@frettabladid.is), Örn Geirsson [orn@frettabladid.is](mailto:orn@frettabladid.is), FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5078: Arnar Magnússon [arnar@frettabladid.is](mailto:arnar@frettabladid.is), Jóhann Waage [johannwaage@frettabladid.is](mailto:johannwaage@frettabladid.is), Jón Ívar Vilhelmsón [jonivar@frettabladid.is](mailto:jonivar@frettabladid.is), Ruth Bergsdóttir [ruth@frettabladid.is](mailto:ruth@frettabladid.is), FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNÍ: Elin Albertsdóttir [elin@frettabladid.is](mailto:elin@frettabladid.is), RADAUGLÝSINGAR/FASTEIGNIR SÍMI 550 5056: Hrannar Helgason [hrannar@frettabladid.is](mailto:hrannar@frettabladid.is), TÍMAMÓTA- OG ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055: Arna Rut Kristinsdóttir [arnarut@frettabladid.is](mailto:arnarut@frettabladid.is)





# FINNUR ÞÚ GULLMIÐANN?



## Er kominn ferðahugur í þig?

Við erum búin að fela þrjá gullmiða í rjómasúkkulaðinu okkar. Gullmiðinn gæti því leynst með uppáhalds súkkulaðinu þínu og þú gætir unnið 100.000 kr. ferðavinning frá Icelandair!

*Sírus rjómasúkkulaði, gulli betra!*

ICELANDAIR





BYKO

Alt að  
**50%**  
afsláttur!

# SUMMAR ÚTSALA

Sjáðu öll tilboðin á [byko.is](http://byko.is)

Kílóvött **2,93** Brennarar **1**

**20%**

**Tilboðsverð**  
Ferðagasgrill  
svart 2,93kw  
**19.995**  
50632100  
Almennt verð: 24.995

Pú sparar:  
**5.000**

**NAPOLEON**

**Tilboðsverð**  
Rafmagnsgrill  
Svart og stílhreint með 2200 watta brennara. Með nákvæma hitastjórnun og WAVE™ grillgrindum, þetta grill er tilvalið í ferðalagið.  
**34.995**  
506600025  
Almennt verð: 49.995

**30%**

Pú sparar:  
**15.000**

**KIMSTONE**

**Tilboðsverð**  
Kolagrill  
Kimstone Kamado  
66 cm svart.  
**99.995**  
50632608  
Almennt verð: 149.995

**33%**

Pú sparar:  
**50.000**



Verslaðu á netinu á [byko.is](http://byko.is)



KEND  
A century of cycling



16"

Tilboðsverð

Barnahjól

Pro 16" reiðhjól fyrir börn, skærgult á lit. Hjólið hentar vel fyrir börn á aldrinum 4-6 ára. Hjálpardekk fylgja til að hjálpa börnum að læra að hjóla

19.196

49620062A

Almennt verð: 23.995

20%

KEND  
A century of cycling



24"

Tilboðsverð

Reiðhjól

Shogun Rock MTN 24" Sterkbyggt fjallahjól með 21 gíra skiptingu og dempara að framan og aftan.

38.396

49620149

Almennt verð: 47.995

20%

PHOENIX

Tilboðsverð

Reiðhjól

Phoenix Bicycles 26" göturiðhjól sem hentar vel til hjólréiða innanbæjar. 6 gírar Shimano. V-handbrensur, kemur með bögglabera, brettum og kórflu.

19.995

50632100

Almennt verð: 24.995

20%

26"



Broil King  
Great Barbecues Every Time

Tilboðsverð

Gasgrill

Royal S310 með þremur ryðfríum Dual-Tube™ brennurum og postulíns-húðuðum grillgrindum sem hægt er að snúa við. Grillflötur er 37,5x55cm

59.995

50657513

Almennt verð: 79.995

25%

Þú sparar:

20.000

Kilóvött 8,8  
Brennarar 3

RYOBI

ONE+  
18V

x0



Tilboðsverð

Úða- og sóttþreinsitæki

Úðari í 18V ONE+ línunni. Rafhlaða og hleðslutæki fylgja ekki.

24.995

7133004912

Almennt verð: 39.995

38%

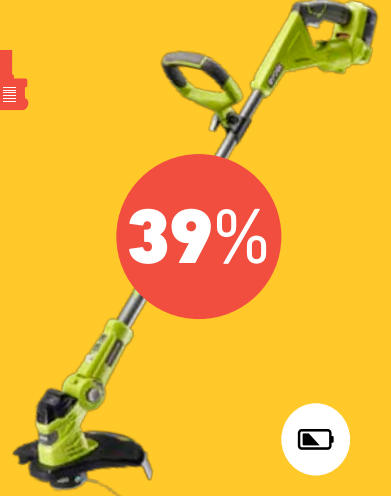
Þú sparar:

15.000

RYOBI

ONE+  
18V

x1



Tilboðsverð

Sláttuorf

Hybrid + 18v 2,0ah

30.895

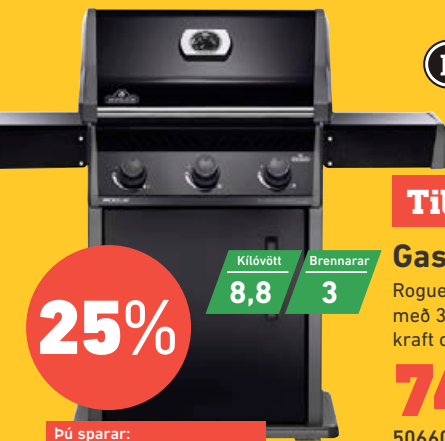
7133003710

Almennt verð: 50.895

Þú sparar:

20.000

39%



NAPOLEON

ROGUE

Tilboðsverð

Gasgrill

Rogue R425. Hágæðagrill með 3 brennara og 10,6 kW kraft og grillflöt 60x45 cm.

74.995

506600036

Almennt verð: 99.995

25%

Þú sparar:

25.000

Kilóvött 8,8  
Brennarar 3

Einhell®

Tilboðsverð

Sláttuvél

Vélin er með 2kW mótör og 1L bensístankl. Fimmtíu lítra safnpoki. Athugið að vélin kemur ólíúlaus.

49.995

748300651

Almennt verð: 69.995

Þú sparar:

20.000

29%

Einhell®

BRIGGS & STRATTON

Tilboðsverð

Sláttuvél

Sláttuvél gc-pm 46 B&S 1,65kw. 50L safnpoki.

54.995

748300654

Almennt verð: 79.995

Þú sparar:

25.000

31%



NAPOLEON

ROGUE

Tilboðsverð

Gasgrill

ROGUE R365IB, SIZZLE-ZONE™ hliðarbrennari, grillgrind 51x45 cm, grillgrindur úr ryðfríu stáli.

85.495

506600037

Almennt verð: 115.495

25%

Þú sparar:

30.000

Kilóvött 10,8  
Brennarar 2+1

RYOBI

Tilboðsverð

Sláttuvél

3,6kW, 52cm. 70L safnkassi.

99.995

7133003672

Almennt verð: 139.995

Þú sparar:

25.000

40%

BYKO

GERUM ÞETTA SAMAN



550 5000

RITSTJÓRN  
ritstjorn@frettabladid.isAUGLÝSINGAÐEILD  
auglysingar@frettabladid.isPRENTUN  
Torg ehf.DREIFING Póstdreifing ehf.  
dreifing@postdreifing.is

## Bakþankar

Birnu Drafnar  
Jónasdóttur

## Fuglasöngur

Þegar ég var lítil elskaði ég jólin. Góður matur, jólaljós og pakkar. Þakkarnir spiluðu auðvitað stórt hlutverk og frá einum meðlimi fjölskyldunnar fékk ég alltaf einn auka pakka. Hún átti tvö vídeó-tæki. Leigði spólur sem hún svo tvöfaldaði og gaf okkur systkinunum í jólagjöf.

Oft voru tvær myndir á sömu spólunni og í miklu uppáhaldi var sú sem á var bæði Aladdín og Mjallhvít og dvergarnir sjö. Ég horfði á Mjallhvíti syngja í skóginum umvafða dýrum sem skildu hana og hún skildi þau. Á fingrum hennar sátu fuglar sem tóku undir söng hennar og mig dreymdi um að vera eins og hún.

Í kjölfar mikils áhorfs á Mjallhvíti fór ég að elska fuglasöng. Söngur svartþrasta og hnegg hrossagauka veitti mér einhverja vellíðunartilfinningu og jafnvel garg í máfi minnti mig á Mjallhvíti.

Ein jólin, mörgum árum síðar, fékk ég vekjaraklukkuna í jólagjöf. Vekjaraklukkan svæfði mig með ölduníð og vakti mig með sólarupprás og fuglasöng. Fyrstu dagarnir með klukkunni voru frábærir, ég hef aldrei sofnað og vaknað betur.

Eftir nokkra morgna til viðbótar með klukkunni góðu sá ég ekki lengur Mjallhvíti í hillingum þegar ég heyrði fuglasöng heldur minnti hann mig á það leiðinlegasta sem ég geri, að vakna á morgnana. Þegar ég heyrir svartþróstinn syngja langar mig helst að skjóta í hann poppbaun úr túttubyssu.

Ég er því í valþröng, vil ég minnast Mjallhvítar og fuglanna eða sofna við ölduníðinn? Ég er samt líka meðvituð um að þetta sé lúxusvalþröng og er fegin að þurfa til dæmis ekki að taka ákvarðanir varðandi takmarkanir innanlands eða á landamærunum. ■

ÚTSALAN  
er í fullum gangi

SUMARFRÍ

4 VIKUR

26 kr.

AFSLATTUR

Skráðu þig á orkan.is

