

Dreymir um að verða skáld



Guðrún Árný verður í Eyjum



Er ferðavagninn þinn tryggður?

Hugsum í framtíð

TM

Menning > 22

Lífið > 26

# FRÉTTABLAÐIÐ

121. TÖLUBLAÐ 22. ÁRGANGUR

frettabladid.is

MIDVIKUDAGUR 22. JÚNÍ 2022



Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra og Guðmundur Ingi Guðbrandsson félagsmálaráðherra nutu listarinnar á Kjarvalsstöðum í gær. Ekki var þó um að ræða eintóma menningarheimsókn, heldur voru ráðherrarnir mættir til að undirrita viljayfirlýsingu um heildarendurskoðun á þjónustu við eldra fólk. Var þar glatt á hjalla er þeir ráðherrar og formenn Sambands íslenskra sveitarfélaga og Landsambands eldri borgara skrifuðu undir yfirlýsingu. Óhætt er þó að segja að sigild málverk Jóhannesar Kjarval, sem prýddu salinn, hafi stolið senunni. SJÁ NÁNAR Á BLS. 4. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

## Ríkið leitar að þúsundum fermetra fyrir stofnanir á höfuðborgarsvæði

Fjöldi ríkisstofnana er í úreltu og ósveigjanlegu húsnæði og er nú verið að bregðast við því með markaðskonun á allt að tuttugu þúsund fermetra leiguhúsnæði á höfuðborgarsvæðinu.

ser@frettabladid.is

**STJÓRNSÝSLA** Framkvæmdasýslan og Ríkiseignir (FSRE) leita nú að allt að tuttugu þúsundum fermetra af skrifstofuhúsnæði til leigu fyrir ýmsar stofnanir ríkisins og eru kröfur uppi um að húsnæðið þurfi að vera miðsvæðis á höfuðborgar-

svæðinu og liggja vel við helstu samgönguæðum.

Nýja húsnæðið mun leysa af eldra og óhentugra húsnæði sem gjarnan hefur verið stúkað niður í stórar og litlar skrifstofur sem eru úr takti við þarfir og þróun á sveigjanlegu skrifstofurými nútímans þar sem horft er til opinna vinnusvæða.

Þá er nýja húsnæðinu einnig ætlað að hagræða í rekstri ríkisins með því að koma nokkrum ríkisstofnunum saman í eitt og sama húsnæðið, sem gefur færi á sameiginlegri stoðþjónustu, svo sem afgreiðslu og mótuneyti.



Við erum að leita að skrifstofugörðum þar sem saman geta komið margir aðilar með skylda starfsemi sem eiga samleið.

Guðmundur Arason, framkvæmdastjóri leigubjónustu FSRE

„Við erum að leita að skrifstofugörðum þar sem saman geta komið margir aðilar með skylda starfsemi sem eiga samleið,“ segir Guðmundur Arason, framkvæmdastjóri leigubjónustu FSRE, en hann segir að með skilvirkum hætti sé hægt að ná niður fjölda fermetra á starfsmann um fimm tíu prósent, en til þess þurfi nýtt og sveigjanlegt húsnæði.

Gert er ráð fyrir að umræddar ríkisstofnanir geti flutt á nýjar sameiginlegar skrifstofur og að leigutími verði fimmtán til tuttugu og fimm ár auk mögulegrar framlingingar. ■

## Hyggst innheimta gjald við bílastæði að Fjaðrárgljúfri

**NÁTTÚRA** Jarðeigandi, sem átti lengi eign vestan við Fjaðrárgljúfur, segist telja að fleiri eigendur séu að jörðinni sem Fjaðrárgljúfur tilheyrir en landeigendurnir á Heiði. Heiði var nýlega seld íslenskum viðskiptamanni sem hyggst rukka bílastæðagjald sem aðgangseyri að náttúruperlunni.

Ef rétt reynist að gljúfri sé í eigu fleiri en einnar landeignar er óljóst hvort samningur, sem nýr eigandi gerði við stjórnvöld um friðlýsingu gljúfursins, haldi. Íslenska ríkið féll frá forkaupsrétti sínum að jörðinni og með því varð ljóst að hún yrði ekki gerð að ríkisjörð. SJÁ BLS. 4

Boozt.com

THE NORDIC DEPARTMENT STORE



NÚ ER TÍMI FYRIR  
SUMMER SALE



Miðbær Garðabæjar fær andlitslyftingu fyrr en síðar. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

## Undirbúa nýjan miðbæ í Garðabæ

benediktboas@frettabladid.is

**GARÐABÆR.** „Við viljum búa til heildstæðan miðbæjarkjarna sem laðar að íbúa, viðskiptavinum, sterk fyrirtæki og aðila sem eru að veita þjónustu. Að þetta verði góður og aðlaðandi staður til að koma og vera á,“ segir Sigríður Hulda Jónsdóttir, nýr formaður undirbúningsnefndar um uppbyggingu miðbæjar í Garðabæ, sem samþykkt var á bæjarráðsfundi bæjarins í gær.

Markmið nefndarinnar er að vinna að undirbúningi þess að fullgera aðlaðandi og heildstæðan miðbæ á og í kringum Garðatorg. Nefndin á að huga að heildarsýn fyrir Garðatorgssvæðið, framkvæmdum og tengingum frá Hofstöðum auk nærliggjandi svæða, gatna og stiga, þar sem markmiðið er aðlaðandi umhverfi og miðbæjarsvæði sem virkar.

Stefnt er að því að nefndin skili af sér fyrstu niðurstöðum um miðjan október. ■

## Burst á Víkingsvelli



Víkingur sigraði í gær Levadia Tallin í forkeppni Meistaradeildar Evrópu á Víkingsvelli. Víkingur heldur því áfram til hreins úrslitaleiks gegn Inter Club d'Escaldes frá Andorra um sæti í undankeppni deildarinnar næsta föstudag. Staðan var 6-1 þegar Fréttablaðið fór í prentun og leik enn ólokíð. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

## Lést úr heilahimnubólgu á Spáni

lovisa@frettabladid.is

**ANDLÁT** Alexandra Eldey, 20 mánaða gömul dóttir Birgittu Jeanne Sigursteinsdóttur og Finnþoga Darra Guðmundssonar, lést úr bráðri heilahimnubólgu í Madrid á Spáni síðastliðinn laugardag.

Alexandra veiktist strax í fluginu á leiðinni út þann 15. júní. Farið var með hana á sjúkrahús þar sem hún fór í rannsóknir og henni voru gefin lyf. Hún fór að hressast og fengu for-eldrarnir leyfi til að fara með hana heim undir morgun. Að kvöldi næsta dags veiktist hún aftur og var hún þá flutt á háskólasjúkrahúsið í Madrid.

Alexandra hafði að sögn Eddu Sveinsdóttur, móðursystur hennar, fengið allar ráðlagðar bólusetningar og lækningar og hjúkrunarfræðingar hafi gert allt sem í þeirra valdi stóð



Alexandra Eldey var 20 mánaða.

til að bjarga henni, en að lítið sé hægt að gera nái bakterían fötfestu.

Fjölskyldan óskar eftir næði til að takast á við sorgina, en vinir hennar og vandamenn hafa sett af stað söfnun og hægt er að leggja fjölskyldunni lið með því að leggja inn á eftirfarandi reikning hjá Íslandsbanka: kt. 020190-3029 0537-14-104955. ■

## Fékk vitlaust SMS og mætti alltof snemma út á flugvöll

Kvartanir farþega í innanlandsflugi hafa verið tíðar undanfarið. SMS sent á rangan viðtakanda. Icelandair segir í lagi með fjögur af hverjum fimm flugum.

bth@frettabladid.is

**SAMGÖNGUR** Kona á Akureyri, farþegi sem átti bókað í innanlandsflugi til Reykjavíkur fyrir nokkrum dögum, fékk SMS eldsnemma morguns þar sem Icelandair tilkynnti að flugi hennar hefði verið fyllt. Konan spratt fram úr og gerði miklar ráðstafanir til að ná fluginu. Þegar á Akureyrarvöll var komið var ekki lífsmark að sjá í innanlandsfluginu.

Við athugun kom á daginn að konunni hafði vegna mistaka verið send skilaboð sem áttu að fara á farþega sem ferðudust þennan morgun frá Reykjavík til Akureyrar.

Guðni Sigurðsson, starfsmaður á samskiptasviði Icelandair, segir að tilvikid verði rannsakað. Hann segist telja að svona slys séu mjög sjaldgæf.

Margar óánægjusögur úr innanlandsfluginu hafa verið sagðar á Facebook-síðunni Dýrt innanlandsflug – þín upplifun. Þar segir meðal annars að auk sögulegrar dýrtíðar fargjalda hafi mörg flug verið felld niður síðustu vikur og tíðar breytingar, flugi ýmist flýtt eða seinkað. Sem dæmi voru 14. júní síðastliðinn gerðar þrjár breytingar á flugi milli Egilsstaða og Reykjavíkur.

Guðni staðfestir að óþægindi tengd breytingum á flugi hafi verið í óvenjumiklum mæli síðustu vikur en sjaldgæft sé að flug sé felld niður. Félagið hafi þurft að nota minni vélar en ella sem hafi sett kerfið ögn úr skorðum. Þá hafi orðið farþegafjölgun í innanlandsflug-



Miklar kvartanir hafa orðið vegna vandræða í innanlandsflugi Icelandair síðustu vikur. Ýmsir þættir hafa leitt til raskana en nú er allt á uppleið, að sögn talsmanns félagsins. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Guðni Sigurðsson, samskiptasviði Icelandair.

inu eftir samdrátt áður og sé nú svo komið að umferð sé að verða eins mikil og hún var árið 2019.

Guðni segir að tölfræðilegar upplýsingar liggja fyrir um flugið, sem sýni að í apríl til júní hafi 79% flugferða verið á réttum tíma. Adeins hafi þurft að aflýsa 3% ferða. Með öðrum orðum hafi um fjögur innanlandsflug af hverjum fimm verið í lagi.

„Veður hefur verið helsta ástæða raskana,“ segir Guðni.

Einnig segir Guðni að viðhaldsframkvæmdir á flugvöllum eigi sinn þátt. Tvær af Q400 flugvélunum, sem félagið notar í innanlandsflugi, hafi þurft að fara í reglubundið viðhald á svipuðum tíma.

„Þetta viðhald tók lengri tíma en búist var við og meðan á því stóð þurfti því að setja aðrar minni vélar á þau flug sem áætluð voru,“ segir Guðni.

Þá segir Guðni að umfang hafi aukist vegna aukins fjölda Íslendinga í fluginu, vegna fjölgunar ferðamanna á Íslandi og síðast en ekki síst vegna aukinnar atvinnustarfsemi, til dæmis stórra kvikmyndaverkefna á landsbyggðinni.

„Nú er staðan orðin mun betri og báðar Q400 vélar komnar í notkun á ný. Því gerum við ráð fyrir að áætlunin innanlands ætti að ganga vel á næstunni,“ segir Guðni. ■

## Powrtouch Mover

Hágæða hjólhýsadrif  
Á frábæru verði

hjolhysi.com

### Powrtouch Freedom

- Fyrir einn öxul
- Handvirkur

Verð 197.990 kr.

### Powrtouch Evolution

- Fyrir einn öxul
- Handvirkur
- 2800 kg

Verð 215.990 kr.

### Powrtouch Evolution

- Sjálfvirkur
- Drægni 2800 kg

Verð 240.990 kr.

Vinsælasti Mover  
framleiðandinn  
í Bretlandi



# NÝR **iX**

## Rafmagnaður

\*Uppgefnar tölur um drægni taka mið af nýjum WLTP prófunum. Aksturslag, hitastig og stánd veða hefur algengri áhrif á drægni ræðla.

ENNEMM / SÍA / NM011513



#bornelectric

4 ÁRA ÁBYRGÐ\*

## BMW iX xDrive40 Atelier

Verð: 10.990.000 kr.

Með tveimur öflugum rafmóturum og BMW xDrive rafknúna alhjóladrífínu býður BMW iX upp á framúrskarandi rafmagnsafköst. Með 425 km drægni\*\* er BMW iX xDrive40 tilvalinn fyrir bæði innanbæjarakstur og lengri ferðalög. Komdu, skoðaðu og reynsluaktu nýjum iX og upplífðu sígild BMW gæði og glæsileika.

**VÆNTANLEGUR**

\* Skilyrði fyrir ábyrgð eru að kaupandi taki ábyrgð á og standi straum af reglulegu þjónustueftirliti hjá viðurkenndum aðilum. Nánari upplýsingar um ábyrgðina á [www.bmw.is](http://www.bmw.is)

**BL ehf**  
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík  
525 8000 / [www.bl.is](http://www.bl.is)



# Krefjast frávísunar bótamáls vegna Bræðraborgarstígsbruna

kristinnhaukur@frettabladid.is

**DÓMSMÁL** Kristinn Jón Gíslason og verktafyrirtæki hans, HD Verk, krefjast frávísunar einkamáls sem höfðað var gegn honum vegna eldsvoðans á Bræðraborgarstíg. Tekist verður á um kröfuna í haust en verði henni hafnað gæti aðalmeðferð hafist í byrjun næsta árs.

„Þegar málið fer í aðalmeðferð má búast við því að hún standi yfir í nokkra daga,“ segir Guðbrandur

Jóhannesson, lögmaður 17 einstaklinga, sem telja sig eiga kröfu á Kristin og HD Verk. Kröfuhafarnir eru tíu fyrrverandi íbúar hússins og sjö aðstandendur þeirra þriggja sem létust í eldsvoðanum.

„Einsýnt er að taka þarf skýrslur af að minnsta kosti 17 aðilum, vitnum, matsmönnum sem gerðu matsgerðir um varanlegt líkamsþjón þeirra aðila sem lifðu brunann af, auk sérfræðinga sem unnið hafa skýrslur um brunann, þar með talið



Þegar hafa 80 milljónir króna verið kyrrettar.

um skort á brunavörnum og fleira,“ segir Guðbrandur.

Einstaklingarnir eru erlendir og eru sumir enn á landinu en aðrir farnir utan. Engar viðræður um sættir hafa átt sér stað.

Marek Moszcynski, sem kveikti eldinn, var metinn ósakhæfur í júní árið 2021. Um það leyti, ári eftir brunann, var hægt að meta varanlegt tjón og örorku þeirra sem lentu í brunanum. Krafa í heildina er 162 milljónir króna en hæsta ein-

staka krafan hljóðar upp á tæpar 30 milljónir.

Þó að langt sé í aðalmeðferð er málið þegar hafið fyrir dómstólum. Þegar hefur eitt kyrretningarmál farið alla leið til Hæstaréttar og verið samþykkt á öllum dómstigum, það er upp á 80 milljónir króna. Sækjendur hafa þó óttast um kröfu sína vegna slæmrar fjárhagsstöðu HD Verks og sölu fasteigna. Tvær aðrar kyrretningarbeiðnir hafa verið lagðar fram. ■

## Hótelnýting betri en fyrir faraldur

ser@frettabladid.is

**FERÐAÞJÓNUSTA** Dæmi eru um það hjá stórum hótélkeðjum á Íslandi að nýting herbergja sé orðin betri en hún var fyrir heimsfaraldurinn.

„Þetta hefur gerst hratt á síðustu vikum,“ segir Davíð Torfi Ólafsson, framkvæmdastjóri Íslandshótela, sem reka Grand hótél Reykjavík, Hótél Reykjavík Centrum og Foss-hótél in hringinn í kringum landið.

Hann segir að viðspyrnan hafi byrjað strax í vetrarlok, en aðsókn á hótelin hafi verið afar góð í apríl og maí og hásumarið lofi sömuleiðis mjög góðu. „Ástæða þessa er eflaust uppsöfnuð ferðalöngun fólks,“ segir Davíð Torfi.



Davíð Torfi Ólafsson, framkvæmdastjóri Íslandshótela.

En ógnanir séu líka til staðar. „Hátt verð á aðföngum og eldsneyti getur hæglega dregið úr ferðavilja fólks, en ég er samt sem áður bjartsýnn á að haustið verði annasamt.“

Það er gott hljóð í fleiri greinum ferðaþjónustunnar. „Já, það er mjög lífflegt hjá okkur,“ segir Bergþór Karlsson, hjá Bilaleigu Akureyrar. „Það stefnir í að þetta sumar verði á pari við 2019.“ Helsta ógnunin sé að nýir bílar berist síðar en til stóð.

Hjá rútuþjónustunni hafa menn líka tekið gleði sína. „Þetta er allt á uppleið,“ segir Óskar Jósefsson, framkvæmdastjóri Grey-Line, sem þurfti að fara í nauðasamninga vegna verkefnaleysis í faraldrinum og safnar nýjum fjárfestum. „Við erum að endurheimta okkar fyrir styrk,“ segir Óskar. ■

# Mögulega fleiri eigendur að gljúfrinu

Viðhorfsbreyting hefur orðið hjá almenningi vegna gjaldtöku við náttúruþerlur, að mati eiganda Kersins. Flækjustig kann að skapast vegna umsýslu við Fjaðrárgljúfur ef fleiri eigendur teljast hafa tilkall til staðarins.

bth@frettabladid.is

**NÁTTÚRA** Jarðareigandi sem átti um langt skeið Skál á Síðu, vestan við Fjaðrárgljúfur, segir að á þeim tíma hafi fleiri eigendur verið taldir að gljúfrinu en landeigendur á Heiði.

Eigendur jarðarinnar Heiðar eru nú að selja íslenskum viðskiptamanni jörðina og þar með talið gljúfrið. Jarðareigandinn, Gísli Vigfússon, segir að áður hafi verið talið að eigendur gljúfursins hafi verið jörðin Heiði, Heiðarsel, Holt eitt og tvö. Fréttablaðið hefur upplýsingar um að Seðlabankinn eigi Holt 1.

Umhverfisráðuneytið sendi í gær frá sér tilkynningu vegna fréttar Fréttablaðsins um að ríkið hygðist ekki nýta sér forkaupsrétt. Þar segir að Guðlaugur Þór Þórðarson umhverfis-, orku- og loftslagsráðherra og hinn nýi kaupandi jarðarinnar, hafi undirritað með sér samkomulag um friðlýsingu. Samkomulagið kveði á um að ríkið falli frá forkaupsrétti jarðarinnar en nýr kaupandi lýsi sig samþykkan því að vinna að friðlýsingu svæðisins. Eftir því sem skilja má verður rúkað bílastæðagjald en hjólandi og gangandi verði ekki rúkaðir um aðgangseyri.

Ef óvissa er um eignarhald gljúfursins, eins og jarðareigandinn heldur fram, þarf hinn nýi eigandi Fjaðrárgljúfurs mögulega að höndla við sameignarjarðir varðandi gjaldtöku. Þá virðist ekki með öllu ljóst hvort samningur ráðuneytisins og nýja kaupandans haldi, ef semja þarf við fleiri um afnot af svæðinu.



Deildar meiningar eru um hvort seljendur jarðarinnar Heiði hafi fullan ráðstöfunarétt til að selja Fjaðrárgljúfur. Viðhorfsbreyting er sögð hafa orðið gagnvart gjaldtöku við náttúruþerlur.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK



Óskar Magnússon

Innheimta gjalda við náttúruþerlur sem hafa að jafnaði staðið almenningi opnar án endurgjalds, hefur á köflum mætt harðri andstöðu. Mikil ólga skapaðist árið 2014 þegar annars vegar var innheimt gjald við Hveri austan Námafjalls í Mývatnssveit og hins vegar við Geysi. Í báðum tilvikum var gjaldtöku hrundið eftir stuttan tíma vegna óeiningar eða ætlaðs lögbrots.

Óskar Magnússon, eigandi Kersins, segist ekki sjá hvernig stjórnvöld geti sett sig upp á móti gjaldtöku við staði eins og Fjaðrárgljúfur. Ríkið hafi sjálft sett forðæmi með bílastæðagjöldum við Þingvelli.

„Svo fremi sem eigandinn setur hluta innkomunnar í náttúruverndina og veitir þjónustu er ekkert athugavert við gjaldtöku,“ segir Óskar.

Óskar telur að viðhorfsbreyting hafi orðið meðal Íslendinga síðan gjaldtöku við náttúruþerlur var almennt forðæmi, um að einkaaðilar geti sinnt umsja valinna svæða í stað ríkisins, og að eðlilegt sé að þjónusta sé ekki ókeypis.

„Þetta var þannig að ef maður bauð ekki upp á klósett þá var maður ekki talinn veita þjónustu.

En þjónusta er ekki bara klósett. Þjónusta er bílastæði, stígar, tröppur, pallar, leiðbeiningaskilti, bæklingar og fleira. Ég held það hafi orðið grundvallarbreyting sem byggist á því að menn skilgreina hugtakið þjónusta með nýjum hætti,“ segir Óskar.

Nokkur nýleg dæmi eru um að ríkið hafi nýtt forkaupsrétt á jörðum þegar náttúruþerlur eru á náttúruminjasrá. Tvö eru þekktast. Árið 2017 tilkynnti Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra að ríkið hefði ákveðið að nýta forkaupsrétt með því að kaupa jörðina Fell. Kaupverð var 1.520 milljónir króna. Með kaupnum var tryggt að Jöklulsárlón yrði í almannaeigu. Árið 2019 keypti ríkið svo tvo þriðju hverasvæðisins við Geysi á 1,2 milljarða króna. ■

**MEGA VÍKA**  
1790 kr.

NÚ AÐEINS Í APPI OG Á DOMINOS.IS

ALLAR PIZZUR AF MATSEÐLI, EF ÞÚ SÆKIR

## Vilja bæta þjónustu við eldra fólk

thorgrimur@frettabladid.is

**FÉLAGSMÁL** „Við vitum það öll að þjóðin er að eldast og að ef mannfjöldaskrár Hagstofunnar ganga eftir verða um tuttugu prósent þjóðarinnar eldri borgarar árið 2039 og þetta verður komið upp í 25 prósent árið 2057,“ sagði Guðmundur Ingi Guðbrandsson félags- og vinnumarkaðsráðherra á fundi á Kjarvalsstöðum í gær við undirritun viljayfirlýsingar um heildarendurskoðun við eldra fólk. „Það er því mjög mikilvægt að við náum betur að samþætta þá þjónustu sem við erum að veita eldra fólki.“



Þjóðin er að eldast og eldri borgurum fjölga.



Yfirlýsingin var undirrituð á Kjarvalsstöðum í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Auk Guðmundar Inga undirrituðu yfirlýsinguna þau Willum Þór Þórsson heilbrigðisráðherra, Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra, Aldís Hafsteinsdóttir, formaður Sambands íslenskra sveitar-

félaga, og Helgi Pétursson, formaður Landsambands eldri borgara. Jafnframt hefur verið skipuð verkefnastjórn sem hefur það hlutverk að leiða vinnu við endurskoðun þjónustunnar. ■

# Komdu í Opna háskólann

Í **Opna háskólanum í HR** er úrval námskeiða sem gefa einstaklingum tækifæri til að auka samkeppnishæfni og árangur í starfi með því að bæta við færni sína og auka þekkingu.

## Lengri námslínur Opna háskólans:

### Nýir stjórnendur

📅 5. október, 2022 🕒 20 klst.

### Vinnsla og greining gagna (Data Analytics)

📅 27. september, 2022 🕒 126 klst.

### Fjármál og rekstur fyrirtækja

📅 5. október, 2022 🕒 28 klst.

### Mannauðstjórnun og leiðtogafærni

📅 6. september, 2022 🕒 56 klst.

### APME verkefnastjórnun

📅 10. september, 2022 🕒 Fjarnám

### Stjórnenda-markþjálfun

📅 28. september, 2022 🕒 77 klst.

### Viðurkenndir bókarar

📅 16. ágúst, 2022 🕒 136 klst.

### Ábyrgð og árangur stjórnarmanna

📅 28. september, 2022 🕒 30 klst.

### PMD Stjórnendanám HR

📅 8. september, 2022 🕒 98 klst.

### Ferla- og gæðastjórnun

📅 15. september, 2022 🕒 28 klst.

### Bókhald - Grunnur

📅 8. febrúar, 2023 🕒 48 klst.

### Verðbréfaréttindi

📅 5. október 🕒 Fjarnám með staðarlotum

Kynntu þér fjölbreytt námsframboð  
Opna háskólans á [opnihaskolinn.is](https://opnihaskolinn.is)



**Sæmundur Karl Finnbogason**

Sjóðsstjóri Kríu sprota- og nýsköpunarsjóðs

**NÁM:** Ábyrgð og árangur stjórnarmanna



**Berglind Bergþórsdóttir**

Mannauðsstjóri BÍlaumboðsins Öskju

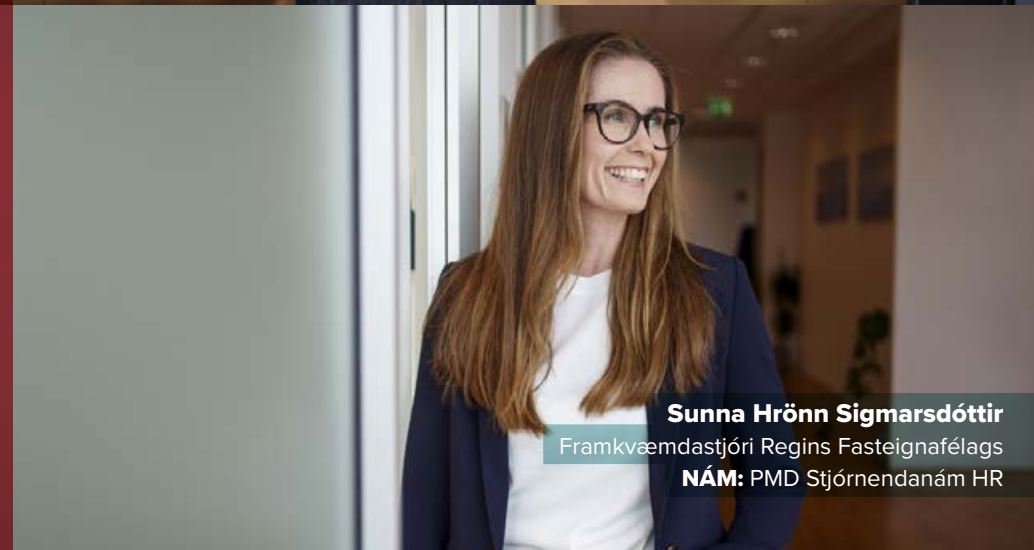
**NÁM:** Stjórnenda-markþjálfun



**Vilhjálmur Theodór Jónsson**

Deildarstjóri fyrirtækjaþjónustu Vodafone

**NÁM:** Nýir stjórnendur



**Sunna Hrönn Sigmarsdóttir**

Framkvæmdastjóri Regins Fasteignafélags

**NÁM:** PMD Stjórnendanám HR



**Halldóra Jóna Guðmundsdóttir**

Sérfræðingur á fjármálasviði Bláa Lónsins

**NÁM:** Ferla- og gæðastjórnun



## Húsnæðisskortur skapar vandamál á Laugarvatni

benediktboas@frettabladid.is

**SKÓLAMÁL.** „Við erum að lenda í þeim vanda hér að þegar fólk sækir um vinnu hjá okkur þá er ekkert íbúðarhúsnæði. Það er ekkert laust á Laugarvatni og ekki í nágrenninu,“ segir Elfa Birkisdóttir, skólastjóri Bláskógaskóla, sem hefur sent erindi til sveitarstjórnar Bláskógabyggðar.

Hún segir lóðir lausar til úthlutunar sem taki langan tíma að klára. Of langan, að mati skólastjórnans. „Ég sendi þetta erindi inn til að ýta aðeins við sveitarstjórninni. Fólk vill koma og vinna hér en það verður þá að keyra í og frá vinnu og það er ekki í boði að fá aksturspeninga þannig það hættir við,“ segir Elfa. ■

## Guðrún verður sóttvarnalæknir

ragnarjon@frettabladid.is

**HEILBRIGÐISMÁL** Guðrún Aspelund tekur við embætti sóttvarnalæknis 1. september. „Mér finnst ég vera að taka við góðu búi en ég mun ganga til verka á minn eigin hátt. Ég hef öðlast góða sýn á starf sóttvarnalæknis undanfarin ár og sé í starfinu tækifæri til að láta gott af mér leiða,“ segir Guðrún. Starf sóttvarnalæknis var auglýst 13. maí síðastliðinn en Þórólfur Guðnason lætur af störfum í byrjun september 2022. Ekki bærust fleiri umsóknir en frá Guðrúnu. Frekari umfjöllun á vef Fréttablaðsins. ■



Guðrún Aspelund, verðandi sóttvarnalæknir.

# Heilbrigðisþjónusta hangi á blápræði í byggðarlögum víða á landsbyggðinni

Það stefnir hratt í að ákveðin byggðarlög verði læknislaus innan fárra ára ef ekkert verður að gert, segir formaður Læknafélags Íslands. Heilbrigðisþjónustan hangi víða á blápræði sökum manneklu og fjöldi lækna sé að komast á aldur, án þess að útséð sé með eftirmenn þeirra.

erlamaria@frettabladid.is

**HEILBRIGÐISMÁL** „Það sem mér fannst verst var að sjá að við erum ekki vel sett neins staðar þegar kemur að mönnun,“ segir Steinunn Þórðardóttir, formaður Læknafélags Íslands, um heilbrigðisþjónustu á landsbyggðinni.

„Ég er sjálf læknir á Landspítalanum og hef unnið þar alla mína starfsævi á Íslandi. Maður heldur alltaf að við séum á botninum varðandi mönnun og starfsumhverfi, en svo kemur í ljós að við erum öll á sama báti. Og það virðist vera sem enginn sé að koma til að bjarga okkur,“ segir Steinunn en hún er nýlega komin úr hringferð um landið þar sem hún heimsótti heilbrigðisstofnanir og ræddi við lækna.

„Á stærri stöðum eins og Selfossi, Akureyri og Egilsstöðum er mjög þungt hljóð í fólki, veruleg mannekla og vaxandi álag. Það er skortur og þá sérstaklega í heilsugæslunni. Til dæmis á Selfossi. Þetta er svæði þar sem íbúum hefur fjölgað gríðarlega, þar er risastór sumarhúsabyggð og mikill ferðamannaþjónsla fer þarna í gegn daglega. En á sama tíma hefur heilsugæslulæknum ekki fjölgað og þá erum við að tala um mörg ár aftur í tímann,“ segir Steinunn. Auk þess sé aðstaðan ekki til fyrirmyndar.

„Bráðamóttakan þar er gjörsamlega sprungin og í algjörlega óviðunandi húsnæði sem er í raun engan veginn í stakk búið til að taka við öllu þessu álagi.“

Að sögn Steinunnar er það aðstað-



Steinunn nefnir Selfoss meðal staða þar sem hljóðið er þungt í heilbrigðisstarfsfólki vegna manneklu og vaxandi álags.

FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR



Á stærri stöðum eins og Selfossi, Akureyri og Egilsstöðum er mjög þungt hljóð í fólki.



Steinunn Þórðardóttir, formaður Læknafélags Íslands.

an sem og mannekla sem lækna á landsbyggðinni kvarta helst sáran yfir. Vaktabyrðin sé mikil á hverjum og einum, sem leiði af sér að menn séu bundnir sólarhringnum saman.

„Þetta er ótrúlega mikill fjöldi vakta á mánuði hjá hverjum og einum, og þetta er fólk sem þarf líka að sinna dagvinnu. Það er ótrúlega krefjandi að vera í fullu starfi með svona þunga vaktabyrði ofan á. Og þetta er farið að vega mjög þungt, sérstaklega hjá yngri læknum. Fólk vill geta sameinað fjölskyldulíf og starf, en þarna er það mjög erfitt,“ segir Steinunn.

Steinunn segir það skjóta skökku við að ekki sé uppi einhvers konar

áætlun varðandi mönnun þegar kemur að minni byggðarlögum, sérstaklega þar sem lækna þar séu margir hverjir að komast á eftirlaunaaldur.

„Við hittum til dæmis lækna á Vík í Mýrdal og Vopnafirði sem eru nánast alltaf einir á vakt og hafa verið það árum og jafnvel áratugum saman, og þeir eru báðir mjög nálægt sjötugu,“ segir Steinunn, og bætir við að hún hafi ekki upplifað að einhver hugsun væri þar varðandi framtíðina.

„Og þá velti ég fyrir mér, er eitt hvert plan í gangi? Hvað á að gera þegar þessir menn fara á eftirlaun?“ ■

## Sögulegt afhroð Frakklandsforseta

ragnarjon@frettabladid.is

**FRAKKLAND** Sögulegt tap þingflokks Emmanuel Macrons Frakklandsforseta í frönsku þingkosningunum hefur myndað mikla óvissu í frönskum stjórnmálum. Eftir að ljóst er að hreinn meirihluti Macrons er fallinn mun hann þurfa að treysta á bandalag við aðra flokka svo unnt sé að mynda meirihluta.

„Kostirnir eru ekki augljósir og staðan er mjög þröng,“ segir Eiríkur Bergmann stjórnmálafræðingur. „Þetta er sögulegt afhroð sitjandi forseta í þingkosningum í Frakklandi.“

Aðspurður um hver næstu skref Macrons gætu verið segir Eiríkur að Macron muni líklega reyna að höfða til Repúblikana sem hlutu 4,8 prósent atkvæða. „Það nægir honum, en þeir gætu reynt tregir í taumi, að minnsta kosti í formlegri samsteypustjórn.“

Þingflokkur Macrons er enn stærsti flokkur franska þingsins en þau 234 þingsæti sem flokkurinn hlaut eru þó langt frá hreinum meirihluta, en til þess að mynda meirihluta þarf minnst 289 sæti.

Niðurstöðum kosninganna hefur verið lýst sem persónulegum ósigri Macrons sem komi til með að minnka áhrif forsetans og mögulega setja svartan blett á arfleifð hans.

Á sama tíma og Macron missti fjöldamörg sæti, bætti öfgahægri



Þingflokkur Emmanuel Macrons Frakklandsforseta beið afhroð í nýafstöðnum þingkosningum.

MYND/EP

flokkur Marine Le Pen við sig og vann kosningasigur sem skilaði 23,2 prósentum atkvæða, eða 90 sætum. Langt umfram allar kosningaspár. Öfgavinstri flokkur Jean-Luc Mélenchon tók þá 22% atkvæða, sem bendir til að miðjustefna Macrons í Frakklandi sé fallin.

Kosningabátttaka í landinu var dræm en 46,23 prósent kjósenda skiluðu inn atkvæðum. ■

**ÚRVAL ÚTSÝN**

# TENERIFE

## FJÖLSKYLDAN SAMAN Í SÓL

ALLT AÐ  
**40.000 KR.**  
AFSLÁTTUR  
10.000 KR. AFSLÁTTUR  
Á FARÞEGA MEÐ KÓÐANUM  
**SUMARSÓL**  
GILDIR ÚT 27. JÚNÍ  
Á FERÐIR TIL TENERIFE 27. JÚNÍ - 05. JÚL. &  
FERÐIR TIL ALMERÍA 27. JÚN. - 07. JÚL.

VINSÆLT

**27. JÚNÍ - 05. JÚLÍ**

**HG TENERIFE SUR 3\***

ÍBÚÐ MEÐ 1 SVEFNHERBERGI

VERÐ FRÁ **79.900 KR**

Á MANN M.V. 2 FULLORÐNA OG 2 BÖRN  
VERÐ FRÁ 103.500 KR. Á MANN M.V. 2 FULLORÐNA

INNIFALIÐ Í VERÐI, FLUG, GISTING, INNRIÐUR FARANGUR OG HANDFARANGUR. BÓKAÐU ÞITT SÆTI Á UU.IS



# FÖRUM SAMAN Í SÓL

## ALLT FYRIR ÞÍNA FERÐ Á EINUM STAÐ

FLUG GISTING, SÓL OG SANDUR Á BETRA VERÐI  
EKKI MISSA AF ÞESSUM FRÁBÆRU VERÐUM.

VINSÆL GISTING



### TENERIFE

27. JÚNÍ - 05. JÚLÍ

HG TENERIFE SUR 3\*  
Íbúð með einu svefnherbergi.

VERÐ FRÁ **79.900 KR.**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.  
Verð frá 107.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.



### ALMERÍA

27. JÚNÍ - 07. JÚLÍ

NEPTUNO HOTEL 4\*  
Tvíbýli með morgunverði.

VERÐ FRÁ **96.500 KR.**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.  
Verð frá 128.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.



### TENERIFE

27. JÚNÍ - 05. JÚLÍ

EUROPE VILLA CORTES 5\*  
Tvíbýli með morgunverði.

VERÐ FRÁ **147.900 KR.**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 1 barn.  
Verð frá 107.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.



### ALMERÍA

27. JÚNÍ - 07. JÚLÍ

HOTEL PLAYACAPRICO 4\*  
Tvíbýli með morgunverði.

VERÐ FRÁ **129.900 KR.**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.  
Verð frá 128.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

HÁLFT FÆÐI



### ALBÍR

28. JÚNÍ - 06. JÚLÍ

KAKTUS ALBÍR 4\*  
Tvíbýli með hálfu fæði.

VERÐ FRÁ **99.900 KR.**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 2 börn.  
Verð frá 118.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.



### MALLORCA

29. JÚNÍ - 06. JÚLÍ

HOTEL HYB EUROCALAS 4\*  
Tvíbýli með hálfu fæði.

VERÐ FRÁ **139.500 KR.**

Verð á mann m.v. 3 fullorðna og 2 börn.  
Verð frá 152.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

HÁLFT FÆÐI

VINSÆL GISTING



### COSTA DEL SOL

30. JÚNÍ - 11. JÚLÍ

HOTEL PALMASOL 4\*  
Tvíbýli.

VERÐ FRÁ **129.900 KR.**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 1 barn.  
Verð frá 171.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.



### KRÍT

19. - 26. JÚLÍ

SANDY SUITES 3\*  
Stúdíó með svölum eða verönd

VERÐ FRÁ **116.900 KR.**

Verð á mann m.v. 2 fullorðna og 1 barn.  
Verð frá 131.900 kr. á mann m.v. 2 fullorðna.

INNIFALDI Í VERÐI ER FLUG, UPPGEFIN GISTING, ÍSLENSK FARAÞJÓRN, FLUGVALLASKATTAR, FERDATASKA OG HANDFARANUR.

VERÐ ERU BIRT MEÐ FYRIRVARA UM PRENTVILLUR OG STAFAFENG.

SKOÐAÐU FJÖLDA TILBOÐA Á VEFSÍÐU OKKAR UU.IS

ÚRVAL ÚTSÝN | HLÍÐASMÁRA 19 | 201 KÓPAVOGUR | 585 4000 | UU.IS

## Efnahagsleg frammistaða heldur aftur af okkur

Ísland er í 16. sæti í úttekt IMD viðskiptaháskólans í Sviss á samkeppnishæfni ríkja og batnar staðan milli ára. Íslendingar reka þó enn lestina í samanburði við Norðurlöndin. Gunnar Úlfarsson, annar hagfræðinga Viðskiptaráðs, segir að Ísland verði að bæta sig þegar kemur að alþjóðaviðskiptum og erlendri fjárfestingu.

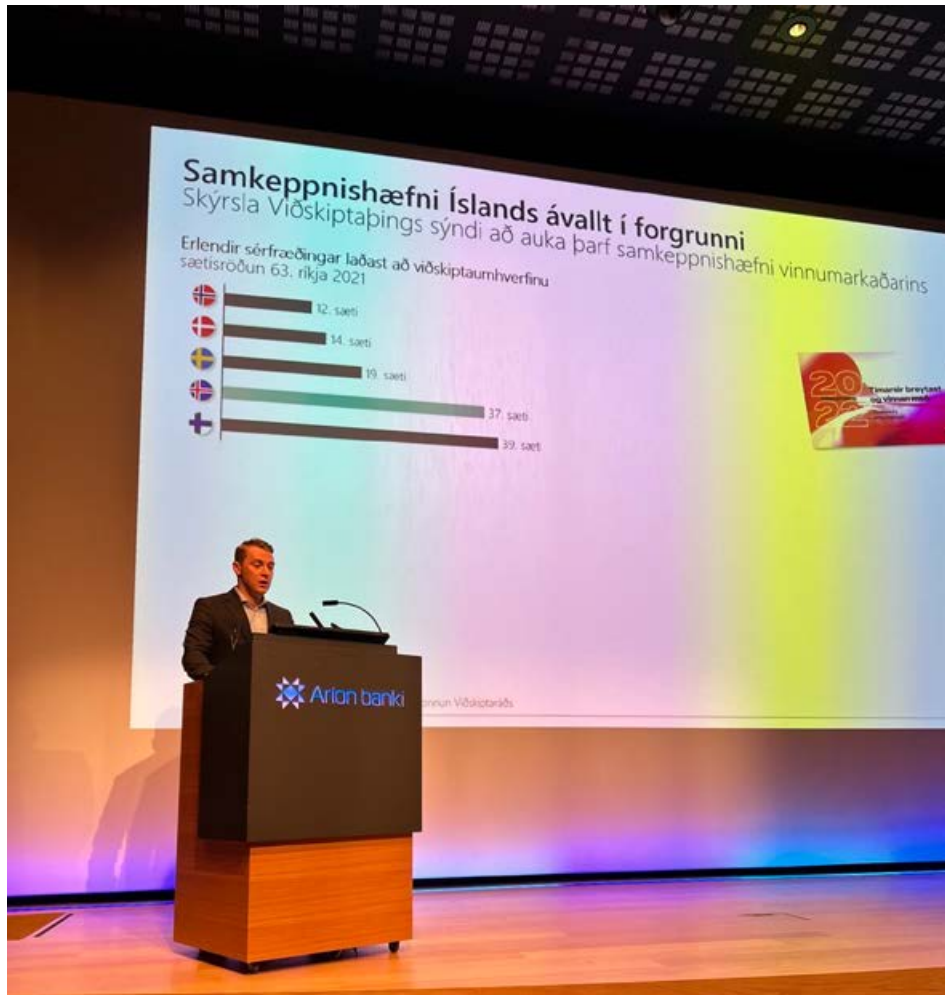
magdalena@frettabladid.is

Gunnar Úlfarsson, hagfræðingur Viðskiptaráðs, segir að efnahagsleg frammistaða Íslands sé það helsta sem haldi aftur af okkur þegar kemur að samkeppnishæfni.

Viðskiptaráð kynnti niðurstöður úttektar IMD viðskiptaháskólans í Sviss á samkeppnishæfni ríkja á fundi í síðustu viku. Niðurstaða úttektarinnar er sú að Ísland bætir stöðu sína og færir sig upp um fimm sæti, úr 21. sæti í 16. sæti. Fyrir um áratug síðan raðaði Ísland sér í 26. sæti og hefur því samkeppnisstaða Íslands batnað hægt og bitandi.

„Við erum að standa okkur vel á ýmsum sviðum. Við erum í 14. sæti þegar kemur að skilvirkni hins opinbera og 8. sæti hvað varðar skilvirkni atvinnulífs. Síðan erum við einnig í 8. sæti í flokknum félagslegir innviðir. En þegar kemur að efnahagslegri frammistöðu erum við í 56. sæti,“ segir Gunnar og bætir við að það sé eini flokkurinn sem við bætum okkur ekki í á milli ára.

„Í samanburði við aðrar þjóðir stöðum við okkur hvað lakast í alþjóðaviðskiptum og alþjóðlegri fjárfestingu. Þó við séum að bæta okkur í þeim þáttum og alþjóðaviðskipti til að mynda að aukast þá erum við ekki að bæta okkur nóg í samanburði við aðrar þjóðir.“



Ísland er eftirbátur Norðurlandanna hvað varðar samkeppnishæfni en þau raða sér í efstu 10 sætin meðan við erum í því sextánda. Að sögn Gunnars hefur Ísland alla burði til að hifa sig upp í topp tíu sætin. Ekki megi gleyma því hversu mikilvæg samkeppnishæfni er og því eigum við að setja markið hátt. „Samkeppnishæfni

varðar alla og er í raun forsenda bættra lífskjara. Við sjáum það í samantekt IMD að samkeppnishæfni ríki búa frekar við meiri landsframleiðslu, meiri félagslegar framfarir, betri lífskjör og aukna hamingju.“

Úttekt IMD viðskiptaháskólans á samkeppnishæfni er sú umfangsmesta í heiminum á þessu sviði en 63 ríki eru hluti af henni. Hún hefur

verið framkvæmd í rúm 30 ár og Ísland verið hluti af henni frá 1997.

Gunnar segir að þó hægt sé að vera ánægð með frammistöðu Íslands ættum við að stefna hærra. Við getum gert ýmislegt til að stuðla að meiri samkeppnishæfni.

„Hér á landi er fyrirstaða fyrir erlenda fjárfestingu og eigum við að reyna að draga úr þeirri fyrirstöðu.

Gunnar Úlfarsson, annar af hagfræðingum Viðskiptaráðs, kynnti niðurstöður úttektar IMD viðskiptaháskólans í Sviss á fundi í síðustu viku.

MYND/ÁSEND

### Flokkun FTSE hafi mikla þýðingu

Gunnar segir að það að FTSE færi okkur upp í flokk nýmarkaðsríkja hafi mikla þýðingu fyrir okkar stöðu. „Í máli Magnúsar Harðarsonar, forstjóra Kauphallarinnar, kom fram að ekki væri til formlegt mat á hversu mikið innflæði erlends fjármagns kæmi í kjölfarið á þessum flokkum í gegnum vísitölusjóði sem miða sig við FTSE en grófleget mat sé að það sé um 50 milljarðar. Síðan mun þessi flokkun að öllum líkindum auka áhuga erlendra fjárfesta á fjárfestingum hér á landi.“

Þegar kemur að erlendu fjárfestingunni er mikilvægt að stækka hlutabréfamarkaðinn og dýpka hann. Það er til dæmis hægt að gera með því að gera einstaklingum sjálfum kleift að ráðstafa viðbótarlífeyrissparnaði og innleiða skattalega hvata til hlutabréfakaupa. Einnig er ýmislegt sem aðilar á markaði geta gert.“

Gunnar bætir við að Ísland standi vel að vígi á nokkrum sviðum er varða samkeppnishæfni. „Skilvirkni atvinnulífsins hefur til að mynda tekið miklum framförum. Við erum í 1. sæti þegar kemur að viðhorfi og gildismati bæði stjórnenda og þeirra sem starfa hjá fyrirtækjunum. Við erum framúrskarandi á þeim mælikvarða. Síðan erum við í 2. sæti þegar kemur að stjórnarháttum fyrirtækja sem er mjög jákvætt. En í öllum þáttum er það vinnumarkaðurinn sem er dragbitur skilvirkni atvinnulífsins.“ ■

## Segir það ekki hafa verið mistök að stækka útboðið

magdalena@frettabladid.is

Í gær hófust viðskipti í Kauphöllinni með hlutabréf í fjarskiptafyrirtækinu Nova. Upphaflega var lagt upp með að selja 37 prósent hlut í fyrirtækinu en tekin var sú ákvörðun að stækka útboðið og selja 45 prósent hlut í fyrirtækinu. Sú ákvörðun hefur verið gagnrýnd í fjölmiðlum en um þreföld eftirspurn var í tilbodsbók A, sem stóð minni fjárfestum til boða, en aðeins rúmlega einföld í tilbodsbók B, sem ætluð er stærri fjárfestum.

Margrét Tryggvadóttir, forstjóri Nova, segir aðspurð það ekki hafa verið mistök að stækka útboðið.

„Ég tel það ekki hafa verið mistök að stækka útboðið. Við erum sérlega ánægð með hve margir lífeyrissjóðir og stofnanafjárfestar landsins tóku þátt í útboði Nova klúbbsins hf. Í því samhengi má þó ekki gleyma nýlegri fjárfestingu frá stórum stofnanafjárfestum í apríl síðastliðnum, þar með talið sjóða á vegum Stefns, Íslands-



Margrét og Magnús Harðarson, forstjóri Kauphallarinnar, hringdu bjöllunni. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

sjóða og Landsbréfa, sem styrkti hluthafalista félagsins verulega. Fjárfestingin í apríl var umfangsmikil og nam um 7 milljörðum að kaupvirði, eða 1,5-faldri stærð áskriftarbókar B í almenna útboðinu.“

Margrét bætir við að við úthlutun í áskriftarbók B í almenna útboðinu hafi verið tekið mið af hagsmunum

félagsins í því að styrkja hluthafahóp sinn og því frekar teknir inn fleiri stofnanafjárfestar heldur en færri á herra verði.

„Áhugi almennings á útboðinu var mikill og að teknu tilliti til stækkunar útboðsins fékk almenn-ingur aðeins úthlutað um helmingi þess sem óskað var eftir. Ljóst er að

starfsemi Nova klúbbsins hf. hefur mikinn hljómgrunn meðal almennings sem er áhugasamur um að taka þátt í vegferð félagsins til framtíðar og vegna þessa var ákveðið að koma til móts við þá eftirspurn og stækka áskriftarbók A í útboðinu. Pt. Capital fjárfesti fyrst í Nova árið 2016 og er áfram stærsti einstaki hluthafi Nova klúbbsins hf. eftir útboðið, í gegnum eignarhaldsfélag sitt.“

Margrét segir Nova bjóða sterkan og fjölbreyttan hóp hluthafa velkominn að borðinu og stjórnendur fyrirtækisins horfi björtum augum til framtíðar.

Óhætt er að segja að markaðsáðstæður um þessar mundir séu erfiðar. Hlutabréfavísitala Kauphallarinnar hefur lækkað um 23,7 prósent frá áramótum og ljóst er að Seðlabankinn mun ráðast í skarpar vaxtahækkanir á komandi misserum.

Aðspurð hvað henni finnst um að skrá Nova á markað meðan markaðsáðstæður séu jafn erfiðar og þær



Við munum hlúa vel að rekstrinum og síðan mun markaðurinn bregðast við eins og hann bregst við.

eru nú, segir Margrét að þrátt fyrir krefjandi aðstæður muni þau halda sínu striki. „Ég myndi frekar velja orðið krefjandi fremur en erfiðar. Við höldum okkar striki og höldum áfram að gera það sem við erum að gera. Við munum hlúa vel að rekstrinum og síðan mun markaðurinn bregðast við eins og hann bregst við.“

Í lok dags í gær stóð gengi félagsins í 4,63 en það er 9,39 prósent lækkan frá útboðsgengi félagsins sem var 5,11 krónur. Heildarvelta með bréf Nova í gær nam 616 milljónum króna. ■



## Stórar ákvarðanir með lítilli fyrirhöfn

Með Snjallákvörðun Creditinfo getur þú framkvæmt mat á þínum viðskiptavinum á augabragði.

CREDITINFO | Snjallákvörðun



# ÓSKASKRÍN GEFUR SVO MARGT



Glaðningur fyrir tvo, Rómantík á flottu hóteli, Dekurstund, Gourmet á glæsilegum veitingastað, Bröns fyrir tvo og Kósý kvöld eru meðal vinsælla Óskaskrína.

**Gefðu upplifun í öskju.**

Fæst í Pennanum Eymundsson, Hagkaup og á [oskaskrin.is](http://oskaskrin.is)



**HAGKAUP**

577 5600 | [info@oskaskrin.is](mailto:info@oskaskrin.is) | [oskaskrin.is](http://oskaskrin.is)



Óskaskrín

# Umhverfismál skipti fjárfesta sífellt meira máli

Meðstofnandi og stjórnarformaður nýsköpunarfyrirtækisins Atmonia segir að umhverfismál skipti fjárfesta og almenning sífellt meira máli. Atmonia vinnur að því að búa til ammóníak sem notað er í áburð og eldsneyti á umhverfsvænan og sjálfbæran hátt.

magdalena@frettabladid.is

Markmið nýsköpunarfyrirtækisins Atmonia er að búa til ammóníak sem búið er til úr nitri andrúmsloftsins, en nitur er um 78 prósent af andrúmsloftinu.

Ammóníakið er síðan notað til að framleiða áburð sem seldur er til bænda, eða eldsneyti, en brennsla ammóníaks losar engar gróðurhúsalofttegundir. Fyrirtækið beitir rafefnafræðilegum aðferðum sem hægt er að nýta með til dæmis rafmagni, sólarorku eða vindorku.

Með þessum hætti verður því hægt að framleiða áburð nálægt notendum og þarf því ekki að flytja áburðinn heimshorna á milli eins og í dag.

„Við finnum það að umhverfismál eru farin að skipta fjárfesta og almenning meira máli en þau gerðu hér áður. Í gegnum tíðina höfum við bara fundið fyrir góðum viðbrögðum enda byggir aðferð okkar á því að geta framleitt ammóníakið við stofuhita og venjulegan loftþrýsting og losar sú aðferð engan koltvísýring,“ segir Egill og bætir við að sú aðferð sé virkilega sjálfbær, en aðferðin sem notuð sé í dag þurfi ansi mikinn hita og loftþrýsting.

„Vandamálið við þá aðferð er að vetnið sem notað er við aðferðina er búið til úr jarðgasi sem losar 2 tonn af CO2 fyrir hvert tonn af ammóníaki, eða um 1 prósent af heildarlosun CO2 á heimsvísu. Í okkar aðferð kemur vetnið úr vatni en ekki jarðgasi, þannig að það er mjög umhverfisvænt og sjálfbært. Jarðgasið mun klárast á endanum og er sífellt að verða dýrara, sem endurspeglast í síhækkandi áburðarverði.“



Egill Skúlason, meðstofnandi og stjórnarformaður Atmonia, segir að innan 3 ára stefni fyrirtækið að því að vera búið að þróa tæknina og tækin sem til þarf.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
SIGTRYGGUR ARI



**Ammóníak er búið til úr nitri en nitur er um 78 prósent af andrúmsloftinu.**

Atmonia var stofnað af þeim Agli Skúlasy, Helgu Dögg Flosadóttur og Arnari Sveinbjörnssyni árið 2016. Að sögn Egils kviknaði hugmyndin í kjölfarið á því að hann var beðinn um að taka þátt í viðskiptahraðlinum StartUp Energy Reykjavík.

„Við stofnuðum fyrirtækið í kjölfarið á þessum hraðli. Það var í raun ekkert planað og þetta gerðist allt mjög hratt.“

Egill segir að innan 3 ára stefni fyrirtækið að því að vera búið að þróa tæknina og tækin sem þarf til að framkvæma þetta.



**Þetta er mikil keðja af viðskiptavinum og við erum með mikið tengslanet um allan heim.**

„Það eru rannsóknarhópar úti um allan heim að reyna að þróa þetta í dag, en við erum líka að vinna í annarri aðferð sem snýst um að breyta ammóníaki í nitrat, sem er yfirleitt heppilegri áburður til matvælaræktunar. Það er styttra í að við getum framkvæmt það heldur en hina aðferðina.“

Egill segir að þau séu byrjuð að mynda tengsl við framleiðendur, orkufyrirtæki og bændur til að selja þeim afurðirnar þegar að því kemur. „Þetta er mikil keðja af viðskiptavinum og við erum með mikið tengslanet um allan heim.“ ■

## RAFMÓTORAR



**SCANVER** 588 80 40  
EHF www.scanver.is

GÍRAR - FÆRIBÖND - RAFMÓTORAR - LEGUR

## Gestir tjaldsvæða laga sig hratt að breyttu greiðslufyrirkomulagi

ggunnars@frettabladid.is

Gestir tjaldsvæða hafa lagað sig að breyttu greiðslufyrirkomulagi og bókunum í kjölfar heimsfaraldurs. Nær öll fyrirtæki sem reka tjaldsvæði hafa tekið upp kerfi sem gerir fólki kleift að tryggja sér pláss fyrir fram og greiða fyrir þjónustuna í gegnum app eða vefsíðu.

Parka er eitt þeirra fyrirtækja sem rekur bókunar- og greiðslukerfi fyrir tjaldsvæði.

Arna Haraldsdóttir, markaðsstjóri Parka, segir ferðahegðun fólks á tjaldsvæðum landsins hafa tekið stakkaskiptum síðustu ár. „Það er gott að líta á þetta eins og hótellherbergi. Ef stæðið er laust þá getur þú bókað, annars ekki. Kosturinn við að hafa merkt stæði sem hægt er að bóka er að þá vita gestir að hverju þeir ganga og halda þá sínu plássi þótt þeir skreppi frá.“

Viðtökurnar hafa almennt verið góðar að sögn Örnú. „Það bar nokkuð á því í fyrra að gestir héldu að þeir gætu alls ekki mætt án þess að hafa bókað, en það er auðvitað ekki þannig. Þetta er bara viðbótarþjónusta og nútímalegra fyrirkomulag. En við sjáum strax af viðtökunum að



Arna Haraldsdóttir, markaðsstjóri Parka.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
VALLI



**Það bar nokkuð á því í fyrra að gestir héldu að þeir gætu alls ekki mætt án þess að hafa bókað, en það er auðvitað ekki þannig.**

Arna Haraldsdóttir, markaðsstjóri Parka.

þetta er komið til að vera. Ég held að þetta eigi eftir að bæta þjónustuna til muna og gera fólki auðveldara fyrir að skipuleggja ferðalögin.“

Parka Lausnir er íslenskt fyrirtæki og eru allar hugbúnaðarlausnir félagsins smíðaðar frá grunni. Arna segir mikil tækifæri fólgin í þróun lausna fyrir bílastæði og ferðavagna. „Það er alla vega okkar markmið að halda áfram að þróa okkar lausnir hér á landi en síðan sjáum við fyrir okkur að bjóða þjónustuna víðar í Evrópu. Þetta snýst allt um einfaldleika og góða þjónustu. Það er sú krafa sem við viljum svara,“ segir Arna. ■

# Stofnendur indó sparisjóðs segjast þora að vera öðruvísi

ggunnars@frettabladid.is

Eftir strangt undirbúningsferli og fjögurra ára þróunarvinnu mun indó sparisjóður hefja innreið sína á íslenskan bankamarkað með haustinu.

Tryggvi Björn Davíðsson og Haukur Skúlason, stofnendur sparisjóðsins, segja indó í anda nýbanka, sem hafa sprottið upp erlendis undanfarin ár. „Í raun hefur ekki verið

stofnaður nýr banki á Íslandi síðastliðin fimmtíu ár þannig að nýbanki er bara mjög lýsandi fyrir okkur, segir Tryggvi.

Fyrst um sinn mun indó (skrifað með lágstaf) eingöngu bjóða upp á debetkortareikninga, millifærslur og greiðslur, en með tímanum er hugmyndin að bæta við vöruframboðið.

Nú þegar eru fjögur þúsund viðskiptavinir á biðlista hjá indó. Þótt undirbúningurinn hafi tekið lengri



Stofnendur indó sjá sparisjóðinn fyrir sér í anda erlendra nýbanka.

tíma en Tryggvi og Haukur gerðu ráð fyrir segja þeir það allt þess virði nú þegar fyrirtækið er komið á koppinn.

„Við trúum því einlæglega að aukin samkeppni á þessum markaði geti bætt bankakjör á Íslandi umtalsvert. Indó mun veita alla þá bankaþjónustu sem fólk býst við en við erum líka banki sem þorir að vera pínulítið öðruvísi. Miðað við viðbrögð þá virðist full þörf á því,“ segir Haukur. ■

## Árshækkun fasteignaverðs 24 prósent

magdalena@frettabladid.is

Síðastliðna tólf mánuði hækkaði vísitala íbúðaverðs á höfuðborgarsvæðinu um 24 prósent. Þetta kemur fram á vef Þjóðskrár. Árs-hækkun íbúðaverðs er nú orðin meiri en árið 2017 og hefur ekki mælst meiri frá árinu 2006.

Vísitalan hækkaði um 3 prósent milli mánaða, síðastliðna 3 mánuði hækkaði hún um 9,1 prósent og síðastliðna 6 mánuði hækkaði hún um 15,7 prósent.



Árshækkun íbúðaverðs er nú orðin meiri en árið 2017 og hefur ekki mælst meiri frá árinu 2006.

Í greiningu Íslandsbanka kemur fram að forsendur séu fyrir því að íbúðaverð haldi áfram að hækka á allra næstu mánuðum. „Vonandi verður framboð nýrra íbúða auk dvínandi eftirspurnar þó nóg til að hægja á verðhækkunum síðar á þessu ári. Í þjóðhagssþá okkar frá því í maí spáðum við því að íbúðaverð hækki um ríflega 22 prósent í ár en hægjast muni talsvert á hækkuartaktinum þegar líða tekur á þetta ár og um mitt ár verði komin ró á markaðinn,“ segir í greiningunni. ■

## Undirbúa sprotafyrirtæki

magdalena@frettabladid.is

Masterclass Startup SuperNova fer fram 23.-25. júní í Grósku og er opinn öllum sprotafyrirtækjum. Markmið masterclassans er að undirbúa sprotafyrirtæki til að gera 18 mánaða aðgerðaplan sem þau geta svo skilað inn og munu tíu bestu sprotafyrirtækin halda áfram í 5 vikna hraðal sem hefst eftir verslunarmannahelgi.

Hægt er að skrá sig til miðnættis í dag, 22. júní. Masterclassinn fer fram í hátíðasal Grósku og er dagskráin þökkud af reynslumiklum frumkvöðlum, stjórnendum og sérfræðingum úr viðskiptalífinu sem allir gefa sína vinnu til að stuðla að aukinni grósku í íslensku frumkvöðlastarfi.

Þar má nefna Magnús Scheving frumkvöðul, Helgu Árnadóttur frá Tulipop, Magnús Árnason hjá Nova, Kristján Schram hjá Íslensku auglýsingastofunni, Mariam Lape-rashvili, markaðsstjóra Stöðvar 2 og Vodafone, Siggu Heimis hjá Tækni-þróunarsjóði Rannís og Margréti Ormslev hjá Brunni Ventures. ■



# Bosch-dagar

Þýsk gæða-heimilistæki frá Bosch nú á frábæru tilboðsverði.

**20% afsláttur** af öllum Bosch-tækjum, stórum sem smáum.



**5** ÁRA \*\*\*\*\*  
**ÁBYRGÐ**  
Á STÓRUM HEIMILISTÆKJUM

Opið virka daga frá kl. 9 til 18.  
Lokað á laugardögum í júní, júlí og ágúst.  
Vefverslun opin allan sólarhringinn.  
Umboðsmenn um land allt.

Gildir til og með 27. júní eða á meðan birgðir endast. Gildir ekki af öðrum tilboðum.

**SMITH &  
NORLAND**

Nóatúni 4 · Sími 520 3000  
www.sminor.is

# Bjóðum heim



Aðalheiður  
Ámundadóttir  
adalheidur  
@frettabladid.is

Það eru góðar fréttir að hótelin í landinu hafi rétt úr kútnum eftir Covid. Í venjulegu ári anna hótelin hins vegar engan veginn þeim straumi ferðamanna sem heimsækja okkur á sumrin og margir reida sig á íbúða- og herbergjaleigu í gegnum Airbnb. Í því felast frábær tækifæri fyrir Íslendinga sem vilja njóta sumarfrísins annars staðar en á Íslandi og sýna börnunum sínum heiminn.

Ferðamannastraumurinn til Íslands hefur ekki aðeins tryggt okkur fjölbreyttara atvinnulíf og auknar gjaldeyristekjur, heldur hefur ferðafrelsi okkar sjálfrá stóraukist því fleiri flugfélög fljúga til og frá landinu á mun betri kjörum. Við það bætist að þau sem það vilja geta tileinkað sér hinn sanna og upprunalega tilgang Airbnb og boðið heimili sín erlendum ferðamönnum í því skyni að komast sjálf í sumarfrí til áfangastaða sem þau hefðu annars ekki efni á að heimsækja.

Hótelkeðjurnar og stjórnvöld hafa horn í síðu Airbnb og sambærilegra fyrirtækja. Hótelin hafa áhyggjur af samkeppninni og breyttum þörfum ferðalanga því vanir ferðamenn hafa uppgötvað hvað það er frábært að búa á raunverulegu heimili. Stjórnvöld hafa áhyggjur af því að húsnæði sem ætti að tryggja íbúum landsins þak yfir höfuðið sé í of miklum mæli í skammtímaleigu til ferðamanna. Sett hefur verið upp strangt kerfi í kringum útleiguna og þeir sem brjóta reglurnar eiga yfir höfði sér þungar sektir.

Sú leigustarfsemi sem er iðkuð gegnum Airbnb á Íslandi er í tveimur aðskildum heimum. Annar tilheyrir fyrirtækjum sem eiga fjölda íbúða, innréttuðum sérstaklega til skammtímaleigu, í eins konar hótellíki. Hinn heimurinn er íslensku fjölskyldurnar sem hafa uppgötvað hve eftirsótt gisting á venjulegum íslenskum heimilum er.

Við sjáum þetta sjálf sem skipuleggjum frí út á land í sumar. Gistingin er fokdýr um allt land. Og rúsinan í pylsuendanum er að eignir úti á landi, sem áður voru óseljanlegar og verðlausar, öðlast nýtt virði.

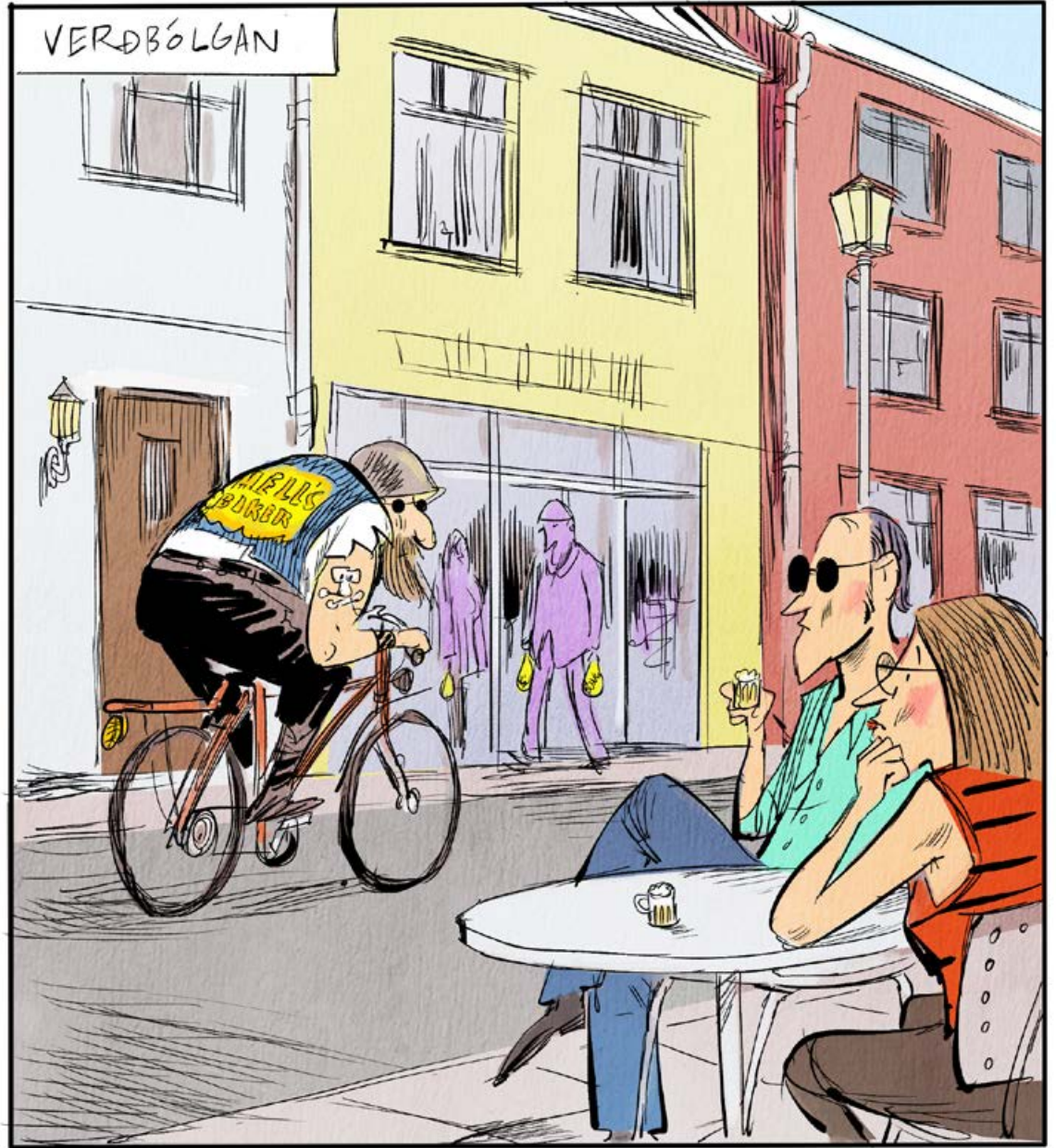
Andlausar fjöldaframleiddar íbúðir gróðafyrirtækja, gera hvorki mikið fyrir ímynd Íslands sem áfangastaðar né fyrir íbúa landsins sem eru í húsnæðishrakningum. En sjálfsbjargarviðleitni Íslendinga sem vilja leigja heimili sín út, hvort heldur er til að komast sjálfir í draumafriði eða til að létta erfiðar sjálfir, er góð viðbót við íslenska ferðapjónustu. Hún hækkar þjónustustig okkar sem ferðamannalands, stækkar sjóndeildarhring þeirra sem vilja fara þessa leið og bætir lífsgæði þeirra. ■

”Rúsinan í pylsuendanum er að eignir úti á landi, sem áður voru óseljanlegar og verðlausar, öðlast nýtt virði.

Sjálfvirkur opunarbúnaður og snertilausir rofar frá **GEZE** Þýsk gæðavara.

**JARN&GLER**  
Skútuvogi 1h - Sími 585 8900  
WWW.jarngler.is

## ■ Halldór



## ■ Frá degi til dags

kristinnhaukur@frettabladid.is  
benediktboas@frettabladid.is

### Sú eina

Guðrún Aspelund hefur verið ráðin sóttvarnalæknir og tekur við af Þórólfi Guðnasyni 1. september næstkomandi. Hún var sú eina sem sótti um að taka við embættinu. Sú eina sem vildi taka við stöðu sem ætti að þykja eftirsóknarverð. Þægileg og vel borguð innivinna hjá ríkinu. Hvers vegna sóttu ekki fleiri um? Ætli það álag og orrahríð sem Þórólfur gekk í gegnum í faraldrinum hafi ekki sitt að segja um það? Sjálfsagt hefur enginn einstaklingur verið meira í fréttum en Þórólfur á ekki lengri tíma en faraldurinn geisaði. Þá var hópur fólks sem taldi sig vita betur, hæddist að honum, sakaði um landráð og þaðan af verra. Þetta fólk er enn að hrína í afkimum internetsins og á ákveðinni útvarpsstöð.

### Hlustum á tuðið

Trúlega verður það stórkostleg lesning þegar sagnfræðingar fara að skoða öll ráð þeirra sem fannst ástæða til að draga orð og ráð Þórólfs í efa. Það voru ekkert eðlilega margir sem gerðu sig að flíflum dag eftir dag á samfélagsmiðlum. Það kom nefnilega í ljós að á Íslandi voru hartær 20 þúsund sóttvarnalæknar en aðeins einn sótti um starfið þegar eftir því var leitað. ■

## Bæting í Breiðholti



Freyr Ólafsson  
formaður Frjáls-  
íþróttasambands  
Íslands

Það er ekki lítið sem ÍR hefur lagt til samfélagsins á sinni 115 ára sögu! Á frjálsíþróttasviðinu voru ÍR-ingar í fararbroddi á síðustu öld allt frá upphafi, báðir verðlaunahafar Íslands á Ólympíuleikum ÍR-ingar. Fjöldi annarra Ólympíufara, landsliðsmanna og leiðtoga hefur stolt borið ÍR-merkið í barmi.

Samfélagið hefur breyst mikið á þessum 115 árum. Árið 1907 bjuggu rúmlega 10 þúsund íbúar í Reykjavík, en nú búa í Breiðholti einu meira en tvöfalt fleiri, eða um 22 þúsund manns.

Íþróttirnar hafa líka breyst. Starfið í íþróttafélögunum í dag er ekki aðeins fyrir Ólympíufara og annað harðkjarna keppnisfólk. Nú er íþróttastarfið ómetanlegt í uppeldi barna og ungmenna en ekki síður svar fjöldans við hreyfingarleysi við dagleg störf, ólíkt því sem var. Fá félög hafa þannig svarað kalli breyttra tíma betur en ÍR-ingar sem halda nú úti öflugum starfi sem hæfir öllum aldri í alls tíu deildum!

Nú hefur Reykjavíkurborg sýnt í verki stuðning sinn við þetta stórveldi í frjálsíþróttum og reist í samstarfi við ÍR nýjan glæsilegan fagurbláan og hvítan opinn frjálsíþróttavöll í Mjódd, í ÍR-litunum. Mikilsverð uppbygging fyrir frjálsíþróttastarf í landinu en ekki síður fyrir nágrannana í Breiðholti, ÍR-inga á öllum aldri sem nú eru boðnir velkomnir á bláu brautina og mjúku skokkbrautina umhverfis völlinn.

Um leið er þetta mikilsverð viðurkenning borgarinnar á breyttu samfélagi sem kallar nú eftir opinni og aðgengilegri íþróttastöðu í sínu nærumhverfi.

Til hamingju, Reykjavík, með glæsilegan nýjan frjálsíþróttavöll, fyrsta hverfisvöllinn, fyrirmynd fyrir önnur hverfi!

Til hamingju, Breiðhyltingar, með ykkar nýju mannvirki sem nú biða ykkar í Mjóddinni! Mannvirki sem eiga eftir að verða ykkur, sem munuð grípa gæsina og reima á ykkur skóna, uppspretta gleði, hreysti og hamingju!

Síðast en ekki síst, til hamingju, ÍR, með 115 ára afmælið! Ykkar er ekki aðeins sagan, heldur einnig framtíðin! ■

”Fá félög hafa þannig svarað kalli breyttra tíma betur en ÍR-ingar sem halda nú úti öflugum starfi.

# Ofsóttur sjávarútvegur



**Indriði H. Þorláksson**  
fyrirverandi ríkisskattstjóri

Í Fréttablaðinu 16. júní sl. kvartar framkvæmdastjóri „Rannsóknarmiðstöðvar um samfélags- og efnahagsmál“ sáran yfir því að æruverðugur sjávarútvegur landsins þurfi að þola rangfærslur og illmælgir og nefnir því til áréttingar stutt viðtöl við undirritaðan og Þórólf Matthíasson prófessor í sama blaði 3. og 4. júní sl. Ekki tilgreinir framkvæmdastjórinn þó meistar rangfærslur og illmælgir.

Aðspurður í símtali 2. júní sl. lét ég í ljós þá skoðun að veruleg auðlindarenta félli til í sjávarútvegi á Íslandi. Með vísan til fréttar í blaðinu fáum dögum áður, um 100 milljarða hækkun á hagnaði sjávarútvegsfyrirtækja, var ég inntur eftir því hversu há veiðigjöldin gætu verið. Svaraði ég því til að auðlindarentan væri að mínu mati 40–60 milljarðar króna á ári sem sækja mætti með veiðigjöldum, hún væri eign þjóðarinnar. Mat þetta byggi ég meðal annars á athugunum mínum, samanber greinar á heimasíðu minni, sem flestar hafa birst í fjölmiðlum, svo sem „Er þetta fiskveiðiauðlind þjóðarinnar?“ sem ég byggi á skýrslum Hagstofu Íslands um afkomu sjávarútvegs, en hafði einnig hliðsjón af rannsóknum málsmetandi fræðimanna sem birt hafa greinar um þetta efni í virtum vísindaritum, svo sem Þórólfur Matthíasson og fleiri (Flaaten, Heen and Matthíasson, 2017) og Daði Már Kristófersson, Hörður Sævaldsson, Stefán B. Gunnlaugsson og Sveinn Agnarsson (2020) sem komast að



mjög sambærilegum niðurstöðum í þessum efnum.

Eins og Þórólfur Matthíasson hefur bent á er ekkert tilefni til stórráða framkvæmdastjórans að finna í viðtölunum og í stað þess að rökstyðja staðhæfingar sínar sakar hann okkur um illan hug til sjávarútvegs, öfund og afbrýði! Þórólfur bendir einnig á augljósar þversagnir í málflutningi hans. Óneitanlega þarf skapandi hugmyndaflug til að lesa það út úr þessum stuttu viðtölum að þar fylgi „hver rangfærslan og rökleysan í kjölfar annarrar“ enda tekst framkvæmdastjóranum ekki að benda á neitt staðhæfingu sinni til stuðnings en bregður á það ráð að gera okkur upp þá „helstu forsendu í málflutningi... að rekstrarhagnaður í sjávarútvegi sé meiri en gengur og gerist í öðrum“ atvinnugreinum. Atriði þetta ber ekki á góma í við-

tölunum og hvorugur okkar Þórólfs hefur beitt því í skrifum okkar, sem beinst hafa að því að greina raunverulegan hagnað í sjávarútvegi, eðli hans og uppruna, hvort svo sem hann er minni eða meiri.

Framkvæmdastjórinn eyðir grein sinni í að afsanna eigin tilbúning en tekst það hörmulega. Hann notar gagnrýnislaust kennitölur um skattalegan rekstrarhagnað atvinnugreina sem Hagstofan hefur unnið úr framtölum. Þeir sem til þekkja vita að skattalegur hagnaður segir almennt lítið til um raunverulegan rekstrarhagnað og þá einkum í sjávarútvegi, meðal annars vegna ívilnandi afskriftarreglna en einnig vegna bókfærslu á gengistapi eða hagnaði og fleiru. Eins er að nefna að reikningar margra sjávarútvegsfyrirtækja sýna mikla skuldsetningu. Vextir af þeim skuldum eru

dregnir frá skattskyldum tekjum en á sama tíma eiga þau miklar peningalegar eignir, meðal annars eignarhluti í öðrum félögum svo sem sölufélögum sínum, en yfirleitt koma engar tekjur af þessum eignum fram í reikningum þeirra og skattskilum.

Af þessum ástæðum sækja þeir sem vilja kynnast raunverulegri afkomu sjávarútvegs, upplýsingar sínar í árlegar skýrslur Hagstofunnar um afkomu fiskveiða og fiskvinnslu en þar kemur fram sundurliðun tekna og gjalda sem gerir kleift að sleppa fjármálafærslum og losna að mestu við skattalegar tilhliðranir og aðrar skapandi bókhaldsbrellur. Greining afkomu á þessum grunni gefur allt aðra mynd af rekstri sjávarútvegs en gervimynd framkvæmdastjórans. Í grein Daða Má og fleiri sem vísað er til hér að framan kemur fram að hreinn hagnaður sjávarútvegs og ávöxtun eigin fjár í honum er langt umfram það sem er í öðrum atvinnugreinum. Varpar það eitt öllum málflutningi framkvæmdastjórans fyrir röða.

Ég hef ekki lagt í vana minn að elta ólar við skrif sem einkennast af persónulegu skítkast og hjáfræðahjali en skortir efnisleg rök.

Í þessu tilviki gerði ég undantekningu þar sem óvenju ósvífið staðreyndarugl og dæmafátt þekkingarleysi er borið fram undir starfstíli og stofnunarheiti sem vakið gæti hjá lesanda þá ranghugmynd að um sé að ræða afrakstur alvöru fræðastarfsemi. ■

”  
Þeir sem til þekkja vita að skattalegur hagnaður segir almennt lítið til um raunverulegan rekstrarhagnað og þá einkum í sjávarútvegi.

# Sextíu prósent afsláttur af hverri krónu



**Sandra B. Franks**  
formaður Sjúkraliðafélags Íslands

Að hækka laun kostar peninga. En hversu mikla? Kikjum aðeins á það.

Byrjum að líta á stefnu stjórnvalda sem segir að: „aðgerðir sem miða að því að auka tekjur lægri tekjuhópa og þeirra verst settu eru líklegri til að skila sér hratt og örugglega út í hagkerfið.“

Þessi yfirlýsing stjórnvalda er afskaplega mikilvæg enda segir hún margt.

Eftir því sem fólk hefur lægri tekjur, því herra hlutfalli eyðir það af tekjum sínum í kaup á nauðþurftum. Lágtekju- og millitekjufólk á þess ekki vól að verja launahækkunum sínum í annað. Launahækkun lágtekjufólks fer þannig strax út í hagkerfið aftur og skapar þar með aukin umsvif og auknar skatttekjur fyrir ríkissjóð.

Við þurfum að átta okkur á að með launahækkun frá ríkinu verða til bæði skatttekjur og umsvif sem myndast á móti þeirri gjaldaaukningu.

Híð opinbera styðst ídulega við svokallaðan „ríkisfjármálamargfaldara“ sem segir til um hversu mikið þjóðartekjur aukast við hækkun ríkisútgjalda.

Þessi margfaldari er um 0,8 á Íslandi samkvæmt Seðlabankanum. Það þýðir að séu útgjöld ríkissjóðs aukin um 1.000 kr. þá leiðir það til 800 kr. aukningar á landsframleiðslunni. Þannig verða til hin svokölluðu „margfeldisáhrif“.

Aukin ríkisútgjöld með hækkun launa til lágtekju- og millitekju-

fólks, skapa þannig margfeldisáhrif upp á um 0,8 af hverri krónu samkvæmt ríkisfjármálamargfaldara Seðlabankans.

Ríkissjóður tekur að jafnaði um þriðjung af því sem verður til í hagkerfinu. Samkvæmt Samtökum atvinnulífsins fara um 33% af verðmætum sem verða til í hagkerfinu til hins opinbera.

Þannig að af hverjum 100 kr. sem fara í launahækkunir til lágtekju- og millitekjufólks verða til margfeldisáhrif upp á 80 kr. og af þeim tekur ríkið um þriðjung, eða 25 kr. Áhrifin á ríkissjóð vegna aukinna umsvifa eru því ekki 100 kr. heldur 75 kr. hvað þetta varðar.

Þessu til viðbótar tekur ríkið líka sinn tekjuskatt af launum fólks og um fimmtung af því sem eftir stendur af launum vegna kaupa á nauðþurftum. Og er það aðallega vegna virðisaukaskatts sem er hærrendis einhver sá hæsti í heiminum.

Þetta leiðir til þess að af hverjum 100 kr. sem starfsmaðurinn fær tekur ríkið rúmlega 35% til baka vegna tekju- og neysluskatta, eða um 35 kr. Þessar krónur bætast við þá fjárhæð sem ríkið fær vegna margfeldisáhrifa nýrra ríkisútgjalda sem eru um 25 kr. Hér eru tölur varlega áætlaðar.

Niðurstaðan er því sú að af 100 kr. útgjaldaauka ríkissjóðs vegna hærri launa lág- og millitekjufólks fara rúmlega 60 kr. aftur til ríkisins. Því má segja að ríkissjóður fái um 60% „afslátt“ af hverri krónu sem fer í vasa þessa fólks.

Við þetta er því að bæta að hér hefur ekki verið rætt um möguleika fólks á betri lífsgæðum við hærri tekjur, heldur einungis er dregin fram sú hagfræðilega nálgun að með hverri krónu sem fer úr ríkissjóði í launahækkun til lágtekju- og millitekjufólks, fara um 60% af hverri krónu til baka aftur í ríkissjóð. ■

## Vinningstölur í Sumarhappdrætti Styrktarfélags lamaðra og fatlaðra 2022

Dregið hefur verið í sumarhappdrætti Styrktarfélags lamaðra og fatlaðra 2022.

Vinningar komu á eftirtalin númer:

**1. Vinningur Honda Jazz Crosstar Hybrid 4.890.000,- kr.**

49322

**2.-3. Vinningur: Gjafabréf frá Heimsferðum að verðmæti 1.000.000,- kr.**

31513 56464

**4.-5. Vinningur: Gjafabréf frá Heimsferðum að verðmæti 700.000,- kr.**

20435 23523

**6.-111. Vinningur: Gjafabréf frá Heimsferðum að verðmæti 300.000,- kr.**

112	10008	15079	17510	27546	31841	38002	44201	55060
1503	10708	15179	17698	28089	32884	38055	44748	55597
1756	11359	15420	17795	28894	33108	38205	46147	56554
3067	11747	15970	18072	29191	33187	38854	46673	56687
3929	11772	16276	18586	29364	33395	40203	48233	57056
4820	12288	16365	19694	29409	33945	40511	49551	57572
6233	12503	16451	23241	29763	34593	41155	50467	59084
7887	13033	16523	23653	30093	35505	41556	52178	59443
9020	13502	17003	23753	30200	35863	42325	52939	60512
9249	14419	17017	25855	30241	35939	42553	53606	60769
9292	14487	17040	26130	30865	36865	44024	54028	
9925	14879	17344	26492	31773	36974	44130	54818	

Handhafar vinningsmiða framvísi þeim á skrifstofu Styrktarfélags lamaðra og fatlaðra að Háaleitisbraut 13, Reykjavík, sími 535-0900.

Vinningaskrá er einnig birt á heimasíðu félagsins [www.slf.is](http://www.slf.is)

**Hjartans þakkir fyrir stuðninginn!**



# Látum ekki deigan síga í borginni



**Kolbrún Baldursdóttir**  
oddviti Flokks fólksins í borgarstjórn Reykjavíkur

Kosningum til sveitarstjórna er lokið og ljóst hvernig landið liggur næstu fjögur árin í borgarstjórn Reykjavíkur. Flokkur fólksins mun gera sitt besta til að koma mikilvægum baráttumálum í þágu borgarbúa í brennipunkt umræðunnar. Við lifum áfram í þeirri von að dropinn holi steininn.

Baráttumálin okkar lúta að því að bæta þjónustu, aðstæður og líf þeirra sem minna mega sín í Reykjavík. Í borginni eru margir viðkvæmir hópar sem hafa orðið út undan, sem hafa ekki verið settir ofarlega í forgangsráðgjöfina síðasta meirihluta. Biðlistar hafa verið tíðræddir hjá Flokki fólksins. Frá kosningum hafa biðlistar barna eftir fagfólki skóla lengst um 200 börn. Á listanum eru nú 2.011 börn en þar voru um 400 börn árið 2018. Ekki sjást enn nein alvöru merki þess að taka eigi á þessu stóra og vaxandi vandamáli. Aðeins 140 milljónir hafa verið veittar í mála-flokkinn á tveimur árum sem enn eru ekki fullnýttar. Því er borið við að erfitt sé að ráða sálfræðinga. Það liggur í augum uppi að finna þarf leiðir til að laða sálfræðinga til að starfa hjá borginni. Svo mikið er víst að allt er hægt sé viljinn fyrir hendi.

## Fátækt og vanlíðan

Fátækt hefur aukist og samhliða versnandi stöðu hjá mörgum fjölskyldum eykst vanlíðan og kvíði. Flokkur fólksins vill að borgin beiti sér sérstaklega í þágu hinna verst settu til að auka megi jöfnuð. Á fundi borgarstjórnar 21. júní lagði Flokkur fólksins fram tillögu um að veita lágtekjuheimilum sér-tæka aðstoð vegna gjalda tengdum börnum.

Endurskoða þarf reglur Reykjavíkur um fjárhagsaðstoð með tilliti til þess að tekjulágir foreldrar fái styrk til að greiða fyrir daggæslu barns í heimahúsum, leikskóla-vistun og frístundaheimili, sumar-dvöl og þátttöku barns í þroskandi félags- og tómstundastarfi.

Flokkur fólksins mun leggja til að skipaður verði starfshópur, skipaður sérfræðingur frá skóla- og

frístundasviði, og velferðarsviði verði falið að kanna hvernig skuli útfæra slíkt styrktarúrræði. Það verður að ná til fátækustu barna-fjölskyldnanna og sem flestra barnafjölskyldna sem eiga erfitt með að standa straum af kostnaði í tengslum við börn sín.

## Jöfn tækifæri allra barna

Afar mikilvægt er að tryggja að öll börn sitji við sama borð og hafi jöfn tækifæri án tillits til efnahags for-eldra. Það er samfélagsleg skylda okkar að aðstoða foreldra sem eiga erfitt með að greiða gjöld vegna þjónustu við börn sín.

Eins og staðan er í dag erum við aðeins að hjálpa litlum hluta af þessum börnum í Reykjavík. Samkvæmt tölum frá mars sl. fá sum þessara barna gjaldfrjálsa máltíð, eða 262 börn, en aðeins 166 fá ókeypis leikskóladvöl og 118 ókeypis í frístundir. Ekki er mikið vitað um aðstæður þeirra tæplega 2.000 barna undir 18 ára sem búa við fátækt eða eru í hættu á að líða fyrir fátækt.

Ganga þarf lengra og gera betur. Um er að ræða börn fátækustu foreldra borgarinnar, börn einstæðra foreldra, börn foreldra sem eru atvinnulausir, börn foreldra sem eru öryrkjar eða glíma við veikindi. Þessum foreldrum þarf að hjálpa þannig að þeir þurfi ekki að hafa áhyggjur af gjöldum sem tengjast umönnun og menntun barna sinna enda iðulega ekki mikið eftir af tekjum þegar búið er að greiða húsnæðiskostnað.

## Sálfræðingar út í skólana

Flokkur fólksins hefur barist fyrir því allt kjörtímabilið að sálfræðingar hafi aðsetur í skólunum frekar en í þjónustumiðstöðvum. Það fyrir-komulag er bæði óhagkvæmt og hvorki í þágu barnanna né kennara. Kostnaður vegna ferða sálfræðinga út í skóla er um 3 milljónir á ári. Gera má því skóna að hafi sálfræðingar aðsetur í skólum geti þeir leyst verkefni sín með skilvirkari hætti og tíma þeirra verði betur varið.

Það liggur í augum uppi að skóla-sálfræðingar eiga að starfa þar sem viðfang og verkefni þeirra eru, þar sem þeir geta verið til taks og sinnt ráðgjöf samhliða viðtölum og greiningum. Því er ekkert að vanbúnaði að taka strax þá ákvörðun að sálfræðingar flytji aðstöðu sína út í þá skóla sem hafa aðstöðu fyrir skóla-sálfræðinginn. Enginn kostnaður hlýst þar af og gæti flutningurinn átt sér stað nú þegar. ■

# Þetta reddast ... ekki mikið lengur



**Helga Sigrún Harðardóttir**  
framkvæmdastjóri Staðlaráðs Íslands

Ríkisstjórnin setti sér nýverið for-gangsraðaðan aðgerðalista tengdan hagsmunagæslu Íslands vegna aðildar að EES samningnum. Þar segir að leiðarstef framkvæmda-stjórnar ESB sé að styrkja stöðu sambandsins á alþjóðavettvangi, efla samkeppnishæfni Evrópu í iðn-aði og viðskiptum og þar er lagður grunnur að þverfaglegri nálgun og samvinnu. Þar kemur ekki fram að það verði gert að talsverðu leyti með stöðlun en sú er þó raunin. Á for-gangslistanum segir að þessi nálgun kalli á að íslenska stjórnkerfið vinni samhent að hagsmunagæslu í góðu samráði við hagsmunaaðila.

Ef rifjað er upp hvað felst í stöðlun er um að ræða sammælt viðmið hagaðila, unnin eftir verk-ferlum sem tryggja að raddir allra, og besta mögulega þekking, verði inntak þeirra. Staðlar eru alla jafna valkvæðir en verða hluti af löggjöf þegar löggjafinn ákveður að visa til þeirra. Með notkun staðla tryggjum við nefnilega að besta fánlega sér-fræðipækning rati inn í okkar litla hagkerfi. Sú trygging er beinlínis byggð inn í EES samninginn.

## Kolefnishlutleysi 2040

Forgangslistinn inniheldur hagsmunagæslu á sviði loftslagsmála. Þegar kemur að loftslags- og umhverfismálum er nú þegar til fjöldi alþjóðlegra staðla sem varða leið að árangri í umhverfismálum. Staðlaráð Íslands vinnur nú að útgáfu tækniforskriftar sem segir til um aðferð við að nýta alþjóðlega ISO-staðla til að varða leiðina að árangri Íslands við að ná kolefnis-hlutleysi árið 2040.

## Orkunýting bygginga

Forgangslistinn inniheldur hagsmunagæslu um orkunýtni, þ.m.t. orkunýtni bygginga. Ekki verður hægt að leggja neinar línur á því sviði nema setja stöðluð viðmið og nota staðlaðar aðferðir og mælingar til að unnt sé að segja til um orku-nýtni og flokka húsnæði eftir henni. Á stöðluðum viðmiðum byggja líka grænar fjárfestingar fjármálfyrir-tækja. Ætlum við að verða alvöru og raunverulegir þátttakendur á þessu sviði, verður ekki hjá því komist að vinna stöðlunarvinnu, sem segir til um það hvaða mælingar við notum, hver viðmiðin eru og hvernig við

skilgreinum ýmis hugtök sem enn eru okkur ekki þjál og mismunandi skilningur lagður í þau. Þá er gott að vera hluti af stærra mengi og hafa aðgang að borðinu þar sem ákvarð-anir eru teknar.

## Stafræn umbreyting ekki án samhæfingar

Á forgangslista ríkisstjórnarinnar er einnig minnst á mikilvægi þess að stafræn umbreyting sé sam-hæfð. Netöryggi, gervigreind, raf-rænir markaðir og rafraen þjónusta, byggir öll á samhæfðri stöðlun, enda mikilvægt að allt virki vel og ólík tækni virki saman, öryggi sé tryggt, sem og neytendavernd og að þjón-ustustig haldist hátt. Stór alþjóðleg staðlasamtök starfrækja þann vett-vang og Staðlaráð Íslands á aðild að þeim. Við erum nefnilega eitt þús í stóru myndinni.

## Forgangsmálið er stöðlun

Vettvangurinn til að eiga í góðu samráði við hagaðila er Staðlaráð Íslands, hlutlaus samráðsvettvangur þeirra sem hag hafa af stöðlun. Til þess að ná þeim árangri sem stefnt er að í stórum mikilvægum málaflokkum og til að halda áfram að vera þjóð meðal þjóða, þarf að tryggja starfsemi Staðlaráðs, tryggja farvegi fyrir íslenska hagsmunum inn í evrópska regluverkið og taka virkan þátt í því lýðræðislega samstarfi sem á sér stað á hinum fjölþjóðlega vett-vangi sem staðlasamtök bjóða upp á. Það er nefnilega mikilvægt að hið opinbera skili fjármunum sem atvinnulífið greiðir til staðlastarfs og hætti að taka til sín talsverðan hluta hennar, eftir að hafa einhliða rift samkomulagi þar um. Á það hafa 40 stjórnendur og sérfræð-ingar opinberra stofnana, samtaka og einkafyrirtækja nýverið bent á. Það er ekki síður mikilvægt að full-trúar hins opinbera taki fullan þátt í stöðlunarstarfi, sem samkeppnis-hæfni landsins hangir á sem og neyt-endavernd, heilsa og öryggi Íslend-inga, að ekki sé talað um samvirkni, gæði og aukna landsframleiðslu. Staðlar verða nefnilega oft hluti af löggjöf þó alla jafna séu þeir valkvæðir. Þá er mikilvægt að íslenskir hagsmunir eigi rödd við borðið þar sem ákvarðanirnar eru teknar.

Þetta reddast nefnilega ... ekki mikið lengur. ■

”  
Ekki verður hægt að leggja neinar línur á því sviði nema setja stöðluð viðmið og nota staðlaðar aðferðir og mælingar til að unnt sé að segja til um orkunýtni og flokka húsnæði eftir henni.

# Átt þú vin með heilabilun?



**Ólína Kristín Jónsdóttir**  
hjúkrunarfræðingur og forstöðumaður dagþjálfunar í Mariuhúsi

Ég starfa í dagþjálfun fyrir fólk með heilabilun þar sem við leggjum áherslu á að þjálfra félagslega, líkamlega og vitsmunalega færni ásamt því að létta undir með aðstandendum.

Félagsleg þjálfun felst í því að hitta annað fólk, það er ekki flóknara en það. Það er algengt að fólk með heilabilunarsjúkdóma einangrist, vinirnir hætta að koma í heimsókn eða hringja, vita ekki hvað þeir eiga að segja eða gera, halda jafnvel að viðkomandi muni ekki eftir heimsókninni. Þó að atburður gleymist fljótt, þá gleymist ekki tilfinningin sem hann vakti, það er því ómetanlegt að vekja gleði og vellíðan því þá verður dagurinn áfram góður. Haldið áfram að heimsækja og hringja í vini ykkar og fjölskyldumeðlimi, þó að þið þurfið að segja þrisvar að þið voruð í sumar-

bústað um síðustu helgi, skiptir það einhverju máli? Er ekki gott að eiga gæðastund með góðum vini? Þeim finnst það allavega.

Líkamleg þjálfun felst meðal annars í gönguferðum. Það er svo einstaklingsbundið hvort gangan er löng, stutt eða bara á milli bekkja. Það má horfa á fuglana, blómin eða jafnvel telja rauða bíla. Hreyfingin og samveran getur gert daginn góðan. Hefur þú lausa stund til að bjóða vini í göngutúr?

Vitsmunaleg þjálfun er afar fjölbreytt. Að gera eitthvað nýtt er best af öllu. Krossgátur hætta að vera góð heilaleikfimi þegar þú ert farin að fylla þær inn á sjálfstýringu. Í Yatzu og pilukasti þarftu að reikna út stigin, Olsen Olsen og vist láta þig hugsa og gamli góði Matador lætur mann aldeilis reyna á heilann. Tónlist kveikir á huganum líka og með því að spjalla um textana, höfundana og söngvarana á milli laga ertu að nota heilann vel. Endurminninga-vinna er góð, rifja upp fermingardaginn, brúðkaupsdaginn, að vera sendur í sveit, bóllin á Röðli, það er margt hægt að rifja upp. Ljóða- og bókalestur, þar sem er spjallað um það sem verið er að lesa, er góður. Það eru til ótal spurningaspil, það

”  
Haldið áfram að heimsækja og hringja í vini ykkar og fjölskyldumeðlimi, þó að þið þurfið að segja þrisvar að þið voruð í sumar-bústað um síðustu helgi, skiptir það einhverju máli?

þarf ekki endilega að vera í þeim í keppni, heldur samvinnu. Ég er viss um að eitthvað af því sem hér er upp talið væri góð afþreying fyrir þig og vin.

Með því að halda virku sambandi við vini þína og fjölskyldumeðlimi sem fá heilabilun, getur þú verið virkur þátttakandi í þjálfuninni sem þeir þurfa á að halda til að hægja á sjúkdómnum, viðhalda færni sinni og eiga góða daga. Líðandi stund skiptir mestu máli og við þurfum að muna að tilfinningin gleymist ekki þó að atburðurinn geri það. ■



Eignir & Skip ehf. kynna

**TIL SÖLU:**  
**Alþýðuhúsið í Vestmannaeyjum**

Tilboð óskast

Frekari upplýsingar:  
Bernhard 820 6033  
Sigmar 867 4337



FORLAGIÐ

Alltaf opið á [www.forlagid.is](http://www.forlagid.is)

KYNNINGARBLAÐ

MIÐVIKUDAGUR 22. júní 2022



Gott er að bera réttinn fram með flatbrauði, söxuðu grænmeti og jógurtsósu. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

## Kufta á grillið

jme@frettabladid.is

Kufta kjötspjót eru ljúffeng og einföld að grilla.

### Kufta kjötspjót

1 ristuð heilheitibrauðsneið  
½ rauðlaukur, saxaður  
1 dl söxuð steinselja  
4 hvítlauksgeirar  
200 g nautahakk  
100 g lambhakk  
1 ¼ tsk. salt  
½ tsk. nýmalaður svartur pipar  
½ tsk. malað allrahanda/allspice  
½ tsk. paprikuduft  
¼ möluð kardimomma  
1/8 tsk. malað múskat  
¼ tsk. cayenne/chili pipar  
2 msk. vatn  
4 spjót

Fínsaxaðu brauð, lauk, hvítlauk og steinselju. Settu í stóra skál með hakki og kryddi. Blandaðu öllu vel saman með um 2 msk. af vatni. Plastaðu og láttu standa í ísskáp a.m.k. 1 klst. eða yfir nótt.

Skiptu blöndunni í fernt, rúllaðu upp í bolta og stingdu grillspjóti í gegn. Lagaðu blönduna utan um spjótíð uns hún verður ílöng og grillast jafnt alla leið.

Grillaðu á heitu grilli. Eldunartími er um 12 mínútur. Vissast er að stinga kjöthitamæli í þykkasta hluta kufta-spjótanna. Hitastig ætti að vera um 63 °C. ■



Á morgun halda Samtökin '78 hinsegin Sumarhátíð við skrifstofu sína. Sigurgeir Ingi Þorkelsson, kynningar- og viðburðastjóri Samtakanna, segir að það sé mikilvægur hluti af réttindabaráttunni að hinsegin samfélagið komi saman og geri skemmtilega hluti.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

# Sumarhátíð Samtakanna '78 er hluti af réttindabaráttunni



Oddur Freyr Þorsteinsson  
oddurfreyr@frettabladid.is

Sumarhátíð Samtakanna '78 fer fram á morgun við húsnæði Samtakanna með alls kyns skemmtun. Hátíðin er mikilvægur vettvangur fyrir hinsegin menningu og samstöðu hinsegin folks, sem stöðugt er reynt að brjóta niður. Samtökin hafa náð miklum árangri, en baráttan er alls ekki búin.

Á morgun, fimmtudaginn 23. júní, halda Samtökin '78 hinsegin Sumarhátíð í samstarfi við Hinsegin daga og Reykjavíkurborg. Hátíðin verður milli 17 og 19 á opnu útisvæði við húsnæði Samtakanna

við Suðurgötu 3. Þar verður hinsegin menningu fagnað og hinn eini sanni Páll Óskar stígur á svið.

„Hugmyndin að viðburðinum kom út frá því að sjá auglýsingu frá Miðborgarsjóði um að hægt væri að sækja um styrk til að halda viðburði á nýjum stöðum í miðborginni,“ segir Sigurgeir Ingi Þorkelsson, kynningar- og viðburðastjóri Samtakanna '78. „Það er stórt bílastæði hér við hliðina á okkur á Suðurgötu og ég hef oft hugsað hvað það væri gaman að halda eitthvað þar á sumrin. Hér er bjart og fallett og það er ótrúlega fallett tré hérna á horninu, svo það er oft gaman að vera hérna.“



Það sem er ofarlega á baugi er til dæmis þessi sókn að trans fólki, sem er mikið tengd íþróttum.

### Hátíðir ramma inn sumarið

„Þetta er skemmtilegur tími til að halda viðburð, því þetta er bjartasti og einn fallegasti tími ársins og fólk er akkurat að detta í sumarfrí í júlí. Svo strax í byrjun ágúst koma hinsegin dagar,“ segir Sigurgeir. „Það var strax efst á óskalistanum að fá Pál Óskar til að koma fram. Það er svo alltaf öðru hvoru hinsegin fólk í hinum og þessum listum eða rekstri sem hefur samband við Samtökin og spyr hvort við getum boðið því vettvang til að koma sér á framfæri. Þetta fólk, sem við höfum viljað aðstoða en ekki haft vettvang til þess fyrir en núna, mun koma fram þarna.“

Advertisement for Lifestream CC Flax. The product is a certified organic flax powder for women, containing calcium, cranberry, and flaxseed. It is marketed for bone, skin, and digestive health. The ad features the Lifestream logo and the text 'POWERFUL NUTRITION FROM PLANTS' and 'AUKAKÍLÓIN BURT'.

Það verður ýmislegt fleira í boði á Sumarhátíðinni og ég er mjög spenntur. Til dæmis hinsegin fólk í matargerð og veitingarekstri, en nokkur úr þeim hópi ætla að koma og kynna sínar vörur. Svo verða líka nokkur atriði, meðal annars verður nýkrýnd dragdrottning Íslands með okkur, ásamt fleira listafólki," segir Sigurgeir. „Það er margt hinsegin fólk í listum og það að vera hinsegin getur fært manni aðra sýn á samfélagið. Við þekkjum líka hvernig jaðarsetning getur leitt til þess að manns eigin verk komist ekki jafn vel á framfæri og annarra. Þess vegna er mikilvægt að veita þetta rými til að hampa hinsegin listafólki og list þess.

Þetta er í fyrsta sinn sem við höldum þennan tiltekna viðburð, en ef hann heppnast vel er von til að gera þetta árlega. Þá gætu verið tvær hinsegin hátíðir sem ramma inn sumarið," segir Sigurgeir. „Þetta á líka að vera hálfgerð kjöt-kveðjuhátíð fyrir dagskrána okkar í vor, starfsemin leggst svo í dvala í júlí vegna sumarfría. Svo mætum við galvösk á hinsegin daga fyrstu vikuna í ágúst.“

#### Sífelld að meta hve örugg þau eru

„Það er frábært að hafa hinsegin daga, en ein vika á ári er ekki nóg, við þurfum að skapa stöðug tækifæri fyrir hinsegin fólk til að koma saman og svo er þetta líka bara tækifæri fyrir okkur til að sýna styrk," útskýrir Sigurgeir. „Við í hinsegin samfélaginu þurfum að koma saman og gera eitthvað skemmtilegt saman, það er mikilvægur hluti af okkar réttindabaráttu. Það eru stöðugt að koma fréttir um að það sé sótt að réttindum hinsegin fólks. Bara núna í fyrradag voru að berast fréttir af því að Sundsamband



Sigurgeir segir að það sé verið að reyna að brjóta niður samstöðu hinsegin fólks með því að veitast að ákveðnum hópum innan samfélagsins og það sé hætta á að réttindi tapist ef það er látið viðgangast að réttindi séu tekin af afmörkuðum hlutum þess.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Íslands hafi kosið með því að takmarka aðgengi trans kvenna að því að keppa við hlið kynsystra sinna á heimsmeistaramótinu.

Réttindabaráttu hinsegin fólks er enn þá mikilvæg því við sjáum enn augljós dæmi um mismunun. Það vakti okkur til dæmis til mikillar umhugsunar að sjá viðtal við ungmenni sem er veist að úti á götu fyrir að vera sýnilega hinsegin," segir Sigurgeir. „Þetta er eitthvað sem við sem erum hinsegin finnum öll fyrir og við erum stöðugt að meta hversu örugg við erum í ólíkum aðstæðum og

hversu sýnileg við þorum að vera. Fólk sem þorir það uppsker áreiti og ofbeldi í kjölfarið. Það er mikilvægt að muna að baráttan er ekki búin og það er ástæðan fyrir því að við eigum Samtökin '78, sem eru að reyna að breyta samfélaginu til hins betra.“

#### Reynt að brjóta niður samstöðu

„Það er verið að reyna að brjóta niður samstöðu hinsegin fólks með því að veitast meira að ákveðnum hópum þess en öðrum, til dæmis trans fólki," segir Sigurgeir. „Það er hætta á að réttindi tap-

ist ef við leyfum að það sé rekinn fleygur í hinsegin samfélagið og samþykkingum að réttindi séu tekin af einum hópi á meðan það er ekki verið að taka þau af okkur sjálfum. Það brýtur samstöðuna og þar er mest hætta á afturför.

En sem betur fer er starfsemi Samtakanna og fólks í grasrótinni að skila góðum árangri hér á landi. Ísland lagði til dæmis fram aðgerðaáætlun í málefnum hinsegin fólks og þó að við höfum ýmsar athugasemdir við hana er gott að hún sé til staðar og ríkisstjórnin hafi áætlun um að vinna

að réttindum hinsegin fólks," segir Sigurgeir. „Svo voru lög um kynrænt sjálfræði samþykkt 2019 sem voru mjög stór réttarbót fyrir hinsegin fólk á Íslandi. Það er mjög jákvætt að við erum að sjá framþróun. En auðvitað er baráttan ekki búin.

Það sem er ofarlega á baugi er til dæmis þessi sókn að trans fólki, sem er mikið tengd íþróttum. Þetta snýst oft um aðgengi að klefum og það er margt sem lög um kynrænt sjálfræði áttu að veita sem hefur ekki gerst," segir Sigurgeir. „Þar segir til dæmis að alls staðar þar sem er verið að kynjaskipta þurfi að bjóða upp á kynhlutlausan valmöguleika, en þetta vantar mikið í búnings- og salernisaðstöðu. Nemendur í HÍ hafa bent á þennan skort. Það er ótrúlega margt eftir og það er alltaf eitthvað nýtt sem kemur í ljós. Vonandi er þetta samt ekki eilíf barátta og á endanum hættir það að skipta máli hvort fólk sé svona eða hinsegin.“

#### Hægt að styðja baráttuna

„Að lokum myndi ég vilja hvetja fólk sem hefur áhuga á að styrkja starfsemi samtakanna til að gerast Regnbogavinir og styrkja starfið með mánaðarlegu framlagi á heimasíðunni okkar eða á regnbogavinir.is. Samtökin '78 sinna mjög mikilvægu starfi, meðal annars fræðslu í skólum og á vinnustöðum og veita sérfræðiráðgjöf varðandi hinsegin málefni án endurgjalds, ásamt því að halda úti félagslífi fyrir hinsegin fólk og berjast fyrir framþróun í réttindum," útskýrir Sigurgeir. „Þetta er dagleg vinna og það er nóg að gera.“ ■

Nánari upplýsingar um Sumarhátíðina er að finna á Facebook undir nafni viðburðarins.

# Kemur ró á ristilinn

Hrafnhildur Hákonardóttir, sem hefur starfað sem einkaþjálfari hjá World Class í um 18 ár, þjáðist af ristilvandamálum og bakflæði í áratugi vegna meðgöngu-ógleði sem orsakaði sjö mánaða uppköst. En magnesíum með fjallagrös-um frá ICEHERBS hefur hjálpað henni mikið við að koma jafnvægi á meltinguna.

Hrafnhildur fór í ristilspeglun vegna óþæginda í ristli og meltingarvandamála fyrir fjórum árum. „Ristillinn hafði verið til trafala í 25 ár frá því ég var ólétt, en á meðgöngunni ældi ég daglega í um sjö mánuði," segir hún. „Eins edlilegur hlutur og ólétt er fyrir kvenlíkamann eru sjö mánuðir af uppköstum náttúrulega ekkert grín fyrir líkamsstarfsemina. Ég hlaut af þessu varanlegar skemmdir á vélinda sem orsaka bakflæði. Þetta hafði líka slæm áhrif á ristilinn, sem varð til þess að ég fór að finna fyrir verkjum í baki og öllum líkam-anum. Ég tók því lengi inn ýmis magalyf og hef þurft að passa hvað ég borða af hveiti- og mjólkurvörum, en það tók mig reyndar nokkur ár að átta mig á því hvað þessar matartegundir færu illa í mig.“

#### Aldrei liðið betur

„Mér var ráðlagt að taka inn magnesíum til þess að koma jafnvægi á meltinguna og ró ristilinn og prófaði nokkrar tegundir, en þær hentudu mér ekki. Til allrar hamingju var mér svo bent á magnesíum með fjallagrös-um frá ICEHERBS, en fjallagrös eru mjög mýkjandi," segir Hrafnhildur. „Nú hef ég tekið magnesíumblönduna í fjögur ár og aldrei liðið betur.

Ég er komin með sléttan maga og meltingin er komin í stakasta lag.

Með því að taka reglulega inn magnesíum með fjallagrös-um get ég jafnvel leyft mér að svindla, því ég veit fátt betra en að geta fengið mér pasta og hvítlauksbrauð á góðum degi," viðurkennir Hrafnhildur. „Við bakflæðinu tek ég líka hóstamixtúru með fjallagrös-um frá ICEHERBS. Mixtúran er bragðgód og mjúk í hálsi og hjálpar mér að sofa eins og engill.“

#### Einstök samvinna innihaldsefna

Magnesíumskortur er eitt stærsta lýðheilsuvandamál nútímans, en það er eitt af mikilvægustu steinefnum líkamans og kemur við sögu í yfir 300 efnaskiptum, allt frá slökun vöðva- og taugakerfisins og virkni hjarta- og æðakerfisins yfir í upptöku steinefna. Magnesíumblandan frá ICEHERBS er einstök á heimsvísu, en hún inniheldur bæði magnesíum sítrat og handtínd íslensk fjallagrös. Þessi innihaldsefni virka saman á einstakan hátt. Fjallagrös in mýkja meltinguna og magnesíum eykur upptöku á steinefnum úr fjallagrös-um.

Magnesíum sítrat er eitt fárra bætiefna sem er gott að taka inn að staðaldri, því það er mjög erfitt að fá nægt magnesíum úr fæðunni. Það er líka mælt með að þeir sem stunda líkamsrækt taki magnesíum reglulega.

#### Bætir líkamsstarfsemi á marga vegu

Magnesíum stuðlar að edlilegri vöðvastarfsemi og er talið bæta



Magnesíum með fjallagrös-um frá ICEHERBS hefur hjálpað Hrafnhildi Hákonardóttur mikið.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI



gæði svefns og draga úr fótapirringi og sinadrætti. Það stuðlar líka að því að draga úr þreytu og lú.

Magnesíum er einnig notað í meðhöndlun meltingarvandamála. Það eykur vatnsinntöku í meltingarkerfið, sem auðveldar líkam-anum að melta og losa hægðir.

Þá er magnesíum einnig hreinsandi og hefur þannig góð áhrif á ristilinn. Síðast en ekki síst stuðlar það að edlilegri starfsemi taugakerfisins.

#### Fjallagrös í notkun öldum saman

Íslensk fjallagrös hafa verið notuð öldum saman sem heilsujurt. Þau eru rík af steinefnum, stuðla að heilbrigðri þarmaflöru, eru vatnslosandi og minnka bjúg. Fjallagrös innihalda einnig trejfar sem mynda mýkjandi himnu á slímhúð í maga, sem bætir og mýkir meltinguna.

#### Neytendavæn náttúruleg afurð

Markmið ICEHERBS er að nýta náttúruauðlindir sem tengjast íslenskri hefð og sögu og vinna þær í hreina og neytendavæna vöru fyrir viðskiptavinum. „Við leggjum áherslu á að framleiða hrein og náttúruleg bætiefni sem byggja á sjálfbærri nýtingu náttúruauðlinda," segir Katrín Amni Friðriksdóttir, framkvæmdastjóri ICEHERBS. „Við viljum að vörurnar okkar nýst viðskiptavinum okkar, að virkni skili sér í réttum blöndum og að eiginleikar efnanna viðhaldi sér að fullu. Við notum heldur engin óþörf fylliefni.“ ■

ICEHERBS fæst í öllum betri matvöruverslunum, apótekum og heilsuvöruverslunum. Sjá nánar á [www.iceherbs.is](http://www.iceherbs.is).



# Sumarvarnir

KYNNINGARBLAÐ

MIÐVIKUDAGUR 22. júní 2022

Kynningar: Primex, Litlakelda



Sigríður Vigfúsdóttir, forstjóri Primex, dr. Helene Lauzon, forstöðumaður rannsókna og þróunar, og Herdís Eggertsdóttir, sölustjóri ChitoCare á Íslandi.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

## Klínískar rannsóknir á vörunum sanna að þær eru græðandi fyrir húðina

ChitoCare Medical eru viðurkenndar lækningavörur sem eru græðandi fyrir húðina. Ásamt því að græða sár slá þær á kláða og bólgur og virka því vel á lúsmýbit. Vörurnar róa húðina, viðhalda réttu rakastigi og minnka roða. **2**



# smidge

## KÆRA LÚSMÝ „PLÍS RELÍS MÍ LET MÍ GÓ“

Smidge virkar á þann hátt að namar sem lúsmýið notar til að leita uppi „blóðgjafa“ truflast svo að flugan finnur ekki fórnarlamb sitt.



Allt að 8 klst. vörn gegn lúsmýi



Vatns- og svitapólin



Örugg fyrir 2 ára og eldri



Örugg fyrir þungaðar konur



Inniheldur ekki DEET

Inniheldur 20% Picaridin





# Segðu bless við **LÚSMÝIÐ!**



Náttúrulegar flugnafætur með einkaleyfisvarna tækni sem virka vel á lúsmý og moskítóflugur.

Fyrir alla fjölskylduna – Plant based innihaldsefni – Án DEET



**Bleika**  
Veitir vörn í 6 klst.  
Rakagefandi og nærandi  
Frá 6 mánaða aldri

**Græna**  
Veitir vörn í 7 klst.  
Fyrir viðkvæma húð  
Frá 12 mánaða aldri

**Appelsínugula**  
Veitir vörn í 8 klst.  
Vatnsfráhrindandi  
Frá 3ja ára aldri

Fæst í Krónumni, Hagkaup, Fjarðarkaup og öllum helstu apótekum.





UVA  
5 stjörnur  
★★★★★  
ALLT AÐ 6 TÍMA  
SÓLARVÖRN

BÄSTA I TEST  
Bäst-i-Test<sup>SE</sup> 2022

BESTA  
SÓLARVÖRNIN  
7 ár  
Í RÖÐ

www.bast-i-test.se/solkram

## ÞOLIR SJÓ, SUND, ÍÞRÓTTIR OG LEIK

Viðbætt kollagen, silkeextrakt, C- og E-vítamín fyrirbyggir og lagfærir sólaskaða í húð.

- Óháð prófunarfyrirtæki „Best-i-test“ prófar sólarvarnir í heilt ár við erfiðustu aðstæður EVY sigraði sem besta sólarvörnin árið 2022 það er sjöunda árið í röð.
- Húðin verður fallega sólbrún, mjúk og rakafyllt.
- Ofnæmisprófað er gott gegn sólarexem og sólarofnæmi. Þægilegt að bera á húðina, vatnsheld ekkert klístur eða fituáferð.
- Engin paraben, engin ilm-eða nanaóeindir. Engin hormónatruflandi efni.
- Húðsjúkdómalæknar mæla með EVY fyrir fullorðna og börn.



Grunnformúlan er  
læknisfræðilega skráð





Bólginn skógarmítill, búinn að troðfylla sig af blóði.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

## Varasamt kvikindi

thordisg@frettabladid.is

Skógarmítill finnst víða, meðal annars í Bandaríkjunum, Evrópu, Kanada, Kína og Japan. Þegar farið er út í náttúruna þarf því að kynna sér hvort mítill er þar að finna. Hér eru leiðbeiningar um hvernig verjast má biti og draga úr hættu á að smitast af sjúkdómum sem mítill getur borið með sér.

Á vorin berst skógarmítill í miklum mæli til Íslands með farfuglum. Hann nærast á blóði og soga sig fastan á húð manna og dýra. Mítill getur borið með sér bakteríur og veirur sem valdið geta alvarlegum og lífshættulegum sjúkdómum, eins og Lyme-sjúkdómnum og mítilborinni heilahimnubólgu. Almennt er ekki talin hætta á sýkingu fyrr en eftir að mítill hefur dvalið í sólarhring í húðinni. Því er mikilvægt að vera á varðbergi og fjarlægja skógarmítill um leið og hans verður vart.



Það fer ekki mikið fyrir skógarmítuln en þeir eru skeinuhættir.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

- Til eru sérstakar tangir til að taka skógarmítill af húð, en einnig má nota hvaða oddmjóu töng sem er. Ekki er ráðlagt að taka hann með berum höndum.
- Best er að klæðast fötum sem hylja líkamann vel, síðbuxum og langerma bol eða skyrtu, einkum ef farið er um skóg eða kjarrendi. Notað ljós föt svo mítlarnir sjáist betur.
- Notað mýflugnafælandi áburð.
- Þegar komið er af varasömu svæði þarf að skoða líkamann vel til að kanna hvort mítill hafi bitið sig fast í húðina. Athugið sérstaklega hársvörðinn.
- Hafi mítill sögið sig fastan til að nærast á blóði er rétt að fara að öllu með gát þegar hann er fjarlægður. Það er best gert með því að klemma tangarodda um munnhluta mítilsins, alveg upp við húðina, og lyfta honum beint upp frá húðinni. Forðast skal að snúa honum í sárinu. Það kemur í veg fyrir að innihald úr mítlinum geti spýst í sárið, eða að hluti hans verði eftir.
- Hafi skógarmítill bitið sig fastan við húðina er mikilvægt að fylgjast með einkennum Lyme-sjúkdómsins og fá viðeigandi meðferð ef vart verður einkenna.
- Hafið í huga að aðeins lítill hluti skógarmítla ber með sér sjúkdóma og að mítill þarf að vera í 18 til 24 tíma á húðinni til að valda smiti.

Á vefsíðunni Heilsuvera.is má sjá gagnlegt myndband um skógarmítla og hvernig skal fjarlægja þá af húð. ■

HEIMILD: HEILSUVERA.IS.

## Fáðu þér kríu

jme@frettabladid.is

Spánarfara hafa flestir heyrt um fyrirbæri sem á spænsku nefnist „siesta“; stutta kríu, sem oftast er tekin um miðjan daginn í kjölfar hádegisverðar. Siestur voru algengar víða við Miðjarðarhafið og Suður-Evrópu, í Mið-Austurlöndum, Kína og Indlandi.

Helsta ástæðan er sú að flýja mesta hitann yfir daginn, sem verður til þess að verslunum og



Sólstingur eða hitaslag verður þegar of mikill hiti truflar kælikerfi líkamans sem nær ekki að kæla sig með því að svitna.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

sumum veitingahúsum er lokað. Sólböð eru ekki æskileg á þessum heitasta tíma enda er algengt að fólk fái sólsting við slíkar aðstæður. Gott ráð fyrir ferðamenn á þessum svæðum er að taka því frekar rólega í siestunni líkt og heimamenn og finna sér skjól fyrir sólinni. Sumir vilja taka sér blund uppi á hótélherbergi á meðan aðrir leita á náðir loftkældra verslunarmiðstöðva þar sem þörfin er minni fyrir starfsfólk að taka siestur. ■

**NIVEA SUN**

TREYSTU Á

**barna SÓLARVÖRN NR. 1\***

- UVA UVA vörn sem virkar lengi
- UVB UVB vörn sem virkar strax
- Kemur í veg ofþornun húðar
- Vottað af barnalæknum
- Sérstaklega vatnspolin

**NIVEA SUN kids protect & care 5in1 skin protection 30 HIGH**

**NIVEA SUN kids sensitive protect 5in1 sensitive skin protection 50+ VERY HIGH**

\*Source: Euromonitor International Limited, Beauty and Personal Care 2021 edition; NIVEA as per arbitrary brand name classification, in the category Baby and Child-specific Sun Care, all retail channels, retail value terms, 2020 data.



TEINT IDOLE  
ULTRA WEAR  
24H FULL COVERAGE FOUNDATION



*FLJÓTANDI FARÐI &  
STIFT FARÐI MEÐ BURSTA  
ALLT AÐ 24 KLST ENDING OG ÞÆGINDI*

LANCÔME  
PARIS

Loksins, fánlegt aftur! Teint Idole Ultra Stick #6

## LANCÔME DAGAR

LYFJUM OG HEILSU KRINGLUNNI OG GLERÁRTORGI  
MIÐVIKUDAG TIL SUNNUDAGS 22. - 26. JÚNÍ



**20%** AFSLÁTTUR  
AF LANCÔME VÖRUM

Snyrtitaska, dagkrem, næturkrem, serum og augnkrem eru kaupaukinn þinn þegar þú kaupir Lancôme vörur fyrir 12.000 kr. eða meira á meðan birgðir endast.

 Lyf & heilsa

## Bílar & Farartæki

### Bílar óskast

#### VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?

Kaupum bíla 25-250þús  
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og við höfum samband

### Bátar

**MARÁS**  
**TOHATSU**  
UTANBORÐSMÓTORAR



**JAPÖNSK GÆÐI!**

Léttir Kraftmiklir  
Fyrirferðalittir Sparmeytnir  
Hljóðlátir 3,5-250 hö

Miðhraun 13 - 210 Garðabær  
Sími: 555 6444 - www.maras.is

## Þjónusta

### Garðyrkja



**ÖLL ALMENN GARÐVINNA**  
Mah ehf tekur að sér alla almenna garðvinnu. Runnaklippingu, garðslátt, beðahreinsun, Gerum tilboð ykkur að kostnaðarlausu. Sanngjörn verð, góð samskipti og vönduð vinnubrögð. Hafið samband í 539-5098 eða á mah@mah.is

### Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

### Rafvirkjun

**RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.**

Töfluskripti, myndsímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

## 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

**FYRIR AÐSTOÐ INNLANDS**  
gjofsemgefur.is  
907 2002



## Heilsa

### Heilsuvörur



### Húsnæði

### Geymsluhúsnæði

**GEYMSLUR.IS**  
**SÍMI 555-3464**

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

**WWW.GEYMSLAEITT.IS**

Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m2. S: 564-6500

Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í meira en 50 ár

## Allt fyrir veitingahús- atvinnueldhús og kaffihús



SAMSUNG

# Sköpum drauma heima

THE FRAME 65

319.990 kr.



ormsson.is

ORMSSON



Koepka eltir bróður sinn í LIV mótin.

## Eltir aurana

hoddi@frettabladid.is

**GOLF** Brooks Koepka er nýjasta stjarnan í golfíþróttinni sem ákveðið hefur að semja við LIV mótaröðina. Þetta nýja mót hefur vakið mikið umtal en miklir fjármunir eru í boði. Mótaröðin er styrkt af Sádi-Arabíu en golfurum eru nú boðnar peningaupphæðir sem ekki hafa verið í boði áður, það er hins vegar umdeilt skref að taka þátt í LIV mótaröðinni vegna tengingar hennar við Sádi-Arabíu.

Koepka sem er 32 ára gamall er með átta sigra á PGA mótaröðinni. Hann hefur á ferli sínum unnið fjóra risatitla, tvo á opna bandaríska og tvo á PGA meistaramótinu. Koepka hefur hins vegar ekki spilað vel á þessu ári en bróðir hans Chase Koepka hefur samið við LIV og tók þátt í fyrsta mótinu sem haldið var í London.

Koepka er nýjasta stjarnan sem snýr baki við PGA mótaröðinni en þeir Dustin Johnson, Bryson DeChambeau, Phil Mickelson, Sergio Garcia og Ian Poulter eru á meðal þeirra sem taka þátt í þessari nýju mótaröð og voru í kjölfarið reknir úr PGA mótaröðinni. ■



U21 árs liðið er í dauðafæri.

## Ein hindrun eftir

hoddi@frettabladid.is

**FÓTBOLTI** U21 landslið karla mætir Tékklandi í umspili um laust sæti í lokakeppni EM. Spilaðir verða tveir leikir og byrjar Ísland á heimaleik og síðari leikurinn verður leikinn í Tékklandi. Leikirnir fara fram dagana 19.-27. september.

Ísland hefur í tvígang komist inn á lokamót Evrópumótsins, síðast í fyrra þar sem liðið tapaði öllum leikjum. Davíð Snorri Jónasson var þá nýtekinn við liðinu. Liðið komst einnig inn á lokamótið árið 2011 en lengi hefur verið talað um að það mót hafi skapað gullkynslöð íslenskra knattspyrnumanna sem fór svo inn á Evrópu- og Heimsmeistaramót árin 2016 og 2018.

### Aðrir leikir í umspilinu

Króatía	Danmörk
Slóvakía	Úkraina
Írland	Ísrael

Tékkneska liðið er vel mannað og gerði vel í undanriðlum þar sem liðið tapaði aðeins gegn Englandi. Þekktustu nöfnin í herbúðum Tékkra eru Matěj Kovář, markvörður Manchester United, og Vitězslav Jaroš, markvörður Liverpool.

Lokakeppni EM U21 liða fer fram 21. júní–8. júlí 2023 í Rúmeníu og Georgíu. Liðin sem hafa nú þegar tryggt sér þátttökurétt á mótinu eru Belgía, England, Frakkland, Georgía, Þýskaland, Ítalía, Portúgal, Holland, Noregur, Rúmenía, Spánn og Sviss. ■



# Leggja allt í sölurnar fyrir Ísland

18  
DAGAR Í  
fyrsta leik  
Íslands á EM

Guðrún Arnardóttir er á leið á sitt fyrsta stórmót með íslenska landsliðinu í knattspyrnu. Guðrún er full tilhlökkunar og hefur tröllatru á liðinu fyrir mótið.

aron@frettabladid.is

**FÓTBOLTI** Íslenska kvennalandsliðið kom saman til æfinga á dögunum og hóf lokaundirbúning sinn fyrir Evrópumótið í knattspyrnu sem hefst í næsta mánuði í Englandi. Íslenska liðið hefur verið á góðri siglingu undir stjórn landsliðsþjálfarans Þorsteins Halldórs-sonar og fram undan eru leikir í riðlakeppni Evrópumótsins gegn Belgíu, Ítalíu og Frakklandi.

Varnarmaðurinn Guðrún Arnardóttir, leikmaður sænska meistaraliðsins Rosengård, er spenn fyrir komandi verkefni og segir að íslenska landsliðið muni leggja allt í sölurnar í sínum riðli.

„Það er mikill spenningur fyrir þessu. Virkilega gaman að landsliðið sé komið aftur saman og að hitta liðsfélagana aftur,“ segir Guðrún í samtali við Fréttablaðið. „Það er liðinn dágóður tími síðan að við

”

Það er eins í fótboltanum og lifinu sjálfu að ef þér gengur vel þá er gaman.

Guðrún Arnardóttir

sáumst síðast. Það er góð stemning í hópnum þannig að það fylgir þessu eintóm gleði.“

Guðrún segir því fylgja góð tilfinning að fara á Evrópumótið með Íslandi. Um leið er þetta hennar fyrsta stórmót á landsliðsferlinum og því ekki laust við að spennan sé farin að gera vart við sig.

„Ég tel okkur vera með mjög sterkan hóp sem og góðan liðsanda. Við höfum ekki sest niður og sett okkur markmið fyrir mótið en það verður gert seinna í vikunni. Þetta verður bara stuð og stemning.“

Mikill meðbyr hefur verið með íslenska landsliðinu og liðið mætir

til leiks með mikið sjálfstraust. Guðrún segir möguleika á sigri í öllum leikjum Íslands í riðlakeppninni, en fyrsti leikur liðsins verður gegn Belgíu þann 10. júlí næstkomandi.

„Þegar þú ert kominn á lokamót þá eru bara sterk lið eftir. Ef við horfum á FIFA-heimslistann þá eru Belgía og Ítalía mjög nálægt okkur á listanum, Frakkarnir aðeins ofar en þetta er fótbolti, það getur allt gerst. Við munum leggja allt í sölurnar.“

Guðrún er leikmaður sænska meistaraliðsins Rosengård. Hún gekk til liðs við félagið frá Djurgården árið 2021 þar sem hún hafði vakið mikla athygli. Hjá Rosengård fyllti Guðrún í skarð liðsfélaga síns hjá íslenska landsliðinu, Glódisar Perlu Viggósdóttur, og þar hefur Guðrún blómstrað.

„Ég er mjög ánægð með tímarnum sem hefur liðið með Rosengård. Ég hef að mínu mati verið að bæta mig sem leikmaður og í þokkabót höfum við verið að vinna leiki. Það gengur vel og það er eins í fótboltanum og lifinu sjálfu að ef þér gengur vel þá er gaman,“ segir Guðrún Arnardóttir, leikmaður íslenska kvennalandsliðsins, í samtali við Fréttablaðið. ■

Guðrún Arnardóttir hefur verið að gera frábæra hluti í Svíþjóð með félagsliði sínu, Rosengård. Hún verður í eldlínunni með íslenska landsliðinu á EM í knattspyrnu í næsta mánuði.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
GETTY

»

Guðrún á að baki 18 landsleiki með A-landsliði Íslands.

# Meðalaldurinn í íslenska liðinu lækkar milli móta

kristinnpall@frettabladid.is

**FÓTBOLTI** Þrátt fyrir að Ísland sé með ellefu leikmenn á leiðinni á sitt fyrsta stórmót og tiltölulega ungt lið, er Ísland með þriðja hæsta meðalaldurinn í D-riðli á Evrópumóti kvenna sem hefst í næsta mánuði. Ítalir, sem eru með 27 manna hóp og skera niður í 23 manna hóp á sunnudag, eru með hæsta meðalaldurinn í D-riðli en Belgar þann lægsta. Þegar tólf lið af sextán eru búin að tilkynna lokahópinn er Amanda Andradóttir sú yngsta á mótinul.

Meðalaldur íslenska liðsins á mótinu er rétt 26,08 ára, sem er örlítið lægra en á síðasta Evrópumóti. Ellefu leikmenn af 23 eru undir meðalaldrinum. Í fyrstu ferð kvennalandsliðsins á EM var meðalaldurinn aðeins



Kvennalandsliðið æfir þessa vikuna á Íslandi og mun svo halda til Póllands og síðar Þýskalands þegar nær dregur móti. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

23,46 ára og á síðasta Evrópumóti var hann 26,48 ára.

Frakkland, sem hefur verið fastagestur á flestum stórmótum undanfarinn áratug, mætir til leiks með yngra og tiltölulega breytt lið. Tíu leikmenn franska landsliðsins eru að fara á sitt fyrsta stórmót og er meðalaldurinn 25,9 ára.

Belgar eru að fara á sitt annað stórmót og líkt og Frakkur og Íslendingar er stór hluti leikmannahópsins (13) á leiðinni á sitt fyrsta stórmót. Fyrir vikið er meðalaldurinn í belgiska hópnum 25,26 ára.

Ítalir kynna hóp sinn um helgina en af 27 leikmönnum sem hafa æft með liðinu að undanförunu eru ellefu sem hafa aldrei farið á stórmót. Meðalaldurinn í ítalska hópnum er 26,66 ára en gæti lækkað um helgina. ■

# Blaðið með bollanum



## Taktu Fréttablaðið með í fríð

Fréttablaðs appið gerir þér kleift að  
lesa blað dagsins í snjalltækninu þínu,  
þegar þér hentar.

Sæktu appið hér



Opnaðu myndavélina í símanum  
og skannaðu QR kóðann

## Merkisatburðir

- 168 f.Kr.** Rómverjar sigra Makedóniumenn í orrustunni við Pydna.
- 1633** Kapólska kirkjan neyðir Galileó Galilei til að afneita sólmíðjukenningunni.
- 1815** Napóleón Bónaparte Frakkakeisari segir af sér. Fjögurra ára sonur hans, Napóleón II., er keisari í tvær vikur.
- 1906** Sænski fáninn er tekinn í notkun.
- 1911** Georg fimmti er krýndur konungur Bretlands.
- 1939** Íslenskt hitamet er sett á Teigarhorni í Berufirði. Hitinn mælist 30,5 °C.
- 1941** Þýskaland ræðst inn í Sovétríkin í seinni heimsstyrjöldinni.
- 1970** Led Zeppelin leikur á tónleikum í Laugardalshöll.



- 1986** Knattspyrnugóðið **Diego Maradona** skorar mark með hendi („hönd guðs“) og síðan annað með því að rekja boltann fram hjá öllum leikmönnum enska liðsins í leik gegn Englandi á heimsmeistaramóti í knattspyrnu karla.
- 1990** Norski olíusjóðurinn stofnaður.
- 1991** Hjón falla niður í alldjúpa sprungu í Snæfellsjökli en er bjargað.
- 2016** Karlalandslið Íslands í knattspyrnu kemst í 16 liða úrslit í Evrópukeppninni með 2:1 sigri á Austurríki. Sigurmarkið kom á síðustu mínútu uppbótartíma.



Sjómenn vildu ekki leggja út net á Jónsmessu af ótta við að veiða upp selmeyjar.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
VILHELM

## Elskugras, töfrasteinar og selmeyjar á Jónsmessunótt

Jónsmessunæturgangin í Elliðaárdal fer fram næsta fimmtudag. Á þessari kynngimögnuðu töfrunótt má búast við dularfullum uppkomum jurta og dýra.

arnartomas@frettabladid.is

Jónsmessunæturgangin í Elliðaárdalnum er orðin rótgróin hefð fyrir alla þá sem vilja kynna sér dularmögnum sem leysast úr læðingi á þessari töfrunótt. Björk Bjarnadóttir umhverfis- og þjóðfræðingur sem hefur leitt gönguna undanfarin ár segist finna fyrir auknum áhuga Íslendinga á Jónsmessunni.

„Fólk er almennt komið með mikinn áhuga á göngum sem tengjast þekkingu sem náttúran ber í sér,“ segir hún. „Þetta hefur aðallega verið eldra fólk og unglingar, en fólk hefur líka verið að taka með sér tíu eða ellefu ára börn sem er allt í lagi því allir eru komnir í sumarfrí. Það mættu næstum hundrað manns í fyrra og það var rosa gaman að fræða fólk um fornar sögur og náttúruna á sama tíma.“

### Talsmaður jurtanna

Björk segir Jónsmessu vera mikla töfrunótt sem tengist góðum vættum.

„Þetta er björt nótt og því geta engar slæmar verur verið á ferli,“ segir hún. „Það er þessi kraftur í náttúrunni sem nær hæstu hæðum þegar birtan er sem mest áður en myrkrið tekur við. Þetta er hápunktur birtunnar og kraftanna sem búa í náttúrunni.“

Áður fyrr var mikil trú á Íslandi á þann lækningamátt í plöntunum sem tína má á Jónsmessu.

„Það er lækningamáttur í plöntunum og það er lækningamáttur í dögginni, bæði fyrir andlegan og líkamlegan bata,“ útskýrir Björk, sem segir að plönturnar búi yfir mörgum sögum. „Ég kalla mig sögumann plantnanna. Ég tala fyrir jurtirnar, bæði um hvaða sögur og þjóðtrú býr í þeim og hvort það sé lækningamáttur tengdur þeim.“



Brönugrasið (Dactylorhiza maculata) gæti hæglega sett Tinder á hausinn.



Lyfjagras (Pinguicula vulgaris) er ein af þremur plöntum á Íslandi sem nærast á litlum flugum.



Björk hefur leitt gönguna undanfarin ár.

Bál á Jónsmessu eru algeng hefð erlendis en ekki á Íslandi fyrir en í seinni tíð.

„Það var bæði vegna þess að nóttin var svo björt en líka vegna þess að það vantaði eldivið.“

### Brönugras og töfrasteinar

Af jurtunum er brönugrasið í sérstöku uppáhaldi hjá sagnamanni plantnanna.

„Það er grasið hennar Brönu, líka kallað elskugras, en rötin á því líkist tveimur eistum,“ segir Björk. „Þú leggur rötina undir kotta þess sem þú vilt að elskir þig og næsta morgun verður viðkomandi fullur af ást til þín.“

Þá er Jónsmessan líka tími til að leita að töfrasteinum.

„Þeir fljóta upp í tjörnnum, þar á meðal í tjörn upp við Tindastól í Skagafirði þar sem steinarnir hoppa og skoppa og eru óskasteinar. Maður þarf að fara upp að tjörninni um miðnætti til að veiða þá.“

Dýrin fá líka útrás um hátíðina og eiga kúr það til að fara að tala, eins og frægt er. Þá synda selirnir líka í land, fella hamina og dansa í fjörinni.

„Fiskimenn vildu ekki leggja net um þessa nótt því þeir voru hræddir við að veiða selmeyjar því fólk taldi að selirnir væru manneskur í álögum.“

Gangan hefst klukkan 22.30 á fimmtudag við Árbæjarsafn. Björk hvetur fólk eindregið til að mæta með, eða nýta nóttina að minnsta kosti til að fara upp í fjall, finna sér mjúka laut og velta sér nakið upp úr dögginni á miðnætti. ■



Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

### Ósk Bjarnadóttir

lést á Hjúkrunarheimilinu Eir, 3N, Grafarvogi, föstudaginn 10. júní. Útförin fer fram frá Grafarvogskirkju mánudaginn 27. júní klukkan 13.

**Bjarnveig Hjörleifsdóttir Gunnar Ingvi Hrólfsson**  
**Hjördís Hjörleifsdóttir Þorsteinn Vilbergs Reynisson**  
ömmubörn og langömmubörn.



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

### Lára Halla Jóhannesdóttir

Látraströnd 24,  
lést í faðmi fjölskyldunnar á hjúkrunarheimilinu Seltjörn þann 9. júní. Útförin fer fram frá Seltjarnarneskirkju þann 23. júní kl. 11.

**Páll Sigurðarson**  
**Sigurður Pálsson**  
**Alda Pálsdóttir**  
**Jóhannes Pálsson Hyeyoung Kim**  
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,

### Magnús Gunnar Pálsson

flugvirki,  
Bjarkavöllum 1A, Hafnarfirði,  
lést á Spáni laugardaginn 4. júní sl. Útför hans fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju mánudaginn 27. júní kl. 13.

**Karl Óskar Magnússon Guðný Bjarnarsdóttir**  
**Þóra Margrét Karlsdóttir Patrekkur Örn Gestsson**  
Magnús Gunnar Karlsson



Elskulegur bróðir okkar og mágur,

### Ásmundur Guðmundsson

Gautlandi 21,  
Reykjavík,

lést á heimili sínu fimmtudaginn 16. júní. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju mánudaginn 27. júní klukkan 15.

**Steinunn Guðmundsdóttir Þengill Oddsson**  
**Magnús Guðmundsson Friðrikkja Guðmundsdóttir**

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

# ÚTI FLÍSADAGAR

ÚTIFIÍSAR FYRIR ÍSLENSKAR AÐSTÆÐUR

Tilboðsverð  
**6.990.-**  
Pr.fm

MIKID  
ÚRVAL  
Á LAGER

VIÐHALDSFRÍAR - AUÐVELT AÐ LEGGJA - ENDINGARGÓÐAR

 **ALFABORG**  
- allt a gólfð -

Skútuvogi 6  
104 Reykjavík  
Sími: 568 67 55  
alfaborg.is

## Dagskrá

### Hringbraut

- 18.30 Fréttavaktin** Farið yfir fréttir dagsins í opinni dagskrá
- 19.00 Lengjudeildin í beinni** Bein útsending frá leik í Lengjudeildinni
- 21.00 Hafnir Íslands**

### RÚV Sjónvarp

- 13.00 Heimaleikfimi**
- 13.10 Kastljós**
- 13.30 Útsvar 2011-2012**
- 14.25 Nýjasta tækni og vísindi**
- 14.55 Sumarlandinn**
- 15.30 Í garðinum með Gurrý II**
- 16.00 HM í sundi**
- 18.05 Sumarlandabrot**
- 18.10 KrakkaRÚV**
- 18.11 Töluþubbar**
- 18.16 Hróturinn Hreinn**
- 18.23 Lundaklettur**
- 18.30 Skotti og Fló**
- 18.37 Lestrarhúttí**
- 18.44 KrakkaRÚV - Tónlist**
- 18.45 Lag dagsins**
- 18.52 Vikinglöttó**
- 19.00 Fréttir**
- 19.25 Íþróttir**
- 19.30 Veður**
- 19.35 Kastljós**
- 19.55 Sumarlandabrot**
- 20.05 Fiskur á disk – Saltfiskur**

Færeyskir þættir sem sýna ferlið frá því að fiskur er veiddur og þar til hann er fluttur frá Færeyjum til þess staðar þar sem hann er matreiðdur.

- 21.00 Versalir**
- 22.00 Tíufréttir**
- 22.15 Veður**
- 22.20 Lífið í Írak**
- 23.20 Fangar** Leikin íslensk þáttaröð í sex hlutum í leikstjórn Ragnars Bragasonar. Líf Lindu og fjölskyldu hennar umturnast þegar hún er færð í kvennafangelsið í Kópavogi eftir að hafa ráðist á föður sinn, þekktan mann úr viðskiptalífínu. Í fangelsinu hittir Linda fyrir aðrar konur sem hafa farið út af sporinu og myndar sambönd sem hafa örlagarík áhrif á líf hennar. Með aðalhlutverk fara: Þorbjörg Helga Þorgilsdóttir Dýrfjörð, Nína Dögg Filippusdóttir, Unnur Ösp Stefánsdóttir, Kristbjörg Kjeld og Halldóra Geirharðsdóttir. Framleiðsla: Mystery Productions. Þættirnir eru ekki við hæfi barna yngri en 12 ára. e.

**00.05 Dagskrárlok**

### Sjónvarp Símans

- 06.00 Tónlist**
- 11.50 Survivor**
- 12.33 Dr. Phil**
- 13.13 The Late Late Show with James Corden**
- 13.53 The Block**
- 14.37 How We Roll**
- 14.56 Ræktum garðinn**
- 16.30 Spin City**
- 16.55 The King of Queens**
- 17.15 Everybody Loves Raymond**
- 17.40 Dr. Phil**
- 18.25 The Late Late Show**
- 19.10 Kenan**
- 19.40 The Neighborhood**
- 20.10 George Clarke's Old House, New Home**
- 21.05 Chicago Med**
- 21.55 Rules of the Game**
- 22.55 Love Island**
- 23.40 The Late Late Show**
- 00.25 Tell Me a Story**
- 01.10 The Rookie**
- 01.55 Impeachment**
- 02.40 The L Word: Generation Q**
- 03.35 Love Island**
- 04.15 Tónlist**

### Stöð 2

- 07.55 Heimsókn**
- 08.15 The Mentalist**
- 08.55 Bold and the Beautiful**
- 09.15 NCIS**
- 09.55 The Great British Bake Off**
- 11.05 Shipwrecked**
- 11.50 Um land allt**
- 12.30 Nágrannar**
- 12.50 Ísskápastríð**
- 13.25 Gullí byggir**
- 14.00 The Cabins**
- 14.45 Framkoma**
- 15.20 Múslimarnir okkar**
- 16.35 Girls5eva**
- 17.05 Last Week Tonight with John Oliver**
- 17.35 Bold and the Beautiful**
- 17.55 Nágrannar**
- 18.26 Veður**
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
- 18.45 Sportpakinn**
- 18.50 Ísland í dag**
- 19.05 Æði**
- 19.30 Backyard Envy**
- 20.10 The Good Doctor**
- 20.55 Coroner**
- 21.40 Unforgettable**
- 22.25 The Sinner**
- 23.05 Animal Kingdom**
- 23.50 The Mentalist**
- 00.30 Manifest**
- 01.15 Shipwrecked**
- 02.00 The Cabins**
- 02.45 Girls5eva**
- 03.10 The Great British Bake Off**

### Knattspyrnan hringinn í kringum landið

Lengjudeildin er á sínum stað í dagskrá Hringbrautar en þar er knattspyrnunn hringinn í kringum landið gerð góð skil, enda mörg sögufræg lið að leika þar hvert við annað í keppninni um að komast upp í Bestu deildina að ári. Selfyssingar tróna nú á toppi deildarinnar, en fast á hæla þeirra kemur Gróttta, Grindavík, HK, Fylkir og Fjölnir. ■



### Krossgáta

1	2	3		4	
5				6	7
8			9		
10			11		
		12			
13	14				
15				16	
	17				

#### LÁRÉTT

- 1 lýsa
- 5 færa
- 6 tveir eins
- 8 ávöxtur
- 10 íþróttafélag
- 11 kjarkur
- 12 snap
- 13 fleygur
- 15 púður
- 17 víbra

#### LÓÐRÉTT

- 1 víótækari
- 2 leysir
- 3 kuldæpel
- 4 nytjar
- 7 hrumur
- 9 baldni
- 12 flet
- 14 fálám
- 16 borg

LÁRÉTT: 1 rekja, 5 yta, 6 ff, 8 melóna, 10 kr, 11 þor, 12 betl, 13 spæk, 15 talikum, 17 títra.  
LÓÐRÉTT: 1 rymkast, 2 eter, 3 kal, 4 arnot, 7 far, lama, 9 óþekkt, 12 bælli, 14 pat, 16 úr.

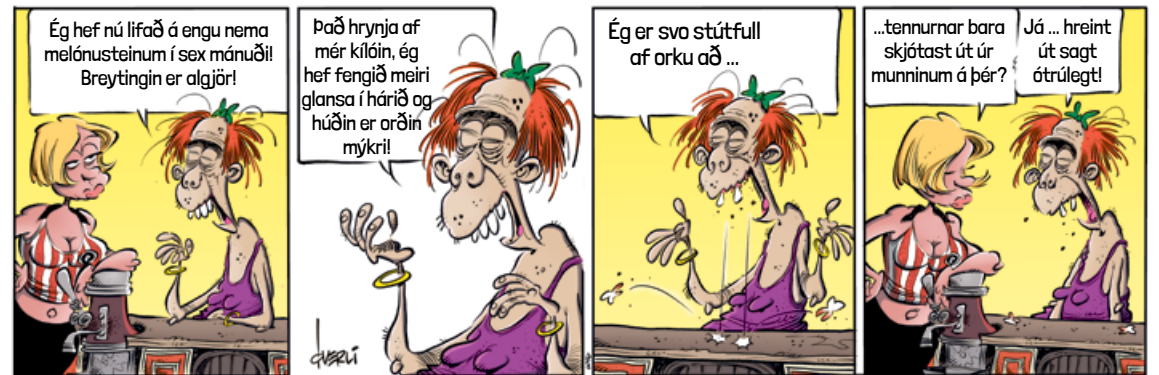
### Sudoku

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

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

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

### Pondus



Eftir Frode Øverli



SIR ARNAR GAUTI  
LÍFSSTÍLSÞÁTTUR

Lífsstílsfrömuðurinn Arnar Gauti er á dagskrá á miðvikudögum í sumar í sinni fjórðu þáttaröð af þessum geysivinsæla lífsstílsþætti.

Í KVÖLD KL. 22.00





# ORKA OG FJÖR

Nú flykkjast peyjar í 6. flokki í fótbolta og fjölskyldur þeirra til að upplifa Orkumótið í Eyjum. Mótið fer fram dagana 22. - 25. júní

Megi leikarnir vera æsispennandi, ævintýrin ógleymanleg og kaffið á hliðarlínunni rjúkandi heitt. Góða skemmtun!







LYFIN Í LÚGUNA

# Bílaapótek

OPIÐ alla daga



VESTURLANDSVEGI 9-22  
HÆÐASMÁRA 10-23

LYFJAVAL ER Á EFTIRTÖLDUM STÖÐUM:

Bílaapótek Hæðasmára  
Bílaapótek Vesturlandsvegi  
Glæsibæ  
Urðarhvarfi  
Mjódd  
Apótek Suðurnesja

Renndu við

# Bíótöfrar og töffaragangur ár eftir ár í Tribeca

Eins og vera ber var krökkt af stjörnum sem nýttu tækifærið til þess að sýna sig, í sínu finasta þússi, og sjá aðra á Tribeca kvikmyndahátíðinni sem var haldin í New York í síðustu viku.

ninrichter@frettabladid.is

Robert De Niro, Jane Rosenthal og Craig Hatkoff stofnuðu til Tribeca Festival árið 2002 og hátíðin hefur verið árlegur viðburður í Tribeca-hverfinu á Manhattan í New

York á hverju vori. Upphaflegur tilgangur hátíðarinnar var að blása lífi í menningar- og listalíf á svæðinu í kjölfar hryðjuverkaárásanna árið áður.

Hátíðin býður upp á fjölbreytt, alþjóðlegt úrval kvikmynda, þátta, fyrirlestra, tónlistar úr hinum ýmsu listgreinum. Á hverju ári hýsir hátíðin á sjöunda hundrad sýninga með allt að 150.000 þátttakendum, auk frumsýninga á stærri verkum. Dómnefnd á vegum hátíðarinnar verðlaunar síðan óháða listamenn í 23 keppnisflokkum. ■



Hin síkvika Jennifer Lopez fylgdi Netflix-heimildarmyndinni Halftime eftir á frumsýningu 8. júní, en myndin rekur feril söng- og leikkonunnar til ársins 2020.



Bandaríski fjölmiðlamaðurinn Ryan Seacrest mætti á frumsýningu Halftime með unnustu sinni, fyrirsætunni Aubrey Paige, en þetta er í fyrsta sinn sem parið mætir á rauða dregilinn saman. Tuttugu og þrjú ára aldursmunur er á parinu en Seacrest er 47 ára gamall.



Leikkonan Katie Holmes bregður sér í leikstjórastólinn í kvikmyndinni Alone Together, Covid-ástarsögu þar sem hún leikur einnig aðalhlutverkið á móti Jim Sturgess. Hún mætti þó ekki ein á rauða dregilinn heldur í fylgd með kærastanum, tónlistarmanninum Bobby Wooten III.



Kvikmyndaframléiðandinn Jane Rosenthal og leikarinn Robert de Niro, stofnendur Tribeca hátíðarinnar stilltu sér upp á rauða dreglinum.



Leikarinn Jon Hamm leikur í kolsvörtu kómediunni Corner Office. Hamm er þekktastur fyrir leik í skrifstofudramanu Mad Men sem rakti ævi og ástir starfsmanna auglýsingabransans á Manhattan um miðbik síðustu aldar.

## Rauðsgil er létt og skemmtilegt en dulmagn Glissu kallar

### ■ Hvert á að fara?

Sumarið er tíminn. Til þess að ferðast um landið, og Fréttablaðið leitar því ráða hjá reyndu útivistarfólki þar sem einfaldlega er spurt: Hvert á að fara í sumar?

tsh@frettabladid.is

„Sumarið er hlaðið alls konar skemmtilegheitum en mest er þetta í Norðurfirði á Ströndum. Ég er með hóp sem mætir þar í byrjun júlí og þá verður farið á uppáhaldsfjallið mitt, Glissu,“ segir fjallageitin og fjölmiðlamaðurinn Reynir Traustason og bætir við að einnig verði leitað á ný mið, svo sem Finnboga-staðafjall og Árnesfjall.

Reynir, sem er ritstjóri Mannlífs og fararstjóri hjá Ferðafélagi Íslands í hjáverkum, var kominn af léttasta skeiði þegar hann fékk fjallabakteriuna og hefur stundað fjallgöngu, samhliða blaðamenskunni, af miklu kappi í rúman áratug og munar því lítið um að mæla með

góðum og miserfiðum göngu-leiðum þar sem þessar þrjár eru í uppáhaldi.

„Rauðsgilið er náttúrlega gríðarlega fallett og gaman að fara það og ganga það og Búrfell sem stendur yfir fæðingarþæ minum,“ segir Reynir og vitnar í frægt ljóð Jóns Helgasonar sem fæddur var á Rauðsgili:

*Handan við Okíð er hafíð grátt,  
heiðarflug stefnir í suðurátt,  
langt mun hans flug áður dagur  
dvín,  
drygri er þó spölurinn heim til mín.*

„Þetta er svona staðurinn sem maður kemur alltaf aftur og aftur á og manni líður alltaf svo vel í hjartanu. Það er svo mikil fegurð. Þetta er líka bara lítt snortíð og ekki í alfara-leið,“ segir Reynir.

### Lífsbjörgin Úlfarsfell

Fyrir þá sem vilja léttu og skemmtilega göngu mælir Reynir því með Rauðsgili en Glissu fyrir þá sem vilja eitthvað örlítið meira krefjandi. Reynir kallar Glissu, sem er á



Reynir Traustason þegar hann kleif Glissu í sjötta sinn sumarið 2018.

MYND/ADSEND

mörkum Reykjafjarðar og Ingólfsfjarðar á Ströndum, „dulmagnað fjall“.

Í þriðja lagi nefnir Reynir svo Úlfarsfell í Mosfells sveit sem er það fjall sem hann hefur oftast gengið á. „Ég er búinn að fara 1.500 sinnum þangað. Þetta bjargaði lífi mínu eða allavega lífsgæðunum,“ segir Reynir, en Úlfarsfellið var fyrsta fjallið sem hann tók ástfóstri við þegar hann byrjaði að stunda fjallamennsku af alvöru fyrir rúmum áratug.

Reynir ætlar svo að enda sumarið á fjallaferð til Marokkó sem hann fer á eigin vegum með fimmtán manna hópi.

„Ég ætla að enda sumarið á Toubkal, sem er hæsta fjall Marokkó, rúmir 4.000 metrar. Það verður svona test fyrir mig til þess að sjá hvort ég kemst eitthvað áleiðis á Everest,“ segir Reynir, en hann setti sér það áramótaheit að klífa hæsta fjall heims árið 2023, þegar hann verður sjötugur.

„Svo bara verður þetta ein allsherjargleði að taka á móti fólki og stunda sjósund og fjöll.“ ■



NÚ AÐEINS Í APPI OG Á DOMINOS.IS

ALLAR PIZZUR AF MATSEDLI, EF ÞÚ SÆKIR





FRÉTTA  
VAKTIN

## FRÉTTAVAKTIN

KL. 18.30 ALLA VIRKA DAGA

Fréttavaktin býðum landsmönnum upp á fjölbreytta fréttaumfjöllun í opinni dagskrá. Úrvalsið fjölmiðlafólks fer yfir fréttayfirlit dagsins ásamt því að fá til sín góða gesti að ræða helstu mál líðandi stundar.

Fréttavaktin er á dagskrá alla virka daga á Hringbraut og frettabladid.is



HRINGBRAUT



Söngkonan Guðrún Árný svarar háværu ákalli frá því í fyrra um að henni yrði falinn Brekkusöngurinn á Þjóðhátíð með því að taka stóra sviðið á föstudagskvöldinu þar sem hún hefur mun meira svigrúm í lagavali. MYND/ADSEND

# Guðrún Árný ætlar að fylla Herjólfsdal með partísöng

Söngkonan Guðrún Árný mun leiða fjöldapartísöng á Þjóðhátíð í Eyjum um verslunarmannahelgina. Þá munu Birgitta Haukdal og Herra Hnetusmjör verða meðal þeirra sem munu skemmta í Dalnum.

toti@frettabladid.is

„Þetta er geggjáð. Ég er mjög spennt fyrir þessu og mér líður eins og ég sé komin á þann stað sem ég vil vera á. Mig er búið að langa svo að geta gert þetta,“ segir söngkonan Guðrún Árný, sem ætlar að leiða fjöldasöng, eins og henni einni er lagið, af stóra sviðinu á Þjóðhátíð í Eyjum.

„Þetta er ekki Brekkusöngurinn,“ heldur Guðrún Árný áfram og bætir við að hún hafi fengið sérstakt pláss í hátíðardagskránni. „Ég verð á föstudagskvöldinu á besta tíma, frá hálf ellefu til ellefu, þegar allir eru í stuði. Ég er svo spennt að ég er bara að bilast. Ég er ekki búin að mega segja frá þessu svo lengi að loksins get ég farið að tjá mig um þetta.“

Í fyrra skapaðist mikil og almenn stemning fyrir því að Guðrún Árný yrði fengin til þess að leiða hinn margrómaða Brekkusöng, en hún var með aðeins aðrar hugmyndir og ætlar að mæta með eitthvað alveg nýtt í Dalinn um verslunarmannahelgina.

### Best í partísöngnum

„Það var náttúrulega alveg dásamlegt,“ segir Guðrún Árný, um allar þær áskoranir sem Þjóðhátíðarnefnd fékk í fyrra. „En eftir að hafa verið þarna síðasta sumar, náttúrulega fyrir tómri Brekku, og sjá hann Magnús Kjartans standa sig óaðfínanlega, þá fór ég að hugsa og benti Þjóðhátíðarnefndinni á að ég væri bara langbest ef ég gæti bara mætt með partísöngnum.“

Ég sagði bara við þau í fyrra að þetta væri það sem mig langar að gera og ég veit að það virkar og þau bara treystu á mig og voru sammála,“ segir Guðrún Árný og



Ég er svo spennt að ég er bara að bilast.

færir sterk rök fyrir þessari pælingu sinni.

„Vegna þess að í Brekkusöngnum er maður náttúrulega svolítið með íslenskt efni og mig langaði að vera bara með öskursöng. Bara allt mögulegt. Ég er búin að vera að gera þetta í allan vetur í partíum.“

Hún segist því vera komin með mjög góða tilfinningu fyrir því hvað er vinsælast í samfélaginu og líklegast til að slá í gegn í jafn stóru partíi og Þjóðhátíð vissulega er.

„Þannig að ég ætla bara að láta vaða og vera búin að raða þessu svo rosalega þétt saman að fólk verður bara upptekið að syngja þarna með mér í góðar 30-40 mínútur. Það verður bara meiri háttar.“

### Í takti við samtímann

Guðrún Árný segir að líklega sé óhætt að tala um að hún sé

að fara að stjórna stærsta fjöldasöngskór landsins. „Jú, þetta er bara þannig og þetta verður bara allt milli himins og jarðar. Bara samansafn af þeim lögum sem ég er beðin mest um í partíunum,“ segir söngkonan og telur upp lög á borð við Shallow, Ég lifi í voninni og 80's klassíkina Total Eclipse of the Heart.

„Þetta eru bara lög sem allir þekkja og svo eru líka lög sem allir aldurs hópar kunna. Eins og Bohemian Rhapsody, Gordjöss, með Palla, og auðvitað Mamma Mia. Þannig að þetta er bara það sem ég er beðin um alls staðar sem verður tekið þarna.“

Guðrún Árný leggur áherslu á að lögin sem hún syngur séu þannig val fólksins og hún láti fjöldann ráða frekar en eigin hugmyndir. „Það er svo gefandi að mæta til þess að gleðja,“ segir söngkonan, sem er í góðum takti við samtímann og umhverfið eftir að hafa verið fastur, vikulegur gestur hjá Ívari Guðmundssyni á Bylgjunni þar sem hún hefur sungið óskálög hlustenda viðstöðulaust. Þá reynslu og söng í partíum í allan vetur ætlar hún síðan að nýta til hins ítrasta í Herjólfsdal þegar blásið verður til langþráðrar mannaðrar Þjóðhátíðar sem byrjað er að selja miða á dalurinn.is. ■

Nöfn tónlistarfólks sem verður á Þjóðhátíð eru að detta inn og Birgitta Haukdal og Herra Hnetusmjör verða þar á meðal.



**MAMMUT**  
SWISS 1862

# MAMMUT dagar

20% afsláttur af öllum **MAMMUT** vörum

\*Tilboð gildir 22.-25. júní



Dömu og herrasnið

Mammut Trovat Tour High  
Hálfstífr gönguskór. Gore-Tex  
**38.995,- 31.196,-**



Mammut Kento Light HS  
Vatsheldur herrajakki  
**32.995,- 26.396,-**



Mammut Lithium 20  
Frábær bakpoki í dagsferðir  
**19.995,- 15.996,-**



Mammut Nordic OTI Spring  
Fibersvefnpoki í ferðalögin  
**22.995,- 18.396,-**



Mammut Ducan High  
Léttir herraskór. Gore-Tex  
**35.995,- 28.796,-**



Mammut Kento Light HS  
Vatsheldur dömuajakki  
**32.995,- 26.396,-**



Dömu og herrasnið

Mammut Taiss SO  
Léttar og vatnsfráhrindandi  
**25.995,- 20.796,-**



Mammut Ducan 30  
Frábær bakpoki í dagsferðir  
**26.995,- 21.596,-**



Everest

## Bakþankar

Láru G.  
Sigurðardóttur



## Spánarsólin

„Nei, þessi er ekki nógu góð. Kaupum betri, helst einhverja með steinefnunum sinkoxíði og títanium díoxíði. Þessi efni fara ekki í blóðrásina og eitra því ekki kroppinn. Hey, svo er hér brúnku-krems-sólarvörn, sem lætur þig verða brúna en ekki brenna.“ Svona voru nokkurn veginn samræður okkar vinkvennanna í snyrtivörubúð á Spáni þar sem við erum staddir í hitabylgju með hálf-fullorðin börnin okkar.

Elsku börnin mín hafa mátt þola sólarvarnarpredikanir bróðurpartinn af ævinni. Berðu sólarvörn á húðina á tveggja tíma fresti, oftast ef þú ert í vatni. Ekki liggja í sólbaði því þá skemmir þú húðina, færð hrukkur og húðkrabbamein. Notaðu sólgleraugu með UV-vörn og hatt ef þú vilt halda húðinni fallegri. Borðaðu ávexti til að fá andoxunarefni sem verja húðina.

Við ætluðum að fara varlega í sólinni þetta skiptið, komandi undan vetri föl sem franskbrauð. Það fór á annan veg. Eftir fyrsta daginn flúðum við með börnin í verslunarmiðstöð – sólarvarnirnar annaðhvort gleymdust eða voru ekki notaðar nógu vel. Á þriðja degi voru krakkarnir komnir með fótasár eftir ódýra sandala úr kínabúð. Á fimmta degi bættust við blöðrum og marblettir eftir gókart. Og enginn borðar ávexti því hamborgarakóngurinn hefur meira aðdráttarafl. Svo gerir brúnku-kremsið mig hvítari eftir því sem líður á friið – ég þykist hafa lært mína lexíu. Nóg hefur þjáningin verið og kostnaður við að laga syndir sólbaða æskuáranna.

Á Spáni fer lífið í hægagang. Fæstir stressa sig á bruna eða blöðrum. Ég flýt með, treysti því að predikunin verði til þess að með tímanum læri söfnuðurinn að vara sig á sólinni. ■

# Tómatur

Í þínu besta formi.



Borðaðu hann í heilu lagi; skorinn í tvennt, í báta eða þunnar sneiðar eða maukaðu hann í djúsí sósu með pastanu.

Vatnsmælirinn: **Tómatur**

94% íslenskt vatn



Sölufélag  
garðyrkjumanna

Íslenskt  
grænmeti

Dú veist  
hvaðan það  
kemur

  
**pappír  
umhverfið  
prentun**

  
**LITRÓF**

**UMHVERFISVÆN  
PRENTUN**

Vatnagörðum 14 · 104 Reykjavík  
litrof@litrof.is · 563 6000 · litrof.is