

FRÉTTABLAÐIÐ

138. TÖLUBLAÐ 22. ÁRGANGUR

frettabladid.is

FÖSTUDAGUR 8. JÚLÍ 2022

Framleigðu hótél á 525 milljónir en greiða hálfa leigu

Fosshótél Reykjavík vilja aðeins greiða helming húsaleigunnar fyrir sex mánuði frá 1. apríl til 30. september í fyrra, þrátt fyrir að hafa framleigt hótelið til ríkisins fyrir 85 milljónum króna hærri upphæð en sem nemur leigunni. Húseigandinn sakar hótelið um undanbrögð.

gar@frettabladid.is

DÓMSMÁL „Þetta eru bara undanbrögð og undanskot,“ segir Pétur Guðmundsson hjá Íþöku fasteignafélagi, sem á Þórunnartún 1 þar sem Fosshótél Reykjavík er til húsa.

Hótelið vill aðeins greiða helming 440 milljóna króna húsaleigu fyrir sex mánaða tímabil í fyrra, en Pétur bendir á að á sama tímabili hafi eignin verið endurleigð til ríkisins sem sóttvarnahótél fyrir 525 milljónir og hótelið haft tekjur af veitingasölu að auki.

Móðurfélag Fosshótels Reykjavíkur, Íslandshótél, samdi í fyrra við Sjúkratryggingar Íslands (SÍ) um að leigja út húsnæði Fosshótels í Þórunnartúni 1 undir sóttvarnahótél. Fosshótél/Íslandshótél hafa neitað að greiða Íþöku fulla leigu fyrir tímabilið eftir að kórónaveirufaraldurinn hófst og borið við forsendubresti.

Í héraðsdómi var dæmt að hótelfélagið ætti að greiða Íþöku 66,7 prósent af umsaminni leigu fyrir tímabilið 1. apríl 2020 til 31. mars 2021. Það mál bíður nú úrlausnar Landsréttar. Deilan um tímabilið 1. apríl til 30. september 2021 hefur ekki ratað til dómstóla.

Íþaka, sem eigandi Þórunnartúns 1, krafðist þess að fá aðgang að samningnum sem gerður var um framleiguna til SÍ. Hótelið og SÍ höfðu því. Úrskurðarnefnd upplýsingamála lagði hins vegar fyrir SÍ að afhenda Íþöku samninginn.

Samkvæmt samningnum var umsamin leiga 2.867.400 krónur á dag fyrir þrjú hundruð herbergi, óháð því hversu mörg herbergi yrðu nýtt. Að auki var kveðið á um það

að Sjúkratryggingar keyptu mat af hótelinu fyrir 4.400 krónur á gest í fullu fæði og 3.000 fyrir hálft fæði.

Leigutíminn stóð frá 1. apríl í fyrra og út september, eða í samtals 183 daga, að sögn Péturs. Samkvæmt því greiddi ríkið hótelinu 524.734.200 krónur alls í leigu auk fæðiskostnaðar, sem Pétur telur hafa fært hótelinu að minnsta kosti 300 milljóna króna tekjur til viðbótar. Á sama tímabili átti hótelið að greiða Íþöku um 440 milljónir í leigu samkvæmt samningi fyrirtækjanna. Pétur segir hótélkeðjuna aðeins hafa viljað greiða helminginn.



Pétur Guðmundsson, eigandi Íþöku

„Þeir eru að fá yfir átta hundruð milljónir frá ríkinu fyrir leigu á hótelinu og veitingar en borga okkur bara eitthvað riflega tvö hundruð milljónir,“ segir Pétur, ekki sáttur.

Í minnisblaði sem lagt var fram í fyrrnefndu dómsmáli vegna deilna Íþöku og Fosshótela um leigu-greiðslur fram til 31. mars í fyrra, sagði að endurskoðanda væri ekki kunnugt um annað en að Íslandshótél hf. og dótturfélög þess væru í skilum með allar samningsbundnar skuldbindingar gagnvart lánardrottnum „með þeirri undantekningu er snúið að leigukröfu sóknaraðila“. Þannig hafi verið staðið í skilum við alla nema Íþöku.

„Þeir voru að borga öllum nema okkur og það má ekki ef þú ert í greiðsluskjöli,“ segir Pétur, og vísar til þess að um sama leyti og Fosshótél var leigt til ríkisins sem sóttvarnahótél hafi hótélkeðjan komist í greiðsluskjól frá kröfuhöfum.

Ekki náðist í Davíð Þór Ólafsson framkvæmdastjóra Íslandshótela í gær. ■



Rigningin barði á háum og lágum við á land í gær en náði ekki að eyðileggja góða skapið hjá öllum sem fyrir urðu. Það átti til dæmis við um þessa kátu ferðamenn sem veifuðu til ljósmyndara Fréttablaðsins þegar hann smelli af þeim mynd framan við innpakkaðan Jón Sigurðsson á Austurvelli í Reykjavík.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Alrafmagnaður

ID.5 GTX

Fjór hjóladrífinn fjölskyldubíll

Verð frá 7.690.000 kr.

Hekla Laugavegi 174, 105 Rvk. www.hekla.is/id5





Björgunarsveit. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

Björguðu ofkældu og örmagna fólki

erlamaria@frettabladid.is

ÚTIVIST Björgunarsveitir höfðu í nægu að snúast í vonskuveðri síðustu sólarhringa.

„Það var hópur á hálendisvakt í Landmannalaugum sem var sendur á Laugarveginn. Þar voru þrír göngumenn, blautir og hraktir og voru orðnir nokkuð þreklitlir þegar björgunarsveitarfólkið fann þá, en þá höfðu bæst tveir aðrir göngumenn í hópinn,“ segir Davíð Már Bjarnason, upplýsingafulltrúi Slysavarnafélagsins Landsbjargar.

Um klukkutund síðar hafi björgunarsveitarlið og sjúkraflutningafólk farið í Emstrubotna við Emstruskála.

„Þar fannst á gönguleiðinni ofkældur göngumaður sem var í mikilli hættu og ekki á góðum stað í mjög slæmu veðri,“ segir Davíð. Víða á hálendinu hafi verið vanbúið fólk.

„Margir af þessum göngumönnum voru í raun og veru orðnir örmagna og jafnvel búnir að gefast upp á göngunni,“ segir Davíð. ■

Leikjatölvur ruku út á augabragði



Ný útibú Elko og Krónunnar í Skeifunni voru opnuð í gær. Mikill fjöldi fólks mætti í röð fyrir utan Elko áður en verslunin var opnuð, enda voru hundrað eintök af hinni geysivinsælu Playstation 5 leikjatölvu til sölu. „Þær seldust allar upp,“ segir Arinbjörn Hauksson markaðsstjóri Elko. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Greiða sjálf fyrir krabbameinsmeðferð

ragnarjon@frettabladid.is

SAMFÉLAG Fjölskylda Viðars Daða Einarssonar stendur sjálfstraum af kostnaði við meðferð við krabbameini sem Viðar greindist með fyrir aðeins tveimur vikum.

Til að eiga lífsvon þarf Viðar bráðameðferð þar sem krabbameinið hefur dreift sér um líkamann.

Meðferðirnar sem hann mun undirgangast, annars vegar gamma-geislameðferð og hins vegar lyfjameðferð, kosta samtals um fjórar milljónir króna og eru framkvæmdar í Þýskalandi.

Þessi tegund geislameðferðar á sér ekki hliðstæðu hér á landi og er óvíst hvort Sjúkratryggingar Íslands taki þátt í kostnaðinum. Ekki gefst tími til að bíða eftir því að umsókn um kostnaðarþátttöku ríkisins verði afgreidd.



Viðar Daði Einarsson.

Hægt er að leggja Viðari og fjölskyldu hans lið með framlagi á reikning í nafni kærustu hans, Evu Gunnarsdóttur.

Nánnar er rætt er við Guðna Jósep Einarsson, bróður Viðars, á vef Fréttablaðsins. ■

Merkilegt að vera hluti af liðinu á fjórða stórmótinu

Mamma Sifjar Atladóttur verður viðstödd þegar dóttir hennar leikur á sínu fjórða stórmóti með Íslandi. Hún segir það ekki sjálfsagt að vera meðal bestu knattspyrnuþjóða Evrópu og er bjartsýn á gengi Íslands í sumar.

kristinnpall@frettabladid.is

KNATTSPYRNA „Það er mikil tilhlökkun og spennan, eins og alltaf. Ég er mjög spennt að sjá hvernig Englendingunum tekst að halda utan um þetta mót,“ segir Steinunn Guðnadóttir, mamma Sifjar Atladóttur, aðspurð hvernig tilfinningin sé að fara á sitt þriðja stórmót að fylgjast með dóttur sinni.

„Í Hollandi og Svíþjóð var skipulagningin upp á tíu þegar kom að aðdáendum og ég er spennt að sjá hvernig þessu verður öllu saman hagað,“ segir Steinunn og tekur undir að það hafi aðdráttarafl að mótið skuli fara fram á Englandi sem er oft kallað heimili knattspyrnunnar. Hún er þó vonsvikin með ýmsar ákvarðanir hjá mótshöldurum.

„Það er heillandi að mótið sé á Englandi í ljósi sögu knattspyrnunnar þar í landi en um leið hafa þeir valdið okkur ákveðnum vonbrigðum. Bæði með því að setja fyrstu tvo leikina á lítinn völl í Manchester sem annar ekki eftirspurn eftir miðum og um leið tíma- setningarnar á leikjunum. Annar leikurinn er á vinnutíma sem gerir frænku Sifjar sem er búsett úti erfitt að komast á leikinn, eins og heima- mönnum. Þetta virðist ekki alveg hafa verið hugsað út í þaula.“

Steinunn segir að það sé ekki sjálfgefið að komast á Evrópumótið, hvað þá fjögur skipti í röð.

„Það er ekkert sjálfgefið að fara



Steinunn Guðnadóttir og sambýlismaður í Leifsstöð í gær. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Hún er alltaf ofboðslega þakklát fyrir að fá að spila fyrir landsliðið, því það er mikill heiður og um leið upplifun.

Steinunn Guðnadóttir

á Evrópumótið. Þetta er stór áfangi fyrir landsliðið og fyrir Sif er stórmerkilegt að fara í fjórða skiptið. Aukinn áhugi á kvennaboltanum hefur aukið metnað liðanna sem eru um leið að verða betri. Mér finnst það setja það í gott samhengi að vera komnar á fjórða mótið í röð.“

Steinunn tekur undir að tíminn sé fljótur að liða þegar það ber á góma að þetta gæti orðið síðasta Evrópumót Sifjar.

„Mér finnst stutt síðan hún fór á sitt fyrsta mót þar sem hún var bara með eitt markmið og náði því. Hún er alltaf ofboðslega þakklát fyrir að fá að spila fyrir landsliðið, því það er mikill heiður og um leið upplifun. Hún fékk að kynnast þessari upplifun í gegnum pabba sinn líka og fjölskyldan og tengdafjölskyldan verða með henni í sumar.“

Líklegt er að úrslitin úr fyrsta leiknum leggi línurnar í riðlinum.

„Jú, það eru talsverðar væntingar. Þetta ræðst allt á fyrsta leiknum held ég. Ég er í fyrsta sinn með opinn miða heim og er bara bjartsýn á framhaldið,“ segir Steinunn kimin. ■

Laugardaga kl. 10.00

Lífið er lag

Hagsmunir eldri borgara

HLAÐVARP

www.hotelbokanir.is/lifid-er-lag-hladvarp og á Spotify

Sigurður K. Kolbeinsson ræðir við ýmsa þekktu og óþekktu Íslendinga um lífið og tilveruna og sagðar eru skemmtilega sögur og frásagnir aftur í tímann sem mörgum kunna að þykja skemmilegar.

Þráinn Þorvaldsson er næsti gestur hlaðvarpsins.





FINNUR ÞÚ GULLMIÐANN?



Fljúgðu á vit nýrra ævintýra með Nóa Sírius og Icelandair!

Það leynast **fjórir gullmiðar** í ómótstæðilega Sírius Rjómasúkkulaðinu okkar. Hver þeirra er **100.000 króna gjafabréf** til að fljúga á vit ævintýranna á einhvern af 40 spennandi áfangastöðum Icelandair. Fáðu þér súkkulaði og freistaðu gæfunnar, það getur ekki klikkað!

Sírius rjómasúkkulaði, gulli betra!

ICELANDAIR





Hrísey er perla í Eyjafirði.

Hátíð í Hrísey

bth@frettabladid.is

HRÍSEY Í gær hófst Hríseyjarhátíðin og mun standa fram á laugardagskvöld.

Garðakaffi, óvissuferðir, kaffisala kvenfélagsins á hátíðarsvæðinu, leiktæki fyrir börn, margs konar skemmtun á sviðinu, ratleikur og hópakstur traktora, eru meðal dagskráratriða. Einnig kvöldvaka, brekkusöngur og varðeldur.

Ferðamálafélag Hríseyjar stendur að hátíðinni. Ferjan Sævar mun sigla frá landi til Hríseyjar allt að níu sinnum á dag. Siglingin tekur 15 mínútur frá Árskógssandi, sem er um 35 kílómetra frá Akureyri. Ágætis veðurspá er í kortunum að sögn heimamanna í Hrísey.

Allir eru velkomnir og aðgangur ókeypis. ■

Þúsund tonn dugi ekki í strandveiði

ingunnlara@frettabladid.is

SJÁVARÚTVEGUR Strandveiðifélag Íslands mótmælir harðlega áformum Svandísar Svavarsdóttur matvælaráðherra, um að taka upp svæðaskiptingu á kvóta strandveiðanna líkt og var við lýði fyrir breytingarnar 2018. Félagið segir skort á samráði við hagaðila.



Álfheiður Eymarsdóttir, varaformaður Strandveiðifélags Íslands

„Við erum hársbreidd frá því að tryggja öllum handfærabátum 48 daga á vertíð og teljum að við þurfum að horfa fram á við en ekki snúa til baka í meingallað kerfi.“ Segir í yfirlýsingu frá Álfheiði Eymarsdóttur, varaformanni félagsins.

Ráðherrann bætir rúmum þúsund tonnum við aflaheimildir, en Strandveiðifélagið segir það ekki duga út ágúst. Til þess þurfi þrjú þúsund tonn, að mati félagsmanna. ■

Hestamenn bjartsýnir þrátt fyrir slæma veðurspá

erlamaria@frettabladid.is

HESTAÍPRÓTTIR Dagskrá stærsta íþróttaviðburðar ársins, Landsmóts hestamanna, var frestað í gær vegna vonskuveðurs. Dagskráin, sem átti að hefjast klukkan átta að morgni, hófst ekki fyrr en fjögur síðdegis.

„Það var smá seinkun út af vindi, en um leið og lægði fórum við af stað. Núna er léttur andvari hérna,“

sagði Magnús Benediktsson, framkvæmdastjóri Landsmóts hestamanna í gær. Allt gengi eftir áætlun.

„Vellirnir eru í toppstandi og brekkan full af fólki. Bara allt eins og það á að vera,“ sagði Magnús. Ekki hafi komið til tals að fresta dagskrá næstu daga, þrátt fyrir slæma veðurspá. „Dagskráin mun halda og við horfum bara björt og brosandi fram á veginn,“ segir Magnús. ■



Dagskrá Landsmóts hestamanna var frestað í gær vegna vonskuveðurs.

FRÉTTABLAÐIÐ/
VALLI

Öfundsýki hrekur hæfa úr vinnunni

Niðurstöður tímamótarrannsóknar um langtímaafleiðingar eineltis á vinnustöðum hér á landi, eru sláandi. Smæð atvinnumarkaðar er hamlandi fyrir þá sem hrekjast úr starfi.

bth@frettabladid.is

SAMFÉLAG Alvarlegar langvarandi afleiðingar, jafnt líkamlegar sem andlegar, verða hjá fólki sem lendir í einelti á vinnustað og hættir störfum. Þetta sýnir fyrsta rannsóknin sem gerð hefur verið hér á landi um langtímaafleiðingar fyrir þolendur eineltis á vinnustað.

Sigrún Eyjólfsdóttir gerði rannsóknina, sem fjallað er um í meistrararitgerð hennar í mannaúdsstöfnun við Háskóla Íslands. Hún byggir á viðtölum við sjö einstaklinga, sem allir gegndu ábyrgðarstöðum, og ber heitið Einelti á vinnustað. Dauðans alvara.

Það sem kom Sigrúnu helst á óvart er að einelti brýtur oft fólki niður löngu eftir starfslok.

„Fólk er sterkt. Það heldur áfram en svo kemur sjokkið, oft miklu seinna,“ segir Sigrún.

Allir viðmælendurnir í rannsókninni upplifðu margvislegt tjón á líkamlegri og andlegri liðan, skerta virðingu, mannorðshnekki, verri fjárhag og skort á atvinnutækifærum. Sumir þurftu á geðdeildum að halda auk lyfja og sálfræðiþjónustu. Athygli vekur að enginn viðmælendanna hafði fyrir eineltið átt sögu um kvíða eða þunglyndi.

Dæmi um líkamleg einkenni voru magaónot, uppköst, svitaköst, mikil þreyta og doði. Með tímanum jukust einkennin, leiddu oft til þyngdaraukningar og jafnvel sykursýki II og hjartaóreglu.

„Uppsafnaðar afleiðingar geta leitt til örorku,“ segir Sigrún.

Blettur á mannorði í kjölfar ein-



Rannsóknin sýnir fram á að margir eru lagðir í einelti vegna öfund-sýki.

eltis og starfsloka, hamlaði möguleikum þolenda til að afla lífsbjargar. Einn nefndi að íslenskur vinnumarkaður væri svo litill að allir þekktu alla. Fyrrverandi yfirmenn eigi aðvelt með að planta neikvæðum orðrómi um þá sem ganga ósáttir frá borði. „Hún er klikkuð, geðveik, rugluð – ekki ráða hana!“

Allir viðmælendur í rannsókninni voru í mjög góðum störfum, sérfræði- og framkvæmdastjörastöðum. Ein af niðurstöðum rannsóknarinnar er að oft verða þeir verst úti sem búa yfir mestri hæfni.

„Rannsóknin sýnir fram á að margir eru lagðir í einelti vegna öfundsýki. Þetta eru oft sérlega hæfir, brosmildir, jákvæðir og vinsælir einstaklingar í starfi,“ segir Sigrún.

Ummæli úr ritgerðinni

„Ég skildi ekki hvað það var mikið myrkur í kringum mig, ég var alltaf að kveikja öll ljós og þurfti alltaf að hafa allt kveikt allan sólarhringinn og var farinn að kalla heimilið Myrkhöllina,“ sagði einn viðmælandi.

Annar lýsti liðan sinni með eftirfarandi orðum:

„Það var svo skrítið hvað ég var hrædd alltaf, gat ekki keyrt bíl og forðaðist fólk og svitnaði ef ég rambaði óvart á einhvern sem ég þekkti, ég sem var svo ótrúlega opin og mikill extrovert.“



Sigrún Eyjólfsdóttir, rannsakandi

„Það er óásættanlegt að fullfrískt fólk þurfi að þola langvarandi atvinnuleysi vegna flekkaðs mannorðs og geti orðið óvinnufært vegna framkomu yfirmanns eða samstarfsfélaga.“

Sigrún segir að gerendur eineltis séu oft haldnir einhvers konar persónuleikaröskun sem brjótist fram með alvarlegum afleiðingum er kemur að mannauðsmálum.

„Viðbrögðin við einelti mega ekki vera þau að þolandi þurfi alltaf sjálfur að víkja af vinnustað. Það verður að trúa þolanda og ræða málin, svo hann fái úrlausn sinna mála en sé ekki skorinn burt eins og hvert annað mein,“ segir Sigrún. „Ég held að smæð atvinnumarkaðarins sé stórkostlegt vandamál í þessu samhengi,“ bætir Sigrún við. ■



Dúkaloft

Parki
INTERIORS

Dúkaloft gefur **hljóðvist** algjörlega nýja merkingu

Komdu við í sýningarsal okkar að **Dalvegi** og ræddu við sérfræðinga Parka og fáðu faglega ráðgjöf



Dalvegi 10-14, 201 Kópavogi • 595 0570



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



Meira grill og góðgæti

HAGKAUP

Tilboð gilda út 10 júlí



Lambaprime
í grillsmjöri

4.599 kr/kg



Grillbringur með
Spicy Lemon eða
Black Garlic
Verð áður 3.299

2.804 kr/kg



Ribeye hamborgari
2x120 g

1.499 kr/pk



Grillsósar hannaðar af
fagmönnum fyrir þig



Sælkerapylsur
Ostapylsur og Bratwurst



Sérvalið krydd í samstarfi
við kryddhúsið

Litið yfir litríkan feril Boris Johnson



Þorgrímur Kári Snævarr
thorgrimur@frettabladid.is

Nærmynd

Boris Johnson

Uppruni og menntun: Fæddur 19. júní 1964 í New York og gekk í bæði Eton- og Oxford-háskóla.

Ferill: Var kjörinn á þing árið 2001 og var borgarstjóri í London frá 2008 til 2016. Varð utanríkisráðherra árið 2016 og leiðtogi Íhaldsflokksins og forsætisráðherra 2019.

Með afsögn Borisar Johnson úr leiðtogaembætti breska Íhaldsflokksins í gær virðist valdaferill hans vera að kvöldi kominn. Johnson hefur aðeins verið forsætisráðherra í um þrjú ár, en hann á langan og skrautlegan stjórn málaferil að baki og hefur um árabil verið einn litríkasti og umdeildasti stjórn mála maður Bretlands.

thorgrimur@frettabladid.is

Boris Johnson sagði af sér sem leiðtogi Íhaldsflokksins í gær, eftir uppreisn fjölda ráðherra og þingmanna úr eigin flokki, sem sögðu af sér í hrönnum til að lýsa yfir vantrausti á forsætisráðherrann. Johnson vonast til þess að sitja áfram sem forsætisráðherra fram á haust en óljóst er hve lengi honum tekst að tolla í því embætti.

Stjórn mála maður úr tefloni

Johnson hefur nánast frá upphafi starfsferils síns verið miðpunktur hneykslismála og pólitískra deilumála. Frægt er að hann var rekinn úr fyrsta starfi sínu sem blaðamaður hjá The Times vegna upplaginnar tilvitnunar í grein sem hann skrifaði og var síðar rekinn úr embætti skuggaráðherra þegar hann laug að páverandi leiðtoga Íhaldsflokksins um framhjáhalð sem hann stóð í. Johnson hefur þó alltaf tekist að þróa þrátt fyrir hneykslismálin og hefur jafnvel aukið vinsældir sínar í hvert sinn.

Boris Johnson skaust upp á stjórnuhimin breska stjórn mála



Boris Johnson tilkynnti afsögn sína sem leiðtogi Íhaldsflokksins í gær eftir uppreisn ráðherra og þingmanna gegn honum.

FRÉTTABLAÐIÐ/
GETTY

sem borgarstjóri Lundúna á árunum 2008 til 2016 og varð á þeim tíma umtalaður sem hugsanlegt forsætisráðherraefni. Johnson sigraði vinstrisinnaða borgarstjórn Ken Livingstone í borgarstjórnarkosningunum 2008, og var það sem forboði endurkomu Íhaldsflokksins í landstjórn árið 2010 eftir þrettán ár í stjórnarandstöðu.

Það var svo sem forsvarsmáður Brexit-herferðarinnar árið 2016 sem Johnson braut sér leið út úr borgarstjórn í landsmálin og tókst að ryðja Theresu May úr leiðtogastóli Íhaldsflokksins árið 2019. Sama ár og Johnson varð flokksleiðtogi leiddi hann svo Íhaldsflokkinn til stórsigurs í þingkosningum og vann þar stærsta meirihluta flokksins frá dögum Margaretar Thatcher.

Þrátt fyrir að vera þannig einn

sigursælasti leiðtogi Íhaldsmanna í áratugi bar fall Johnsons brátt að. Hneykslismál fóru að bita alvarlega á fylgi flokksins árið 2021, fyrst með fréttaflutningi um að flokkurinn hefði selt styrkjendum sínum sæti í bresku lávarðadeildinni frá endurkomu sinni í landstjórnina.

Persónulegar vinsældir Johnsons biðu síðan hnekki vegna uppljóstrana um að hann hefði ítrekað staðið fyrir drykkjusvelli í Downingstræti árið 2020 í trássi við strangar fjöldatakmarkanir sem stjórn hans sjálfs setti í Covid-faraldrinum.

Klípuhneyksli síðasta hálmstráið Johnson virtist um skeið hætt kominn í embætti vegna þessara mála, en upphaf innrásarinnar í Úkraínu dró til sín alla athygli í febrúar og gaf honum þannig gálgaferst.

Nýjasta hneykslismálið, sem snertir þingmanninn Chris Pincher, virðist hins vegar hafa verið síðasta hálmstráið.

Upp komst að Johnson hafði skipað Pincher varaformann þingflokks Íhaldsflokksins þrátt fyrir að vita af ásökunum um kynferðislega áreitni á hendur honum. Johnson hafði síðan ranglega þvertekið fyrir að hafa vitað um háttsemi Pinchers og hafði sent undirsáta sína í sjónvarpsviðtöl til að ljúga um þetta í sínu nafni.

Síðustu dagana hafa tugir ráðherra og þingmanna Íhaldsflokksins sagt af sér og hvatt Johnson til að fylgja fordæmi sínu. Nú þegar Johnson hrökklast loks úr embætti hefur hann í senn verið einn vinsælasti og hataðasti breski leiðtogi síðustu ára. ■



Boris Johnson hefur í senn verið einn vinsælasti og hataðasti breski leiðtogi síðustu ára.

Þegar forsætisráðherrar kveðja

thorgrimur@frettabladid.is

BRETLAND Boris Johnson fylgir í fótspor fjölmargra forvera sinna með því að segja af sér á miðju kjörtímabili. Síðustu öldina hafa fleiri forsætisráðherrar Bretlands sagt af sér fremur en að vera kosnir úr embætti, misviljugir þó.

Forveri Johnsons, Theresa May, hrökklaðist úr embætti árið 2019 eftir að breska þingið hafnaði ítrekað drögum hennar að samningi um útgönguskilmála Bretlands úr Evrópusambandinu. Premur árum áður hafði forveri May, David Cameron, einnig sagt af sér. Afsögn hans kom í kjölfar þess að Bretar kusu í þjóðaratkvæðagreiðslu að segja sig úr ESB. Gjarnan hafði verið litið á niðurstöðu atkvæðagreiðslunnar sem vantraustsýrlýsingu almennings á Cameron.

Tony Blair sagði af sér árið 2007 eftir tíu ár í forsætisráðuneytinu. Ekki er allt vitað um ástæður afsagnar hans, en líklegt er að óformlegt valdaskiptasamkomulag hans við Gordon Brown hafi leikið hlutverk. Brown, sem varð forsætisráðherra eftir afsögn Blairs, er síðasti forsætisráðherra Bretlands sem hefur setið fram að lokum kjörtímabils síns.



David Cameron var léttur í bragði þegar hann yfirgaf Downingstræti árið 2016.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Ein dramatískasta afsögn í nútímasögu Bretlands var 1990, þegar Margaret Thatcher lét af störfum. Henni hafði þá mistekist að vinna slag um leiðtogastól Íhaldsflokksins í fyrstu umferð og neyddist til að láta af embætti þegar ljóst var orðið að hún naut ekki lengur stuðnings eigin ríkisstjórnar. Sagt er að Thatcher hafi yfirgefið Downingstræti með tårin í augunum og hafi kallað flokksfélaga sína svikara.

Meðal annarra forsætisráðherra sem sögðu af sér á síðustu öld má nefna Harold Wilson árið 1976, Harold Macmillan árið 1963, Anthony Eden árið 1957 og Winston Churchill árið 1955. ■

Þau sem gætu tekið við af Boris

sbt@frettabladid.is
thorgrimur@frettabladid.is

BRETLAND Rishi Sunak, sem var fjármálaráðherra frá 2020 þar til hann sagði af sér í vikunni, var lengi álitinn vonarstjarna Íhaldsflokksins og vænlegt forsætisráðherraefni. Nýlegt hneykslismál sem varðaði skattaundanskot eiginkonu hans hefur hins vegar dregið úr vinsældum hans, auk þess sem hann var meðal ráðherra sem voru sektaðir fyrir brot á söttvarnareglum.

Varnarmálaráðherrann Ben Wallace hefur mælst með forystu í skoðanakönnunum YouGov sem vinsælasti mögulegi eftirmaður Johnsons. Hann hefur verið áberandi í fjölmiðlum síðan innrás Rússa í Úkraínu hófst. Wallace var andstæðingur Brexit á sínum tíma. Hann stýrði misheppnuðu framboði Johnsons til flokksleiðtoga árið 2016.

Utanríkisráðherrann Liz Truss hélt tryggð við Johnson allt þar til hann kynnti afsögn sína. Henni hefur verið hrósað fyrir að semja um lausn Nazanin Zaghari-Ratcliffe úr fangelsi í Íran. Hún tók jafnframt þátt í að semja um útgöngusamning við Evrópusambandið.

Sajid Javid heilbrigðisráðherra



Mikill fjöldi metnaðarfullra stjórn mála manna hugsar sér gott til glóðarinnar nú þegar Johnson er á útleið.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

var fyrstur til að segja af sér í mót-mælaskyni gegn Johnson ásamt Sunak. Hann var í fjögurra manna úrslitum í síðustu leiðtogakosningum flokksins en dró framboð sitt til baka til að styðja Johnson.

Fjölmenntur hópur

Penny Mordaunt verslunarráðherra hefur einnig verið nefnd sem mögulegur arftaki. Í skoðanakönnun meðal flokksmeðlima um möguleg leiðtogaefni lenti hún í öðru sæti á eftir Wallace. Hún var fyrst kvenna

til að gegna embætti varnarmálaráðherra Bretlands og er alls óflekkuð af Partygate-hneykslinu. Ólíkt Wallace studdi Mordaunt einnig Brexit með ráðum og dád og er því vinsæl hjá ESB-andstæðingum innan flokksins.

Meðal annarra sem eru nefnd sem leiðtogaefni eru Nadhim Zahawi, starfandi fjármálaráðherra, Jeremy Hunt, fyrrverandi utanríkisráðherra, Suella Braverman dómsmálaráðherra, og Tom Tugendhat, formaður utanríkisráðgjafar þingsins. ■



**BESTA
DEILDIN**

NS
NÓI SÍRÍUS

KOMASO!

INN MEÐ BOLTANN! INN MEÐ BESTA SETTIÐ!



Besta settið er glænýtt rjómasúkkulaði úr Eitt Sett leikmannahópnum.

Við breytum um leikskipulag og bætum við fljótandi lakkrísýllingu í

Besta settið. Stoltur styrktaraðili Bestu deildar kvenna og karla.





Fjöldi ferðamanna hefur orðið fyrir barðinu á röskunum á flugsamgöngum síðustu vikur. Ástæðuna má rekja til vaxtarverkja flugbransans eftir heimsfaraldur, þegar farþegaflug lagðist nánast niður.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Þegar flogið er seint eða alls ekki



Nina Richter
ninarichter
@frettabladid.is

Fjöldi flugfarþega er nú strandaður um allan heim vegna röskunar á flugi. Flugumferð á heimsvísu hefur tekið við sér á ný eftir heimsfaraldur. Illa gengur að manna stöður hjá flugfélögum og þjálfá nýtt starfsfólk nógu hratt til að anna eftirspurn. Samkvæmt upplýsingum af vef Neytendastofu og Samgöngustofu eru til ýmsar útfærslur af bótarétti flugfarþega sem lenda í því að flugi er seinkað eða aflýst. Þá þekkist að farþegar séu ekki upplýstir um þessi réttindi eða telji það ekki ómaksins virði að sækja bæturnar.

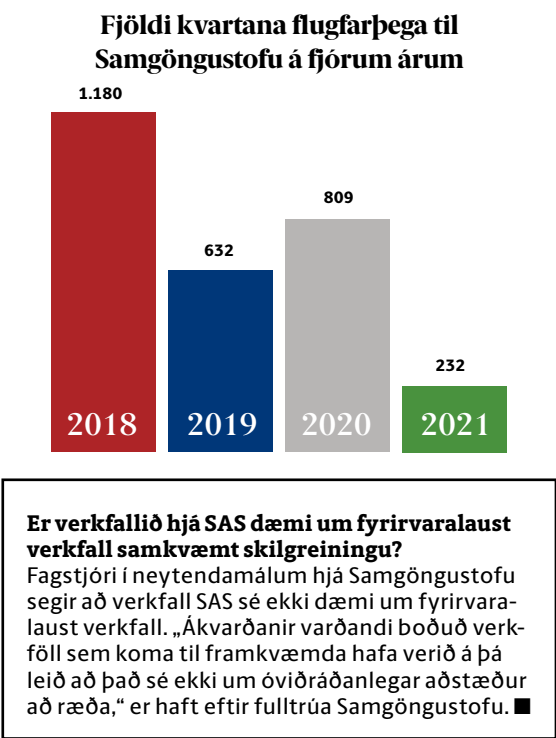
Gisting og matur meðan á bið stendur

Flugfélagið verður að bjóða farþegum máltíðir og hressingu, án endurgjalds, auk hótलगistingar þegar þess er þörf. Auk þessa þarf flugfélagið að greiða tvö símtöl og skilaboð.

Hvenær áttu engan rétt?

Ef fluginu er aflýst vegna aðstæðna sem flugfélagið ræður á engan hátt við, sem ekki er hægt að afstýra þó að nauðsynlegar ráðstafanir hafi verið gerðar. Dæmi um slíkt eru fyrirvaralaus verkföll, öryggisáhætta, veðurskilyrði eða náttúruhamfarir, eða ótryggt stjórnmálasmíðband. ■

Flugfélagið verður að bjóða farþegum máltíðir og hressingu, án endurgjalds, auk hótलगistingar þegar þess er þörf.



Seinkanir

Réttur til skaðabóta fer eftir því:

- Hversu löngu fyrir ætlaða brottför farþega er tilkynnt um að flugi sé aflýst.
- Tímamun á fyrirhugaðri brottför og komu flugsins.
- Lengd flugs sem skiptist í þrjú stig. Upphæðin hækkar eftir því sem flugið lengist.

Hvað þýðir það?

Ef tveggja vikna fyrirvari er á aflýsingu eða breytingu á flugtima áttu engan bótarétt. Annars eiga farþegar í flestum tilfellum rétt á einhverjum bótum, svo lengi sem flugið er fært um meira en klukkustund og seinkun boðuð með minna en viku fyrirvara.

Ef þú flýgur til dæmis frá Íslandi til Bandaríkjanna, ferðir sem eru með lengstu beinu flugleggjum frá Íslandi, geturðu átt rétt á allt að 600 evra skaðabótum ef töfin er umfram fjórar klukkustundir. Það eru rúmlega 80 þúsund íslenskar krónur.

Flest Evrópuflug fara í bótaflokk stigi neðar, sem tekur til fluga sem eru 1.500 til 3.500 km. Sé slíku flugi seinkað um meira en 3 klukkustundir geta farþegar átt rétt á 300 evra skaðabótum sem eru rúmar fjörutíu þúsund krónur. ■

Þegar flugi er aflýst

Hver eru réttindi þín ef fluginu þínu er aflýst?

- Þú átt rétt ef þú hefur staðfest skráningu í flugið.
- Ef þú hefur mætt til innritunar á réttum tíma.
- Ef brottför er frá EES-riki eða ef þú ferðast með evrópsku flugfélagi til EES-rikis.

Eftir atvikum eiga eftirfarandi bótaleiðir við:

- Þú færð miðann endurgreiddan og flug til baka til fyrsta brottfararstaðar. Ef þú velur þetta áttu að fá flugið endurgreitt innan sjö daga fyrir flugið sem ekki var farið og fyrir þá hluta ferðarinnar sem farnir voru, ef þeir þjóna engum tilgangi lengur. Dæmi: Íslendingur á leið til Indlands flýgur til London og ætlar þaðan til Delí. Fluginu frá London til Delí er aflýst. Þá myndi flugið frá Keflavík til London heyra undir hluta ferðarinnar sem ekki þjónar tilgangi lengur.
- Ef flugfélagið býður þér flug frá öðrum flugvelli en þú varst skráð/ur á, ber flugfélaginu að greiða ferðakostnað milli flugvalla. Þú færð flugleiðinni til lokaáfangastaðarins breytt. ■

300 evrur

Upphæð skaðabóta ef töf umfram 3 klukkustundir verður á meðal löngu flugi.

600 evrur

Upphæð skaðabóta ef töf umfram 4 klukkustundir verður á löngu flugi.

Eru flugfarþegar almennt upplýstir um réttindi sín?

Samkvæmt Samgöngustofu er það á ábyrgð flugfyrirtækja að upplýsa farþega um réttindi sín komi til seinkunar eða aflýsingar flugs.

Ahrif heimsfaraldurs og sveiflur á flugmarkaði má sjá mjög greinilega í gögnum stofnunarinnar. Árið 2018 bárust Samgöngustofu 1.180 kvartanir. Árið 2019 kom til gjaldþrots tveggja stórra flugfélaga og því bárust 632 kvartanir það árið. Árið 2020 gætti áhrifa heimsfaraldurs þegar aðeins 809 kvartanir bárust og árið 2021 var lítið um flug og því kvartanir aðeins 232.

Hér má því ætla að í vissu samhengi sé um hlutfall af rekstri að ræða.

Fulltrúi Samgöngustofu segir að kvartanir hafi hlaðist inn síðustu daga vegna aflýsinga og seinkana á flugi, sem rekja megi til fyrrgreindra vaxtarverkja flugfyrirtækja í farþegaflugi eftir heimsfaraldur.

Ef ég lendi í seinkun eða fluginu er aflýst, hvar byrja ég?

Í upphafi á að hafa samband við flugfélagið. Sé um pakkaferð að ræða hefur ferðaskrifstofan milligöngu, nema annað komi fram.

Vefsíður flugfélaganna eru með flipa sem vísar farþegum á svæði þar sem hægt er að senda inn kvartanir og sækja rétt. Ef ekki næst í flugrekanda er hægt að snúa sér til Samgöngustofu. ■

BÆTIEFNABOX NÚMER EITT



**HVAÐA BOX
TIKKAR ÞÚ Í?**

**TAKTU BÆTIEFNAPRÓFIÐ
Á NUMEREITT.IS**

**30
BÆTIEFNA
SKAMMTAR**
EINN POKI Á DAG

Samsetning bætiefnanna í boxunum er sett saman með samvirkni í huga, úthugsuð út frá rannsóknum og alda gamalli þekkingu á jurtum og virkni þeirra.

- Þróað af jurtalæknum
- Vítamínin og steinefnin eru unnin beint úr fæðunni (food state)
- Heildarlausn í einu boxi
- Umhverfisvænar umbúðir
- Einfaldar bætiefnainntökuna

FJÁRFESTU Í HEILSUNNI



Elska þig, strætó



Guðmundur
Gunnarsson
ggunnars@
frettabladid.is

Við strætó erum á föstu. Byrjuðum að hittast fyrir nokkrum árum en þá bara nokkrum sinnum í mánuði. Svona fyrst um sinn. Ég man hvað mér fannst sambandið spennandi í upphafi. Allt svo nýtt og ferskt.

Það var svo heillandi að vera innan um allt þetta fólk. Ólíka þjóðfélagshópa. Ólík þjóð-erni. Öll saman í einni kös. Á annarri akrein en allt það fólk sem velur að vera einmana í umferðinni.

Stöku þvagblettir í sætunum trufluðu mig ekki í fyrstu. Það var svo margt annað í fari strætó sem ég kunni að meta.

Fyrir rúmu ári ákvað ég svo að gera alvöru úr sambandinu. Nú hittumst við strætó á hverjum degi. Stundum oft á dag. Vegna þess að það gekk allt svo vel í fyrstu. Hjá okkur strætó.

En svo fóru blettirnir í sætunum að súrna og brestirnir að koma í ljós. Eins og oft vill gerast í samböndum.

Í dag er svo komið að hlutir, sem hreyfðu ekki við mér í fyrstu, fara í taugarnar á mér.

Eins og þegar strætó svikur mig. Segist vera á leiðinni en kemur svo ekki. Bannsettur.

Svo skilur hann mig stundum eftir á gangstéttinni. Sendir svo bara undarleg villuboð í gegnum smáforrit sem virkar ekki. Það angrar mig.

Það er aðallega óáreiðanleikinn sem mér líkar ekki við strætó. Suma daga velti ég því fyrir mér hvort strætó sé í raun veru sá sem ég hélt að hann væri. Og það er sárt. Því ég kann svo vel við hann. Í grunninn.

Almenningssamgöngur verða að höfða til allra svo þær virki. Það er sá strætó sem ég vil en það er ekki sá strætó sem ég fæ.

Einhverra hluta vegna virðist þessu apparati stjórnað eins og einhverri afgangsstærð. Sem er sorglegt, því við sem þekkjum hann, vitum hvað hann getur verið frábær.

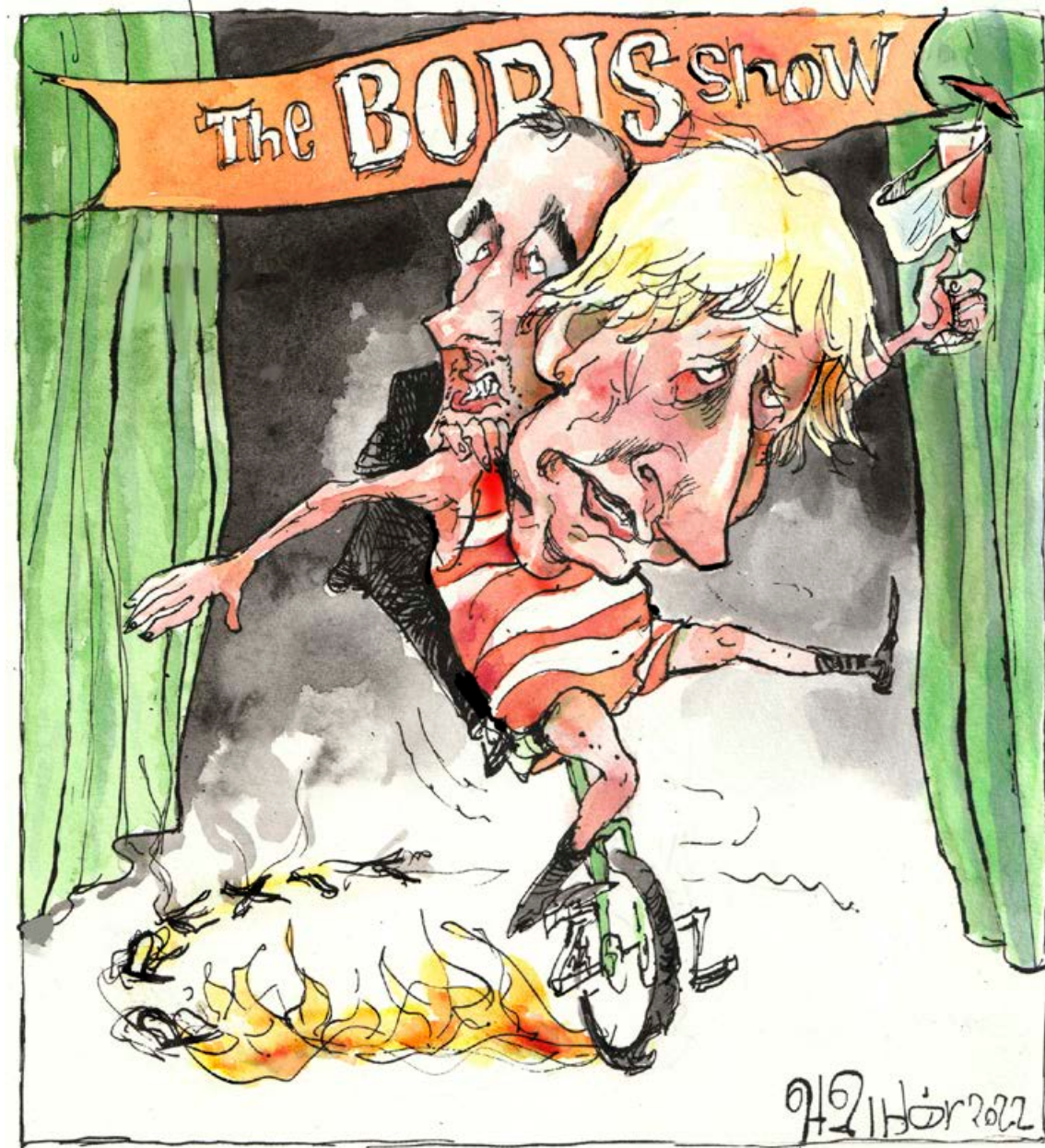
En þannig er nú það. Í gegnum mínar strætóraunir hef ég komist að því að það er best að kenna stjórnmalamönnum um þetta allt saman. Það er ekki við strætó sjálfan að sakast.

Ég hef því ákveðið að hanga með honum enn um sinn. Þrátt fyrir svikin.

Ég trúi því að hann geti orðið betri. En þá þarf folkið sem stjórnar honum líka að átta sig á að það þarf að sinna honum.

Aðeins þannig mun fólk í öllum sveitarfélögum höfuðborgarsvæðisins öðlast trú á kerfi sem á svo miklu meira skilið en það fær í dag. ■

■ Halldór



■ Frá degi til dags

ser@frettabladid.is

Allt er þegar þrennt er

Á sama hátt og ráðgátan um staka sokkinn úr þvottavélinni er enn með öllu óleyst, eða að brauðsneiðin sem maður missir í gólfið lendir alltaf á smurðu hliðinni, er með öllu óútskýrt af hverju fyrsta haustlæðin á Íslandi kemur alltaf í fyrstu viku júlí. Áhugafólk um útivist er orðið næsta vant þessu, enda er alvanalegt að skipulögðum fjallgöngum sé aflýst á þessum árstíma og þá ekki síður einum eða tveimur keppnisdögum á meistaramótum golfklúbba, í þeirri sveiflukenndu íþrótt, sem fara einmitt fram á þessum tíma.

Gul viðvörun

Eyjan okkar úti í miðju ballarhafi er auðvitað undir helstu þeytivindu háloftanna, en lægðalestirnar sem ganga yfir hana þvera standast betur tíma-áætlanir en nokkur almenningssfarartæki á þessari jörð. Ein af mörgum íslenskum þversögnum er því auðvitað sú að óvída í heiminum er hlutfall hjólhýsa og annarra aftanívagna jafn yfirmáta hátt á hvern íbúa, en sennilega er það líka einsdæmi í heiminum að íslenskar veðurspár á þessum árstíma snúast aðallega um að gjalda varhug við ferðum farartækja sem taka á sig vind. Á Íslandi þýðir nefnilega gul viðvörun í júlí ekki sól. ■

Reglurnar sem ríkið felur



Helga Sigrún
Harðardóttir
framkvæmdastjóri
Staðlaráðs Íslands

Heilsa okkar og öryggi er eitt það mikilvægasta sem við eigum. Það sést glöggst þegar fólk eldist, veikist eða slasast. Aðild Íslands að EES-samningnum tryggir okkur mikilvæga vernd þegar kemur að heilsu, öryggi og neytendavernd því héraðis eru teknar upp sömu verndandi kröfur til neytendavara og annars staðar í Evrópu hvort sem um er að ræða gasgrill, leikföng, andlitsgrímur, hjálpartæki ástalífsins, vélar eða byggingavörur.

Samningurinn hefur geymt margar mikilvægustu réttarbætur okkar Íslendinga því við höfum getað sótt þær í gegnum Eftirlitsstofnun EFTA og EFTA-dómstólinn þegar mistekist hefur að innleiða reglur með réttum hætti hér á landi.

En það er ekki allt sem sýnist, því hér koma staðlar við sögu. Í tugum vörutílskipana ESB, sem innleiddar eru hér, er vísað til á fimmta þúsund staðla. Í þeim er m.a. sagt til um virkni, efnisnotkun, framleiðslu og prófanir á fjöldamörgum neytendavörum, s.s. rafmagnstækjum, lækningatækjum, persónuhlífum, leikföngum og mælitækjum. Staðlar eru því ekkert einkamál einkennilegra sérfræðinga. Þeir eru beinlínis hluti af löggjöf hér á landi. Íslenskir hagaðilar hafa líka aðgang að allri staðlagerð og geta því haft áhrif á endanlega gerð þeirra, ólíkt aðgengi okkar að þróun og gerð annarrar löggjafar í Evrópu. Það er nú ekki lítið.

Það er því í besta falli óheppilegt að íslenski löggjafinn skuli ekki hirða um að gefa upplýsingar um alla staðla sem mynda kröfuhluta svo mikilvægra réttarheimilda eins og raunin hefur verið. Með því eru grundvallarkröfur löggjafarinnar faldar fyrir neytendum, innflytjendum, útflytjendum, söluaðilum, byggingaverktökum og þeim stofnunum ríkisins sem fara með opinbert markaðseftirlit.

Þessi galli á innleiðingu ríkisins á réttarreglum getur haft í för með sér hættu, óþægindi og tjón fyrir fólk og fyrirtæki. Það er orðið tímabært að löggjafinn gyrði sig í brók og veiti, þó ekki væri nema upplýsingar, um þær reglur sem hér eru innleiddar okkur til verndar og öryggis. ■

”
Suma daga velti ég því fyrir mér hvort strætó sé í raun og veru sá sem ég hélt að hann væri.

Blaðið með bollanum

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

Taktu Fréttablaðið með þér í friðið.



Tíminn og fólkið

Í dag



Karl Th. Birgisson

„Það er búið raunverulega að gefa þetta frjálst og lítið annað en lögin eftir,“ sagði þingmaðurinn.

Með öðrum orðum: Tíminn og fólkið tóku af okkur völdin. Lögin eru orðin marklaus.

Þingmaðurinn gæti verið að tala um einhverja löggjöf okkar tíma, en svo er ekki.

Þessi eftirsjá hans og nánast harmur spratt vegna þess að til stóð að leggja niður Viðtækja-verzlun ríkisins. Hún hafði einkaleyfi á að flytja inn útvarpstæki (já, þau hétu viðtæki, þið þaddna undir fertugu).

En raunveruleikinn hafði bitið í rófuna á stjórnmálunum:

„Öllum mögulegum aðilum hefur verið leyft að flytja inn viðtæki,“ bætti þingmaðurinn við. Það var klárlega brot gegn lögum frá 1930 og ekkert gamanmál.

Þingmaðurinn var þó ekki hættur.

Nokkru síðar fékk ríkið nefnilega líka heimild „til einkasölu á bifreiðum, rafvélum, rafahöldum o.fl.“ eins og það hét. Þessi heimild var sannarlega nýtt, en tíminn og fólkið vann gegn henni:

„Heimilistækin, bifreiðarnar og þetta allt saman er orðið svo að segja braskvara.“ Þau viðskipti væru öllum til ógagns, en sérstaklega alþýðunni, og færi betur að

ríkið sæi um sölu á svo viðkvæmum nauðsynjum.

Þið haldið kannske að þessi þingmaður sé að tala úr fortiðinni, en hann gat leyft sér að segja „í gamla daga“, eins og í þessari brýningu um skynsamlegan ríkisinnflutning á bílum:

„Bílaeinkasala þarf ekki nú á tímum að þýða skömmtnun, eins og hún þýddi í gamla daga. Nú væri hægt að flytja almennt inn þær tegundir, sem mönnum þætti skynsamlegt að flytja inn, og menn gætu fengið frjálst að kaupa bíla, en það væri ríkið, sem sæi um það.“

„Sem mönnum þætti skynsamlegt að flytja inn.“

Skyldi vera hægt að panta sæti í nefndinni sem ákveður hvað er skynsamlegt?

„Ég er almennt svag fyrir Oldsmobile, en veit líka að nýjustu týpunar af Volgu eru soldið flottar. Það er víst ekki í boði út af einhverju veseni, en hvernig er Volvo sem málamiðlun?

Upp á öryggið. Við viljum ekki að fólk fari sér að voða. Okkar hlutverk er fyrst og fremst að gæta hagsmuna fólks, svo að það kaupir ekki eða geri einhverja bölvada vitleysu.

Til þess erum við – ríkið.“

Eða eins og annar þingmaður

orðaði það: Samfélagið yrði að gripa inn í „svo að það kæmi ekki fyrir, að strákar í Reykjavík séu að leika sér á bílum, sem þeir hafa ekkert með að gera.“

Það var vitaskuld reynt að skammta bíla eins og aðra hættulega vöru, og fjármálaráðherrann tók það verkefni að sér:

„Ég [...] held að ráðherrann hafi ekki athugað hvaða erfiðleikar eru því samfara að eiga að úthluta 10 þús. kr. bílum, þegar það, að fá bíl, er það sama eins og að fá 20 þús. kr. á borðið. Ég veit um menn, sem fengu bíla og hafa selt þá aftur fyrir 20 þús. kr.“

Svona er vandlifað, þá og nú. Um bíla og bankahlutabréf.

Ræðurnar hér að ofan voru fluttar þegar talsmenn almennings á Íslandi sáu veröldina hrynja í kringum sig með öllu þessu viðskiptafrelsi.

Alls konar fólk mátti gera alls kyns án þess að spyrja viðkomandi ríkisnefnd leyfis. Mögulega að kaupa hrærivél. Þó ekki traktor.

Heimsmynd þess batnaði ekki úr þessu.

Langt fram eftir öldinni hafði Póstur og sími einkaleyfi til að selja símteki. Tölur Hagstofunnar benda til þess að símtekjum hafi fjölgað gríðarlega – og þar með

hafi fólk, eðli málsins samkvæmt, blaðrað meiri vitleysu, landi og þjóð til óhappa – eftir að þessi einkaréttur var afnuminn.

Að við nefnum ekki útvarps- og sjónvarpsstöðvar, sem leyfðar voru fyrir 40 árum. Almennt álit dómþerra er að þeim hafi fylgt bæði forheimskun og verri tónlistarsmekkur þjóðarinnar.

„Þurfum við fleiri útvarpsstöðvar?“ var algeng spurning á þessum árum. Hennar spurðu þeir sem hafa þá fágætu hæfileika að tala um sjálfa sig í fleirtölu og vita hvað einstaklingar „þurfa“.

En tíminn og fólkið er grimmur andstæðingur.

Við sleppum alveg Grænmetisverzlun ríkisins og einkasölu á síld, en megum alls ekki skilja út undan þá vöru, sem er sennilega hættulegri en nokkur þeirra, sem nefndar hafa verið hér.

Hættulegri en meiraðsegja bílar og brauðristar.

Eldspýtur.

Það var komið vel undir síðustu aldamót þegar einokun ríkisins á innflutningi eldspýtna var afnumin.

Því miður tekur Hagstofan ekki saman tölur um eldsvoða þar sem einkaeldspýtur eru kveikjan.

Það væri áreiðanlega ófögur lesning. ■

”
Nokkru síðar fékk ríkið nefnilega líka heimild „til einkasölu á bifreiðum, rafvélum, rafahöldum o.fl.“ eins og það hét.

Alls konar sigurvegarar



Freyr Ólafsson
formaður Frjáls-
íþróttasambands
Íslands

Þau eru misjöfn áhugamálin. Mitt er að fylgjast með frjálsum. Undanfarnar vikur hef ég elt frjálsíþróttaviðburði um landið. Ég stenst ekki mátið að deila með þér gleðinni. Gleðinni yfir því sem ég sá, endurteknum alls konar sigri.

Í Hafnarfirði horfði ég á hóp hraustbyggðra karla og kvenna snúa sér í hringi með þunga sleggju í „bandi“. Þau færustu snerust og snerust af slíkri lipurð og léttleika að hvaða dansari sem er hefði mátt vera stoltur af.

Í einni sleggjukastskeppni var saman komið Íslands fremsta afreksfólk í greininni, risandi stjórnur á leiðinni út í heim, efnilegir unglingar utan af landi, fólk innan og utan flokka fatlaðra, reynt og óreynt, hávaxið sem lágvaxið. Eitt átti það sameiginlegt. Það vildi gera sitt allra besta, bæta sig, koma sleggjunni sem lengst frá búrinu.

Þó aðeins einn karl og ein kona væru krýnd Íslandsmeistarar, Hilmar Örn Jónsson og Elísabet Rut Rúnarsdóttir, þá var ljóst að fjölbreytileikinn hafði sigrað. Hver og einn einasti þátttakandi gat gengið stoltur frá keppni, leyft lönguninni til að bæta sig kitla sig áfram, hvetja sig til dæða fram að næsta móti.

Á fáeinum dögum fylgdist ég með þremur frábærum hlaupum, einu á Akureyri og tveimur í Reykjavík. Það sama gildi og í Hafnarfirði, fjölbreytileikinn átti sviðið og mikilið var sviðið falllegt og umgjörðin góð.

Hvergi birtist feegurð fjölbreytileikans í frjálsíþróttunum skýrar en einmitt í almenningshlaupunum. Ég horfði á hundruð hlaupara fagna tækifærinu til að geta hlaupið, geta verið með, eiga tækifæri á að bæta sinn besta tíma í öruggri umgjörð og faglegri.



Saman hlupu af stað út úr rásmarkinu ömmur með mjaðma-mein, óharðnaðir unglingar, gamlingjar frá Gdansk í hópi með þindarlausum þríþrautarkempum, aðeins fyrir ófatlaða, aðeins fyrir fullorðna, aðeins fyrir elítuna sem náði árangri. Erfitt er annað í dag en að hrista hausinn yfir fávísku fortíðar, nú þegar þessi jákvæða breyting er orðin.

Sem betur fer hafa múrar fallið í íþróttunum, aðgreiningin er á undanhaldi. Kyn keppa nú saman í fjölda greina, köstum, stökkum og lengri hlaupum. Engu skiptir hvort fólk glímur við takmarkanir eða fatlanir, það er boðið velkomið að sama borði og aðrir. Fram undan er enn frekari þróun sem stefnir í sömu átt, að leyfa öllum að njóta sín í íþróttum, hvar sem þeir standa á aldurs-, getu-, eða öðrum skólum.

Takk, FH, UFA, ÍBR og Ármann, fyrir að standa svona listavel að þessum flottu viðburðum sem ég fékk að fylgjast með. Viðburðum sem voru drifnir áfram af mögnuðum sjálfbodaðliðum og öðru góðu starfsfólki íþróttahreyfingarinnar. Takk, sveitarfélög, fyrir að bjóða mér og þessum fjölbreytta hópi keppenda upp á umgjörðina fyrir þessar veislur. Síðast en ekki síst takk, íþróttafélög landsins, sem saman styðjið við og stuðlið að alls konar sigrum alls konar fólks alla daga! ■

Líklega má þakka fjölbreytninni í frjálsum einfaldleika hverrar greinar og því hversu auðvelt er að mæla og meta sjálfan sig, hve hún heillar fjöldann. Þegar ekki þarf annað en áhuga og umgjörð til að leggja af stað, takast á við sjálfan



Komum öll heil heim



Anna Jóna
Kjartansdóttir
gæða-, umhverfis-
og öryggisstjóri
Ístaks

Sumarið er tími vegaframkvæmda. Vegfarendur fara ekki varhluta af því enda víða tafir í umferðinni sem geta farið í taugarnar á fólki. En þá er mikilvægt að muna að í kringum vinnusvæðin vinna mömmur, pabbar, afar og ömmur, frændur og frænkur. En það eru einmitt skilaboð vitundarátaksins Aktu varlega! – mamma og pabbi vinna hér, sem verður í gangi í sumar.

En hvað er það sem gerist á bak við tjöldin til að við, hinir almennu notendur, getum komist leiðar okkar í gegnum framkvæmdasvæði? Það er fjölmargt, enda kröfur um merkingar á vinnusvæðum vegaframkvæmda skýrar og verkakans að fylgja eftir. Eitt er að teikna merkingarnar upp á blað, en annað að setja niður á verkstað og vakta þannig að allt sé eins og það á að vera.

Bæði eru settar upp merkingar sem eru sérstaklega ætlaðar til að vekja athygli okkar vegfarenda, en síðan eru líka leiðbeinandi skilti, merkingar, varnir og fleira sem við óbeint tökum ekkert endilega eftir en beina okkur rétta leið. Þetta allt

er fyrst og fremst gert til að beina athygli okkar að framkvæmdinni og umferð stórra og þungra ökutækja, en einnig til að verja starfsfólk í vegavinnu fyrir okkur, öku-mönnum í umferðinni.

Reglur í kringum vinnusvæðamerkingar eru skýrar. Til dæmis þurfa öll skilti að vera hrein, og þau eiga að snúa rétt. Það eru því ófá handtökin hjá starfsfólki við að fara um vinnusvæði til að laga, færa til, fjarlægja, reisa við og þrifa skilti, allt árið um kring og á veturna bætist við að moka snjó frá þeim. Þessi vinna fer fram innan um mikla umferð og jafnvel grjótkast frá bílum, allt til að við hin komumst leiðar okkar eins örugglega og greiðlega og hægt er. Höfum þetta í huga þegar við ökum um framkvæmdasvæði því starfsfólk verktaka á, eins og við hin, aðstandendur og fólk sem því þykir vænt um.

Það skiptir máli að slá af og virða hámarkshraða. Oft óskar verktakinn eftir því að taka hraðann meira niður en hann fær samþykkt að gera. Við skulum því ávallt virða þann hámarkshraða sem er settur, og efl framúrastkur er bannaður þá á að virða það – það skiptir máli.

Mikilvægast af öllu þegar keyrt er í gegnum framkvæmdasvæði er að hafa athyglina í lagi. Alltof oft verða verktakar varir við öikumenn sem eru að horfa á eða tala í síma við akstur.

Mundu, það eiga allir rétt á að komast heilir heim. ■

Mótvægisstyrkir vegna Covid-19

aron@frettabladid.is

ÍPRÓTTIR Opnað hefur verið fyrir umsóknir um mótvægisstyrki til íþrótta- og æskulýðshreyfingarinnar vegna heimsfaraldurs. Ásmundur Einar Daðason, mennta- og barnamálaráðherra, kynnti ásamt ÍSÍ forsendur úthlutunar og umsóknarferlið á kynningarfundir ráðherra með hreyfingunni á dögunum.

Markmiðið með mótvægisstyrkjunum er að bæta að hluta til tekjutap og aukin útgjöld af völdum samkomutakmarkana. Alls er gert ráð fyrir 500 milljónum króna í mótvægisstyrki til íþrótta- og æskulýðshreyfingarinnar.

Sér sambönd, íþróttahéruð, íþrótta- og ungmennafélög sem og deildir þeirra geta sótt um stuðning, auk æskulýðsfélaga. Umsækjendur verða hins vegar að geta sýnt fram á tekjutap eða kostnaðarauka vegna viðburða sem þurfti að fella niður eða breyta verulega vegna samkomutakmarkana af völdum Covid-19.

ÍSÍ hefur umsjón með umsóknarferlinu og hefur upplýsingasíðu í tengslum við styrkveitinguna verið komið upp. Hægt er að finna nánari upplýsingar á heimasíðu ÍSÍ, isi.is. Umsóknarfrestur er til og með 2. ágúst næstkomandi. ■

Verstappen veltir fyrir sér framtíðinni

aron@frettabladid.is

FORMÚLA 1 Max Verstappen, ríkjandi heimsmeistari í Formúlu 1 og ökumaður Red Bull Racing, segir framtíð sína í Formúlu 1 eftir að núverandi samningur hans við Red Bull rennur út árið 2028, velta á ýmsum þáttum.

Verstappen skrifaði undir nýjan sex ára samning við Red Bull Racing fyrir yfirstandandi tímabil og er skiljanlega litíð að hugsa út í það hvað tekur við að þeim samningi loknum. Hann leyfði sér þó að velta þeim tímapunkti aðeins fyrir sér í viðtali við talkSPORT.



Max Verstappen

„Kannski mun ég bara hætta,“ sagði Verstappen er hann var spurður að því hvað gæti tekið við þegar samningur hans við Red Bull rennur út árið 2028. „Á þeim tímamarki mun ég hafa keppt lengi í Formúlu 1.“

Verstappen segir þetta allt velta á því hversu góðum bíl hann ekur á þeim tímamarki, hann vilji ekki vera á bíl sem gefur honum ekki tækifæri á sigri.

Hann segist hins vegar vera á góðum stað núna.

„Ég er í rétta liðinu. Mér líður vel með það sem við erum að gera og því er engin ástæða til þess að breyta til,“ segir Verstappen, sem leiðir stigakeppni ökumanna um þessar mundir og er líklegur til þess að verja titil sinn í Formúlu 1. ■

Mikill fjöldi njósnara fylgist með efnilegum kylfingum á Urriðavelli

Íslenskir kylfingar hafa í nægu að snúast í þessari viku. Evrópumót landsliða í ýmsum aldursflokkum, í heildina sex mót, fara fram á mismunandi keppnisstöðum. Eitt þeirra fer fram á vegum Golfklúbbsins Odds á Urriðavelli. Þar fer fram Evrópumót stúlknalandsliða.

helgifannar@frettabladid.is

GOLF Þetta er í fyrsta sinn sem EM stúlknalandsliða fer fram hér á landi. Golfklúbburinn Oddur lánaði þó Urriðavöll einnig undir stórmót árið 2016, þá undir EM kvenna.

Alls taka 18 þjóðir þátt á EM stúlknaliða. Spánverjar eru ríkjandi Evrópumeistarar eftir sigur á Frökkum í úrslitaleiknum í fyrra. Keppendur sem taka þátt í mótinu í ár eru 108 talsins, sex leikmenn í hverju liði. Um er að ræða mjög efnilega keppendur sem eiga án vafa margir hverjir eftir að setja mark sitt á atvinnugolf í kvennaflokki á næstu misserum.

Þorvaldur Þorsteinsson, framkvæmdastjóri Golfklúbbsins Odds, segir að fjölmennur hópur sjálfbóðaliða standi þétt við bakið á framkvæmdaaðilum mótsins. Það gleður hann hversu mikill stuðningur félagsmanna, sem og golfhreyfingarinnar á landsvísu, hefur verið.

„Það þarf margar hendur til þess að gera Evrópumót stúlknalandsliða að einstökum og eftirminnilegum viðburði. Við leituðum til okkar frábæru félagsmanna og ósk-uðum eftir sjálfbóðaliðum. Græni sjálfbóðaliðaherinn okkar frá árinu 2016 svaraði kallinu með glæsibrag og voru viðbrögðin framar vonum. Rúmlega áttatíu félagsmenn eru klárir að standa vaktina með okkur, en án þeirra væri ekki hægt að halda slíkt mót.“

Sjálfbóðaliðarnir fá fjölbreytt verkefni, úti á golfvöllinum og í og við golfskálann. Við gerum ráð fyrir að hver sjálfbóðaliði taki í það minnsta eina vakt, sem er fjórar klukkustundir,“ segir Þorvaldur.

Fjöldi njósnara, sem eru um leið



Kvennalandsliðið nýtur stuðnings ráðherra úr ríkisstjórn Íslands á öllum þremur leikjum liðsins í riðlakeppni.

MYND/GSÍ

”
Miðað við það sem ég sé núna í tíu gráðum og vindi, og það yfir sumartímann, finnst mér mjög tilkomumikið að það séu svo margir íslenskir kylfingar í Bandaríkjunum.

Amy Bond, yfirþjálfari kvennaliðs Florida State-háskólans í golfi

margir hverjir þjálfarar í bandarískum háskólum, eru staddir á mótinu, alls um fjörutíu talsins, að fylgjast með keppendum, með það í huga að fá þá jafnvel í sína skóla. Ein þeirra er Amy Bond, yfirþjálfari kvennaliðs Florida State University. Lið hennar er eitt það besta í bandarísku háskólagolfi. Meðal þeirra sem léku með háskólaliði Florida State má nefna Brooks Koepka sem hefur unnið fjóra risatitla á farsælum ferli.

Amy telur margar framtíðarstjórnur vera staddir á EM stúlknaliða nú.

„Hæfileikastigið hér er mjög gott. Það er gaman að sjá þær sex bestu í þessum aldursflokki frá öllum átján löndunum,“ segir Amy.

Hún hefur notið mótsins hingað til í botn. „Þetta hefur verið frábært. Við höfum fengið alls konar veður. Þetta er fallett land, svo einstakt, vegna fjallanna og alls þess.“

Amy býr að staðaldrí á Flórída

í Bandaríkjunum, svo hún er von mun hlýrri veðurskilyrðum á þessum árstíma en Ísland býður upp á þessa dagana.

„Vanalega er okkur svo heitt á þessum árstíma, svo það er gott að fá smá breytingu á því og sjá gott golf á fallegum golfvelli.“

Amy telur að stór ástæða þess að svo margir þjálfarar séu nú á Íslandi að fylgjast með mótinu á Urriðavelli sé tækifærið til að koma til Íslands. Einnig spili þó inn í að kórónaveiran hafi gert fólki lífið leitt undanfarin ár. „Hún hefur hindrað okkur í að ferðast og sjá marga af leikmönnum.“

Henni finnst aðdáunarvert hversu margir góðir kylfingar komi frá Íslandi, miðað við smæð landsins og veðurskilyrði oft og tíðum. „Miðað við það sem ég sé núna í tíu gráðum og vindi, og það yfir sumartímann, finnst mér mjög tilkomumikið að það séu svo margir íslenskir kylfingar í Bandaríkjunum.“ ■

Þrír ráðherrar viðstaddir leiki Íslands á EM

kristinnpall@frettabladid.is

FÓTBOLTI Þrír ráðherrar verða viðstaddir einn af leikjum kvennalandsliðsins á Evrópumótinu í knattspyrnu. Þá mun Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, einnig verða viðstaddur einn af leikjum Íslands í riðlakeppninni. Ísland hefur leik gegn Belgum á sunnudaginn, en þetta er í fjórða skiptið í röð sem Ísland er meðal þátttökubjóða á EM kvenna.

Fréttablaðið sendi inn fyrirspurn til allra ráðuneytanna og til embættis forseta Íslands, en ekki barst svar frá félags- og vinnumarkaðsráðuneytinu og heilbrigðisráðuneytinu áður en blaðið fór í prentun. Aðrir sögðu að þeir myndu ekki mæta á leiki Íslands en myndu fylgjast með frammistöðu liðsins.

Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra verður viðstödd fyrsta leik Íslands á mótinu en hún verður eini fulltrúi ríkisstjórnar Íslands á fyrsta leik kvennalandsliðsins á EM. Von er á forseta Íslands, Guðna Th. Jóhannessyni, og Lilju Dögg Alfreðs-



Ásmundur Einar Daðason, mennta- og barnamálaráðherra

dóttur, menningar- og viðskiptamálaráðherra, á leikinn gegn Ítölum næsta fimmtudag. Þessir leikir fara báðir fram á æfingavelli Manchester City sem tekur sjö þúsund manns í sæti.

Ásmundur Einar Daðason, mennta- og barnamálaráðherra verður viðstaddur þegar Íslendingar mæta Frökkum þann 18. júlí næstkomandi, en sá leikur fer fram á heimavelli Rotherham. Enn er hægt að næla sér í miða á leikinn gegn Frökkum, þar sem völlurinn tekur tólf þúsund manns. ■



Kvennalandsliðið nýtur stuðnings ráðherra úr ríkisstjórn Íslands á öllum þremur leikjum liðsins í riðlakeppni Evrópumótsins.

FRÉTTABLAÐIÐ/EPÁ

ALLT

FÖSTUDAGUR 8. júlí 2022

KYNNINGARBLAÐ



Ber hafþyrnis eru stútfull af vítamínum og meinhollri olíu.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Berin eru súr

jme@frettabladid.is

Einhverjir hafa tekið eftir því að nú fást hafþyrnisber (e. sea buckthorn berry) í frystikistum matvörubúðanna. Ber hafþyrnis eru einstaklega næringarrík og holl og góð uppspretta C-vítamíns og beta-karótíns, lífræns litarefnis sem gefur graskeri, gulrótum og tómötum lit sinn. Berin eru þó afar súr og beisk ómeðhöndluð, en bragðið mildast við að frysta þau. Einnig er vinsælt að blanda safu berjanna við aðra safu eins og epla- eða greipaldinsafa. Að auki nota margir berin í bókur og sultugerð. Einnig er tilvalið að skella nokkrum berjum með í morgunbústið til að gefa exótískt bragð og smá auka sýrni.

Safinn úr pressuðum berjum skiptist í þrú lög: efst er þykkt appelsínugult krem, miðjulaðið inniheldur mikið magn af ómettuðum fitusýrum og neðst er botnfall eða dreggjár. Efstu tvö lögin eru gjarnan unnin í húðkrem og ýmsar snyrtivörur.

Heilsubombur

Í gegnum aldirnar hafa ber hafþyrnis og plantan sjálf sem slík verið notuð í lækisfræðilegum tilgangi. Hafþyrnir er til dæmis enn ræktaður og notaður sem heilsujurt víða í Asíu til að stilla hósta og laga meltingu, draga úr sársauka og auka blóðflæði. Þá innihalda berin óvenjumikið andoxunarefni sem talið er að geri gagn til að hindra krabbamein. En eins og með mörg bætiefni hafa nútímarannsóknir ekki náð að sanna heilnæmi berjanna. ■

BÄSTA I TEST
Bäst-i-Test 2022

Fæst í Apótekum, Hagkaup, Fríhöfninni og víðar | nánar á [evy.is](https://www.evy.is) og [celsus.is](https://www.celsus.is)



Hanna Hlíf Bjarnadóttir myndlistarmaður hefur gaman af því að hafa ólíka hluti í kringum sig.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Blandar saman gömlu og nýju svo úr verður sælureitur

Hanna Hlíf Bjarnadóttir myndlistarkona á einstaklega fallegt og listrænt heimili þar sem persónuleiki hennar skín í gegn. Á heimilinu er að finna persónulega muni bæði frá dætrum þeirra hjóna og vinum. Fjölskyldan er öll listfeng og listrænir straumar á heimilinu. **2**



Sjöfn
Þórðardóttir
sjofn
@frettabladid.is

Hanna er gift Þórarni Blöndal myndlistarmanni og eiga þau saman tvær stúlkur, Marsibil Sól 23 ára, sem var að útskrifast úr vöruhönnun frá LHÍ, og Ilmi Maríu 14 ára, sem var að klára níunda bekk í Hagaskóla. Sjálf starfar Hanna líka í listrænu umhverfi. Hún er með íláta-blæti og gamlir dunkar sem hafa fylgt henni lengi fanga augað þar sem gamli tíminn minnir á sig.

„Ég er svo heppin að vinna við skapandi umhverfi hjá Listasafni ASÍ og ég hlakka alltaf til að fara í vinnuna. Verð að minnast á að í vefverslun safnsins, listasafnasi.is, er meðal annars úrval af plakötum og eftirprentunum sem hægt er að prýða húsnæði með á ódýran hátt. Ég hef alltaf haft mikla þörf fyrir að vinna í höndunum og skapa, hvort sem það er að sauma, prjóna, mála eða elda. Þá týni ég mér og gleymi stund og stað. Vinnustofan mín er heima svo það eru forréttindi að geta labbað beint úr eldhúsinu og inn á vinnustofu og byrja að skapa.“

Þúslin féllu saman í rétta mynd

Frá því að Hanna var barn hefur þessi skapandi orka verið til staðar. „Sem barn vildi ég læra innan-hússhönnun, var alltaf að teikna rými og raða inn húsgögnum, ég saumaði líka mikið og hannaði fót á mig og langaði einnig að verða fatahönnuður. Þar sem ég er talna-blind lagði ég ekki í þessi nám. Aðalmálið var að sneiða algjörlega hjá námi sem innihélt stærðfræði og tölustafi.

Þó að myndlist hefði verið eitt af mínu stóru áhugamálum í gegnum lífið þá hvarflaði aldrei að mér að fara í myndlistarnám. Það var svo maðurinn minn sem hvatti mig til að sækja um í Myndlistaskólanum á Akureyri, hálfpartinn rak mig í þetta, ég var mjög fráhverf þessari hugmynd í fyrstu, sá alls ekki að ég ætti eitthvert erindi þar, en sem betur fer hlýddi ég honum og sótti um. Komst inn í skólann og kláraði diplóma. Myndlistarnámið hefur orðið til þess að ég hef fundið hvernig öll þúslin féllu saman í rétta mynd inni í mér, ég er svo heppin að vera á rétttri hillu og að hafa manninn minn á bak við mig í öllu sem ég geri.“

Alls konar ílát frá ömmunum

Aðspurð segir Hanna að inn-blásturinn komi víða að. „Ég hef verið að vinna að sýningu sem opnuð var í gær í Lólu Flórens, þar kemur innblásturinn frá því að ég var barn og ólst upp við frekar fátæklega listkennslu nema ég var svo heppin að komast á námskeið í málun á postulíni hjá einum færaða postulínskmalara á landinu, Kolfinnu Ketilsdóttur heitinni, hún kenndi mér margt sem fylgir mér enn þann dag í dag. Hjá henni var ég frá 12 til 14 ára og málaði eins og vindurinn og gaf svo alla hlutina, því ég hafði engan áhuga á að eiga þessa gripi, bara að fá að mála á þá.

Á sýningunni verða blóm og alls konar ílát sem við könnumst við að hafa séð hjá ömmum þar sem kökurnar voru geymdar. Ég er með íláta-blæti og gamlir dunkar hafa fylgt mér mjög lengi, í staðinn fyrir að kökur séu geymdar þar, þá eru til dæmis símasnúður heimilis-meðlima geymdar þar. Svona færir maður gamla tímann með sér.“

Borðstofan hjarta heimilisins

Heimilið Hönnu og fjölskyldu er frekar afslappað og kósi. „Flest er keypt notað og hefur ákveðna sál sem okkur finnst notalegt, við blöndum gömlu saman við nýtt og úr verður sölureiturinn okkar. Við erum mikið matarfólk



TséTsé-stellið sem Hanna er ástfangin af og kaupir endrum og eins inn.



Máluð mynd af Hönnu eftir Ilmi Maríu dóttur hennar sem hún gerði þegar hún var 11 ára og verk eftir eiginmann Hönnu.

og finnst skemmtilegt að fá vini í mat, eldhúsið og borðstofan eru því hjartað á heimilinu. Það var það sem ég saknaði mest á Covid-árunum, að geta haldið matarboð og fengið vini heim. Nú er allt að fæðast upp á nýtt og partið að byrja aftur.“

Myndlistin skreytir vegg

Hjónin eiga töluvert af myndlist sem prýðir vegg heimilisins. „Mikið af myndlistinni er eftir vini okkar, á heimilinu er einnig fullt af hlutum sem stelpurnar okkar hafa gert í gegnum árin og gefið okkur, það eru hlutir sem ég elska að hafa í kringum mig. Síðan hafa bækurnar alltaf sinn sess á heimilinu en bóklestur hefur alltaf verið stór þáttur af heimilislífinu hjá okkur.

Við viljum hafa hvíta vegg og bólstra frekar með verkum frá lofti til gólfs, nokkur verk biða eftir að fá pláss en þau eru í innrömmun eins og er og svo er bara að finna rými þegar þau koma heim.“

Ástfangin af matarstelli frá TséTsé

Hanna segist ekki safna neinu sérstöku. „Við erum ekki mikið fyrir að safna einhverju sérstöku, okkur finnst skemmtilegra að raða ólíkum hlutum saman, en ég verð að viðurkenna að ég er ástfangin af matarstelli frá TséTsé og ég á frá þeim hluti sem ég hef splæst í síðan við giftum okkur fyrir 25 árum, en mér finnst fallegast að blanda því saman við aðra hluti sem við finnum á nytjamörkuðum og ég er því ekki að kaupa nema einn og einn hlut frá þessu merki.“



Fálkinn er fjölskyldunni mjög kær og eins verkið eftir Margréti H. Blöndal fyrir ofan.

“Síðan hafa bækurnar alltaf sinn sess á heimilinu en bóklestur hefur alltaf verið stór þáttur af heimilislífinu hjá okkur.

Þrátt fyrir listræna finger segist Hanna ekki verið með græna finger. „Það er mikil prýði að því að hafa plöntur á heimili, ég er því miður ekki með græna finger og hef ég því séð á eftir mörgum sem hafa dáið hjá mér.

Ég reyni að vera skynsöm og velja harðgerðar plöntur sem þola alls kyns meðferð og svo hef ég líka verið mjög útsjónarsöm og keypt plöntur sem deyja aldrei, við eigum til dæmis gerviblóm sem við skiptum út eftir árstíðum og ég get því verið áhyggjulaus um að drepa ekki þessar elskur,“ segir Hanna og hlær.

„Að því sögðu þá hefur garður ávallt verið höfuðverkur og ég hef aldrei fundið mig í garðvinnu, það hefur verið mjög íþyngjandi að horfa á órákt í gördum sem við höfum átt en hafa sig ekki í verkið, en í dag erum við ekki með garð og laus við það samviskubit sem fylgir því, það er frelsi.“

Áhugasamir geta skoðað fleiri verk eftir Hönnu Hlíf á heimasíðu hennar hannahlif.com.

Einnig er vert að vekja athygli á sýningu hennar í Lólu Flórens sem ber yfirskriftina Kyrnur. ■



Ómissandi bækur og afdrep.



Þetta er hann Tigri, sem maðurinn hennar Hönnu kom með að gjöf, þar sem hún lá með hriðir vegna fæðingar eldri dóttur þeirra fyrir 24 árum. Dagurinn er líka afmælisdagur Hönnu og brúðkaupsdagur þeirra hjóna, 1. nóvember. Tigrinn er kallaður verndari heimilisins.

Þetta er svo sannarlega „vænt um veggur“. Kerta-stjakinn eftir Sólveigu Hólm er nýkominn inn á heimilið, Hönnu finnst hann svo geggað töff.

FRÉTTABLAÐIÐ/
SIGTRYGGUR ARI



ZE ZE Somaz úlpujakki
Fæst í fleiri litum - Stærðir 38-48
Verð áður 11.990 kr
Útsöluverð 8.393 kr

ZE ZE síður köflóttur jakki
Fæst líka í steingráu - Stærðir 40-46
Verð áður 10.990 kr
Útsöluverð 6.594 kr

ZHENZI Helyn kvartermabolur
Fæst í fleiri litum - Stærðir 42-58
Verð áður 7.990 kr
Útsöluverð 5.593 kr

ZE ZE hettupeysukjöll með pífu
Fæst líka í dökkbláu - Stærðir 38-48
Verð áður 12.990 kr
Útsöluverð 9.093 kr

ZE ZE Alaya hettupeysukjöll
Stærðir 38-48
Verð áður 12.990 kr
Útsöluverð 9.093 kr

yesta

yest

no secret

Q'neel

ROBELL

ZHENZI

ZE ZE Nordic

Q'neel



YEST/YESTA treggings með rönd
Fæst líka með rauðu - Stærðir 36-54
Verð áður 7.980 kr
Útsöluverð 5.586 kr



ZHENZI Kogle hneppt peysa
Fæst í fleiri litum - Stærðir 42-56
Verð áður 8.990 kr
Útsöluverð 6.293 kr



ZHENZI Izora léttur jakki – vendingur
Stærðir 42-52
Verð áður 7.990 kr
Útsöluverð 4.794 kr



ZE ZE Culic kjöll
Fæst líka í brúnu - Stærðir 38-46
Verð áður 8.990 kr
Útsöluverð 6.293 kr



ZE ZE Bobbi kjöll
Fæst líka í bleiku - Stærðir 36-48
Verð áður 10.990 kr
Útsöluverð 7.693 kr

SUNDAY
by Godske

FRANDSEN

festival
DENMARK

STUDIO
Tamaris

GOZZIP®

HABELLA

SANDGAARD

Jana®

LASESSOR



ZHENZI Marin tunika
Fæst líka í bláu - Stærðir 42-52
Verð áður 9.990 kr
Útsöluverð 6.993 kr



ZHENZI Shara skyrta
Fæst í fleiri litum - Stærðir 42-56
Verð áður 9.990 kr
Útsöluverð 6.993 kr



JÖRLI shiffon skyrta
Fæst líka í ljósu - Stærðir 38-54
Verð áður 14.980 kr
Útsöluverð 10.486 kr



ZE ZE Hiva plíseraður kjöll
Fæst líka í dökkbláu - Stærðir 36-46
Verð áður 11.990 kr
Útsöluverð 8.393 kr



JÖRLI kjöll með rennilás á öxlum
Fæst í fleiri litum - Stærðir 40-50
Verð áður 18.980 kr
Útsöluverð 14.235 kr

Verslunin Belladonna



belladonna

Líttu við á
belladonna.is

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460

Frímínútur

Íslenski barinn
Ingólfsstræti 1a

Hvað?

Íslenski barinn samtvinnar það besta úr bistrómenningunni og íslenska hefðbundna rétti. Grátíneraður plockkfiskur, hreindýraborgari og taðreykt laxapylsa er borið fram í hjarta miðborgarinnar, steinsnar frá Þjóðleikhúsinu. ■

Fyrir hvern?

Staðurinn býður upp á hefðbundna íslenska rétti í bland við klassískari skyndibita á höfstilltu verði. Kynslóðirnar mætast yfir einum matseðli og langafi getur pantað sér kjöt-súpu og flatköku með hangi-kjöti á meðan krakkarnir fá sér hamborgara af gamla skól-anum. Svo er þetta fullkomið fyrir erlenda gesti. ■

Verð:

Súpa dagsins fæst á 1.290 krónur, aðalréttir á bilinu 2.000 til 3.500 krónur.

Skemmtigarðurinnx
Grafarvogi

Hvað?

Skemmtigarðurinn Grafarvogi er skemmtilegasti staðurinn í Grafarvogi. Hér er á ferðinni vettvangur fyrir framúrskar-andi vel skipulagða mannfagnaði þar sem afþreyingarmögu-leikarnir eru nánast endalausir.

Fyrir hvern?

Fyrirtæki og félagssamtök, skól-ar og fjölskyldur geta skemmt sér saman í allskonar sérsniðnu hópefli. Paintball og lasertag, axarkast, 18 holu minigolfvöllur, 12 holu fótboltagolfvöllur og ratleikir eru meðal þess sem getur gert góðan dag betri og hrist saman hópinn. Ketilskáli hentar vel undir veislur og hægt er að leigja staðinn með eða án veitinga. Ofan á allt saman aðstoða starfsmenn garðsins skipuleggj-endur viðburða við að setja saman sérsniðna dagskrá. Þá býður Skemmtigarðurinn upp á leikjanámskeið fyrir krakka í allt sumar þar sem börnin fá að njóta þess besta sem garðurinn býður upp á. ■

Hvað er um að vera í næstu viku?

11. júlí
Mánudagur

■ Menningarhúsið Herðubreið á Seyðisfirði

Ari Eldjárn – 20.00

Uppistandarinn sívinsæli Ari Eldjárn leggur land undir fót í sumar og skemmtir fólki landið um kring með tilraunakenndri uppistandssýningu með nýtt efni í bland við eldra.

■ Kaffihús Bakkabræðra á Dalvík

Sýningarferðalag Þrots – 20.00

Heimir Bjarnason, leikstjóri sakamáladramans Þrots, stendur fyrir farandfrumsýningu á verkinu vítt og breitt um landið.

12. júlí
Þriðjudagur

■ Klambratún

Sirkusuppákoma – 17.00

Sirkus Íslands og Borgin okkar – Sumarborgin, bjóða upp á ókeypis sýningu með margreyndum trúðum og sirkusnámskeiði.

■ Frá Klambratúni að Reykjavíkurtjörn
Miðborgargöngur: Gleðiganga – 17.50

Léttar síðdegisgöngur í miðborg Reykjavíkur. Fjölbreytt og fróðleg eins til tveggja tíma afþreying með léttum og hressandi æfingum.

■ Seyðisfjörður

LungA 12.–17. júlí

Listahátíðin LungA á Seyðisfirði fer af stað með vinnustofum og viðburðum sem standa alla vikuna og ná hápunkti sínum um helgina.

13. júlí
Miðvikudagur

■ Björtuloft

Kvartett Hróðmars – 20.00

Gítarleikarinn Hróðmar Sigurðsson leikur tónsmíðar af samnefndri plötu ásamt kvartett.

■ Kómediuleikhúsið Haukadal

Listamaðurinn – 20.00

Sumarleikhús Kómediuleikhússins með leiksýningu um Samúel í Selárdal, listamanninn með barnshjartað.

14. júlí
Fimmtudagur

■ Bæjarbíó

Hjarta Hafnarfjarðar, Bríet – 20.00

Tónlistarkonan ástsæla Bríet töfrar viðstadda upp úr skónum á bæjar- og tónlistarhátíðinni Hjarta Hafnarfjarðar.

■ Hringleikahúsið Grandahvarfi
Flokkstjórinn einleiksverk – 19.30

Í hringleikahúsinu Grandahvarfi á horni Elliðahvamsvegar er slegið upp einleik um samskipti unglunga og eineltismenningu. Verkið er hluti af Skapandi sumarstörfum í Kópavogi.

■ Uppskriftin

Bjúgaldin á besta máta

Sumarið er í hámarki og þá eru grillin gjarnan rifin glamrandi út úr geymslum og bílskúrum. En hvað á að grilla?

Bananar eru kóngafæða sem flestir geta borðað. Grillaðir bananar eru einstaklega sumarlegur eftirrættur sem hægt er að glæða töfraljóma með súkkulaði, ís eða rjóma.



Grillið má nota í fleira en kjöt, fisk og grænmeti. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Grillaðir bananar
fyrir 4

4 vel þroskaðir bananar
Uppáhaldssúkkulaðið (til dæmis Mars, Piparsúkkulaði, saltkaramellusúkkulaði eða Pipp)
Rjómi eða vanilluís

Veljið meðalstóra þroskaða banana og skerið rönd eftir þeim endilöngum, gegnum hýðið og

ofan í hálfan bananann. Raðið uppáhaldssúkkulaðinu ykkar ofan í bananana. Vefjið álpappír utan um bananana, forðist glufur og rifur, og látið þá standa á grillinu þannig að súkkulaðið leki ekki úr. Það má einnig henda banananum inn í bakarofninn. Bakið í korter, tuttugu mínútur. Berið fram með rjóma eða ís. ■

■ Netfyrirbærið

Séntilsveinar

Börn og ungmenni hafa tekið upp á því að mæta spariklaidd til að sjá nýjasta ævintýri Skósveinanna: Gru rís upp, í kvikmyndahúsum. Tilefnið er ný tiskubylgja sem nefnist Gentleminions eða Séntilsveinar. Sumir taka þetta alla leið og mæta í þriggja hluta jakkafötum með slaufu og alles. Í lok myndarinnar standa gestir upp og fagna líkt og um bestu hámenn-ingu sé að ræða.

Universal Studios hefur tjáð sig um herferðina. „Til allra þeirra sem hafa mætt á Skó-sveina í jakkafötum. Við sjáum ykkur og elskum ykkur.“

Fyrirbærið er komið til Íslands. TikTok-notandinn @simmid69 birti myndband í vikunni af sér og félögum að rúlla upp stigann í Egils-höll í hátíðarklæðunum, leiðtoginn í gólfsíðum pels, enda ekkert minna við hæfi fyrir Skósveinana. ■



Sundlaugin tilbúin með teygjur fyrir rokkara

Magný Rós Sigurðardóttir, framkvæmdastjóri Þungarokkshátíðarinnar Eistnaflugs, segir hátíðina eiga sérstakan stað í hjarta hennar en þar hafi hún kynnst sínum bestu vinkonum.

„Við sátum í tröppunum fyrir utan Egilsbúð heila helgi með hvítvinsbelju í annarri hendi. Það var stórkostlegt,“ segir Magný Rós.

Hátíðin í ár er sú fimmtánda sem er haldin. Fyrsta hátíðin var haldin í ágúst árið 2005 en var aflýst 2020 og 2021 líkt og öðrum hátíðum vegna kórónaveirufaraldursins.

Tónleikabyrstir gestir streyma nú til Austurlands til að sjá það besta í þungarokki sem Ísland hefur að bjóða. Aðspurð segist Magný vera spennust að sjá Igorrr, franska hljómsveit sem semur þvert á tónlistastefnur.

„Igorrr er aðeins öðruvísi og blandar saman harmóníku, plötu-snúð og óperusöngkonu í geggjæðri ljósasýningu. Þetta getur ekki klikkað.“

Magný segir gesti stundum



Við sátum í tröppunum fyrir utan Egilsbúð heila helgi með hvítvinsbelju í annarri hendi. Það var stórkostlegt.

gleyma að taka með sér sundföt, það sé algjörlega nauðsynlegt fyrir flösuþeytara að skella sér í sund eftir langa nótt í gryfjustöppunni. Sundlaugarverðirnir undirbúa sig sérstaklega til að taka á móti tónleikagestum.

„Sigrún í sundlauginni passar að kaupa teygjur til að eiga og dreifa til síðhærða fólksins svo það stífla ekki öll niðurföllin,“ segir Magný og hlær.

Eistnaflug fer fram 7. til 9. júlí í Neskaupstað. Meðal hljómsveita sem koma fram eru Dark Funeral,



Þungarokkshátíðin Eistnaflug er nú haldin í fimmtánda sinn. MYND/ADSEND

Sólstafrir, The Vintage Caravan, Auðn, Stuðlabandið og Misþyrming. Tónleikar fara fram í Egilsbúð

en einnig verður dagskrá í Portinu. „Þá verður partí yfir daginn með ís og kandífluss.“ ■

Hvað er að gerast núna um helgina?

8. júlí Föstudagur



■ **Emmsjé Gauti**
Græni hatturinn – 21.00
Emmsjé Gauti tryllir norðlenska tónlistarunnendur með tónleikum á Græna hattinum þar sem hann lofar gömlum hitturum, nýjum neglum og misgóðum innkomum milli laga. ■

■ **Hipsumhops**
Kex Hostel – 21.00
Hipsumhops skemmtir gestum á Kexinu við Skúlagötu á föstudagskvöldið. Hljómsveitin Hin hitar upp og DJ Kristur spilar fyrir dansi. ■



■ **Neskaupstaður**
Eistnaflug – 7.-9. júlí
Síðhætt og svartklætt fólk kemur sér nú fyrir á tjaldsvæðinu í Neskaupstað fyrir hina árlegu þungarokkshátíð Eistnaflug. Mörg þekkt nöfn koma fram eins og Dark funeral, Sólstafr, Igorrr og The Vintage Caravan, en einnig má sjá marga spennandi nýliða. Á laugardagskvöld koma fram Necksplitter, Power Paladin og Blóðmör. ■

9. júlí Laugardagur

■ **Tónlistarhátíðin Ómar Hjalteyri**
Tónlistarhátíðin Ómar verður haldin í fyrsta sinn næstkomandi laugardag í Verksmiðjunni. Milli klukkan 13 og 17 verður opin vinnustofa þar sem gestir geta tekið þátt og prófað nýsmíðuð hljóðfæri. Tónleikar um kvöldið með Dórófon, raflangspilum og gervigreindum hljóðforritum. ■



■ **Skákmót í Viðey**
Viðeyjarstofa – 13.00
Áhugafólk um skák getur skellt sér út í Viðey um helgina. Taflfélag Reykjavíkur heldur skákmót í Viðeyjarstofu í samstarfi við Eldingu og Borgarsögusafn laugardaginn 9. júlí klukkan 13. Mótið er opið öllum áhugasömum og þátttaka ókeypis, en greiða þarf í ferjuna. Ferjan siglir samkvæmt áætlun frá Skarfabakka klukkan 12.15 og fyrir þá sem vilja fá sér hádegismat fyrir mót er tilvalið að sigla tímanlega út í eyju. Hægt er að bóka ferjuna fyrirfram á elding.is. ■

■ **Útitónleikar**
Kex Hostel – 14.00 til 23.30
Kex Hostel lofar viðstöðulausri tónlistarveislu í portinu sem teygir sig í tíu klukkustundir. Cyber, Aron Can og Inspector Spacetime ásamt fjölda annarra listamanna. Ókeypis inn, veitingar í boði og allir eru velkomnir svo lengi sem húsrúm leyfir. ■

■ **Birnir og Krabba Mane**
Paddy's í Keflavík – 00.15
Paddy's í Keflavík hýsir Birni og Krabba Mane á Gull 0% tónleikaröðinni. 20 ára aldurstakmark er á viðburðinn og húsið er opnað klukkan 22.00. ■



■ **Johann Vexo organisti**
Hallgrímskirkja – 17.00
Þegar Johann Vexo var 25 ára var hann skipaður kórorganisti í Notre Dame-dómkirkjunni í París. Skömmu síðar var hann einnig skipaður organisti Cavaillé-Coll orgelsins í dómkirkjunni í Nancy. Nú slær hann upp einstökum orgeltónleikum í Hallgrímskirkju. ■



■ **Hnattferð**
Sonor Ensemble
Hafnarborg – 17.00
Sonor Ensemble (strengjakvintett og píanó) sem skipað er hljóðfæraleikurum úr Sinfóníuhljómsveit Spánar flytur spænska og portúgalska tónlist. ■

■ **Stofutónleikar**
Gljúfrasteini – 16.00
Disella Lárusdóttir sópran og Helga Bryndís píanóleikari koma fram á Stofutónleikum Gljúfrasteins. Efnisskráin samanstendur af sönglögum og óperaríum eftir Schubert, Puccini, Donizetti, Strauss og fleiri. ■



Kótelettan 2022 Selfossi

Hvað?
Fjölskyldu- og tónlistarhátíð á Selfossi sem nú er haldin í tölfta skiptið.

Fyrir hvern?
Ferðalangar á öllum aldri ættu að geta fundið eitthvað við sitt hæfi og ekki er verra að hátíðin er steinsnar frá borginni. Fjöldi gistimöguleika er í næsta nágrenni hvort sem fólk kysir að tjalda eða nota tækifærið og skjólast úr sumarhúsum á svæðinu. Tónlistarunnendur koma ekki að tómum kofanum og stærstu sveitaballabönd aldamótanna leika fyrir dansi auk fjölda annarra landsþekktara listamanna.

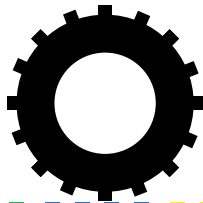
Verð?
Fritt er á fjölskylduhátíðina þar sem grillmat og skemmtidagskrá fyrir börn er í fókusi. Helgarpassi á tónleika alla helgina kostar 13.900 og stök kvöld kosta 8.900 krónur. ■



■ Skrítna staðreynd vikunar

Stærsti dekkjaframleiðandi heims er LEGO

Leikfangarisinn LEGO er þekktastur fyrir kubbana góðu, en það sem færri vita er að LEGO framleiðir 306 milljónir bíldekkja á ári. Að visu eru þessi bíldekk agnarsmá og ætluð leikföngum fyrir skemmri vegalengdir.



Vinnur á móti 15 árum af upplitun meðan þú sefur*

* með 3ja vikna ósiltinni notkun, upplitun sem matur og drykkir orsaka

LÁGMARKS AFSLÁTTUR ER 30%

MYNDASÖGUR BÆKUR SPIL LEIKFÖNG SAFNVÖRUR FATNAÐUR DVD & BLU-RAY

NEXUS TRÖLLUAXIN STENDUR TIL 15. JÚLÍ

SUMARÚTSALA 2022

VARÚÐ! HÚN ER LIFNUÐ VIÐ... ARAFTUR!!

EKKI MISSA AF "STÆRSTU" ÚTSÖLU ÁRSINS!

GLÆSIBÆR · ÁLFHEIMAR 74 · 104 Reykjavík - s. 552-9011 - OPIÐ ALLA DAGA FRÁ KL. 11:30 TIL 22:00

Parmaskinka gerir allt betra

Parmaskinka er einhver besta og vinsælasta skinka í heimi. Hún er venjulega skorin í mjög þunnar sneiðar en kjötið er silkimjúkt og ljúffengt bragðið ber keim af sætu og söltu.

elin@frettabladid.is

Þegar parmaskinka er keypt getur kaupandi verið viss um að um hágæða handverksvöru er að ræða. Parmaskinkan kemur frá Parma í Emilia Romagna-héraðinu á Norður-Ítalíu. Þar hefur hún verið framleidd í margar aldir og skoðunarmenn tryggja að framleiðslan sé í samræmi við ákveðna staðla áður en hún er merkt með vottunarmerkinu Ducal Crown.

Parmaskinkan er venjulega hluti af svokölluðum anti-pasti diskum Ítala. Hún er líka stundum borin fram ein og sér með freyðivínglasi. Reyndar er hægt að nota parmaskinku í margvíslega matreiðslu. Hún er fullkomin í morgunmat, hádegismat og kvöldmat. Stundum er hún lögð yfir spælt egg að morgni, á ristað brauð eða blönduð saman við rjómalagað pasta í hádeginu. Þá er hún gjarnan borin fram með snittubrauði. Það er hægt að steikja hana eins og beikon og þá verður hún stökk og bragðgöð. Engin aukefni eru notuð við framleiðsluna, aðeins gæða ítalskt svínakjöt, loft, salt og tími. Síðan er ákveðið, strangt ferli þar sem handverkið er í fyrirrúmi. Kjötið hangir í rakastýrðum herbergjum



Dásamlega gott salat með klettasalati og parmaskinku. **FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY**

í 60-90 daga, þá er það skolað, síðan sett í þurrkherbergi áður en það fer í loftræsta geymslu. Eftir þrjá mánuði er kjötið smurt með smjörfeiti og salti til að koma í veg fyrir að ysta byrðið þorni. Parmaskinkan inniheldur mikið af próteinum. Hún er líka rík af olíusýru og heilbrigðum einómettuðum ómega-9 fitusýrum. Auk þess inniheldur kjötið B1, B6, B12 og níasín auk fosförs, sinks, járns og selens. Kjötið er því mjög vítamínríkt. Engin litareða rotvarnarefni eru notuð við vinnsluna og nitrít er ekki leyft í framleiðsluna. Þegar fólk kaupir niðursneidda parmaskinku hefur hún oftast þroskast í 18-20 mánuði. Einnig er hægt að kaupa skinku sem hefur verið látin þroskast í 30-32

mánuði í sérstökum sælkeraverslunum. Það er gaman að bera parmaskinku á borð þegar gesti ber að garði með ymsum ostum, fikjum, berjum eða ferskum ávöxtum. Melóna og parmaskinka fara einstaklega vel saman.

Pastasalat með parmaskinku
Þetta salat er mjög gott og hentar vel til að taka með sér í nesti í vinnu eða skóla. Eða bara sem léttur kvöldverður. Réttinn er einfalt að gera.

500 g pasta, skráfur eða penne
1 tsk. salt
2 msk. jómfrúarolía
1 box kirsuberjatómatar



Burrata ostur með parmaskinku og sólþurkkuðum tómötum.

1 ferskur mozzarella
100 g klettasalat
½ sitróna
½ tsk. pipar
8 sneiðar af parmaskinku
Parmesanostur í bitum eða rifinn eftir smekk

Sjóðið pastað eftir leiðbeiningum á pakkanum. Vatnið er sigtað frá og örlítill jómfrúarolía sett yfir svo það klessist ekki saman. Kælið pastað. Skerið tómatauna í tvennt, skerið mozzarella í bita, setjið saman við klettasalatið og pastað og hrærið allt saman. Rífið smávegis sitrónu-börk og setjið yfir. Einnig gott að hafa smá sitrónusafa. Bragðbætið með salti og pipar. Setjið allt á fallett fat og raðið parmaskinkunni yfir. Sumum finnst gott að hafa ristaðar furu-

hnetur og það má vel bæta þeim við. Berið fram með góðu brauði.

Parmaskinka, burrata-ostur og sólþurrkaðir tómatar

1 burrata eða buffaló-mozzarella
8 sneiðar parmaskinka
1 krukka sólþurrkaðir tómatar, olían er ekki notuð
Smávegis klettasalat
Ferskt basil
Ristaðar furuhnetur
Balsamgljái
Jómfrúarolía

Raðið öllu fallega á disk og hafið ostinn í miðjunni. Dreifið örlítilli ólífuolíu yfir og síðan balsamgljáanum. Berið fram með góðu brauði. ■

Tortillur með djúpsteiktum kjúklingastrimlum

Eva María Hallgrímsdóttir, ástríðubakari, sælkeri og eigandi Sætra synda, á heiðurinn af þessari sælkerauppskrift að girnilegum tortillum fylltum með djúpsteiktum kjúklingastrimlum í chili-panko raspi.

sjofn@frettabladid.is

Eva elskar að vera í eldhúsinu og útbúa sælkerakræsingar fyrir fjölskyldu og vini og prófa sig áfram með nýjar uppskriftir og samsetningar í matargerðinni. „Ég elda alla daga en þegar ég vakna á morgnana byrja ég yfirleitt mjög fljótt að hugsa um hvað á að



Eva María Hallgrímsdóttir er mikill ástríðukokkur og hefur mikla ánægju af að prófa nýja rétti.

vera í matinn í kvöld, svo mikilvægur er matur í mínum huga og hvað þá góður heimatilbúinn matur. Svo er yndislegt að setjast niður með fjölskyldunni að vinnudegi loknum og heyra hvað gerðist hjá hinum heimilismönnunum og ræða daginn og veginn,“ segir Eva María, sem er ávallt jafn spennt fyrir að njóta matarins. Hér deilir Eva María með okkur þessari uppskrift að syndsamlega ljúffengum tortillum með djúpsteiktu kjúklingastrimlunum sem gefa extra umami-bragð með chili-flögunum.

Salatblandan fyrir tortillurnar

1 avókadó
1 búnt vorlaukur
1 box tómatar
Límónusafi úr ferskri límónu (lime)
Sjávarsalt eftir smekk
Pipar eftir smekk
Hálft flaska chili-majónes
Hálft box hreint majónes

Byrjið á því að skera niður allt grænmetið og blandið vel saman. Toppið síðan með ferskum lime-safa, salti og pipar. Hrærið svo saman chili-majónesi og hreinu majónesi (hlutföllin 50/50).

Djúpsteiktir kjúklingastrimlar

1 pakki kjúklingalundir
3 egg
Panko-rasp eftir smekk
Chili-flögur eftir smekk
Olía eftir smekk
1 til 2 pakkar af tortillum að eigin vali
1 poki rifinn cheddar-ostur



Djúpsteiktir kjúklingastrimlar í tortillum.

MYNDIR/ADSENDAR

Byrjið á því að skera lundirnar í tvennt, setjið chili-flögur, salt og pipar í raspið og hrærið saman. Þískið eggin síðan vel í skál. Dífið síðan kjúklingalundunum ofan í pískuðu eggin og loks ofan í raspið. Klárið að hjúpa allar lundirnar og setjið þær í 10 mínútur inn í 170°C heitan ofn. Þegar lundirnar koma út úr ofninum djúpsteikið þið þær á pönnu upp úr Isio-olíu rétt í eina mínútu á hvorri hlið. Mariu finnst best að nota pönnu og Isio-olíu og leggur áherslu á að passa að hafa olíuna vel heita þegar kjúklingurinn fer út í hana. Takið hann upp

með stálspáða og leggið á disk með eldhúspappír sem sýgur þá í sig mestu fituna. Takið til tortillur (Evu finnst gott að nota litlar tortillur) og setjið vel af rifnum cheddar-osti í miðjuna á hverri og einni. Smellið þeim inn í ofn rétt til að hita þær og bræða ostinn, passið að hafa þær ekki of lengi því þá verða tortillurnar stökkar en við viljum hafa þær mjúkar. Því næst set ég chili-majónesblönduna á vefjurnar, svo grænmetið. Þá er svo að smella kjúklingalundunum ofan á og þá eru tortillurnar klárar. Njótið vel. ■



ICEHERBS
NATURAL SUPPLEMENTS

GLÓANDI

MEÐ ICEHERBS



húð, hár&neglur

þaratóflur með sæþörungum
OFURFÆÐA HAFSINS
60 HYLKI | FÆÐUBÓTAREFNI

- Viltu heilbrigt hár & sterkari neglur náttúrulega?
- Kröftug & nærandi íslensk parablanda



BBQ & MUSIC FESTIVAL

FJÖLSKYLDUHÁTÍÐ & STÓRA GRILLSÝNINGIN Á LAUGARDAGINN 9. JÚLÍ



FRÍÐRIK DÓR · SVEPPI · LÍNA LANGSOKKUR · JÓN JÓNSSON · ÍÞRÓTTAÁLFURINN OG SOLLA STIRÐA
JÓN ARNÓR OG BALDUR · BMX BRÓS · VELTIBÍLLINN · LOFTBOLTAR · KARAMELLUFLUG · LISTFLUG · SPRELL · TIVOLI

KOMDU OG SJÁDU ALLT ÞAÐ BESTA Á GRILLIÐ Í SUMAR Á STÓRU GRILLSÝNINGUNNI 2022 !



HÚSASMÍÐJAN



FRÍTT
INN!

KÓTELETTAN

SELFÖSS 7.-10. JÚLÍ



NÁNAR Á WWW.KOTELETTAN.IS

Smáauglýsingar

550 5055

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

Bílar & Farartæki





10/2020 Nissan NV 200 sendibíll
ekinn aðeins 35.000 km. Ódýrasti
2020 sendibíll sem er til sölu á
markaðinum í dag. Tilbúinn í vinnu
á nýjum stað í dag. Verð: 2.790.000
án vsk.

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

Bílar óskast

**VILTU LOSNA VIÐ GAMLA
BÍLINN ?**
Kaupum bíla 25-250þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu
sms og við höfum samband

Þjónusta

Búslóðaflutningar

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

Húsviðhald

**FLÍSLAGNIR - MÜRVERK
- FLOTUN - SANDSPARSL -
MÁLUN - TRÉVERK**
Ásamt öllu almennu viðhaldi
fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar
fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.
S. 893 6994

RUNARMURARI.IS

Getum bætt við okkur utan og
innan húss málningarvinnu. S.
7743800

Nudd

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

Rafvirkjun

**RAFLAGNIR, DYRASÍMAR.
S. 663 0746.**
Töfluskípti, myndslímar. Hagstæð
verð. Straumblik ehf. Löggitur
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

Heilsa

Heilsuvörur



**gott
cbd.is**

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

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

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

Tilkynningar

Einkamál

Single middle aged woman
from Eastern Europe
is looking for an serious
Icelandic single man,
without any problems,
to be able to rely on.

Mob. 855 5220

FYRIR AÐSTOÐ INNANLANDS

gjofsemgefur.is
907 2002

 **Hjálparstarf
kirkjunnar**

Skipulagsstofnun

Mat á umhverfisáhrifum Ákvörðun um matsskyldu

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að framkvæmdin
**Lagning jarðstrengs yfir Hamarsleirur í
Múlaþingi**

skuli ekki háð mati á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 111/2021.
Ákvörðunin liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Borgartúni 7b, Reykja-
vík og á vef stofnunarinnar www.skipulag.is. Ákvörðunina má kæra til
úrskurðarnefndar umhverfis- og auðlindamála til 8. ágúst 2022.



HÖFÐI
FASTEIGNASALA

Suðurlandsbraut 52
108 Reykjavík
Sími 533 6050
Faxnr. 533 6055
www.hofdi.is

HRAUNBRAUT 42 – 200 KÓPAVOGI

OPIÐ HÚS Í DAG, föstudaginn 8. júlí milli kl.17:30 og 18:00



BJÖRT OG FALLEG 3JA HERB. ÍBÚÐ Á MIÐHÆÐ Á FRÁBÆRUM
STAÐ Í VESTURBÆ KÓPAVOGS!
Falleg um 70 fm 3ja herb íbúð á 1.hæð (miðhæð) í góðu fimm
íbúða húsi, botnlangagata á mjög friðsælum stað, góðar inn-
réttingar, parket og flísar á gólfum.
Einstök eign sem vert er að skoða nánar
- Sjón er sögu ríkari. **Verð: 52,9 millj.**

Allar nánari uppl. og skoðun
veitir Jóhann Friðgeir, lgf.
s: 896-3038 eða
a.johann@hofdi.is

**Jóhann Friðgeir
Valdimarsson**



Fegrunarviðurkenningar Reykjavíkurborgar 2022



Óskað eftir hugmyndum og ábendingum

Á afmæli Reykjavíkurborgar þann 18. ágúst, eða sem næst
þeim degi, ár hvert eru veittar viðurkenningar fyrir vandaðar
endurbætur á eldri húsum og fyrir lóðir þjónustu-, stofnana-
og fjölbýlishúsa sem þykja til fyrirmyndar. Auk þess eru veittar
viðurkenningar fyrir vel útfærð svæði fyrir utan verslanir við
„sumargötur“, þ.e. götur sem eru göngugötur á sumrin.

Óskað er eftir ábendingum um hús og lóðir sem verðskulda
fegrunarviðurkenningu í ár. Valið verður í höndum vinnuhóps
sem skipaður er fulltrúum frá umhverfis- og skipulagssviði og
Borgarsögusafni.

Hugmyndir skulu sendar inn með tölvupósti merktum
Fegrunarviðurkenningar 2022 á skipulag@reykjavik.is í
síðasta lagi þann 29. júlí 2022.



Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



vinnvinn

Vinnvinn | Kringlan 7 | 103 Reykjavík
Sími 552 1212 | vinnvinn@vinnvinn.is | www.vinnvinn.is

RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF

38 glæsilegar nýjar íbúðir við Voginn

verið
velkomin í

OPIÐ HÚS

laugardaginn 9. júlí

kl. 14 - 18

Drómundarvogur 2 og Arkarvogur 10-12

- **38 vandaðar** og vel skipulagðar nýjar **2ja-5 herbergja íbúðir**
- **Ísskápur** og **uppvottavél fylgir** öllum íbúðum
- **Bílastæði** í bílakjallara
- **Einstakt sjávarútsýni** úr nokkrum íbúðum



Tryggðu þér íbúð á þessum veðursæla stað **miðsvæðis** í Reykjavík

Hafðu samband við
sölumenn okkar og
bókaðu einkaskoðun
á opnu húsi laugardag,
milli kl. 14 - 18

Árni

Davíð Bergs
aðst. fasteignasala
Sími: 625 2500
arni@miklaborg.is

Jason

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

Svan

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

Íris Arna

Geirsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 770 0500
iris@miklaborg.is



TRAUSTUR
BYGGINGARÆÐILI
SÍÐAN 1998



Merkisatburðir

- 1362** Grimmilegur bardagi er háður á Grund í Eyjafirði, þar fara Eyfirðingar að Smíði Andrésyni hirðstjóra og mönnum hans og drepa þá.
- 1497** Vasco da Gama heldur í fyrsta leiðangur sinn til Indlands, umhverfis Afríku.
- 1853** Koma Matthew C. Perry og svörtu skipin til Japans.
- 1903** Þessi dagur er talinn marka upphaf sildarsöltunar á Siglufirði og þar með sildarævintýrisins mikla.
- 1926** Ríkisstjórn undir forsæti Jóns Þorlákssonar sest að völdum og situr í rúmt ár.
- 1951** Tveir íþróttamenn slasast mikið og aðrir tveir biða bana í Óshlíð á milli Bolungarvíkur og Ísafjarðar er bjarg lendir á 30 manna rútu sem þeir eru í.
- 1982** Diet Coke kemur á markaðinn.
- 1987** Ríkisstjórn undir forsæti Þorsteins Pálssonar sest að völdum. Jóhanna Sigurðardóttir á sæti í stjórninni og er þriðja konan til að gegna ráðherraembætti á Íslandi.
- 2008** Surtsey er skráð inn í heimsminjaskrá UNESCO.



Höggmynd af Ingibjörgu var afhjúpuð fyrir framan Alþingishúsið 19. júní 2015 þegar 100 ára afmæli kosningarréttar kvenna var fagnað. Höfundur stýttunnar er Ragnhildur Stefánsdóttir.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Hundrað ár síðan fyrsta konan var kjörin á Alþingi

Ingibjörg H. Bjarnason var kjörin á Alþingi þann 8. júlí 1922. Hún var brautryðjandi í ýmsum efnum en einnig umdeild.

arnartomas@frettabladid.is

Það var á þessum degi fyrir hundrað árum sem Ingibjörg H. Bjarnason var kjörin á þing, fyrst kvenna á Íslandi.

Ingibjörg var fædd á Þingeyri við Dýrafjörð þann 14. desember 1867. Foreldrar hennar voru Hákon Bjarnason kaupmaður sem rak þilskipaútgerð og Jóhanna Kristín Þorleifsdóttir. Ingibjörg var ung þegar hún missti föður sinn þegar hann fórst á sjó í óveðri 1877 og tók Jóhanna við rekstrinum næstu árin þar á eftir.

Eftir að Ingibjörg fermdist flutti hún suður til Reykjavíkur og hóf nám í Kvinnaskólanum. Hún ferðaðist síðar til Kaupmannahafnar þar sem hún stundaði framhaldsnám og var fyrst Íslendinga til að ljúka kennaraprófi í leikfimi. Þegar hún sneri heim hóf hún störf sem kennari við Kvinnaskólann og varð síðar forstöðumaður og skólastjóri. Ingibjörg var einn af stofnendum Lestrarfélags kvenna í Reykjavík og stóð fyrir frumvarpi tólf kvenna um þörf fyrir byggingu Landspítalans. Hún starfaði sem formaður Landspítalasjóds alla ævi.

Árið 1923 tók Ingibjörg sæti á Alþingi fyrst kvenna fyrir hönd Kvinnalistans eldri en gekk til liðs við Íhaldsflokkinn 1924 sem síðar varð að Sjálfstæðisflokknum. Hún sat á þingi til ársins 1930.

Yfirveguð baráttukona

„Ingibjörg þótti ákaflega virðuleg og róleg,“ svarar Kristín Ástgeirsdóttir, sagnfræðingur og fyrrverandi alþingismaður, aðspurð hvers konar kona Ingibjörg hafi verið. „Þegar maður les ræður hennar frá þinginu þá virkar hún frekar yfirveguð og það var ekki nema einstaka sinnum sem hún hvessti sig þegar hart var að henni sótt. En það er ekki mikið af persónuheimildum um hana sjálfa á borð við viðtöl eða slíkt, það tíðkaðist nú ekki á þeim tíma.“

Kristín segir Ingibjörgu hafa alla tíð verið mikla baráttukonu.

„Áður en hún bauð sig fram til þings var hún í framboði á einum af kvinnalistunum til borgarstjórnar. Þegar kosningarétturinn fékkst 1915 var hún ein af



Ingibjörg lagði mikla áherslu á byggingu Landspítalans.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Það var ekki nema einstaka sinnum sem hún hvessti sig þegar hart var að henni sótt.

Þeim konum sem fluttu ræðu, sem sýnir að hún naut virðingar enda ein af fáum konum sem voru í einhvers konar embætti sem skólastjóri Kvinnaskólans í Reykjavík. Nokkrar af kvenréttindabaráttukonunum kenndu einmitt hjá henni svo það hefur ábyggilega verið rætt um eitt og annað á kennarastofunni þar.“

Óvelkomin í karlavígið

Sagan segir að Inga Lára Lárusdóttir kennari í Kvinnaskólanum hafi átt hugmyndina að framboðinu til alþingiskosninga 1922.

„Hugmyndin spratt út frá því þegar tveimur konum, eins og hún orðaði það, hafði verið sparkað úr bæjarstjórn Reykjavíkur,“ útskýrir Kristín. „Þegar kemur að því að fara í framboð þá var Ingibjörg valin enda hefur hún þótt líkleg til árangurs.“

Ingibjörg hafði ekki setið lengi á þingi þegar hún gekk til liðs við Íhaldsflokkinn og varð sú ákvörðun umdeild meðal kvenna sem gagnrýndu Ingibjörgu harðlega. Kristín segir heimildir sýna að Ingibjörgu hafi ekki liðið vel á þinginu þegar hún kom þar inn.

„Hún var ekki velkomin inn í þetta karlavígi og ég hef þá kenningu að hún



Margar konur gagnrýndu Ingibjörgu harðlega fyrir að ganga í Íhaldsflokkinn.

hafi áttað sig fljótt á því að hún næði engu fram ein,“ segir Kristín og bætir við að flokksskiptin hafi í raun gengið gegn því sem kvannaframboðið stóð fyrir. „Ég hef þá kenningu að Ingibjörg hafi samið við þá um að bygging Landspítalans færi af stað og að Kvinnaskólinn yrði gerður að ríkisskóla.“

Fljótlega eftir það var gerður samningur um byggingu Landspítala og lagði Landspítalasjóðurinn þar fram mikið fé. Þrátt fyrir að frumvarp hefði verið lagt fram varð Kvinnaskólinn þó ekki að ríkisskóla.

„Jónas frá Hriflu var nú fljótur að stöðva það, ásamt fleirum auðvitað,“ segir Kristín og vísar í setningu úr grein sem Ingibjörg skrifaði eftir að hún hætti á Alþingi: „Fyrstu konurnar, brautryðjendurnir, verða auðvitað fyrir ýmsu hnjaski, aðeins vegna þess að þær eru konur – en slíkt má ekki setja fyrir sig. Þegar konum fjölgar á Alþingi Íslendinga hverfur það, að ráðist sé á þær sérstaklega af því, þær séu konur.“ ■



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýju vegna andláts og útfarar ástkærrar móður okkar, tengdamóður, ömmu og langömmu,
Sigfríðar Jónsdóttur
frá Skálholtsvík.

Sérstakar þakkir færum við starfsfólki á Hjúkrunarheimilinu á Hvammstanga fyrir einstaka umönnun, vináttu og hlýju.

Þorgerður Sigurjónsdóttir
Anna Sigurjónsdóttir

Gunnar Benónýsson
Guðjón Jóhannesson
og fjölskyldur.



Ástkæri faðir okkar, tengdafaðir, afi, langafi og langalangafi,
Andrés Þ. Guðmundsson
Brúnavegi 13 í Reykjavík,

lést á Hjúkrunarheimilinu Hrafnistu Laugarási þann 6. júlí. Útför hans fer fram frá Lindakirkju fimmtudaginn 14. júlí kl. 15.00.

Inga Jóna Andrésdóttir
Ásta Andrésdóttir
Andrés Andrésón **Anna Guðmundsdóttir**
Ásthildur Davíðsdóttir
og fjölskyldur þeirra.



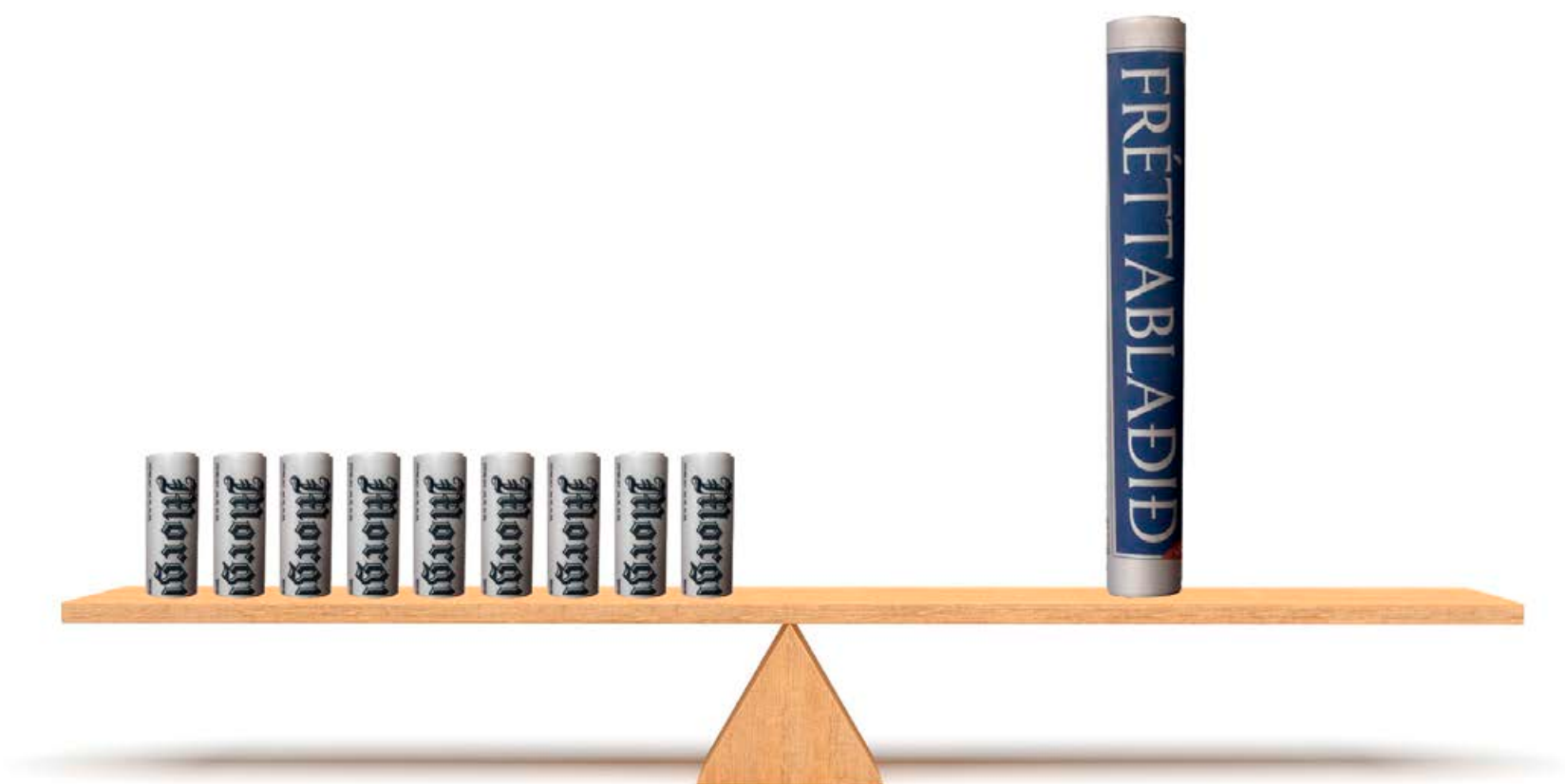
Ástkær eiginmaður minn, faðir og tengdafaðir,
Þórir Ólafsson
prófessor og fyrrv. rektor KHÍ,

lést á hjúkrunarheimilinu Sunnuhlíð mánudaginn 4. júlí. Útförin fer fram frá Kópavogskirkju þriðjudaginn 12. júlí klukkan 15.

Ingunn Valtýsdóttir
Kristín Þórisdóttir
Sigríður Þórisdóttir
Böðvar Þórisson **Hrefna Ösp Sigfinnsdóttir**
Valtýr Þórisson

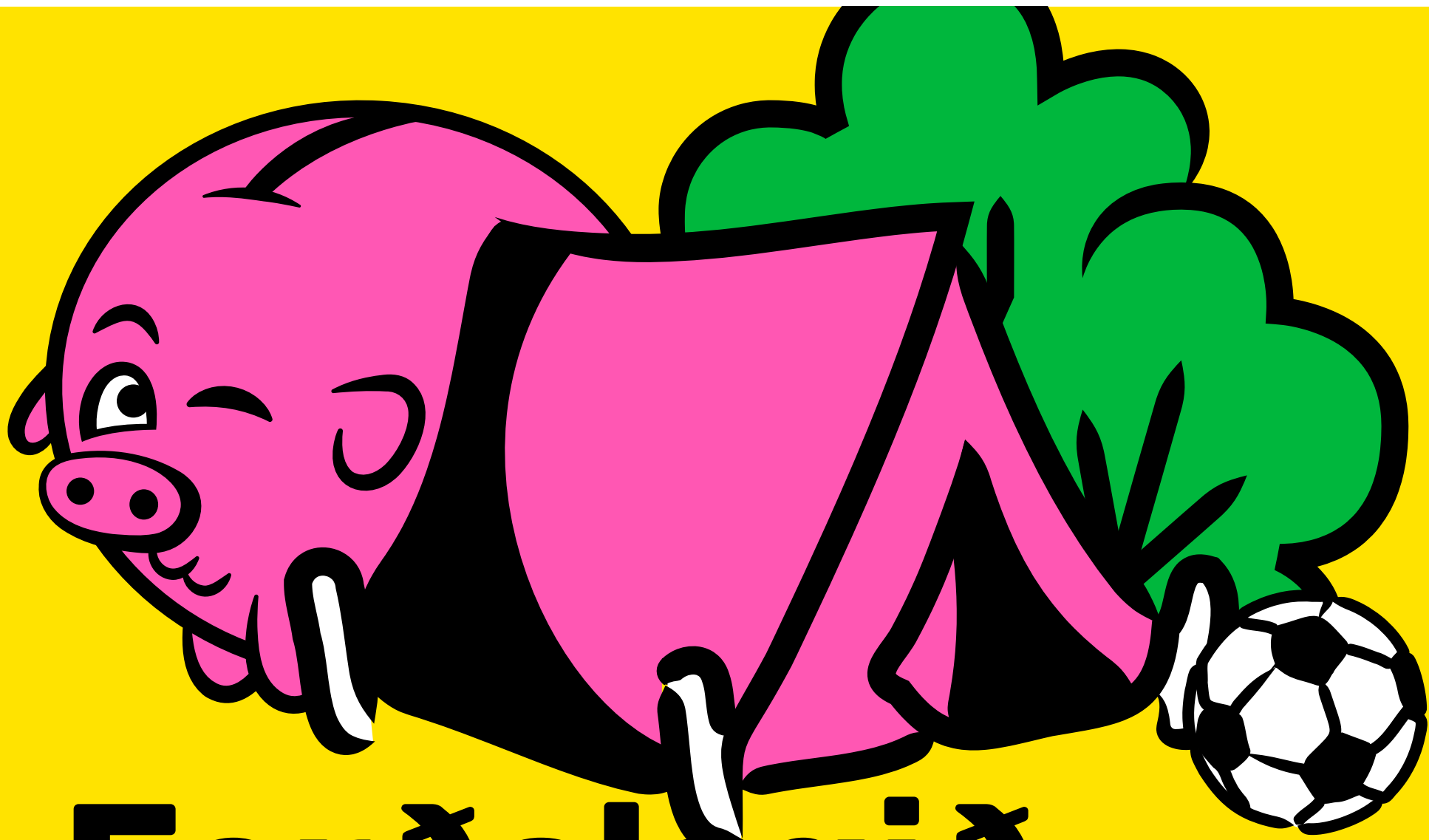
Til að birta andláts-, útfarar- eða þakkartilkynningar í Fréttablaðinu þarf að senda tölvupóst á timamot@frettabladid.is eða hringja í síma 550 5055.

FÆRÐU NÓG FYRIR PENINGANA?



Vissir þú að það þarf níu birtingar í Morgunblaðinu til að ná til sama fjölda og með einni birtingu í Fréttablaðinu, ef miðað er við konur á aldrinum 25-54 ára á höfuðborgarsvæðinu?

Auglýstu í Fréttablaðinu og fáðu meira fyrir peningana.



Ferðalagið byrjar í Bónus

398

kr./pk.

Myllu heimilisbrauð
770 g
Verð áður 519 kr.



598

kr./pk.



Myllu möndlukaka
420 g
Verð áður 795 kr.

459

kr./pk.



Boson sjálfspróf

BÓNUS

Verð gildir til og með 10. júlí eða meðan birgðir endast. Birt með fyrirvara um prentvillur.



698

kr./pk.

Fersk kirsuber
500 g
Serbía



298

kr./pk.

Lárperur
2 pk



259

kr./pk.

Kartöflur
1 kg
Danmörk



398

kr./pk.

Bónus Lambhagasalatblanda
125 g

12 stk.



998

kr./pk.

Toppur
500 ml
Tvær tegundir



798

kr./pk.

Kók og kók zero
6x500 ml



98

kr./stk.

Sumar-
drykkurinn
kominn í
Bónus



98

kr./stk.

Egils sumarmix
330 ml

Tilbúnar
beint í
ofninn

398

kr./pk.



Roncadin
ítalskar pizzur
350-380 g



Frosin lambasvið

498

kr./kg



Frosið lambafillet

3.998

kr./kg

298

kr./pk.



Iceman ísmolar
2 kg

1.998

kr./kg

Íslandslamb
lambagrillpakki

6 sneiðar
í pk.



Sama verð
og í fyrra

Dagskrá

Hringbraut

- 18.30 Fréttavaktin Fréttir dagsins í opinni dagskrá.
- 19.00 Eimskip (e) Eimskip í nú-tímanum er umfjöllunar-efni tveggja þátta þar sem farið er m.a. í siglingu með Brúarfossi. Umsjón: Linda Blöndal og Börkur Gunnarsson.
- 19.30 Veidið með Gunnari Bender (e) Gunnar Bender leiðir áhorfendur að ár-bakkanum, og sýnir þeim allt sem við kemur veiði.
- 20.00 Bióbærinn úrval Úrval úr þáttum Bióbæjarins frá liðnu vori.
- 20.30 Fréttavaktin (e) Fréttir dagsins í opinni dagskrá.
- 21.00 Eimskip (e)

RÚV Sjónvarp

- 13.00 Heimaleikfimi
- 13.10 Hrefna Sætran grillar Græn-meti.
- 13.35 Stiklur Við skulum halda á Siglunes.
- 14.10 Hið sæta sumarlíf
- 14.40 Tónstofan Kristinn H. Árna-son.
- 15.10 90 á stöðinni
- 15.30 EM stofan Upphitun fyrir leik.
- 15.50 Spánn - Finnland Bein út-sending frá leik á EM kvenna í fótbolta.
- 17.50 EM stofan Uppgjör á leik.
- 18.10 Sumarlandabrot
- 18.15 KrakkaRÚV
- 18.16 Ósagða sagan
- 18.44 Miðaldafréttir Hvernig voru bækur gerðar í gamla daga?
- 18.46 KrakkaRÚV
- 18.49 Sumarlestur
- 18.50 Lag dagsins Smartband - La líf.
- 19.00 Fréttir
- 19.25 Íþróttir
- 19.30 Veður
- 19.40 Sumarlandabrot Stutt um-fjöllun Sumarlandans sem verður á flakki í sumar.
- 19.50 Emil í Kattholti Fjölskyldu-mynd með íslensku tali byggð á klassískri sögu Astrid Lindgren um uppátækjasama drenginn Emil í Kattholti, ídu litlu systur hans, foreldra þeirra, þau Ölmur og Anton, Línu vinnukonu og stórvin Emils, Alfreð vinnumann.
- 21.25 Dýrin mín stór og smá. All Creatures Great And Small
- 22.20 Barnaby ræður gátuna. Midsomer Murders
- 23.50 Ráðherrann
- 00.40 Dagskrárlok

Sjónvarp Símans

- 12.30 Dr. Phil
- 13.15 The Late Late Show
- 14.00 The Block
- 15.00 Bachelor in Paradise
- 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 The Unicorn
- 19.40 Black-ish
- 20.10 Duplex Gamanmynd frá 2003 með Drew Barrymore og Ben Stiller í aðalhlut-verkum. Nancy Kendricks og Alex Rose eru ungt fólk í New York sem er á höttunum eftir drauma-heimilinu. Þegar þau loks finna heimilið í Brooklyn, þá er eftirvæntingin mikil að fá að flytja inn, en eitt varpar þó skugga á gleðina; fróken Connelly, hin geðstirða gamla frú sem býr á efstu hæðinni.
- 21.40 The Naked Gun 2½. The Smell of Fear Rannsóknar-lögreglumaðurinn Frank Drebin sný aftur til að bjarga málunum.
- 23.05 Love Island (26.58)
- 23.50 Love Island (27.58)
- 00.35 Fracture
- 02.25 Now You See Me 2
- 04.30 Tónlist
- Stöð 2
- 07.55 Heimsókn
- 08.20 The Mentalist
- 09.00 Bold and the Beautiful
- 09.20 Supernanny
- 10.05 The Great British Bake Off
- 11.10 Hvar er best að búa?
- 11.55 10 Years Younger in 10 Days
- 12.40 Nágrannar
- 13.00 30 Rock
- 13.25 Suits
- 14.05 April Jones. The Interroga-tion Tapes
- 15.10 First Dates Hotel
- 16.00 The Dog House
- 16.45 Glaumbær
- 17.25 Bold and the Beautiful
- 18.00 Nágrannar
- 18.26 Veður
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2
- 18.45 Sportpakkin
- 18.55 Britain's Got Talent
- 20.25 Sword of Trust
- 21.55 The Devil Has a Name
- 23.30 After the Wedding
- 01.15 Welcome Home
- 02.50 The Mentalist
- 03.35 Supernanny
- 04.15 30 Rock
- 04.35 Suits

Farið yfir fréttir vikunnar á Fréttavaktinni

Föstudagsútgáfan af Frétta-vaktinni á Hringbraut er ávallt sér á báti, en þá mæta álits-gjafarnir í myndver og fara yfir fréttir vikunnar ásamt umsjón-armönnum þáttarins – og eins og fyrri vikuna er um æði margt að ræða, umdeildar hvalveiðar enn á ný, uppsprengt verð á hótélunum hringinn í kringum landið, afsögn Borisar og árásina á Amager, sem skekið hefur danska þjóð að undanfögnu, svo og raunar norrænu ríkin öll og vel þar út fyrir. ■



Krossgáta

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

- LÁRÉTT
- 1 hestburður
- 5 stjörnumerki
- 6 sjúkdómur
- 8 mistök
- 10 í röð
- 11 stafur
- 12 hlýja
- 13 aflraun
- 15 blómskipun
- 17 hljóðfæri

- LÓÐRÉTT
- 1 tímaeining
- 2 hróss
- 3 gremja
- 4 flott
- 7 brjótast um
- 9 iðkað
- 12 verkfæri
- 14 seinka
- 16 tveir eins

LÁRÉTT: 1 hláss, 5 vog, 6 ms, 8 afgrá, 10 r, 11 spríka, 9 leikið, 12 haki, 14 tef, 16 ll. LÓÐRÉTT: 1 hvarfár, 2 lofs, 3 agg, 4 smart, 7 err, 12 hti, 13 atak, 15 rekili, 17 fíola.

Sudoku

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

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

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

Pondus



Kveður sundið fyrir tónlistina

Hinn ungi sundmaður Már Gunnarsson, sem fæddist blindur, hefur ákveðið að láta skýluna á hilluna og einbeita sér í staðinn að tónlistinni. Hann heldur utan í nám í haust í breskan tónlistarháskóla, ásamt leiðsöguhundinum sínum honum Max sem fer allt með honum. Í einlegu viðtali ræðir Már um vonir sínar og drauma sem barn, erfið uppvaxtarár í Lúxemborg, ástarlífið, áhugamálin og fleira.



Ráðskonur voru berskjaldaðar

„Ráðskona óskast, má hafa með sér börn.“ Svona hófust auglýsingar sem sjá má í gömlum dagblöðum þar sem óskað var eftir ráðskonu á húsmóðurlaust heimili. Dalrún Kaldakvísl Eygerðardóttir sagnfræðingur rannsakaði og ræddi við ráðskonur á seinni hluta 20. aldarinnar, sem voru oft berskjaldaðar gagnvart ofbeldi af hálfu vinnuveitenda sinna.



Þorvaldur S. Helgason
tsh
@frettabladid.is

Ókyrrð er nýjasta verk skáldkonunnar Brynju Hjalmsdóttur. Um er að ræða tilrauna-kennt leikrit sem dansar á mörkum absúrdisma, súrrealisma og raunsæis.

Skáldið Brynja Hjalmsdóttir sendi á dögunum frá sér leikritið Ókyrrð sem kemur út á bók á vegum Unu útgáfuhúss. Ókyrrð er í senn elsta og yngsta verk Brynju en hún skrifði það fyrir fimm árum.

„Mig langaði að skrifa leikrit í fullri lengd og ég hafði til að byrja með óljósa hugmynd að plotti en einhvers konar hugmynd um persónur. Ég byrjaði að skrifa dálítið mikið út í bláinn, vissi rosa lítið um hvað verkið var og hvað myndi gerast, þannig að ferlið var að stórum hluta að komast að því hvað innihaldið væri. Það var langt og skemmtilegt ferli en líka erfitt að mörgu leyti,“ segir Brynja um tilurð verksins.

Klassískur rammi

Ókyrrð gerist í flugvél og segir frá mæðgunum Svanhvíti, sem er flugþjónn vélarinnar, og Svanhildi, sem er flugstjóri. Inn í söguna blandast svo tveir farþegar, Kría og Gaukur. Um er að ræða klassískan leikritaramma, verk í þremur leikþáttum, með fjórar persónur, sem gerist á einum stað og einum tíma en verkið sjálft sver sig í ætt við súrrealismann og leikhús fánleikans.

„Fyrsta grunnhugmyndin var bara hvað ef það væri flugvél sem hefði engan áfangastað. Flug sem er ekki á leiðinni neitt. Þetta endaði kannski ekki beinlínis þar en ég hugsaði þetta fyrst sem alveg mjög súrrealískt stykki. Dálítið innblásið af Luis Buñuel, absúrd aðstæður sem er óskiljanlegt hvernig persónurnar lentu í. Svo fór þetta kannski inn í aðeins meiri klassík. Ég held að þegar allt kemur til alls sé maður alltaf að skrifa leikrit um persónur og þegar þær koma þá breytist allt,“ segir Brynja.

Andstæðar en samhuga erkitýpur

Varð framvinda verksins til út frá persónunum?

„Já, ég held það. Það var eitthvað sem ég þurfti að læra. Ég var dálítið að reyna að manipulera persónurnar fyrst en síðan birtust þær. Þetta er svona hin sigilda dýnamík á milli mæðgnanna. Móðirin á erfitt með að sleppa tókunum og dóttirin þráir að fljúga úr hreiðrinu. Síðan einmitt eru utanaðkomandi öfl sem eru farþegarnir í vélinni sem hafa líka skoðanir á einhverri svona lífsspeki sem maður ætti að temja sér í lífinu. Því það eru svo margir kostir og svo margar leiðir til að velja og það getur verið yfirþyrmandi.“

Í verkinu birtast tvær erkitýpur í formi farþeganna. Gaukur, hinn ofurandlegi hippi, og Kría, beinskeytta bíssnesskonan, sem þrátt fyrir að vera andstæður í grunninn eru ekkert svo ólík undir yfirborðinu.

„Fyrir mér eru þetta vissulega



Brynja segir það hafa verið langt og skemmtilegt ferli að skrifa leikrit en líka erfitt að mörgu leyti.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Súrrealisminn stundum raunverulegri en raunsæið

”

Veröldin er svo skrítn og stundum er absúrdismi og afbökun einhvern veginn sannari miðlun á henni.

svona tvær erkitýpur. Gaukur talar dálítið mikið um það að gefa sig á vald einhverju öðru, einhverjum yfirsíkvitlegum og andlegum kennisetningum, á meðan Kría talar rosa mikið um að taka stjórnina, og ekki missa hana, þannig eigi maður gott líf. Síðan þegar allt kemur til alls þá eru þetta ekkert endilega svo ósvipaðar persónur. Þær gefa sig út fyrir að vilja hjálpa en svo er spurning hvort þær séu kannski bara að hjálpa sjálfum sér,“ segir Brynja.

Að gefa leikrit út á bók áður en það hefur verið sett upp á sviði er nokkuð óvenjulegt. Spurð um hvernig það hafi komið til segir Brynja:

„Við erum kannski að fara einhvern veginn aftur á bak því einu sinni tíðkaðist að gefa leikrit út fyrst á bók og setja þau síðan upp. En þetta var bara einhver skrítn



hugmynd sem útgefandinn minn fékk, hann langaði að gefa út bók utan jólaavertíðarinnar, tilrauna-kenndara verk.

Þetta er í raun og veru dáltil tilraun, svo sjáum við bara hvernig hún heppnast,“ segir Brynja og hlær.

Heldurðu að við fáum að sjá Ókyrrð á sviði einhvern tíma?

„Það væri náttúrulega bara reglulega skemmtilegt. Því auðvitað er handritið ekki verkið, það er bara einn þáttur af verkinu, þannig að þetta er í eðli sínu einhvers konar verk í vinnslu. Það væri rosa spennandi ef það heldur áfram og öðlast nýtt líf.“

Absúrdismi og afbökun

Þrátt fyrir að verkið hafi verið skrifað fyrir hálfum áratug er frá-

sagnarrammi þess nokkuð kunnuglegur því verkið gerist á tímum þegar fuglaflensufaraldur geisar í heiminum.

„Þetta er eitthvað sem ég skrifaði fyrir fimm, sex árum, löngu áður en faraldurinn varð eitthvað raunverulegur.

En þetta er í raun og veru bara tilviljun og skiptir ekkert miklu máli fyrir söguþráðinn. Aðallega skrifaði ég þetta sem einhverja afsökun fyrir því að það væru svona fáir í vélinni.

Þetta var bara svona rammi og líka kannski eitthvað sem mér fannst vera absúrd og óhugsandi en kom síðan í ljós að var alls ekki óhugsandi.“

Þannig að þú hefur næstum því reynst sannspá um faraldurinn?

„Kannski er þetta bara sönnun á því sem ég hef sagt, að súrrealisminn er stundum raunverulegri en raunsæið. Veröldin er svo skrítn og stundum er absúrdismi og afbökun einhvern veginn sannari miðlun á henni.“ ■

Risakolkrabbar og hungraðar hafmeyjar

Kolbrún Bergþórsdóttir

Áttunda léttlestrarbók Ævars Þórs Benediktssonar er komin út. Hún heitir Þín eigin saga: Sæskrímsli.

„Þetta er áttunda bókin af afleggjurum eins og ég kalla þá, en þar tek ég skemmtilegustu persónurnar úr Þín eigin ... bókunum og stækka þeirra heim,“ segir Ævar Þór. Hann er eins og kunnugt er einn allra vinsælasti barnabóka-höfundur þjóðarinnar, þekktur fyrir bækur í ritróðinni Þín eigin saga, ásamt öðrum.

„Eftir að hafa skrifað nokkrar Þín eigin ... bækur fór ég að taka eftir því að þótt flestir krakkar hefðu mikinn

áhuga á þeim voru ekki allir að ráða við þær. Þær bækur eru textamiklar og myndafár og það getur verið snúið að glíma við þær. Þá datt mér í hug að taka mínar uppáhaldspersónur úr þeim bókum og gefa þeim sínar eigin bækur þar sem textinn væri styttri og einfaldari og myndir réðu ríkjum. Ég vil að allir geti lesið bækurnar mínar, hvort sem þeir eru sterkir í lestri eða ekki,“ segir Ævar Þór.

Hann leggur áherslu á að hann sé þarna að skapa ný ævintýri, ekki að endursegja sögur úr eldri bókum.

„Fyrir mig sem höfund er mjög gaman að taka persónur úr hinum bókum mínum, kannski aukaper-



Ég vil að allir geti lesið bækurnar mínar, segir Ævar Þór.

sónur, og rannsaka þær betur.“ Um söguþráðinn segir Ævar: „Þetta er æsispennandi neðansjavarævintýri fyrir alla fjölskylduna, stútfullt af risakolkröbbum, enn stærri hákörlum og hungruðum hafmeyjum, þar sem þú ræður hvað gerist. Ef þú ætlar bara að taka eina bók með þér á ströndina í sumar þá er það þessi.“

Hann segir viðtökur við léttlestrarbókum sínum hafa verið frábærar: „Fyrstu bækurnar í léttlestrarbókaseríunni komu út fyrir fjórum árum. Um leið og þær fóru í dreifingu byrjaði ég að fá pósta, bæði frá foreldrum og börnum, þar sem skilaboðin voru mjög einföld: Loksins komu út

skemmtilegar léttlestrarbækur! Að sögn Ævars er engan veginn samasemmerki á milli þess að skrifa einfaldan texta og að bók þurfi að vera leiðinleg.

„Við lærum það strax í fyrsta bekk að Ása sá sól og það er gott og blessað en svo þarf eitthvað meira að gerast, eitthvað fyndið, sniðugt og hættulegt. Við fullorðna fólkið nenum ekki að lesa leiðinlegar bækur, hvers vegna ættu börn að þurfa það?“

Þá segir hann öruggt að fleiri léttlestrarbækur komi út í nánustu framtíð. „Ég mun halda þessu áfram þangað til Forlagið hringir í mig og segir mér að hætta,“ segir Ævar Þór og hlær. ■

Nokkur undarlegheit íslenskunnar

Töngin í miðjunni

Heiti allra fingra nema eins eru mynduð með viðskeytinu -fingur. Sá fékk töng. Í eldra máli er sá fingur einnig nefndur langastöng en s-ið hefur dottið út. Þumalfingur, visifingur, baugfingur og litlifingur standa ágætlega undir viðskeytinu en eitthvað klikkaði með þennan í miðjunni sem á ensku kallast „middlefinger“ þannig að úr varð þessi dásamlega töng.



benediktboas@frettabladid.is
kristinnhaukur@frettabladid.is

Íslenskan er stórkostleg í margbreytileika sínum en vissulega yfir meðallagi flókið tungumál og eins og þessi dæmi sýna og sanna, stundum svo stórskrýtin að ekki er furða að folki vefjist tunga um tönn og reki jafnvel í rogastans. Rogastans*. Hvað er það eiginlega? Íslensk tunga er mikið og heillandi furðuverk og því ber að fagna þegar fólk leggur sig fram um að beita henni fallega. Hún er samt alls konar og breytist hratt. Svo hratt meira að segja að óstöðugir eiga það til að ærast, sem er óþarfi vegna þess að þótt sími sé „telephone“ eiginlega úti um allan heim og skriðdreki sé víðast hvar þekktur sem „tank“ er íslenskan bara svo skemmtilega sérstök og stundum frekar myndin, þannig að tromma má upp með alls konar þversagnakennda snilld með pompi og prakt. *Þegar einhver rekur í rogastans verður viðkomandi ákaflega hissa, furðu lostinn.

Orðatiltækin óskiljanlegu

Prakt og pomp eru almennt lítið notuð í daglegu tali nema náttúrulega þegar á að fagna, þá er það gert með pompi og prakt.

Útsendarar Fréttablaðsins hafa gengið til rjúpna síðustu 20 ár eða svo en merkilegt nokk hefur rjúpan á Norðurlandi aldrei verið að rembast upp við neinn staur. Þó er skýringin að rjúpur hafi áður fyrr verið bundnar við staura sem agn fyrir fálka þegar fálkaveiðar voru stundaðar hér á landi í gróðaskyni.



Þá hefur tíðindafólk blaðsins ferðast víða um lönd og aldrei er talað um að kúka sem Go play a chessmatch with the pope. Eða Hacer de vientre á spænsku. Það þekkest bara ekki að nefna páfann í sömu andrá og náttúran kallar á númer tvö. Hugsanlega átti með þessu orðasambandi að sýna páfanum óvörðingu eftir siðaskiptin. Þá er algjörlega óskiljanlegt að hnífurinn standi í kúnni þegar eitthvað situr fast. Það meikar ekki sens, eins og einhverjir myndu segja.

Hver er þessi Jónas?

„On the first day of Christmas, my true love sent to me,“ hljómar í enskum texta lagsins The Twelve Days of Christmas. Þegar Hinrik Bjarnason, sem var stórtækur í íslenskum jólalagaþýðingum, vippaði laginu yfir, birtist skyndilega Jónas og einn aukadagur, því lagið heitir allt í einu Þrettán dagar jóla og hin eina sanna ást er orðin að Jónasi. „Á jóladaginn fyrsta, hann Jónas færði mér...“ Er ekki mál til komið að Jónasi þessum verði gefið jólafrí og einhver góður endurgeri textann og þýði að nýju?



Allt eða ekkert

Orðið hljóð stendur bæði fyrir agalegan hávaða og algjöra þögn. Að hafa hljóð er að þegja en að reka upp hljóð er að æpa. Í heyrenda hljóði er að segja eitthvað upphátt, en að þegja þunnu hljóði er að steinþegja. Svona er hægt að halda áfram. Sama orð en tvær meiningar á andstæðum pólum.



Á annan tug stafa í stað eins

Í er einn stafur en þegar það á að stafa þennan eina staf kallast þetta upphröpunarmerki eða 16 heilir stafir. Það er ótrúlegt afrek.



U-ið sem skemmir partíð

Íslensku tölustafirnir eru skemmtilegir. Að verða tuttugu ára er góð skemmtun. Það er líka gaman að verða þrjátíu ára en svo kemur að því að detta á partialdurinn. En þá kárnar gamanið hjá íslenskunni því allt í einu kemur þarna inn eitt lítið u og breytir afmælinu úr fjörtíu í fjörutíu. Eins og það sé flóð og fjara. Það er hvergi u í neinum öðrum tug. Fimm tíu eða sextíu hljómar bara rangt. En fjörutíu er rétt. Samt er þessi tugur bara fjögurur.



Hvar er drambið?

Það er ekkert algilt að starfsfólk Fréttablaðsins sé stillt og prútt. Sumir eru jafnvel svo óhlýðnir að það þyrfti helst að taka duglega í hnakka-drambið á viðkomandi. En hvar er hnakka-drambið? Enginn hefur komið á hárgreiðslustofu og beðið um smá styttingu við hnakkadrambið. Eftir því sem næst verður komist kemur dram bætta úr hundamáli þar sem tekið mun vera í hnakkadrambið á óþekktum hundum svo þeir geti ekki bitið.



Enginn hefur komið á hárgreiðslustofu og beðið um smá styttingu við hnakkadrambið.

Tærnar í ruglinu

Ekki skánar það þegar rætt er um tærnar. Flest þekkja stóru tá og litlu tá en hinar þrjár eru alls ekkert þekktar sem tær. Þar er bara einhverju hent fram. Háa-Þóra, Bauga, Nagla-Þóra, Stutta-Píka, Geira, Langa-Dóra, Litla-Gerður, Búdda og Stutta-Jóra eru meðal annars nöfn sem þessar þrjár tær hafa fengið. Stóra táin þekkest reyndar líka sem Vigga, Dyrgeja og Stóra-Jóa og sú litla gengur einnig undir nöfnunum Lilla, Grýta eða Litla-Lóa. Skál fyrir því.



Þrjár íslenskar myndir á kvikmyndahátíð í Tékklandi

arnartomas@frettabladid.is

Þrjár íslenskar kvikmyndir eru sýndar á alþjóðlegu kvikmyndahátíðinni í Karlovy Vary í Tékklandi sem stendur yfir þessa dagana. Þær eru mynd Guðmundar Arnars Guðmundssonar, Berdreymi, Volaða land Hlyn Pálmasonar og stuttmyndin Hreiður, sem er einnig eftir Hlyn Pálmason.

Berdreymi og Hreiður voru báðar heimsfrumsýndar á kvikmyndahátíðinni í Berlín í febrúar, en Volaða land var heimsfrumsýnd á

kvikmyndahátíðinni í Cannes í maí.

„Það er gífurlega sterkt fyrir íslenska kvikmyndaðnaðinn að hafa svona mikinn sýnileika á stórum hátíðum sem þessum,“ segir Anton Máni Svansson framkvæmdastjóri og framleiðandi hjá Join Motion Pictures sem framleiðir myndirnar þrjár.

„Orðsporid sem við erum búin að vera að byggja upp síðustu ár er mikils virði, fólk undrar sig á gæðunum sem koma frá svo litlu landi. Það er því fylgst grannnt með öllu okkar hæfileikafólki, og það fjölgar

stöðugt í þeim hópi,“ segir Anton Máni.

Karlovy Vary er ein elsta kvikmyndahátíð heims og meðal fremstu kvikmyndaviðburða í Mið- og Austur-Evrópu. Anton Máni, sem er á hátíðinni, segir viðtökurnar hafa verið frábærar.

„Það er virkilega góð stemning, mikill áhugi og troðfullir salir á hverri sýningu. Áhuginn lofar góðu fyrir komandi dreifingu í landinu, en Volaða land og Berdreymi eru báðar á leiðinni í almennar biósýningar hér í Tékklandi í haust.“ ■



Anton Máni, Hlynur og synir hans Grímur og Þorgils ásamt danska framleiðandanum Katrin Pors.

MYND/
KARLOVY VARY

Grillbúðin

15 ára

AFMÆLISTILBOÐ

LANDMANN Gasgrill Triton 4ra brennara stál

Your World of BBQ

Afi 12 KW

- 4 brennarar úr ryðfriú stáli
- Stór efri grind
- Grillgrindur úr pottjárni
- PTS hitajöfnunarkerfi
- Rafkveikja fyrir alla brennara
- Ryðfritt stál í loki, hurðum og takkaborði
- Niðurfellanleg hliðarborð
- Tvöfalt einangrað lok
- Hitamælir
- Postulínsemalerað eldhólf
- Grillflötur 65 x 44 cm
- Auðveld þrif - Bakki fyrir fitu undir öllu grillinu



Verð áður 109.900
AFMÆLISTILBOÐ
89.900

LANDMANN Gasgrill Triton 3ja brennara

Afi 10,5 KW

- 3 brennarar úr ryðfriú stáli
- Stór efri grind
- Grillgrindur úr pottjárni
- PTS hitajöfnunarkerfi
- Rafkveikja fyrir alla brennara
- Niðurfellanleg hliðarborð
- Tvöfalt einangrað lok
- Hitamælir
- Postulínsemalerað eldhólf
- Grillflötur 65 x 44 cm
- Auðveld þrif - Bakki fyrir fitu undir öllu grillinu
- Grátt



Verð áður 99.900
AFMÆLISTILBOÐ
74.900

LANDMANN Gasgrill Triton 2ja brennara

Your World of BBQ

Afi 7 KW

- 2 brennarar úr ryðfriú stáli
- Stór efri grind
- Grillgrindur úr pottjárni
- PTS hitajöfnunarkerfi
- Rafkveikja fyrir alla brennara
- Niðurfellanleg hliðarborð
- Tvöfalt einangrað lok
- Hitamælir
- Postulínsemalerað eldhólf
- Grillflötur 46 x 44 cm
- Auðveld þrif - Bakki fyrir fitu undir öllu grillinu
- Grátt



Verð áður 79.900
AFMÆLISTILBOÐ
64.900

LANDMANN Gasgrill Triton 5 brennara

Your World of BBQ

Afi 14,8 KW

- 4 brennarar úr ryðfriú stáli
- Innrauður OFUR brennari
- Grillgrindur úr pottjárni
- Stór efri grind
- PTS hitajöfnunarkerfi
- Rafkveikja fyrir brennara
- Ljós í tökkum
- Ryðfritt stál í loki, hurðum og takkaborði
- Tvöfalt einangrað lok
- Hitamælir
- Postulínsemalerað eldhólf
- Grillflötur 65 x 44 cm
- Auðveld þrif - Bakki fyrir fitu undir öllu grillinu



Verð áður 129.900
AFMÆLISTILBOÐ
99.900

Enders Gasgrill Monroe Pro Turbo 3+2 brennara

Frá Þýskalandi

Afi 18,35 KW

- Ryðfritt stál
- 3 brennarar úr ryðfriú stáli
- Par af ofurbrennari 4,2 KW
- Simple Clean hreinsikerfi
- Tvöfalt einangrað lok
- Grillgrindur úr pottjárni
- Gashella í hliðarborði
- Bakbrennari fyrir grilltein
- Kveiking í öllum tökkum
- Stór efri grind - Hitamælir
- Grillflötur 62 x 43 cm



Verð áður 159.900
AFMÆLISTILBOÐ
134.900

LANDMANN Eldstæði Ball of Fire

Your World of BBQ

Yfirbreiðsla fylgir



Verð áður 49.900
AFMÆLISTILBOÐ
34.900

Margar gerðir eldstæða í boði

Enders Gasgrill Chicago Turbo 3ja brennara

Afi 10,4 KW

- 3 brennarar úr ryðfriú stáli
- Par af ofurbrennari 4 KW
- Postulínsemalerað eldhólf
- Grillgrindur úr pottjárni
- Kveiking í öllum tökkum
- Hitamælir
- Niðurfellanleg hliðarborð
- Tvöfalt einangrað lok
- Stór efri grind
- Grillflötur 60 x 42 cm
- Auðveld þrif - Bakki fyrir fitu undir öllu grillinu



Verð áður 69.900
AFMÆLISTILBOÐ
59.900

Enders Gasgrill Monroe Pro Turbo 4+2 brennara

Frá Þýskalandi

Afi 21,9 KW

- Ryðfritt stál
- 3 brennarar úr ryðfriú stáli
- Par af ofurbrennari 4,2 KW
- Simple Clean hreinsikerfi
- Tvöfalt einangrað lok
- Grillgrindur úr pottjárni
- Gashella í hliðarborði
- Bakbrennari fyrir grilltein
- Kveiking í öllum tökkum
- Stór efri grind
- Hitamælir
- Grillflötur 74 x 43 cm



Verð áður 194.900
AFMÆLISTILBOÐ
169.900

LANDMANN Rafmagnsgrill

Your World of BBQ

Afi 2.000 wött

- Grillgrindur úr emaleraðu pottjárni
- Sjálflysandi hitamælir
- Grillgrindur úr pottjárni
- Lok úr áli
- losanleg hliðarborð
- Grillflötur 48 x 37 cm



Verð áður 79.900
AFMÆLISTILBOÐ
64.900

Enders Gashitari Elegance

Frá Þýskalandi

Afi 8 KW

- ECO-PLUS™ tækni = Minni eyðsla og betri hitadreifing



Verð áður 44.900
AFMÆLISTILBOÐ
34.900

Verslaðu í þægindum heima
í okkar glæsilegu vefverslun
www.grillbudin.is

Grillbúðin

Opið virka daga 11-18 og Laugardaga 11-16

Smiðjuvegi 2 Kópavogi - Sími 554 0400



Hugsanlega verður nú hægt að skilja hluta af bölinu frá ölinu.

Sænskri pillu ætlað að útrýma timburmönnum

ninarichter@frettabladid.is

Ný pillu frá sænskum framleiðanda sem hlotið hefur nafnið Myrkl getur hugsanlega leyst partípinna undan timburmönnum.

Pillan er sögð brjóta niður allt að 70 prósent af alkóhóli í líkamnum á aðeins einni klukkustund. Þá má draga upp dæmi um mann sem drekkur 50 millilítra af áfengi, sem innihaldi 20 millilítra af hreinu alkóhóli. Þá muni aðeins sex millilítrar af þessu áfengi ná í blóðið.



Í huga flestra áfengisneytenda fylgir pillunni viss ókostur.

Framleiðandi pillunnar mælir með að notandi taki tvær pillur með góðum fyrirvara áður en áfengisins er neytt. Virku efnin brjóti síðan niður áfengið í þörmunum áður en það berst í lifur og blóð.

Um er að ræða góðgerlana *Bacillus subtilis* og *Bacillus coagulans*, sem framleiddir eru með gerjuðu hrísgrjónaklíði. Gerlarnir brjóta áfengi niður í vatn og koltvísýring.

Jørgen Gustav Bramness, vísindamaður við Norsku lýðheilsustofnunina, hefur litla trú á kraftaverkapið en segir í samtali við Norska ríkissjónvarpið að þessi vara komi vissulega í veg fyrir timburmenn.

„Það er alveg rétt að efnið kemur í veg fyrir timburmenn. En í huga flestra áfengisneytenda fylgir pillunni viss ókostur. Hylkið kemur í veg fyrir að þú verðir fullur vegna þess að þú færð minna áfengi út í blóðið. Flestir vilja lækna timburmennina eftir að þeir hafa náð ákveðnu þrómilli. En ef þú tekur pilluna færðu ekki áhrifin og því ekki timburmennina,“ segir hann.

Á vefsíðu framleiðandans kemur fram að pillan sé uppseld sem stendur. ■



Fyrirsætur Jean Paul Gaultier voru viðs vegar á rauða dreglinum og sýndu forvitnilega hönnun og listrænan klæðnað. Jean Paul Gaultier hefur lengi vel verið þekktur fyrir að fara óhefðbundnar leiðir í hönnun sinni og sést hér vel að hann er óhræddur við að feta nýjar slóðir.

FRÉTTABLAÐIÐ/
GETTY



Kanadíska fyrirsætan Coco Rocha, sem þekkt er sem ein af fyrstu „stafrænu“ fyrirsætunum, mætti á sýninguna í þessum fallega en jafnframt sérstaka kjól en hönnunin minnir á forngrískar súlur. Rocha er mikill vinur hönnuðarins Jean Paul Gaultier og hefur margsinnis setið fyrir í hönnun hans.

Pomp og prakt í París

ragnarjon@frettabladid.is

Hér má líta svipmyndir frá opnun á haust/vetrartískusýningu Jean Paul Gaultier sem fram fór í París nú á miðvikudaginn. Hún markaði upphaf Haute Couture-vikunnar í París þar sem glæsilegustu og þekktustu tiskuvörumerki heims sýna einstaka og sérstaka hönnun. Að sjálfsögðu lét fræga og fallega fólkið sig ekki vanta þegar rauða dreglinum var rennt út.



Kim Kardashian lét sig ekki vanta á tiskusýningu Jean Paul Gaultier en hún sést hér ásamt dóttur sinni North West sem hún á með tónlistarmanninum Kanye West. Þær skörtuðu báðar fallegum nefhringum en hárgreiðsla dótturinnar er einnig sérlega glæsileg.



Leikkonan Ashley Park, sem lesendur þekkja eflaust úr þáttunum *Emily in Paris*, var mætt til höfuðborgar tiskunnar og var einkar glæsileg.



Franski söngvarinn og lagahöfundurinn Bilal Hassani, sem tók þátt í Eurovision fyrir hönd Frakklands árið 2019 með laginu *Roi*, var í ögrandi samsetningu úr gallaefni. Margir vilja meina að bannað sé að blanda saman toppi og buxum úr gallaefni en Hassani lét slíkt tal ekki stöðva sig.

SUMAR LEIKUR

Fjarðarkaupa

TAKTU ÞÁTT Í VERSLUN FJARÐARKAUPA

einstök verslun

ÚTISVÆÐIÐ 7. –16. júlí



7. JÚLÍ

Júladiskó



Stuðmenn
Ball í útítjaldinu
Svæðið opnar kl 17

8. JÚLÍ



Poppvélin
og Haffi Haff

Nýtt lag Hjarta Hafnarfjarðar frumflutt

9. JÚLÍ

HJARTA
HAFNAR-
FJARÐAR
ÚTISVÆÐI



Siggi Hlö
Alvöru diskó í útítjaldinu

14. JÚLÍ



Ámóti sól
ball í útítjaldinu

15. JÚLÍ

Svæðið opnar kl 17



Paparnir
Alvöru Papaball í útítjaldinu

Svæðið opnar kl 17

16. JÚLÍ

Björkort á frábæru verði
Stórskemmtilegt útisvæði með tjöldum, borðum og bekkjum
Ópið allar helgar til kl 23

nánar á bæjarbíó.is og facebooksíðu Bæjarbíó

FRÍTT
INN
Á ÚTISVÆÐIÐ

Stærsti
Björgámur
í Evrópu
26 dætur
10 tegundir
af krana

HAPPY
HOUR
ALLAR HELGAR
TIL 20

tix

HAFNARFJÖRÐUR

prime
UMBODSSKRIFSTOFA

Gull

Bakþankar



Jóhanna Vigdísar
Guðmundsdóttir

Matvælaöryggið

Í mér býr garðyrkjakona sem veit fátt betra en að moka skít og rækta eitthvað sem hægt er að borða. Enda úr sveit.

Það var því happafengur að garðinum í nýja húsinu mínu hafði ekki verið sinnt áratugum saman. Af því leiðir að ég hef undanfarin sjö sumur átt gæðastundir í baráttunni við skriðsóley, oftast vopnuð stunguskóflu þó mig hafi mest langað í gröfu. Þegar á leið gat ég gróðursett ýmislegt og byrjaði á rabarbara. Enda er hægt að borða hann. Mitt framlag til matvælaöryggis þjóðarinnar. Það var ekkert, Svandís.

Þegar dóttir mín kvartaði undan litleysi garðsins áttaði ég mig á að ég þyrfti að gefa fingerðari blæbrigðum lífsins meira pláss. Rækta eitthvað sem ekki er hagnýtt og má ekki borða. Þá bættust við blóm sem ég man ekkert hvað heita, í alls konar litum. Eflaust má borða einhver þeirra.

Þar sem við búum í Laugar- dalnum er illa séð að vera með húsdýr. Tilgangurinn með því að hafa risastórt tún í kringum húsið virðist því vera að slá það einu sinni í viku og fara með grasið í Sorpu. Mér skilst þó að gras hjálpi til við að halda andrúmsloftinu hreinu og er því til í að samþykkja mikilvægi þess, þó enginn borði grasið úr mínum garði. Ennþá.

Toppurinn, eða botninn, á garðyrkjuferlinum er að nýta ýmsa matarafganga í jarðgerð. Við endum öll þar, hvort sem okkur líkar betur eða verr. Nýverið fagnaði ég því fyrsta moltuskammtinum eins og nýju lífi, næstum því með titrandi efri- vör og tár á hvarmi. Enda er ekkert fallegra en hringrás lífsins. ■



HRAUNHAMAR
FASTEIGNASALA

BÆJARHRAUN 10 - HAFNARFIRÐI
SÍMI: 520-7500 - FASTEIGNASALA SÍÐAN 1983



NÝBYGGINGAR
Í HAFNARFIRÐI

FJÖLDI EIGNA AÐ KOMA Í SÖLU
Í SKARDSHLÍÐ OG HAMRANESI



SUMARÚTSALA BETRA BAKS ER HAFIN
ALLT AÐ 60% AFSLÁTTUR - EKKI MISSA AF ÞESSU



40%
AF DIMMA
RÚMFÖTUM
OG LÖKUM



20%
AF SÆNGUM
OG KODDUM



60%
AFSLÁTTUR

EXCLUSIVE TOPPER
Gæsadúnn.
90 x 200 cm. Verð: 30.900 kr. Nú 12.360 kr.
160 x 200 cm. Verð: 56.900 kr. Nú 22.760 kr.
180 x 200 cm. Verð: 60.900 kr. Nú 24.360 kr.



20%
AFSLÁTTUR
AF TEMPUR

TEMPUR



30%
AFSLÁTTUR
AF SLOPPUM

HORSENS
Hægindastóll, rafdrifinn.
Svart leður. Verð: 269.900 kr.
Nú 188.930 kr.



10-40%
AF HEILSUINNISKÓM