

## Raunveruleikinn mun grimmarí

Úkraínskur útgefandi gefur út barnabækur til að vekja athygli á stríðinu. > 28



## Áhætta að gerast ráðskona

Dalrún Eygerðardóttir rannsakaði íslenskar ráðskonur árin 1950 til 2000. > 22



Koddaslagur Svens.

Säman gegn hvítu rusli.



# FRÉTTA BLAÐIÐ

139. TÖLUBLAÐ 22. ÁRGANGUR

LAUGARDAGUR 9. JÚLÍ 2022

## Kveður sundið fyrir tónlistina

Hinn blindi heimsmethafi Már Gunnarsson er hættur í sundi aðeins 22 ára. Hann heldur til Bretlands í tónlistarháskóla. > 20

FRÉTTA BLAÐIÐ / SIGTRYGGUR ARI

## VELKOMIN Í NÝJA VERSLUN Í SKEIFUNNI

Frábær **opnunartilboð** alla helgina



TAKMARKAD  
MAGN Í BODI

ELKO



Einar Sigurðsson strandveiðimaður.  
MYND/ADSEND

## Sjómaður kveðst gefa Lilju núll stig

bth@frettabladid.is

**SJÁVARÚTVEGUR** Einar Sigurðsson, strandveiðimaður á Norðausturlandi, er harðorður í garð Lilju Rafneyjar Magnúsdóttur, fyrrverandi þingmanns VG, sem gagnrýnt hefur Svandísi Svavarsdóttur matvælaráðherra fyrir að ætla að taka upp svæðaskiptingu á kvóta strandveiðanna á nýjan leik.

Einar segir að Lilja stundi kjör-  
dæmapólitík með kröfu um að vestfirskir smábátasjómenn fái að fiska meira á kostnað svæða utan Vestfjarða. Svæðið sé komið með 60-70 prósent af heildarafla strandveiða.



Ég hef tekið við hana rökræðu í einkasamtali og líka í í atvinnuveganefnd Hún tekur engum sönsum.

Einar Sigurðsson,  
strandveiðimaður

„Það er vísitandi verið að taka aflaheimildir af öðrum svæðum og færa yfir á A-svæði Vestfirðinganna, sem skadar ekki bara okkar sjómenn heldur byggðarlögin hér. Við verðum af tekjum og menn héðan eru farnir að flýja yfir á A-svæðið með því að flytja útgerðir vestur. Þeir borga þá skatta og skyldur fyrir vestan þótt þeir búi annars staðar hinn hluta ársins,“ segir hann.

Einar segist standa þétt við bakið á Svandísi. „Við lifum í nútímanum, við sjómenn viljum vera meira með fjölskyldum okkar þótt feður okkar hafi flutt sig til milli vertíða.“

Að óbreyttu segir Einar að strandveiðikerfið endi allt á einu svæði.

„Ef þetta væri Eurovision myndi ég gefa Lilju núll stig. Ég hef tekið við hana rökræðu í einkasamtali og líka í atvinnuveganefnd. Hún tekur engum sönsum.“ ■

## Klárar í slaginn



Það fer afskaplega vel um Stelpurnar okkar á Crewe Hall Hotel and Spa þar sem þær eru staðsettar á milli æfinga á Evrópumóti kvenna í knattspyrnu. Hótelíð er rúmlega fjögur hundruð ára gamalt en leikmennirnir sem Fréttablaðið ræddi við kunnu ofboðslega vel við dvölina. Stelpurnar okkar mæta Belgum í fyrsta leik á sunnudaginn og segir Hallbera að íslenska liðið sé staðráðið í að komast áfram í átta liða úrslitin. **SJÁ SIÐU 16.**

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



## Kona lést í bílveltu

gar@frettabladid.is

**LÖGREGLUMÁL** Kona, sem var farþegi í bíl sem valt á Meðallandsvegi suður af Kirkjubæjarklaustri í fyrri-  
nótt, lést í slysinu. Tveir aðrir voru fluttir mikið slasaðir með þyrlu á sjúkrahús í Reykjavík. Ökumaðurinn slapp ómeiddur.

Lögreglan á Suðurlandi kvaðst í tilkynningu í gær ekki vilja upplýsa um rannsókn sem hafin væri á málinu. Í fyrri tilkynningu kom fram að viðbragðsáðilar á Suðurlandi hefðu verið kallaðir til um klukkan 2.55 um nóttina. ■

# Landsliðskokkur með skyr og íslenskan fisk á Englandi

Kokkur kvennalandsliðsins segir mikilvægasta verkefni sitt á EM að framreiða nær-  
andi og spennandi mat. Hún tók fisk og skyr með sér frá Íslandi og er að læra af næringarfræðingnum í liði Íslands samhlíða því að elda.

kristinnpall@frettabladid.is

**EM 2022** „Það helsta sem skiptir máli er að hafa allt til sem þeim finnst best og gera þetta rétt. Elda þetta vel, að hræfnið sé gott og tímasetningar réttar. Þær þurfa að fá matinn á réttum tímasetningum,“ segir Ylfa Helgadóttir, kokkur kvennalandsliðsins, um daglegt líf hjá kokki á ferðalagi með landsliði.

„Hingað til hafa þær verið mjög ánægðar og ég er bara ofboðslega glöð,“ segir kokkurinn.

Ylfa, sem átti áður veitingastað og er í námi þessa dagana, ásamt því að taka að sér verkefni sem þessi, er í fyrsta sinn á stórmóti með kvennalandsliðinu. Hún var sjálf í kokkalandslíðinu.

„Það er mikilvægt að vakna snemma og hafa allt tilbúið. Þetta þarf líka að líta vel út svo að þær vilji borða. Fólki finnst misgaman að borða en þær þurfa að fá mikla næringu, þannig að það þarf að huga að ýmsu,“ segir Ylfa.

Vettvangsferð til Crewe fyrr í sumar leiddi í ljós að það væru góð hræfni til staðar en Ylfa hafði samt tvö hræfni frá Íslandi með í för.

„Ég fór í rannsóknarferð fyrir mánuði, til að kanna hræfnið og koma í veg fyrir að ég væri að taka eitthvað að óþörfu. Það var allt mjög gott, nema fiskurinn. Við erum með háleitar kröfur þegar kemur að fiski. Við tókum ferskan íslenskan fisk og skyr meðferðis,“ upplýsir Ylfa.

Elísa Viðarsdóttir, leikmaður Íslands, er menntaður næringar-



Ylfa Helgadóttir segir leikmennina þurfa mikla næringu. **FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR**



Hingað til hafa þær verið mjög ánægðar og ég er bara ofboðslega glöð.

Ylfa Helgadóttir, kokkur kvennalandsliðsins.

fræðingur og gaf út bók fyrir síðustu júl. Ylfa segist ekki upplifa að hún sé að vakta hvað sé borið fram.

„Okkur kemur vel saman,“ segir Ylfa kímín og heldur áfram:

„Elísa kemur og hrósar mér, sérstaklega þegar hún sér eitthvað sem henni finnst sniðugt og gott. Við erum að læra af hvor annarri. Ég er enginn næringarfræðingur og get lært heilmikið af henni,“ viðurkennir landsliðskokkurinn.

Ylfa segir mikla vinnu að baki við skipulagningu enda langur tími sem þarf að huga að.

„Mikið af vinnunni fer fram á Íslandi við að búa til matseðilinn til að undirbúa alla. Hér er fullt eldhús af kokkum sem eru að vinna á hóteli-  
nu og vinna þetta með okkur.“ ■

## OMEGA-3 COLLAGEN

HREIN ÍSLENSK FÆÐUBÓT

HJARTA  
OG  
ÆÐAKERFI



Í POKUM FYRIR LÁGMARKS KOLEFNISSPOR

ARCTIC HEALTH

AHI.IS



NÝR TOYOTA AYO X

# GERÐU ÞAÐ SEM ÞÚ VILT

Aygo X þræðir götur þéttbýlisins lipurlega og tekst leikandi á við þjóðveginn, hvort sem hann er chilirauður, kardimommugrænn, berjablár eða engiferdrapplitaður. Það er að segja bíllinn, ekki þjóðvegurinn.

Njóttu ævintýrana. Reynsluaktu glænýjum **Aygo X**.



Toyota Aygo X  
Verð frá : 3.090.000 kr.

TOYOTA – MEST SELDA  
BIFREIÐATEGUNDIN  
Á ÍSLANDI  
**32**  
ÁR Í RÖÐ

TOYOTA TRYGGINGAR  
vátryggt af TM



Toyota Kaupúni  
Kaupúni 6  
570 5070

Toyota Akureyri  
Baldursnesi 1  
460 4300

Toyota Reykjanesbæ  
Njarðarbraut 19  
420 6600

Toyota Selfossi  
Fossnesi 14  
480 8000



UMHVERFISVERJANINGAR  
UMHVERFISFYRIRTÆKI ÁRSINS

Bíllarnir í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega það verð og þann búnað sem tilgreindur er. Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds. 7 ára ábyrgð gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. Birt með fyrirvara um villur.



Shinzo Abe andartókum áður en hann var veginn. FRÉTTABLAÐIÐ/EPA

## Shinzo Abe myrtur á útifundi í Japan

thorgrimur@frettabladid.is

**JAPAN** Japanska þjóðin er í sárum eftir að Shinzō Abe, fyrrverandi forsætisráðherra Japans, var skotinn til bana í borginni Nara í gær.

Sinzo Abe var forsætisráðherra Japans frá 2007 til 2008 og aftur frá 2012 til 2020 og var þáulsetnasti forsætisráðherra í sögu landsins.

Abe var á útifundi að flytja stuðningsræðu fyrir frambjóðanda í kosningum sem verða haldnar til efri deildar japanska þingsins á morgun.

Fyrstum sjóliði á fimmtugsaldri var handtekinn á vettvangi og hefur játað á sig morðið á Abe. Hann notaði heimagerða byssu til að skjóta Abe og segist hafa drepð hann vegna óvildar sinnar í garð „tiltekinnar stofnunar“ sem Abe tengdist.

Abe var meðlimur í Frjálslynda lýðræðisflokknum, sem hefur stýrt Japan að mestu síðan á sjötta áratugnum. Hann var dóttursonur fyrrverandi forsætisráðherrans Nobusuke Kishi, sem tók þátt í stofnun flokksins.

Abe var hægrisinnaður þjóðernissinni og hafði lengi talað fyrir því að stjórnarskrá Japans yrði breytt til þess að lyfta hömlum sem settar voru á stærð japanska hersins eftir seinna stríð.

Gagnrýnendur Abe höfðu gjarnan sakað hann um að hvítþvo stríðsglæpi Japana með orðræðu sinni.

Þjóðarleiðtogar vottuðu í gær fjölskyldu Abe og japönsku þjóðinni samúð vegna hins sviþlega fráfalls hans. Þeirra á meðal voru Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra og Guðni Th. Jóhannesson, forseti Íslands, sem bæði lýstu hluttekningu sinni á Twitter. Ryotaro Suzuki, sendiherra Japans á Íslandi, þakkaði þeim báðum í svörum á Twitter.

„Þakka þér kærlega, herra forseti, fyrir þessar innilegu samúðarkveðjur,“ skrifaði Suzuki í svari sínu til forseta Íslands. ■

## Reykvískt fiskiskip knúíð metanóli að hluta

bth@frettabladid.is

**UMHVERFISMÁL** Guðlaugur Þór Þórðarson umhverfis-, orku- og loftslagsráðherra hefur ákveðið að veita um 900 milljónir króna í styrki til orkuskipta á þessu ári.

Þetta er hæsta úthlutun til verkefna í orkuskiptum hingað til. Samtals fengu 137 verkefni styrk og eru styrkþegar í öllum landshlutum.

Guðlaugur Þór segir hvetjandi að sjá mikinn áhuga á orkuskiptum. Áhugi fjárfesta og frumkvöðla sé mikill. Þeir leggi til meirihluta fjárlins til verkefna á móti sjóðnum.



Hlutirnir gerast hratt.



Guðlaugur Þór Þórðarson, umhverfis-, orku- og loftslagsráðherra.

Sjóðurinn veitir nú í fyrsta sinn umtalsverð styrkvilyrði til framleiðslu rafeldsneytis og nýtingar þess í stærri samgöngu- og flutningstækjum.

Þá styrkir sjóðurinn notkun á vetni í stórum flutningstækjum á landi með styrkveitingum til Clara Arctic Energy ehf. og Vetnis ehf. sem stuðla meðal annars að vetnisvæðingu flutningstækja hjá Eimskip og Samskipum.

Einnig er áhersla á rafvæðingu hafna og orkuskipti í fiskiskipum, meðal annars breytingu fiskiskipa þannig að þau gangi fyrir metanóli,

sem hægt er að framleiða með grænni raforku. Þar má sérstaklega nefna verkefni Útgerðarfélag Reykjavíkur, sem hyggst breyta vinnsluskipinu Guðmundi í Nesi RE13 þannig að það geti brennt metanóli að talsverðum hluta.

„Þegar grænbókin kom út í mars síðastliðnum var staðan sú að ekki var ljóst hvaða rafeldsneyti yrði ofan á þegar kemur að skipum og engin teikn á lofti um hreyfingar í þessum efnum,“ segir Guðlaugur Þór. „Hlutirnir gerast hratt og það er alveg ljóst að hraðinn mun aukast á komandi árum.“ ■

## Rukkar hreyfihamlaða án heimildar

Borgarlögmaður telur Bílastæðasjóði óheimilt að taka gjald af handhöfum P-korta. Öryrkjabandalagið hyggst gripa til aðgerða gegn borginni verði ekki látið af innheimtunni og reglum breytt.

erlamaria@frettabladid.is  
adalheidur@frettabladid.is

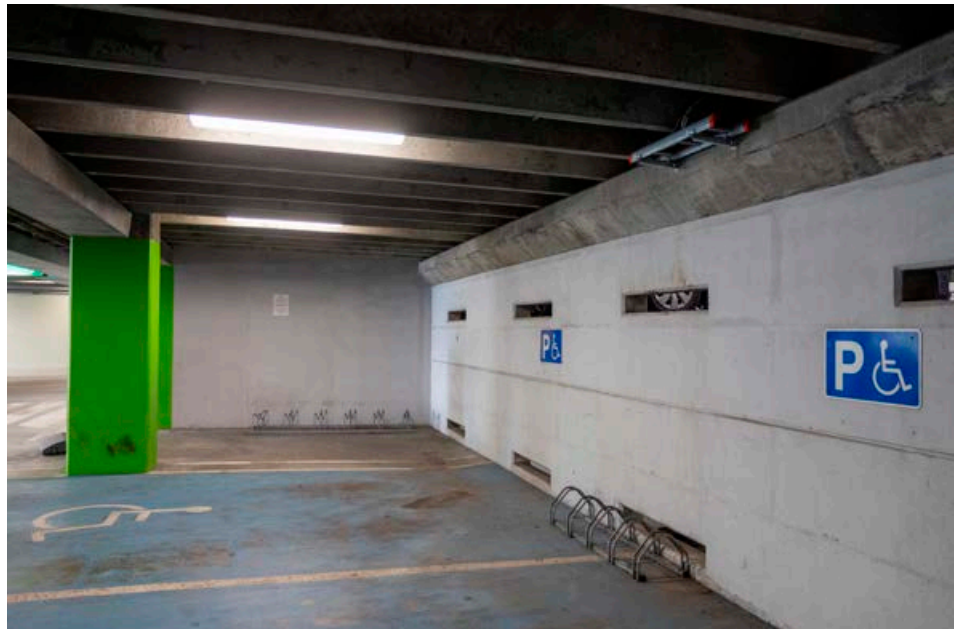
**REYKJAVÍK** Lögmaður Öryrkjabandalags Íslands, ÖBÍ, furðar sig á því hvers vegna ólöglegri gjaldtöku Bílastæðasjóðs af hreyfihömluðum öikumönnum í borginni hefur ekki verið hætt og reglum breytt.

Í minnisblaði borgarlögmanns fyrir borgarstjóra frá í desember í fyrra segir að gjaldtaka Bílastæðasjóðs af handhöfum stæðiskorta fyrir hreyfihamlaða í bílastæðahúsum borgarinnar sé óheimil.

Vikið er að málinu í fundargerð borgarráðs og var því vísað til umhverfis- og skipulagsráðs. „Augljóslega þurfum við að passa upp á að það sé ekki verið að rukka fólk með P-merki þegar það á ekki að gera það,“ segir Alexandra Briem, starfandi formaður ráðsins. Hún tjáir sig ekki um málið því umfjöllun um það sé ekki hafin í ráðinu.

Ágreiningur hefur ríkt um gjaldtökuna milli Bílastæðasjóðs og Öryrkjabandalagsins allt frá því síðla árs 2020 er lögmaður ÖBÍ óskaði fyrst skýringa frá Bílastæðasjóði.

Í bréfi Bílastæðasjóðs til aðgengis- og samráðsnefndar borgarinnar segir að gjaldtaka af stæðishöfum sé hvorki skattheimta né þjónustugjöld sem byggja á lagaheimildum eða sjónarmiðum opinbers réttar heldur sé um að ræða innheimtu endurgjalds á einkaréttarlegum grunni hjá þeim sem kjósi að hag-



Það eru gjaldskyld bílastæði í bílastæðahúsum sem sjóðurinn hefur rukkað handhafa stæðiskorta fyrir, en lögum samkvæmt þurfa þeir ekki að greiða fyrir slík stæði.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
VALLI



Samkvæmt umferðarlögum á handhafi stæðiskorts rétt á að leggja á gjaldskyldu svæði án sérstakrar greiðslu.

nýta sér fasteignir sem nýttar séu sem bílastæðahús og eigi sér stöð í samþykktum um Bílastæðasjóð og gjaldskrá sem borgarráð ákveði.

Mannréttindaskrifstofa Reykjavíkur tók málið til skoðunar í júní í fyrra. Í minnisblaði hennar kemur fram það mat að Reykjavíkurborg hafi takmarkað þau réttindi sem



Alexandra Briem, borgarfulltrúi.



Daniel Isebarn Ágústsson, lögmaður ÖBÍ.

gjaldskyld bifreiðastæði án sérstakrar greiðslu, auk réttar til að leggja í sérmerkt stæði fyrir hreyfihamlaða.

Lögmaður ÖBÍ segir að félagið muni sækja rétt félagsmanna. En þau hefðu talið að þau þyrftu ekki sjálf að ganga eftir því.

„Mér finnst ótrúlegt að það þurfi að ganga svona á eftir þessu þegar að æðsti lögfræðingur borgarinnar sjálfur er búinn að segja að þetta sé ólöglegt. Maður myndi halda að borgin tæki mark á sínum eigin borgarlögmanni,“ segir Daniel Isebarn Ágústsson lögmaður.

„Við ætludum að gefa borginni og Bílastæðasjóði einhvern smá tíma til að bregðast við þessu, en eins og ég segi, það er komið hálf tveggja árið til að ef það fer ekki að gerast eitthvað á allra næstu dögum förum við í frekari aðgerðir.“ ■

## KEMUR ÞÚ AF FJÖLLUM?

Íslensku fjöllin hafa mætt jafningja sínum. Gerðu ferðalagið algjörlega rafmagnað með Jeep® Wrangler Rubicon Plug-In Hybrid.

5 ÁRA ÁBYRGÐ 8 ÁRA ÁBYRGÐ Á DRIFRAHLOÐUNNI PLUG-IN HYBRID

EIGUM BÍLA TIL AFHENDINGAR STRAX!

ISBAND ÞVERHOLT 6 • 270 MOSFELLSBÆR • S. 590 2300  
ÓPIÐ VIRKA DAGA 10-17 • LOKAÐ LAUGARDAGA

Jeep

4xe  
PLUG-IN HYBRID

JEEP.IS • ISBAND.IS





Evrópumeistaramót kvenna í knattspyrnu er hafið. Ísland spilar sinn fyrsta leik á sunnudaginn kemur. Við gætum ekki verið stoltari af landsliðinu okkar og hlökkum til að sýna þeim stuðning í verki. Ekkert getur stoppað okkur í því. – **Áfram Ísland!**

**ICELANDAIR** 



**OLZA PRINCE POLO**  
od 1953 róbu

**TAKTU ÞÁTT  
Í SUMARLEIK PRINCE POLO!**

**VINNINGAR  
GJAFABRÉF  
Í UTANLANDSFERÐIR**

**Heimsferðir**

**PRINCE POLO XXX**  
CLASSIC

**PRINCEPOLO.IS**

Royal Iceland®

Royal Iceland leitar að skipstjóra  
á skipið Báru SH-27.



Um er að ræða heilsársvinnu, mánuð í vinnu og mánuð í frí.

Skipið er 15 metrar og 44 brt. og stundar veiðar á ígulkerjum og beitukóngi frá Stykkishólmi.

Áhugasamir vinsamlegast sendið tölvupóst á  
david@royaliceiland.is

royaliceiland.is



Hjúkrunarfræðingar eru ósáttir við að aðrir starfsstéttir gangi í störf þeirra. Myndin tengist fréttinni ekki beint.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

## Dæmi um að aðrir gangi í störf hjúkrunarfræðinga

Hjúkrunarfræðingar segja það alvarlegt og brot á lögum að aðrir séu látnir ganga í störf þeirra eins og ábendingar hafi borist um.

helenaros@frettabladid.is

**HEILBRIGÐISMÁL** Boríð hefur á að aðrir sinni störfum hjúkrunarfræðinga innan einstakra heilbrigðisstofnana og séu jafnvel ráðnir í stöðugildi þeirra.

Halla Eiríksdóttir, varaformaður Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga, segir málið alvarlegt og brot á lögum. Þá fái þjónustubeginn aldrei þessar upplýsingar.

Ábendingar hafi borist frá hjúkrunarfræðingum þar sem verið sé að ráða nema, hjúkrunar- og lækna-nema og sjúkraliða án framhaldsmenntunar í störf sem hjúkrunarfræðingar hafi gegnt.

„Starfslýsingum hefur ekki verið breytt, svo þeir viti, þannig að það er verið að ráða aðra starfsmenn í störf hjúkrunarfræðinga,“ segir Halla.

Hvergi á landinu er að sögn Höllu til ákveðin tala, í lagalegum skilningi, yfir fjölda hjúkrunarfræðinga sem eiga að starfa á hverjum stað. Hins vegar sé til undanþágulisti þar sem skilgreint sé með lögum

”

Ef þú ert að fara í flugvél þá er flugþjónninn ekki settur inn í staðinn fyrir flugstjóra.



Halla Eiríksdóttir, varaformaður Félags íslenskra hjúkrunarfræðinga.

lágmarksviðmið út frá gæðum og öryggi heilbrigðisþjónustu.

„Þá eru skilgreind fjöldastöðugildi hjúkrunarfræðinga og við vitum að þessi fjöldi er sums staðar kominn undir þessi viðmið án þess að starfsemi hafi verið breytt.“

Ef breyting verður á leyfisskyldri heilbrigðisstarfsemi samkvæmt reglugerð þarf að tilkynna það til Embættis landlæknis.

„Við vitum í sjálfu sér ekki hvað

hefur verið tilkynnt og hvað Embætti landlæknis hefur gert til að samþykkja breytingarnar,“ segir Halla og bætir við að Félag íslenskra hjúkrunarfræðinga sé að vekja athygli á því að heilbrigðiskerfið sé víða rekið á þeim forsendum að fólk sé ráðið í störf annarra.

„Maður á kannski ekki að nota samlíkingu, en ef þú ert að fara í flugvél þá er flugþjónninn ekki settur inn í staðinn fyrir flugstjóra, það er bara ekki flogið. En heilbrigðiskerfið gerir ekki þessar ráðstafanir, þetta er meðvirkni upp alla línuna og þjónustubeginn fær aldrei þessar upplýsingar,“ segir Halla.

Þetta auki álag á menntuðum hjúkrunarfræðingum sem þurfi að bera ábyrgð á starfsmönnum sem standist ekki menntunarkröfu.

„Eftir álagstímabil síðastliðinna tveggja ára eru þörmörkin búin meðal hjúkrunarfræðinga og meðal stéttarinnar. Við teljum það skyldu okkar að vekja athygli á því að það sé verið að manna stöður hjúkrunarfræðinga ekki með réttum formerkjum í stað þess að loka eða draga úr þjónustu,“ segir Halla.

Fréttablaðið óskaði eftir svörum frá Embætti landlæknis sem gat ekki orðið við þeirri beiðni fyrir dagslok í gær. ■

## Vondir stjórar axli sjaldnast ábyrgð

bth@frettabladid.is

**SAMFÉLAG** „Viðbrögðin hafa verið ótrúleg, ég hef aldrei fengið svona mikil viðbrögð, ég hef fengið alls konar skilaboð frá alls konar fólki í allan dag, þeim linnir ekki, ég er í hálfgerðu sjokki,“ segir Sigrún Eyjólfsdóttir, höfundur meistararitgerðar um alvarleg langtímaáhrif eineltis á vinnustað á þolendur.

„Fólkið er fyrst og fremst að lýsa eigin raunasögum eftir að það varð sjálft fyrir einelti á vinnustað. Umfangið segir okkur að vandinn er miklu viðtækari en við höfum haldið,“ segir Sigrún eftir símtöl, tölvupósta og einkaskilaboð sem henni hafa borist eftir frétt Fréttablaðsins um rannsóknina í gær.

„Fólk tengir jafnvel eigið krabbamein við andleg áföll í kjölfar eineltis og starfsloka,“ segir Sigrún.

Margir hafa einnig sett sig í sam-

”

Fólk tengir jafnvel eigið krabbamein við andleg áföll í kjölfar eineltis og starfsloka.



Sigrún Eyjólfsdóttir, meistari í mannauðsstjórnun.

band við Fréttablaðið. Eitt þema er að það sé óbærilega sárt þegar gerendur haldi starfi áfram en þolendur hrökklist burt.

Leiðbeinandi Sigrúnar við gerð meistararitgerðarinnar, Ingi Eðvarðsson, prófessor við Vísni- skiptafræðideild Háskóla Íslands, segir að rannsókn Sigrúnar sýni að í flestum tilvikum hafi stjórnendur verið gerendur í eineltinu.

„En þeir voru sjaldan látnir bera ábyrgð á gjörðum sínum,“ segir Ingi. ■



# EM 2022 ALLA LEIÐ



## Tökum stemmninguna alla leið

Sem einn aðalbakhjarl KSÍ og Stelplanna okkar þá tökum við auðvitað EM stemmninguna alla leið hér heima. Við mælum sterklega með EM torginu í miðborginni á leikdegi og ef þú horfir heima þá er tilvalið að renna við hjá okkur og græja snakkið og veitingarnar.

Áfram Ísland!

440 1000 n1.is



# Minni áhugi á stríði sem sér ekki fyrir enda á

sigurjon@frettabladid.is

**ÚKRAÍNA** „Ég sé ekki fyrir mér neinn enda á þessu stríði, það er leiðinlegt að þurfa að tala svona,“ segir Hilmar Þór Hilmarsson, prófessor við viðskipta- og raunvísindadeild Háskólans á Akureyri.

Stríðið í Úkraínu hefur staðið í rúma fjóra mánuði og áhugi á stríðinu virðist fara dvínandi á meðal heimsbyggðarinnar.

Hersveitir Rússa hafa nánast fulla stjórn á Lúhansk og Donbas, héruðum í austurhluta Úkraínu. Hilmar segir erfitt að segja til um næstu skref Rússa, enda lá megináhersla þeirra á Lúhansk og Donbas.

„Pútín sagði nýlega að stríðið væri rétt að byrja. Ég spáði því fyrir einhverjum mánuðum að það versta sem gæti gerst væri að Úkraína myndi klofna í tvennt. Það er það sem mér finnst enn þann dag í dag,“ segir Hilmar.

Hann telur Pútín vilja ná strandlengjunni við Svartahaf. „Pútín vildi ná Donbas og hann vill ná strandlengjunni eins langt og hann getur að Svartahafinu. Hann myndi jafnvel vilja ná Odesa, því þá er hann búinn að ná allri strandlengjunni,“ segir Hilmar.

Ef Pútín næði allri strandlengjunni að Svartahafi myndi það hafa lamandi áhrif á Úkraínu, að mati Hilmar. „Því þá er Úkraína landlukt og hefur ekki aðgang að hafsvæði,“ segir hann.

„Ef þú horfir á Úkraínu, þá er enginn sammingsflötur og það er engin



Volodímír Selenskij, forseti Úkraínu, á fundi með úkraínskum hermönnum í Dnipropetrovsk-héraði fyrir í mánuðinum.

MYND/EPA



Hilmar Þór Hilmarsson, prófessor við viðskipta- og raunvísindadeild HA.



**Ef þú horfir á Úkraínu, þá er enginn sammingsflötur og það er engin augljós leið til að leysa þessa flækju, þannig að áhuginn er að minnka.**

augljós leið til að leysa þessa flækju, þannig að áhuginn er að minnka,“ segir Hilmar.

Volodímír Selenskij, forseti Úkraínu, hefur lengi sagst óttast að heimsbyggðin gleymi Úkraínu og að Rússland muni þá gleypa hana.

Hilmar segist sjá dvínandi áhuga

á stríðinu í Úkraínu. „Bæði af því að það er ekki augljós lausn á stríðinu og líka vegna þess að það eru aðrir hagsmunir, efnahagshagsmunir heimsins, að fara að veða þungt í þessu,“ segir hann.

Hilmar segir áhuga erlendra ríkisstjórna og alþjóðastofnana geta dvínað í kjölfarið. „Lönd eru að verða fyrir svo miklu fjárhagstjóni og efnahagstjóni vegna stríðsins að það kemur að því að Evrópusambandið og önnur lönd fari að hugsa um sína eigin hagsmuni frekar. Það er hættan fyrir Úkraínu,“ segir hann. ■



## Borg í mannúðarkrísu

Ástandið í borginni Síevierodonetsk í Lúhanskhéraði, sem nú er hernuminn af rússneskum hermönnum, er þannig að borgin er á barmi mannúðarkrísu, að sögn ríkisstjórnans Serhai Haidai. Héraðið er nú að mestu undir stjórn rússneska hersins.

Haidai sagði áttatíu prósent af húsnæði borgarinnar hafa eyðilagst í árásum. Hann segir Rússa ræna þau hús sem ekki eru eyðilögð.

„Sumt fólk fer til baka til að sækja hluti, en oftar og oftar koma þau að tómri íbúð ef hún er ekki rústuð nú þegar,“ segir Haidai í færslu sem birtist á samfélagsmiðlum.

Borgin er á barmi mannúðarkrísu vegna þess að enginn sér til þess að vatn, gas og rafmagn dreifist til þeirra íbúa sem enn eru staddir í borginni. Haidai segir um fimmtán þúsund almenna borgara vera enn í borginni. ■

## Leigufélagið Bríet og Sveitarfélagið Skagaströnd óska eftir byggingaraðilum til að taka þátt í uppbyggingu íbúða

Sveitarfélagið Skagaströnd og Leigufélagið Bríet stefna á uppbyggingu á hagkvæmum leiguíbúðum á Skagaströnd og auglýsa því eftir byggingaraðilum til samstarfs. Byggingaraðili skal vera aðalverktaki og annast framkvæmd verkefnis í samráði við sveitarfélagið og Leigufélagið Bríeti.

Gögn fyrir samstarfsaðila er hægt að nálgast með að senda tölvupóst á [drifa@briet.is](mailto:drifa@briet.is) eða [sveitarstjori@skagastrond.is](mailto:sveitarstjori@skagastrond.is) og skal gögnum skilað fyrir mánudaginn **1. ágúst 2022**.

Við val á byggingaraðilum til samstarfs verður tekið tillit til reynslu aðila ásamt hagkvæmni og gæðum lausna.

Nánari upplýsingar veita **Drifa Valdimarsdóttir** framkvæmdastjóri Bríetar ([drifa@briet.is](mailto:drifa@briet.is)), **Alexandra Jóhannesdóttir** sveitarstjóri Sveitarfélagsins Skagastrandar ([sveitarstjori@skagastrond.is](mailto:sveitarstjori@skagastrond.is)) og **Elmar Erlendsson** verkefnastjóri hjá Tryggð byggð ([elmar.erlendsson@hms.is](mailto:elmar.erlendsson@hms.is)).



Skagaströnd



Leigufélagið Bríet



Tryggð byggð

## Biden undirritar forsetatilskipun sem vernda á rétt kvenna til þungunarrofs

thorgrimur@frettabladid.is

**BANDARÍKIN** Joe Biden Bandaríkjaforseti skrifaði í gær undir forsetatilskipun sem ætlað er að vernda rétt til aðgangs að þungunarrofslyfjum og getnaðarvörnum.

Réttur kvenna til þungunarrofs hefur verið takmarkaður eða afnuminn með öllu í ýmsum ríkjum Bandaríkjanna síðan Hæstiréttur landsins gaf út niðurstöðu í málinu Dobbs v. Jackson Women's Health Organization. Í dómnum hafnaði rétturinn fimmtíu ára túlkun sinni úr málinu Roe v. Wade um að réttur til þungunarrofs væri stjórnarskrávarinn með vísan til friðhelgi einkalífs.

Í tilskipun Bidens er ekki farið í smáatriðum yfir það hvernig réttur til þungunarrofs verði verndaður, heldur er Xavier Beccerra heilbrigðis-



Joe Biden undirritar tilskipunina.

MYND/EPA

isráðherra falið að vinna skýrslu þar sem bent verði á „hugsanlegar aðgerðir“ í því skyni.

Biden lýsti yfir efasemdum um að hægt yrði að tryggja rétt til þungunarrofs nema með alríkislögum frá Bandaríkjaþingi. „En þangað til að því kemur undirrita ég þessa mikilvægu tilskipun.“ ■

## Youtube gagnrýnt fyrir hæg viðbrögð

ninarichter@frettabladid.is

**DANMÖRK** Maðurinn sem framdi skotárás í Field's-verslunarmiðstöðinni í Danmörku deildi myndböndum af sér á Youtube stilla sér upp með vopn sem hann beindi að sjálfum sér. Samkvæmt Jyllands Posten var myndböndunum hlaðið upp tveimur dögum fyrir árásina.

Slíki myndbönd stangast á við skilmála Youtube og sér í lagi bann við efni sem tengist sjálfsvígum.

Nú sætir Youtube harðri gagnrýni fyrir seinagang við að fjarlægja efnið. Nokkrar klukkustundir liðu frá árásinni þar til það var fjarlægt. Talsmaður samtakanna, Børns Vilkår, segir við danska ríkissjónvarpið, DR, að tæknirísarnir þurfi að viðhafa langtum snarari viðbrögð.

Google, sem á Youtube, svaraði DR á þá leið að streymisveitan

Myndbönd af árársarmanninum í Fields voru í þrjá daga á veitunni.

stýðjist við blöndu af sjálfvirkum tölvusium og mönnum eftirliti við að halda óeskilegu efni í skefjum.

„Eftir hörmulega atburði í Field's voru umrædd myndbönd skoduð, sem brutu í bága við notendaskilmála Youtube og því fjarlægð af veitunni. Síðan var reikningi hins grunaða lokað. Youtube mun halda áfram að fylgjast með málinu í samvinnu við yfirvöld.“ ■



NÝR LAND ROVER DISCOVERY

# GERIR HVERJA FERÐ AÐ ÆVINTÝRI



ABOVE & BEYOND



Bíll á mynd R-Dynamic HSE

## FJÖLHÆFASTI SJÖ SÆTA JEPPINN Á MARKAÐNUM

Við kynnum nýja árgerð þar sem búið er að nostra við smáatriðin og færa þennan fágaða og fjölhæfa sjö sæta jeppa enn nær fullkornun.

LAND ROVER DISCOVERY D250 SE. Verð: 15.690.000 kr.  
TIL AFGREIÐSLU STRAX

LAND ROVER  
HESTHÁLSI 6-8, 110 REYKJAVÍK  
SÍMI: 525 6500

OPIÐ Í DAG FRÁ 12-16

# Gleði í Kópavogi

helgifannar@frettabladid.is

Símamótið er nú haldið á svæði Breiðabliks í Kópavogi. Mótið er haldið ár hvert fyrir fimmta til sjöunda flokk kvenna. Um þrjú þúsund stelpur taka þátt í mótinu í ár, sem er eitt það stærsta á Íslandi. Gleðin var við völd þegar Fréttablaðið bar að garði í gær, líkt og alltaf á þessu þrælskemmtilega móti. Rætt var við nokkrar eldhressar fótboldstelpur.



Lilja Guðrún Kristjánsdóttir – 6. flokki Breiðabliks: Lilja Guðrún hefur skemmt sér vel á mótinu. Hún er fjölhæfur leikmaður. „Ég spila alls konar stöður, en finnst skemmtilegast í miðju og vörn,“ segir hún. Þessi öfluga fótboldstelpa er spennst fyrir því að fylgjast með íslenska kvennalandsliðinu á EM. eru fyrirmyndirnar tvær, Sveindís Jane Jónsdóttir og Agla María Albertsdóttir.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI



Petra Björk Samúelsdóttir – 7. flokki Aftureldingar: „Við erum búnar að vinna tvisvar,“ segir Petra Björk glöð í bragði. Henni finnst skemmtilegast að spila framarlega á vellinum og skora mörkin.



Fannðis Egilsdóttir og Katla Margrét Sæmundsdóttir – 7. flokki Próttar Reykjavík: Kötlu finnst skemmtilegast að vera fremst á vellinum og skora mörkin en vinkona hennar, Fannðis, vill heldur spila vörn, enda ekki síður mikilvægt hlutverk. Ætla vinkonurnar að fylgjast með kvennalandsliðinu keppa á Evrópumótinu í sumar og er upphaldsleikmaður þeirra beggja Sara Björk Gunnarsdóttir.



Helga Dis Ólafsdóttir – 6. flokki Stjörnnunnar: „Það er búið að vera skemmtilegt,“ segir Helga, enda það sem mótið snýst um. Þetta er ekki fyrsta Símamót Helgu, sem hefur raðað inn mörkum í ár. Hún ætlar að fylgjast með Íslandi á EM og er Sara Björk, eins og hjá mörgum, hennar upphaldsleikmaður.



Embla Marín Kristófersdóttir, Sóldís Fríða Bjartmarsdóttir, Auður Eypórsdóttir og Þórunn Ragnarsdóttir – 7. flokki Fylkis: Hápunkturinn hingað til hjá stelpunum var opunarhátíðin á fimmtudag. Þá spilaði Jón Jónsson og söng. Það leikur enginn vafi á að stelpurnar eru miklir aðdáendur. Stelpurnar stefna á að horfa á fyrsta leik Íslands á EM gegn Belgum á morgun, en setja þó þann fyrirvara á að þær þurfi að hafa tíma í það, Símamótið er jú að klárast á sunnudag.



## FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ

Föstudaginn 15. júlí kemur út sérblaðið

# Rafbíllinn fyrir þig

Í þessu blaði geta lesendur fundið góðan rafbil við sitt hæfi. Allar helstu upplýsingar sem geta gert valið auðveldara til að finna bílinn þinn! Blaðið inniheldur áhugavert efni sem allir þeir sem eiga rafbil eða láta sig dreyma um einn vilja lesa.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir:

Jón Ívar Vilhelmsson, markaðsfulltrúi  
Sími: 550 5654 / jonivar@frettabladid.is

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

# KRÓNAN

ÞAÐ MÁ  
LEIKA SÉR  
AÐ MATNUM!

Ódýrt og gómsætt  
í ferðalagið!

Bland  
í poka

Morgun  
matur  
á 1 mín.

Ódýrt

5 stk.  
á 220 kr.



Oatburst hafnagrautur

**110** kr. stk.



First Price pistasiuhnetur

**589** kr. pk.



First Price salthnetur

**189** kr. pk.



First Price hrískökur

**99** kr. pk.

Ódýrt



First Price safi 5x250 ml

**199** kr. pk.



First Price íste 1,5 L

**140** kr. stk.



First Price müslibar

**199** kr. pk.



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

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

# Þögn trúðsins



Sigmundur Ernir  
Rúnarsson  
ser  
@frettabladid.is

**T**rúðurinn hefur þagnað. Brosið hefur bjagast og maskinn er fallinn í gólfið. Og jafnvel þótt slökkt hafi verið á ljósarammanum í kringum spegilinn ætla hann að sitja sem fastast, helst fram á haust.

Alveg er þetta dæmigert fyrir Boris Johnson. Hann segir af sér en situr áfram – og skipar samherjum sínum úr Íhaldsflokknum fyrir verkum eins og ekkert hafi í skorist. Það sé beinlínis hlutverk fráfarandi forsætisráðherra að halda kúrs og sjá til þess að aðrir taki ekki í stýrið fyrir en eftirmaðurinn finnist.

Með löngu tímabærri brottför Boris Johnson hefur heimsbyggðin loksins losnað við þá báða – og hefur aldrei mátt á milli sjá hvor var meiri rugludallur, Boris eða Trump.

Sá síðarnefndi var vísast hættulegri – og er það á vissan hátt enn, enda hefur sá fyrrnefndi fyrst og fremst verið aðhláturfefni á valdatíð sinni í Downingstræti frá 2019.

En öllu gamni fylgir alvara. Og hún er sú í þessu tilviki að til valda hafi komist í þroskuðu lýðræðisríki siðblindur lygalaupur sem gerir sér það að leik að óvirða staðreyndir.

Allt það pólitíska raus náði hámarki þegar hver vitleysan af annarri rann upp úr honum um mikilvægi þess að Bretar gengju úr Evrópusambandinu, en slíkur yrði gróði Breta eftir sambandsslitin að líklega myndi gamla heimsveldið ná aftur sínum fyrri styrk.

Eftir útgönguna hefur það jafnvel verið sérstakt rannsóknarefni á meðal stjórnmálafræðinga í Bretlandi að telja alla þá staðlausu stafi sem hann fór með á þeim tíma þegar gamla fólkíð í landinu kokgleypti skrök-sögurnar. Og fræðingarnir eru enn að telja, nú þegar meira en þrjú ár eru liðin frá því aðskilnaðurinn varð að veruleika og einangrunarstefnan byrjaði að brjóta niður undirstöður breska konungsveldisins.

Boris Johnson laug sig til valda og allt til enda í forsætisráðherratið sinni þegar hann kvaðst ekki hafa haft hugmynd um ásakanir á hendur Chris Pincher um kynferðislega áreitni, en Johnson taldi hann rétta manninn í varaformennsku þingflokks Íhaldsflokksins en var auðvitað gerður afturreka með það.

Það er athyglisvert að bera saman æðsta ráðamanninn í Bretlandi og Þýskalandi nú um stundir. Fráfarandi forsætisráðherra Breta er uppivöðslusamur ósannindamaður sem hefur einskis svífst í lýðskruminu. Nýkjörinn kanslari Þýskalands er tilþrífalittill og sviplaus maður sem hefur einkar skýra og skiljanlega stefnu til hagsbóta fyrir almenning. Hvort er betra? ■

”  
Hefur heimsbyggðin loksins losnað við þá báða – og hefur aldrei mátt á milli sjá hvor var meiri rugludallur, Boris eða Trump.

## ■ Gunnar



## ■ Mín skoðun

# Spyrjið bara Boris



Sif  
Sigmarsdóttir

Stjórnmálafólk sem flækist ítrekað í hneykslismál en snýr sig alltaf út úr þeim aftur er gjarnan kennt við Teflon. Boris Johnson, fráfarandi forsætisráðherra Bretlands, er þvert á móti tyggjóklessa. Frá árinu 2019 hefur hann hangið klistraður á gylltu veggföðri Downingstrætis (sem hann greiddi fyrir með ólöglegu fjárfraðslu stuðningsmanns flokksins) og hlaðið á sig ryki og skit. Sem forsætisráðherra hristi Boris ekki af sér skandalana heldur urðu þeir hluti af honum. „Boris er Boris,“ sagði fólk, ypti öxlum og hló. Það var þó einn blettur sem breskur almenningur gat að endingu ekki litið framhjá.

### Förnir fyrir fjöldann

Í apríl 2020 lést hin 28 ára Mary Agyapong úr Covid-19 á spítala í Luton skömmu eftir fæðingu dóttur sinnar. Vegna þeirra ströngu sóttvarnareglna sem ríktu í Bretlandi mátti eiginmaður hennar, Ernest Boateng, ekki koma á spítalann til að kveðja. Ernest sýndi reglunum fyllsta skilning. Hann sá eiginkonu sína aldrei aftur eftir að sjúkraflutningafólk bar hana út af heimili þeirra og færði inn í sjúkrahúsið.

Rúmur mánuður er liðinn frá því að skýrsla var birt um umfangsmikið samkvæmis-hald í breska forsætisráðuneytinu á tímum Covid-samkomutakmarkana. Á sama tíma og fólk var meinað að kveðja ástvinum sem lágu banaleguna héldu embættismenn, starfsfólk og forsætisráðherra veislur sem stóðu langt fram eftir nóttu og fluttu áfengi í gleðskapinn í ferðatöskum.

Við upphaf kórónaveirufaraldursins drógu bresk stjórnvöld á langinn að setja sóttvarnareglur. Segir sagan að þar hafi leikið hlutverk ráðgjöf frá teymi atferlishagfræðinga á vegum stjórnvalda sem spáðu því að almenningur hefði ekki úthald í langvarandi sóttvarnaaðgerðir og því væri best að fresta sem lengst álagningu hafta. Ályktunin reyndist hins vegar röng. Í faraldrinum færði almenningur

fús förnir og sætti sig við fordæmalaugar kvaðir til lengri tíma svo að hámarka mætti velferð fjöldans.

Veröldin stendur á ný frammi fyrir þrengingum. Verðbólga og almenn lífsskjarskerðing blasir víða víð. Halldór Benjamín Þorbergsson, framkvæmdastjóri Samtaka atvinnulífsins, sagði í nýlegu viðtali á Hringbraut að ekki þýddi að fara í miklar launahækkningar þegar verðbólga riði róftum. Verkefni vinnumarkaðarins væri að „stíga eitt skref aftur á bak til þess að geta tekið tvö eða þrjú skref fram á við.“

Sú krafa er nú uppi að almenningur launþegar taki umrætt „skref aftur á bak“. Biðji starfsstétt um kjarabót er óskinn tálkuð sem viljaleysi þess hóps til að leggja sitt af mörkum til heilla samféluginu.

Í kórónaveirufaraldrinum varð Boris Johnson gjarnan að orði að „við stæðum öll í þessu saman“. Almennur trúði því. Þótt fjöldi hneyksla hefði loðað við Boris alla forsætisráðherratið hans höfðu þau engin áhrif á stöðu hans. En daginn sem ljóst varð að þær miklu förnir sem einstaklingar um land allt höfðu fært á tímum Covid voru ekki ástundadar á æðstu stöðum missti Boris umboð sitt. Viðbrögð við kórónaveirufaraldrinum sýna að ekki er ástæða til að vanmeta vilja almennings til að leggja á eitt og förna tímabundnum hagsmunum fyrir langtíma markmið. Skyndilegur embættismissir Boris Johnson kennir okkur hins vegar að árangur næst ekki nema „við stöndum öll í þessu saman“.

Samstöðu um hófsemd í launakröfum verður ekki náð á sama tíma og fréttir berast af því að mánaðarlaun ráðherra hafi hækkað um 874 þúsund á fimm árum, mánaðarlaun þingmanna hafi hækkað um 80 prósent frá 2016, laun íslenskra sveitarstjóra nálgað laun borgarstjóra Lundúna og matvöruverslanir hækki verð á vörum um leið og eigendur þeirra greiða sér út margra milljarða króna arð. Spyrjið bara Boris. ■

**LENGJU DEILDIN**

**FYLKIR** **ÞÓR**

**FYLKIR - ÞÓR**  
LAUGARDAG KL. 16.00

Í BEINNI Á HRINGBRAUT

ÍSLENSKUR TOPPFÓTBOLT HRINGBRAUT

# NÝR RENAULT MEGANE E-TECH

100% rafmagn



## Hrein hönnun Hrein tækni Hrein tilfinning

Nýr og spennandi Renault Megane E-Tech er mættur! 100% rafbíll með allt að 470 kílómetra drægni\*. Hrein hönnun, hrein tækni og hrein tilfinning í rúmgóðum og snjallvæddum bíl sem er tilbúinn að flytja þig inn í framtíðina.

Verð frá: **5.390.000 kr.**

Bílasala Akureyrar  
Akureyri  
www.bilak.is  
461 2533

Bílaverkstæði Austurlands  
Egilsstöðum  
www.bva.is  
470 5070

BL söluumboð  
Vestmannaeyjum  
481 1313  
862 2516

Bílasala Reykjaness  
Reykjanesbæ  
www.bilasalareykjaness.is  
419 1881

**OPIÐ Í DAG  
FRÁ 12-16**

**BL ehf**  
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík  
525 8000 / www.bl.is



\*Uppgáfræslur um drægni, tölur má þó af nýjum WLTP prófum. Akkurálag, hitasta og stönd, veguþota, stípa ræði, dhvif á drægni rafbíla.  
ENNEXX / SIA / NMO1753



## GIRONA

Hornsófi, vinstra eða hægra horn.  
Koníakslitað bonded leður. 262 x 202 x 82 cm.  
239.990 kr.



## KENNEDY

3ja sæta sófi. Ljósgrátt áklæði. 195 x 98 x 99 cm.  
279.990 kr.



## VERA

3ja sæta sófi í gulu fallegu áklæði.  
226 x 96 x 85 cm. 279.990 kr.



## HEAVEN

3,5 sæta sófi í Danny Nougat brúnu áklæði.  
290 x 105 x 82 cm. 329.990 kr.



**NYTT**

## NORDAL MULL

Blómapottur. H14 cm. 2.990 kr.  
H18 cm. 3.490 kr.  
H22,5 cm. 5.990 kr.



**NYTT**

## NORDAL KAPTI

Blómavasi. H23 cm. 8.990 kr.  
H25 cm. 11.990 kr.



## BELFAST

Vegghilla. 191 x 25,5 x 79 cm.  
19.990 kr.

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

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

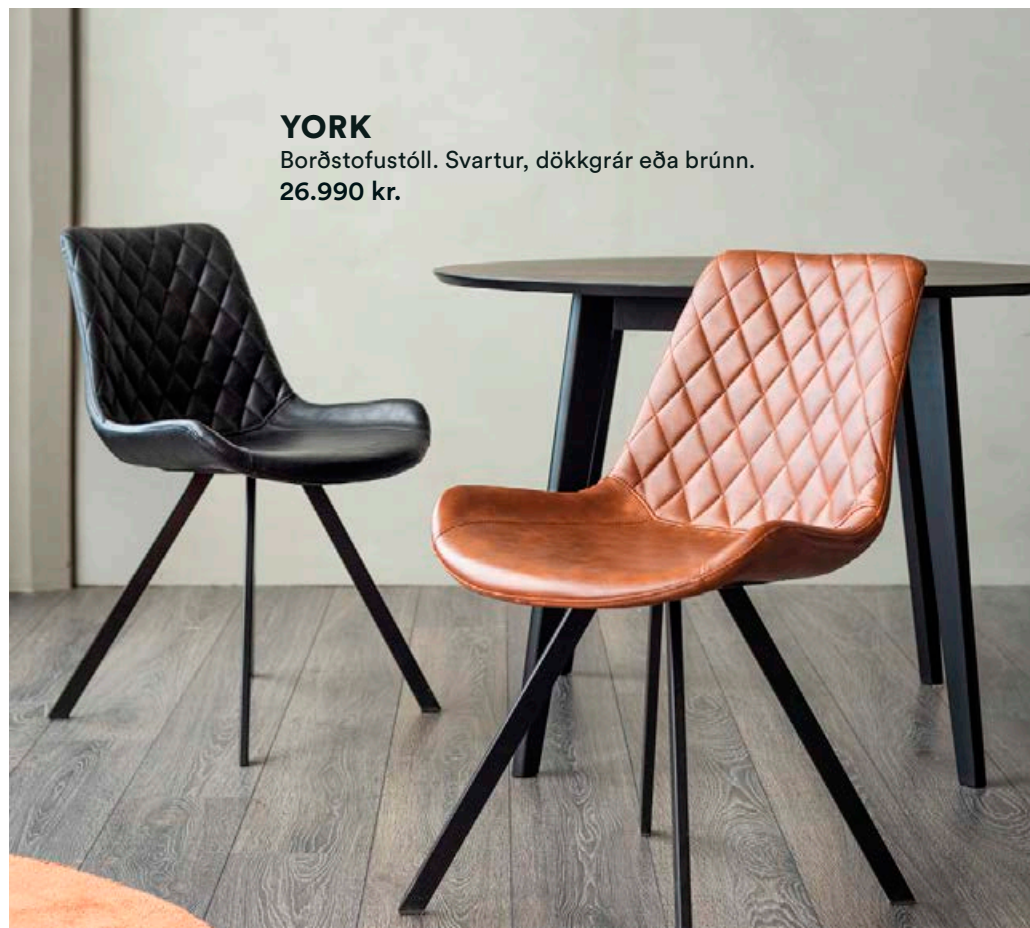
Ísafjörður  
Skeiði 1

www.husgagnahollin.is  
558 1100

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur. Yfirstrikað verð sýnir fullt verð vöru.



**MUUBS SPACE**  
Borðstofuborð. Reykt eik.  
Ø120 cm. 299.990 kr.



**YORK**  
Borðstofustóll. Svartur, dökkgrár eða brúnn.  
26.990 kr.



**MARIBO**  
Hornsófi í dökkgráu áklæði. 256 x 256 x 78 cm.  
199.990 kr.



**DC 3600**  
3ja sæta sófi í Savoy/split leðri. Koníaksbrúnu eða svörtu. 202 x 80 x 80 cm. 299.990 kr.



**SICILIA**  
3ja sæta nettur sófi. Dökkgrátt áklæði.  
196 x 94 x 82 cm. 189.990 kr.  
Hnakkapúði. 22.990 kr.



**MADISON**  
Hægindastóll. Grænn, rauður eða grár. 49.990 kr.



**CLEVELAND**  
Hornsófi hægri eða vinstri. Dökkgrár.  
308 x 203 x 81 cm. 199.990 kr.



**PINTO**  
4ra sæta sófi úr sterku bonded leðri. 253 x 97 x 85 cm.  
249.990 kr.



**STUFF ORGANIC**  
Bakki. 15 x 50 cm. 4.990 kr.



**STUFF BAGUETTE**  
Bretti. 15 x 60 cm. 4.990 kr.



**STUFF TRIBE**  
Leðursvunta.  
60 x 80 cm.  
24.990 kr.

# Kominn fiðringur að byrja þetta mót

Íslenska kvennalandsliðið mætir Belgum í fyrsta leik á Evrópumóti kvenna um helgina. Leikmennirnir segja að stemningin sem myndast á opunarleiknum hafi aukið spennuna fyrir fyrsta leik og segir Hallbera Guðný Gísladóttir að það sé ekkert launungarmál að þær ætli upp úr riðlinum.

kristinnpall@frettabladid.is

**EM 2022** Hallbera Guðný Gísladóttir, bakvörður íslenska kvennalandsliðsins, sem er á sínu þriðja stórmóti með íslenska kvennalandsliðinu, segir það ekkert launungarmál að íslenska liðið ætli sér upp úr riðlinum. Ísland mætir Belgum í fyrsta leik Stelpnanna okkar í Manchester á morgun í leik sem er líklegur til að leggja línurnar fyrir íslenska liðið það sem eftir lifir riðlakeppninnar. Þetta verður fjórða viðureign liðanna, sex árum frá síðustu viðureign liðanna. Til þessa hafa liðin unnið sitt hvorn leikinn og einum leik lokið með jafntefli og markatalan 2-2.

„Við erum að sjálfsgöðu með markmið um að komast upp úr riðlinum. Við höfum ekkert verið feimnar við það að segja það að markmiðið er að fara lengra en riðlakeppnina. Mér finnst við vera með góða blöndu og ef allt gengur upp ætti hvað sem er að geta gerst í þessu móti þótt við vitum að þetta verði erfiðir andstæðingar,“ sagði Hallbera þegar Fréttablaðið ræddi við hana á hóteli landsliðsins í gær.

„Ég held að þetta verði mjög jafnir leikir gegn Belgum og Ítölum. Þetta verða sennilega bara eins og úrslitaleikir. Við vitum að þetta verður erfitt, en á sama tíma vitum við að við erum með lið til að taka einhver stig úr þessum leikjum.“

Belgar eru að fara á sitt annað stórmót og er að finna fjölmarga reynslumikla leikmenn innan raða liðsins.

„Ég held að það sé gott að byrja gegn Belgum og Ítölum. Ég man reyndar ekki eftir að hafa spilað við Belga áður en þetta verður áhuga-verð viðureign og við komum vel gíraðar inn í mótið. Maður er meira farinn að meðtaka það að þetta sé handan hornsins og tilfinningin er frábær. Þegar ég hugsa út í að þetta byrji um helgina kemur bara fiðringur í magann,“ segir Hallbera glaðbeitt og heldur áfram:



Hallbera Guðný og Berglind Björg voru léttar í lund þegar þær ræddu við fjölmiðla í gær.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
ERNIR



Aðalbygging hótelsins sem Stelpurnar okkar dvelja á er frá sautjándu öld.

„Við fylgdust með opunarleik mótsins á Old Trafford og fundum það strax að það var kominn mikil spennan að spila fyrsta leikinn okkar.“

Hún segir að það sé ekkert gefið eftir á æfingunum enda samkeppnin mikil.

„Það hefur komið meiri áhersla á taktiskari hluti undanfarna daga, það er helsti munurinn svona á milli æfinga. Keppnisskapið er svo sannarlega til staðar og ákefð á æfingunum, það breytist ekki. Svo fáum við góða kynningu á Belgunum frá leikgreinendum,“ sagði



**Þetta fer að nálgast 130 leiki, það er eins gott að maður geti miðlað einhverju til yngri kynslóðanna.**

Hallbera Guðný Gísladóttir

Hallbera, aðspurð hvort að ákefðin væri farin upp um eitt stig síðustu daga og hvort að hún væri búin að kynna sér belgíska liðið vel.

Hallbera er í nýju hlutverki á mótinu sem einn af reynslumestu og elstu leikmönnum liðsins en hún segist telja sig vera að miðla af reynslunni til yngri leikmannanna.

„Það tók mig vissulega smá tíma að þroskast en ég er orðin alvarlegri einstaklingur núna þótt það sé alltaf stutt í glensíð. Þetta fer að nálgast 130 leiki, það er eins gott að maður geti miðlað einhverju til

yngri kynslóðanna,“ segir Hallbera glettin og heldur áfram:

„Ég held að það sé gott fyrir hópinn að hafa nokkra leikmenn sem hafa gert þetta áður, en á sama tíma eru þessir yngri leikmenn orðnir svo miklar stórstjórnur. Það er ekkert í líkingu við það sem við fengum að kynna á sínum tíma. Þær eru vanari áreitinu að einhverju leyti.“

Berglind Björg Þorvaldsdóttir, framherji íslenska liðsins, var hógvæver þegar hún var spurð hvort hún væri ákveðin í að sanna sig sem fyrsti kostur í framlínu íslenska liðsins á Evrópumótinu.

„Við erum allar ákveðnar að gera okkur besta, og maður finnur að spennan er að magnast. Það er að koma meiri snerpa í æfingarnar,“ segir Berglind Björg.

„Maður fann það fyrir æfingu dagsins (föstudag) að það var því lík spenna og stemning í hópnum í aðdraganda æfingarinnar. Við fylgdust með opunarleiknum á Old Trafford og maður fann hvernig fiðringurinn varð meiri að hefja þetta.“ ■

## Segir pressu á belgíska landsliðinu að komast áfram

kristinnpall@frettabladid.is

**FÓTBOLTI** Imke Courtois, sem lék á sínum tíma 21 landsleik fyrir Belga og er í hlutverki sérfræðings hjá belgíska sjónvarpinu á Evrópumóti kvenna í sumar, segir að það sé viss pressa á belgíska landsliðinu í aðdraganda Evrópumótsins. Þetta er í annað skiptið sem Belgar eru meðal þátttökupjóða á Evrópumótinu en síðast dattu þær út í riðlakeppninni eftir hreinan úrslitaleik við verðandi Evrópumeistara Hollands um sæti í útsláttarkeppninni.

„Það er viss pressa á þeim að komast áfram. Markmið liðsins er að komast að minnsta kosti í átta liða úrslitin. Þessi fyrsti leikur skiptir öllu máli. Frakkland er sterkasta lið riðilsins en við vitum að það eru góðar líkur á sigri gegn Íslandi ef við eigum góðan leik, rétt eins og gegn Ítölum,“ segir Imke þegar hún er spurð út í væntingarnar sem eru gerðar til Belganna.



**Það er viss pressa á þeim að komast áfram úr riðlinum.**

Imka Courtois

Imke var sjálf hluti af liði Belga á síðasta Evrópumóti en hún hrósaði fjölbreytileikanum í íslenska liðinu.

„Það sem ég hef séð hef ég heillast af blöndu liðsins, sérstaklega á miðsvæðinu þar sem kantmennirnir eru mjög hættulegir. Þú ert með unga og efnilega leikmenn í bland við reynsluboltana,“ segir Imke og tekur undir að það séu þrjú sterk lið sem séu líklegast að fara að berjast um annað sæti riðilsins.

„Ég veit fyrir víst að þjálfari belgíska liðsins var ósáttur að fá íslenska liðið úr fjórða styrkleikaflokki, því við vissum að Ísland væri með sterkasta liðið í fjórða styrkleikaflokki.“

Imke átti ekki von á neinu óvæntu í uppleggi belgíska liðsins á morgun, sem er með lægsta meðalaldurinn í riðli Íslands.

„Nei, ég á í raun ekki von á neinu óvæntu. Belgíska liðið er sterkt í skyndisóknnum og liðið er gott að nýta sér bæði hraða leikmenn og hávaxna í fremstu vöglínu.“ ■



Tessa Wullaert, fyrirliði belgíska landsliðsins, var á síðasta ári eini atvinnumaðurinn í belgísku kvennadeildinni.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
GETTY



# MINI COOPER

## ÖRFÁ EINTÖK TIL AFHENDINGAR STRAX



MINI ELECTRIC

## VEGLEGUR KAUPAUKI

**HLEÐSLUSTÖÐ OG UPPSETNING,\* 6 ÁRA ÞJÓNUSTUPAKKI  
OG 50.000 KR. HLEÐSLUINNEIGN HJÁ ÍSORKU**

Komdu og prófaðu rafmagnaðan MINI Cooper. Það er ekki bara mótörinn sem er rafmagnaður, útlitið sendir þægilegan straum um taugakerfið og skilningarvitin.

**MINI COOPER SE. VERÐ: 4.980.000 KR.**

ALMENNT VERÐ: 5.190.000 KR.

OPIÐ Í DAG FRÁ 12-16



BL ehf  
Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík  
525 8000 / www.bl.is

\*Hleðslustöð af gerðinni Wallbox Copper SB. Innifalið í uppsetningu: Varbúnaður í töflum, akstur, tilkynning til Húsnaðis- og mannvirkjastofnunar (HMS). Ekki innifalið: Jarðvegsvinna, breyting á rafmagnstöflu, umfram 10m lagnaefni eða uppsetning í fjölbýlishúsi.

www.mini.is



# OPIÐ HÚS

á morgun  
sunnudaginn  
10. júlí, kl. 14 - 20



Langur  
sölusýningardagur  
kíktu við eftir helgarfríið



PG VERKI

NÝJAR ÍBÚÐIR Í 104 REYKJAVÍK

# VOGABYGGÐ

ARKARVOGUR 10-12 OG DRÓMUNDARVOGUR 2

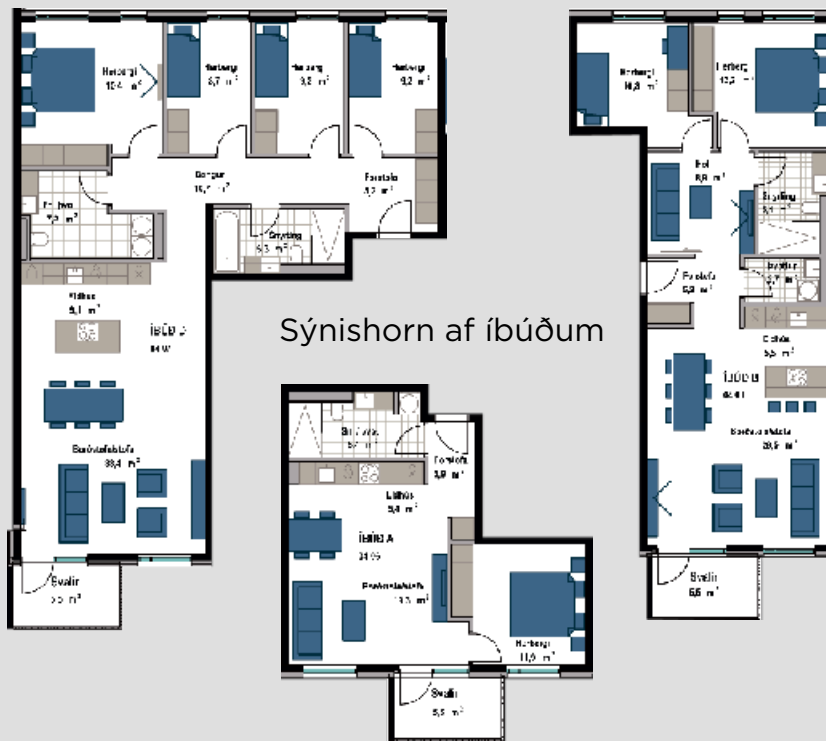
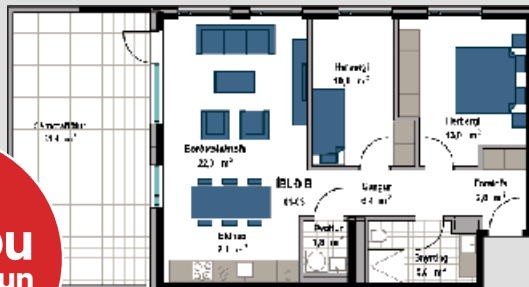
NÝTT!

- › 2ja - 5 herbergja íbúðir.
- › Stærðir frá 58,8 fm til 151,6 fm.
- › Verð frá 59,9 millj.
- › Margar útsýnisíbúðir.
- › Flestar svalir og sérafnotafletir til suðurs.
- › Bílastæði í bílakjallara með öllum íbúðum.

**ATH!**

Öll tilboð gilda  
til þriðjudagsins  
12. júlí.

**Bókaðu  
einkaskoðun**



## NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITA



**Heimir**  
Lögg. fasteignasali  
**849 0672**  
heimir@fastlind.is



**Hlynur**  
Lögg. fasteignasali  
**697 9215**  
hlynur@fastlind.is



**Diðrik**  
Lögg. fasteignasali  
**647 8052**  
diddi@fastlind.is



Allir kaupendur og seljendur fá  
**Vildarkort Lindar**  
sem veitir **30% afslátt**  
hjá eftirfarandi fyrirtækjum



Húsgagnahöllin: 30% afsláttur af öllum vörum. Bætra bæk: 30% afsláttur af öllum vörum. Dorma: 30% afsláttur af öllum vörum. Flögger: 30% afsláttur af allri innviðsölu. S. Helgason: 30% afsláttur af öllum borðplötum. Parki: 30% afsláttur af öllum vörum nema innréttingum. Z-brautir & gluggatölur: 30% afsláttur af öllum vörum. Vidd: 30% afsláttur af öllum vörum. Húsmiðjan: 30% afsláttur af hreinlætistækjum og ljósum. ATH! Afslátturinn gildir ekki á útsölu.

**LIND**  
FASTEIGNASALA

Bæjarlind 4  
Sími: 510 7900 / www.fastlind.is

# Ætlar að vinna þetta fjandans Eurovision

Már Gunnarsson hefur ákveðið að leggja sundferilinn á hilluna, aðeins 22 ára gamall, og einbeita sér að tónlistinni. Hann segir ákvörðunina ekki hafa verið auðveld.

Víð hittum Má á heimili sínu í gamla bænum í Keflavík. Már er miðjubarn Gunnars Mús Mús-sonar, fyrrverandi flugmanns, og listakonunnar Línu Rutar Wilberg. Hann á tvær eldri systur og einn yngri bróður. Hann ólst upp bæði hér á landi, í Kaupmannahöfn og Lúxemborg.

Már segist hafa verið þægilegur krakki hvað varðar skap og hegðun en var ákaflega orkumikill og þá orku þurfti að losa. „Ef ég sá tré eða ljósastaur reyndi ég að klifra upp hann. Ég hjólaði á allt sem fyrir var, bílhúðir og annað. Ég var sífellt að lenda í slysum.“ segir Már og brosir. „Eitt sinn hljóp ég á tré og framtönnin stóð eftir í því.“

Það hafi hins vegar komið honum til góða seinna meir sem íþróttamanni að vera svona ör, í ljósi þess að hafa ekki orðið fyrir varanlegum meiðslum.

## Vildi verða flugmaður

Már fæddist með sjúkdóm í augnbótum sem kallast LCA (Leber congenital amaurosis). Hann var þá með á bilinu átta til níu prósent sjón. Til samanburðar fædist flest fólk með á bilinu 94 til 98 prósent sjón en lögblindumörkin eru 10 prósent.

„Ég væri alveg til í þessi níu prósent í dag því ég er kominn niður í hálfu prósentu. Munurinn á þessu er gríðarlegur.“ segir Már.

Sjóninni hrakaði hratt á leikskólaaldri niður í þrjú prósent og hefur dalad eftir það.

„Ég man eftir að hafa séð betur og finn muninn. Vitaskuld hefur þetta áhrif á mig sem barn en ég er svo heppinn að búa að bjartsýnu hugarfari og vera ávallt lausnamiðaður.“ segir Már. „Mér leið vel sem barn. Ég vissi að ég væri blindur og fólk í kringum mig talaði um það en ég hafði ekki öðlast skilning á hvað þetta þýddi fyrir mig og mína framtíð. Ég þekkti ekki annað og leið ekki illa. En það tók svolitinn tíma fyrir mig að átta mig á þessu.“

Eins og margir ungir drengir vildi Már feta í fótspor föður síns. „Ég hef alltaf verið mikill áhugamaður um flug og þegar ég var litill ætlaði ég að verða flugmaður. Þabbi fór með mig í vinnuna og ég spurði endalausra spurninga og þuklaði á öllu sem ég gat gripið í.“ segir Már. „Ég átti líka stóra flugvélabók sem ég skoðaði með sterku stækkunargleri og þegar ég var að hjóla ímyndaði ég mér að ég væri að stýra flugvél.“

En sökum blindunnar gat flugmannsstarfið ekki orðið að veruleika. Már man ljóslifandi eftir því þegar hann áttaði sig á þeirri staðreynd.

„Einn daginn þegar ég var að hjóla stoppaði ég allt í einu og það datt inn í kollinn á mér að ég yrði ekki flugmaður.“ segir hann. „Í smá tíma varð ég leiður yfir þessu. En svo kom strax næsta hugsun, sem var að ég gæti gert eitthvað annað tengt flugi. Afi er starfsmanna-

stjóri Icelandair, ég get gert það eða unnið annað flott starf tengt flugi. Seinna fór sundið og tónlistin að taka meiri tíma og ég að leiðast inn á þær brautir.“

## Sleginn af kennara

Þegar Már hafði nýhafði grunn-skólagöngu sína ákvað fjölskyldan að flytja til Lúxemborgar. Ástæðan var sú að þjónustan fyrir blind börn var afar bágborin í íslenskum skólum. „Ég þurfti stuðning til að læra að standa á eigin fótum og verða sjálfstæður. Ekki að einhver héldi í höndina á mér og leiddi mig í gegnum allt.“ segir Már.

Að flytja til nýs lands og tala ekki tungumálið reyndist áskorun fyrir sjö ára blindan dreng. En honum tókst að læra bæði lúxemborgsku og þýsku á aðeins einu ári. Hann var í litlum skóla sem hentaði honum afar vel. Þar lærði hann blindraletur, að nota tölvur og hvíta stafinn samfara öðru námi. En skólinn var ekki sérstakur blindraskóli.

Már er enn þá í sambandi við kennarann sinn, Monique, sem hann kallar ömmu sína. Hann gat alltaf leitað til hennar og heimsótt, jafnvel um helgar eða í fríum.

Róðurinn þyngdist hins vegar í þriðja bekk þegar franskan átti að bætast við. Þá var Már einnig að skipta um skóla, fór í mun stærri skóla staðsettan í sveitinni. Þar leið honum mun verr.

„Heilinn sagði stopp. Ekki meira í bili.“ segir Már, sem var með góðar einkunnir í öllum öðrum fögum. En hann náði ekki viðmiðum í frönsku og var því látinn vera til hálf í fjórða og þriðja bekk árið eftir. Hann var hringlandi milli kennslustofa og átti erfitt með að fóta sig félagslega.

„Í bekknum var litlið á mig sem bæði blinda gaurinn og útlendinginn.“ segir Már. „Ég átti enga vini og að vera settur í tvo bekki hjálpaði ekki til við að eignast þá. Mér leið mjög illa og vildi ekki fara í skólann, varð stundum flökurt við tilhugsunina.“

Skólanum var, eins og mörgum skólum Evrópu, stýrt með járnaga. Ekki langt var síðan lög voru sett sem bönnuðu kennurum að slá nemendur.

„Ef það kom upp einhver ágreiningur varð alltaf ein hlið ofan á, og það var aldrei mín hlið.“ segir Már. „Í Lúxemborg kom það meira að segja fyrir að ég var sleginn af kennara.“

## Fer allt með Max

Árið 2012 flutti fjölskyldan aftur heim til Íslands og þá til Njarðvíkur. Már gekk í Njarðvíkurskóla og lífið gjörbreyttist til hins betra. Þá hafði þjónustan við blinda stórbatnað á Íslandi, svo sem með opnun Sjónstöðvarinnar, þó hún væri ekki á sama staðli og í Lúxemborg.

Már hefur talað fyrir ýmsum réttlætismálum blindra, svo sem gegn löngum biðlistum eftir leiðsöguhundum sem Blindrafélagið safnar fyrir. Hver hundur kostar yfir fjórar milljónir króna. Már fékk sinn hund í september síðastliðnum, labrador-hundinn Max.

„Hann hjálpar mér með svo marga litla hluti á hverjum einasta degi. Margt sem gat verið vesen áður er það ekki í dag, svo sem að finna fljótt leiðir inn og út úr byggingum og leiðir fram hjá hindrunum.“ segir Már.



Kristinn Haukur Guðnason  
kristinnhaukur@frettabladid.is

Ekki sé allt þó fullkomið. „Þrátt fyrir að hann sé hámenntaður leiðsöguhundur úr hundaskóla er hann samt sem áður hundur og það er ekki allt fullkomið, hann gerir sín mistök en við vinnum með þau. Hann lærir á hverjum degi og ég þarf að passa að halda þjálfuninni hans við. Leiðrétt þegar hann gerir mistök og hrósa þegar hann gerir rétt.“

Spurður um hvort samband blindra og leiðsöguhunda sé öðruvísi en annarra hunda og hunda-eigenda segir Már að það hljóti að vera. „Leiðsöguhundurinn verður svo rosalega náinn manni. Við erum að lesa í hvor annan og eiga samskipti allan daginn með líkamsbeitingunni.“ segir Már. „Hann fer með mér hvert sem ég fer. Út í búð, í strætó, í ræktina og í sund.“

## Keppni við sjálfan sig

Már er einn af sigursælustu sundmönnum landsins og hefur verið meðal fremstu blindu sundmanna heims undanfarin ár. Hann á heimsmet í baksundi og setti 28 sinnum Íslandsmet. Hann vann til bronsverðlauna á heimsmeistaramótinu í London árið 2019 og keppti á Ólympíuleikunum í Tókýó í fyrrahaust. Már byrjaði hins vegar ekki að æfa sund fyrr en eftir að hann flutti aftur til Íslands á táningsaldri. Eina íþróttin sem hann hafði stundað áður var eitt ár í kajakróðri í Lúxemborg.

„Ég hef alltaf elskað að vera í



Ég er búinn að afreka nógu mikið í sundinu til að ég get stigið sáttur frá því.

Már fékk leiðsöguhundinn Max síðasta haust.

sundlaugum, rennibrautinni, heita pottinum, öllu saman. Eitt sinn sá landsliðsþjálfari fatlaðra, Ingi Þór Einarsson, mig í lauginni og sagðist vilja fá mig á æfingu.“ segir Már og þá fór sá bolti að rúlla.

Már æfði með Íþróttafélagi fatlaðra í tvö ár áður en hann byrjaði í Íþróttabandalagi Reykjanesbæjar. Hann segist ekki hafa verið góður til að byrja með en hafði viljann til að reyna sífellt að bæta tímann sinn. Það finnst honum enn þá skipta mestu máli í fari hvers íþróttamanns.

„Ég hef oft sett mér takmörk um að setja heimsmet eða komast á verðlaunapall eða ná lágmarki inn á stórmót. En mér hefur alltaf þótt flottasta markmiðið að bæta eigin tíma.“ segir Már. „Stundum sé ég sundmenn birta myndir af sér með verðlaunapeninga um hálsinn en þá fer ég og skoða tímana. Sé kannski

Áður en Már heldur út til Bretlands í tónlistarnám í haust gefur hann út ný lög og heldur tónleikaröð.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
SIGTRYGGUR ARI



að hann var að synda sekúndu undir sínum besta tíma og finnst þá verðlaunin bara ekkert sérstök," segir hann og brosir.

Már segir faraldurinn hafa haft gríðarmikil og slæm áhrif á hann sem og annað afreksíþróttafólk. Einkum hvað varðar Ólympíuleikana, sem áttu upphaflega að fara fram árið 2020.

„Við vissum aldrei hvort leikunum var aflýst eða frestað, ekki fyrr en við vorum sest upp í vélina á leiðinni út þegar þeir voru loksins haldnir. Ég var að æfa 12 til 20 tíma á viku fyrir eitthvað sem ég vissi ekki hvort yrði af. Rútína og skipulag er eitt af því mikilvægasta fyrir íþróttafólk," segir Már.

Þá sköpuðu mismunandi reglur milli landa í faraldrinum ójafnan keppnisgrundvöll. „Það var ekki auðvelt að stefna að einhverju takmarki þegar búið er að loka lauginni í þrjá mánuði. Sérstaklega ekki þegar keppinautarnir í öðrum löndum fá undanþágu til að æfa í sundlaugum. Þetta fór alveg með mig og ég myndi lýsa þessu ári sem algjöru helvíti," segir Már.

#### Ástarlífið eins og hlutabréfamarkaður

Umræða hefur verið um að erfitt sé fyrir samkynhneigt íþróttafólk að koma út úr skápnum, einkum í liðs-íþróttum svo sem knattspyrnu. Már er samkynhneigður en segist aldrei hafa lent í neinu mótlæti vegna þessa, hvorki í íþróttum né annars staðar.

„Þegar ég var sextán ára átti ég kærustu og hélt að ég væri straight. En við föttuðum fljótlega að þetta væri ekki að gera sig og komum bæði út úr skápnum," segir Már og hlær. Honum finnst þó frekar gamaldags að tala um að koma út úr skápnum.

„Mesta áskorunin fyrir mig var að sætta mig við og skilja að þetta væri ekki vesen og bögg fyrir aðra. En að koma út sem gay í dag er mjög ómerkilegt. Það er engin tilkynningarskylda og svo margar kynhneigðir til," segir Már. „Þetta hefur



Már man vel eftir deginum þegar hann áttaði sig á því að hann yrði aldrei flugmaður eins og pabbi hans.

aldrei verið neitt mál í liðinu mínu í Keflavík, ekkert einu sinni mikið rætt um þetta."

Már segir að hugsanlega spili persónuleikinn inn í þetta. „Ég er búinn að búa mig undir það að ég gæti lent í fordómum seinna. Þá treysti ég á að ég muni hafa bein í nefinu til að takast á við það, eða leyfa þeim fordómfullu að vera með sín vandamál fyrir sig."

Aðspurður um ástarlífið í dag segir Már lítið að fréttu á þeim vígstöðvum. „Ástarlífið hjá mér er eins og hlutabréfamarkaðurinn. Annaðhvort rjúka þau upp og hrynja eða hrynja bara strax. Ég hef ekki verið að fjárfesta í réttum hlutabréfum hingað til," segir hann og brosir. Hann segist opinn fyrir öllum möguleikum í framtíðinni, langtímasamböndum og barneignum. „Það fer eftir því með hverjum ég er og hvar ég verð staddur í lífinu."

#### Erfið ákvörðun

Ólíkt flestum íþróttamönnum hefur Már aldrei verið með alla

athyglina á sama stað. Tónlistin hefur fylgt alla tíð, frá því að hann byrjaði að æfa sjö ára í Lúxemborg hjá rússneskum píanómeistara. Nú ætlar hann að beina allri athyglinni þangað.

„Ég er búinn að afreka nógu mikið í sundinu til að ég geti stigið sáttur frá því," segir Már. Sífellt erfiðara er að halda báðum boltum, sundi og tónlist, á lofti í keppni við þá sem aðeins eru með einn. „Þetta var samt mjög erfið ákvörðun að taka og ég þurfti að hugsa málið lengi."

Már er þegar farinn að vekja athygli tónlistinni, meðal annars með laginu Barn eftir Ragnar Bjarnason sem hann og Iva Marín Adrichem sungu árið 2020 og Don't You Know sem hann söng með systur sinni Ísold í Söngvakeppni Sjóvarpsins í vetur, en þau höfnuðu í þriðja sæti.

Um síðustu helgi fékk Már staðfestingu á að hann kæmist inn í breskan tónlistarháskóla, Academy of Contemporary Music í Guilford. Þetta segir hann gamlan draum en

í náminu mun hann læra lagasmíði, framkomu og fleira til að styrkja sig sem tónlistarmann. Hann heldur út strax í haust og tekur aðeins Max með sér.

#### Setur sitt mark á eldri lög

Líkt og í sundinu segist Már setja sér takmörk í tónlistinni. Námið er einn liður í því, líka að halda tónleika, gefa út og ekki sist semja sífellt betri og betri lög.

Már segist líta til hins kanadíska söngvara Michael Bublé sem helstu fyrirmyndarinnar í tónlist. En Már er líka gömul sál sem horfir til eldri dægurtónlistar, ekki sist eldri íslenskrar dægurtónlistar.

Hann vinnur nú að nýju efni sem kemur út í sumar, sem útsett er af honum og Þóri Úlfarssyni. Í haust mun Már svo halda tónleikaröð með hljómsveit og gestasöngvurum áður en hann heldur út Bretlands.

Tónleikarnir verða í Garðabæ, Selfossi og Reykjanesbæ og miðarnir seldir hjá Tix. Þetta verða í senn kveðjutónleikar Más áður en



Ég man eftir að hafa séð betur og finn muninn.

hann heldur út og fjáröflun til að styrkja hann til námsins, sem er langt frá því að vera ókeypis.

Á tónleikunum verður flutt bæði gamalt íslenskt efni í nýjum búningi og ný lög eftir Má.

„Oft heyrir ég gömul lög sem eru afar falleg en upptakan er slæm eða eitthvað annað sem ég tel að betur mætti fara. Ég sé engan tilgang með að endurgera lag nema að setja mitt eigið touch á það," segir Már. Fyrsta útgefna lagið verður Þú ert, eftir Þórarín Guðmundsson, sem er frá fyrri hluta síðustu aldar.

#### Ætlar ekki að sleppa sér

Már er gríðarlegur lestrarhestur og er með hljóðbækur í eyrunum hvert sem hann fer. Yfirleitt bækur á ensku eða þýsku. Þá er hann mikill útivistarmaður, skíðar, rær á kajak og klífur fjöll og firnindi. Hann segist líka elska ferðalög, ekki sist til að hitta „ömmu sína" í Lúxemborg.

Már djammar hins vegar ekki né drekkur áfengi. Hann ætlar heldur ekki að „sleppa sér" þrátt fyrir að vera hættur í sundinu og halda sér í formi. Hann er vanur heilbrigðu líferni og ætlar að halda því áfram. Metnaðurinn á öðrum sviðum leynir sér heldur ekki.

Spurður um hvar hann sjái sig eftir tíu ár segist Már ætla að búa hluta úr árinu á Íslandi og hluta erlendis. „Ég ætla að verða betri söngvari en ég er í dag og verð búinn að halda þó nokkra tónleika í Eldborg," segir hann. „Og búinn að vinna þetta fjandans Eurovision." ■



HÚSASMÍÐJAN

# Lækkum verð á timbri

Skilum lækkunum á timbri  
áfram til viðskiptavina

Í kjölfar verðlækkana á ákveðnum viðar-  
tegundum á erlendum mörkuðum höfum  
við lækkað verð á timbri um allt að 16%.



Skannaðu kóðann  
og lestu meira



36%

B

**BERK**

**Þvottavél 1400 sn.**

8 kg, 14 mismunandi þvottakerfi. Hljóðstyrkur 57dB,  
í vindu 79dB. Stærð: 85x47x59,5 cm. 1860471

**49.990 kr**  
~~78.990 kr~~

Vefverslun  
**Sendum  
um land allt**



husa.is



30%

**Sláttuvél**

Bensínmotor, sláttubreidd 46 cm,  
6 hæðastillingar 28-75 mm, 65 ltr.,  
safnari. 5085301

**45.490 kr**  
~~64.990 kr~~



14,35 kw

30%

**NEXGRILL**

**Gasgrill Classic 3B**

3ja brennara grill með hliðarhellu.  
Grillflötur: 62,2x43,4 cm. 3002011

**47.590 kr**  
~~67.990 kr~~



30%

**Tjald Pop Up**

3 manna, 240x210x105 cm, túrkís.  
2991070

**7.990 kr**  
~~11.490 kr~~

Frábær upplásinn  
nuddpottur



42%

**Bergen**

**Nuddpottur**

Upplásinn, hringlaga,  
4 manna. 8089108

**69.990 kr**  
~~119.990 kr~~



Blöndunartæki

**30-60%  
afsláttur**



Parket

**30-50%  
afsláttur**



Flísar

**35-40%  
afsláttur**



Garðhúsgögn

**25-30%  
afsláttur**

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



blómaaval HÚSASMÍÐJAN

FYRIR ÞIG

ÚTSALA

Köttum niður verðið



40%

LAUFEN  
Veggskál+seta  
Proo-N. 7920021

39.990 kr  
~~67.790 kr~~



30%

BerlingerHaus  
Pönnusett  
Black Rose, 3 stk. 2003073

6.934 kr  
~~9.900 kr~~



30%

Barna-  
bílstóll  
9-36 kg, mælt  
er með notkun  
frá 18 mánaða  
aldri.  
B: 43 cm,  
H: 51 cm,  
L: 44 cm.  
3000806

19.493 kr  
~~28.490 kr~~



ISOFIX



60%

damixa™  
Eldhús-  
blöndunar-  
tæki  
Elara. 8000214

8.590 kr  
~~21.590 kr~~



Sumarblóm

30%  
afsláttur



Trjáplöntur  
og fjölærar plöntur

50%  
afsláttur



Útipottar og  
garðstyttur

30%  
afsláttur



Skóðu RISA  
útsölublaðið  
á husa.is



Á síðustu öld var félagslega kerfið ekki burðugt og margar ungar og einstæðar mæður flúðu í sveitirnar í ráðskonustörf. Dalrún Kaldakvísl Eygerðardóttir rannsakaði sögu þeirra.

Á síðustu öld gátu ungar einstæðar mæður á hrakhólum leitað skjóls í sveitunum sem ráðskonur. Þær fengu fæði og húsnæði og andrými til að fóta sig í lífinu. Þetta var þó ekki hættulaust því að stór hluti þeirra varð fyrir ofbeldi, líkamlegu, andlegu eða kynferðislegu, af hálfu bænda og þá var ekki hlaupið að því að komast undan. Dalrún Kaldakvísl Eygerðardóttir sagnfræðingur rannsakaði heim íslenskra ráðskvænna árin 1950 til 2000 í doktorsrannsókn sinni.

„Flestar ráðskonurnar sem rætt var við minnst vistarinnar með hlýhug,“ segir Dalrún sem varði doktorsritgerð sína nýverið en stefnt er að því að gefa hana út sem bók á næsta ári. Föðuramma Dalrúnar var ráðskona í sveit, einstæð móðir sem fór með börn sín á nokkra bæi. Það er ein af ástæðunum fyrir áhuga Dalrúnar á rannsóknarefninu sem og að þessi starfsstétt hafði ekkert verið rannsökuð.

Lítið var til af rituðum heimildum um ráðskonur en Dalrún fékk inn-sýn í heim þeirra með viðtölum sem hún tók við konur sem höfðu sinnt þessu starfi á einhverjum tímapunkti í lífi sínu.

Hún auglýsti eftir ráðskonom, meðal annars í Bændablaðinu, spurðist fyrir og fékk ábendingar. Alls ræddi hún við 41 konu sem hafði gegnt ráðskonustarfi á 72 sveitabæjum, en tók auk þess 17 önnur viðtöl við einstaklinga sem gátu gefið aðra sýn á ráðskonustarfið.



Fæði og húsnæði þýddi öryggi og öryggi skiptir öllu máli þegar þú ert móðir.

#### Ungar og einstæðar mæður

Ráðskona var nokkurs konar igildi eða staðgengill húsmóður, yfirleitt á bæjum þar sem engin húsmóðir var til staðar eða var fjarverandi. Oftast voru einhleypir bændur vinnuveitendurnir. Ráðskona hafði sömu skyldur og húsmóðirin en var hjú, ekki hluti af fjölskyldunni. Fyrst og fremst höfðu þær hússtjórnarstörf með höndum en hluti þeirra vann einnig hefðbundin sveitastörf utan-stokks.

„Þetta voru alþýðukonur, flestar ungar með litla menntun og höfðu unnið lágláunavinnu í þéttbýlinu. Til dæmis í fiskverkun eða í verk-smiðjum,“ segir Dalrún. Langstærsti hluti ráðskvænna voru einstæðar mæður með mjög ung börn sem voru með þeim í vistinni, en einnig einhleypar barnlausar konur. Mjög óalgengt var að giftar konur sinntu ráðskonustörfum.

Margar einstæðu mæðurnar áttu það sameiginlegt að hafa veikt bakland og engan eða lítinn stuðning frá barnsfeðrum sínum, sumar jafnvel nýkomnar úr ofbeldissambandi eða erfiðu hjónabandi. Húsnæðis-



Dalrún tók viðtöl við 41 konu sem gegnt hafði ráðskonustarfi í sveit.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

## Ráðskonustarfinu fylgdi bæði öryggi og hætta á ofbeldi



Kristinn Haukur Guðnason kristinnhaukur@frettabladid.is

vandi þeirra bætti ekki úr skák og sumar höfðu í engin hús að venda.

„Á mölinni þurftu einstæðu mæðurnar jafnvel að sinna fleiri en einu starfi til að láta hlutina ganga upp. Því fylgdi að þær þurftu að útvega dagvistun fyrir börnin, sem var erfið að fá fyrir en síðla á 20. öld. Vita-hringur einstæðra mæðra á mölinni olli því að launin hrukku oft ekki fyrir leigu, mat og dagvistun,“ segir Dalrún. „Þetta eilífa stred einstæðra mæðra gerði það að verkum að þær sáu ráðskonustarf til sveita sem lausn á sínum málum. Fæði og húsnæði þýddi öryggi og öryggi skiptir öllu máli þegar þú ert móðir.“

Ráðskonustarf á sveitabæjum gaf einstæðum mæðrum einnig tækifæri til þess að verja meiri tíma með börnum sínum en mögulegt var þegar þær unnu fyrir sér og börnum sínum á mölinni. Því ráðskonustarfið var eitt af örfáum störfum þar sem hægt var að vera með börnin í vinnunni.

#### Engin réttindi

Þrátt fyrir þetta öryggi sem ráðskonustarfið skapaði einstæðum mæðrum voru starfsréttindi ráðskvænna að segja má engin. Launasamningar þeirra voru munnlegir og orlofs- eða lífeyrisréttindum ekki til að dreifa, enda ekkert stéttarfélag til að leita til.

„Þær töluðu flestar um launin sem hálfgerðan vasapening í viðtölunum,“ segir Dalrún um þau laun sem flestar ráðskonur fengu, auk fæðis og húsnæðis sem var launaigildi.

Flestar konurnar voru í einni vist en allnokkrar í tveimur. Dæmi voru þó um að konur réðu sig í vist á fleiri bæjum. Sumar fóru aftur og aftur á sama bæinn, einkum á sumrin þegar þörfin var mest fyrir ráðskonur í sveit.

Oft myndast sterk tengsl milli ráðskvænna og heimilisfólksins. Náin samskipti sem almennt myndast ekki á vinnustöðum því



Stór hluti viðmælenda minna átti í ástarsambandi meðan á vistinni stóð.

að vinnustaður ráðskvænna var einkaheimili. En slík samþætting vinnu og heimilis leiddi af sér aukna hættu á því að ráðskonur yrðu fyrir ofbeldi. Sérstaklega í ljósi þess að opinbert eftirlit með vinnustaðnum sveitaheimilinu var ekkert.

#### Slæmir bæir

Þriðjungur viðmælenda Dalrúnar varð fyrir ofbeldi í ráðskonuvist sinni. Fjórðungur kvennanna varð fyrir kynferðisofbeldi. Sumar af þeim höfðu kynnst ofbeldi áður en þær fóru í vistina, annaðhvort úr hjónabandi sínu eða frá fyrri vinnustöðum. En ofbeldið sem þær urðu fyrir á sveitabæjunum var af öðrum meidi, því sveitabærinn var í senn samastaður þeirra og vinnustaður.

Lýsingunum sem hún tók niður eftir ráðskonom sem urðu fyrir ofbeldi í ráðskonuvist sinni segir Dalrún svipa mjög til lýsinga af heimilisofbeldi. Einkum hvað varðar þátt valdaójafnvægisins milli ráðskonnar og bóndans.

„Bóndinn var með fjárráðin og stýrði öllu inni á heimilinu en ráðskonan var berskjaldað vinnuafll,“ segir Dalrún. Það var ekki hlaupið að því að flýja ofbeldi á sveitabæjum. Dalrún segir að konur sem lentu á „slæmum bæjum“ og urðu þar fyrir ofbeldi hafi verið einangradar og eina úrræði þeirra hafi verið að koma sér úr vistinni.

#### Ástir í sveit

Hið nána sambýli ráðskvænna og bænda leiddi stundum til náinna kynna. „Stór hluti viðmælenda minna átti í ástarsambandi meðan á vistinni stóð,“ segir Dalrún. „Annáðhvort með bóndanum, bóndasyninum eða öðrum úr sveitinni sem þær hittu, til dæmis á balli.“

Ef ráðskonur tóku saman við bóndann urðu þær húsmæður á bænum og þá breyttist staða þeirra. Þær voru ekki lengur hjú heldur hluti af fjölskyldunni og nutu þess þá að húsmóðurstaðan var virðing-arstaða. „Rómantískt samband milli bænda og ráðskvænna er ákveðið þrástef í sögunni,“ segir Dalrún.

#### Hlýhugur til starfsins

Dalrún segir að flestar kvennanna sem hún tók viðtöl við hafi verið þakklátar fyrir að þetta atvinnuúrræði hafi verið í boði á sínum tíma. Auk þess kunnu þær að meta reynsluna sem þær öðluðust í ráðskonustarfinu.

Hins vegar nefndu sumar einstæðu mæðranna að þær hefðu viljað að velferðarkerfið hefði verið með þeim hætti að þær hefðu getað haft annan valkost. Velferðarkerfið var hins vegar ekki nægilega burðugt fyrir en síðla á 20. öldinni.

Undir lok 20. aldarinnar gerðu breytingar í íslensku þjóðfélagi það að verkum að starf íslensku ráðskonnar leið í reynd undir lok. Þetta gerðist meðal annars vegna mikillar uppbyggingar í félagslega kerfinu og tilheyrandi umbótum í dagvistunarmálum.

„Eftir situr merkileg saga kvennastarfsstéttar frá miklum umbrotatímum í atvinnusögu þjóðarinnar,“ segir Dalrún. ■



# ALLT

KYNNINGARBLAÐ

LAUGARDAGUR 9. júlí 2022



Hægt að dunda sér við þótt í rigni.

## Afbreyting í rigningu

sandragudrun@frettabladid.is

Nú er spáð rigningu um mest allt land um helgina. Það er þó sólar-glæta og hitinn fer upp í 18 °C á Norðausturlandi svo fólk þar þarf ekki að kvarta. Fyrir hin sem ekki hafa tök á að elta sólina þangað um helgina er lítið annað að gera en gera það besta úr stöðunni.

Á rigningardögum er tilvalið að kíkja á söfn en það er nóg af áhuga-verðum söfnum um allt land. Svo er hægt að setjast á kaffihús á eftir og gæða sér á góðri köku og kaffibolla eða heitu súkkulaði og horfa á rigninguna út um gluggann.

### Afbreyting heima

Heima fyrir er hægt að drepa tímann í eldhúsinu með því að baka eitthvað girnilegt og jafnvel bjóða gestum í kaffi eða bara njóta afrakstursins með heimilisfólkinu. Þá er alltaf gaman að leggja frá sér símann og taka fram borðspil, eða spilastokk eða jafnvel búa til einhverja leiki og skapa þannig ánægjulegar minningar.

Svo má auðvitað líka njóta útiveru í rigningunni. Þá þarf bara að muna að klæða sig eftir veðri. Skella sér í stígvélin og pollagallann og drifa sig út að hoppa í polla. Það má alveg gera það óháð aldri.

Á rigningarkvöldum er svo tilvalið að skella sér í kvikmyndahús og horfa á góða mynd, nú eða hafa kvikmyndamarapón heima þar sem hver fjölskyldumeðlimur velur eina mynd, svo má ekki gleyma að poppa. ■



Edda Erlendsdóttir er golfari og mikil keppniskona. Það voru því vonbrigði þegar hún sleit liðþófa. Hún hefur notað FIT verkjaplástur og segir hann hafa hjálpað sér mikið. Plásturinn deyfir verkina án þess að hún hafi þurft að nota lyf.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

## Plásturinn bjargaði hnénu

Edda Erlendsdóttir hefur spilað golf í 20 ár og nýtur sín best á golfvöllinum. Hún er nýkomin úr aðgerð á fæti og hefur notað FIT verkjaplástur til að halda niðri verkjum. Plásturinn hefur gefið henni færi á að halda áfram í golfinu. **2**

BÄSTA I TEST  
Bäst-i-Test 2022



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

Edda og eiginmaður hennar eiga sumarhúsið í Úthlíð þar sem þau dvelja yfirleitt um lengri eða styttri tíma. Þau hafa nýtt tímann þar og farið á golfvöllinn sem oftast. Þau hjónin spiluðu áður hjá Golfklúbbnum Oddi í Garðabæ en hafa að mestu flutt sig í sveitina. „Ég er hætt að vinna og finnst gott að vera í sveitasælunni,“ segir hún.

Það var mikil óheppni þegar Edda sleit liðþófa fyrir tveimur árum. „Vegna verkja sem fylgdu því var mér bent á að nota FIT plástur og hann virkar mjög vel. Ég hafði áður notað sams konar plástur vegna bakverkja sem einnig reyndist mér afar vel. Þegar ég fékk í bakið benti vinkona mín mér á FIT plástur. Hún hafði sjálf notað hann vegna verkja í öxlum og það reynst henni vel. Læknar vildu fyrst ekkert gera fyrir mig vegna liðþófans en síðan var aðgerðin samþykkt í lok maí og ég hef verið að ná mér eftir hana. Ég hef notað plásturinn í staðinn fyrir að taka inn verkjalyf og það hefur verið frábært,“ segir Edda.

„Ég var alltaf með verki í fætinum og það hamlaði mér. Ég er von að fara í leikfimi þrisvar í viku yfir vetrartímann, fer reglulega í göngur og svo spila ég golf. Ég varð að taka mér fri frá þessu öllu eftir aðgerðina en er að fara af stað aftur. Plásturinn virkar og ég finn mikinn mun þegar ég nota hann. Ég fer rólega af stað og spila bara 9 holur enn sem komið er,“ segir hún.

#### Mikil keppniskona

Edda er keppnismaður í golfi og hefur tekið þátt í flestum mótum. „Það eru alls konar mót í gangi í Úthlíð og ég hef tekið þátt í þeim. Þar spila karlar og konur saman og þetta er góður félagsskapur,“ segir hún. „Mér finnst golfið það skemmtilegasta sem ég geri. Yfirleitt er það þannig að annaðhvort fellur fólk kirfilega fyrir íþróttinni eða ekki. Hreyfingin og útiveran gerir manni líka gott. Ég er búin að nota FIT plásturinn núna reglulega í nokkra mánuði. Ég fór í golfferð í fimm vikur áður en ég fór í aðgerðina og plásturinn bjargaði mér algjörlega í ferðinni. Ég fann mikinn mun ef ég setti hann ekki á mig. Það er mjög létt fyrir mig að mæla með plástrinum ef fólk finnur fyrir verkjum í hnjám, baki eða öxlum.“

Edda starfaði í bankageiranum í 38 ár en er komin á eftirlaun. Hún var kyrrsetukona og hefur passað upp á hreyfingu og útivist í langan tíma. „Það þýðir ekkert annað,“ segir hún og bætir við að öll hreyfing sé góð fyrir liðleikann. „Ég mun nota plásturinn áfram á meðan ég þarf á honum að halda. Ég labba ekki mikið enn þá en læknirinn sagði að það tæki mig allt að átta vikur að jafna sig,“ segir Edda og er rokin út á golfvöll eins og sannir kylfingar reyna að gera daglega.

#### Nýsköpun í verkjastillingu

Verkir af hinum ýmsu gerðum hafa fylgt mannskepnunni alla tíð. Verkir hafa verið meðhöndlaðir á ýmsa vegu, með nuddi, nála-stungum og lyfjum, svo eitthvað sé nefnt. Hin síðari ár hefur notkun verkjalyfja aukist til muna, oft og tíðum með slæmum afleiðingum á önnur líffæri, til dæmis maga.

OJK-ÍSAM er umbóðsáðili FIT verkjaplástra sem eru fánlegir í flestum apótekum landsins. FIT-plástrarnir eru ítölsk uppfinning sem byggja á innrauðum geislum líkamans sem eru nýttir aftur inn í líkamann og örva þannig háráðakerfið svo að blóðið kemst betur til aumu staðanna og úrgangsefni hreinsast hraðar í burtu. Virkar því



„Ég er búin að nota FIT plásturinn núna reglulega í nokkra mánuði. Ég fór í golfferð í fimm vikur áður en ég fór í aðgerðina og plásturinn bjargaði mér algjörlega í ferðinni.“

nokkuð svipað og nudd. Hjálpar líkamanum að hjálpa sér sjálfum.

Plástrarnir eru unnir úr viðurkenndu ofnæmisfríu plastefni og innihalda lífræn steinefni (til dæmis títan) sem endurvarpa innrauðum geislum líkamans aftur inn í líkamann. Innrauðir geislar hafa margvísleg áhrif á líkama okkar:

- Auka virkni háráðakerfisins sem eykur blóðflæði svo að blóðið hreinsast betur af fitu og úrgangsefnum.
- Bæta súrefnisþéttni í líkamanum.
- Bæta vöðvavirkni.
- Bæta svefn og viðhalda hita.
- Verkjastillandi – minni þörf á verkjalyfjum.
- Auka endurheimt vöðvanna – gott að setja þá á aum svæði eftir æfingar.
- Plástrarnir eru alveg náttúrulegir, engar aukaverkanir þar sem þeir setja ekkert í líkamann sem er þar ekki nú þegar. Henta öllum, líka óléttum konum og þeim sem eru með barn á brjósti.

#### Hvernig virka FIT plástrarnir?

- Setjið plástrana á svæðin, eins og leiðbeiningar sýna, og biðið í tvær mínútur eftir því að hiti frá líkamanum losi vel um límefnið svo að plásturinn nái öruggri



festu. Nú breytist plásturinn í það sem verður best lýst sem spegli sem endurkastar orku frá líkamanum allt að 8-9 cm inn undir húðina: Þessi orka hefur verkjastillandi áhrif. Hver plástur dugur í allt að 5 daga og má fara í sturtu.

- Haldið meðferð áfram þar til verkur hættir.
- Frá sama fyrirtæki eru einnig í boði tíðaplástrar sem nýta sömu tækni og draga úr tíðaverkjum kvenna.
- Verkjaplástrarnir fást í flestum apótekum landsins.

Nánar má lesa um FIT-verkjaplástra á síðunni: [isam.is/fitt-therapy](http://isam.is/fitt-therapy)

Ég hafði áður notað sams konar plástur vegna bakverkja sem einnig reyndist mér afar vel, segir Edda sem mælir með FIT verkjaplástrum.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
ERNIR

FIT plásturinn er einfaldur í notkun. Hann er settur á svæðið þar sem verkurinn er verstur.

FIT plásturinn er til í nokkrum útgáfum sem henta fyrir mismunandi svæði líkamans.

# DEKKJASALAN

*Dekk og flottar felgur*



**ALLT Á EINUM STAÐ**



**Miðjustýringar**



**Felgurær og felguboltar fyrir flestar gerðir bíla**



**Forritanlegir loftþrýstingsskynjarar**

**DUFTLÖKKUM FELGUR**

Lánum dekk og felgur á meðan  
Verðskrá, upplýsingar og myndir á [www.dekkjasalan.is](http://www.dekkjasalan.is)

Dalshrauni 16, 220 Hafnarfirði

**587 3757**

[dekkjasalan@dekkjasalan.is](mailto:dekkjasalan@dekkjasalan.is)

# Hætt að þjást af járnskorti

Árný Inga Guðjónsdóttir, 42 ára sjúkraliði á Landspítalanum, hafði lengi fundið fyrir orkuleysi vegna járnskorts. Hún byrjaði að taka inn Andoxun með íslenskum krækiberjum og rauðrófufudufti frá ICEHERBS og fann mun á sér eftir einungis fimm vikur.

Árný er eins og margar konur og hefur glímt lengi við járnskort. „Járnskorturinn hefur verið viðloðandi hjá mér í nokkur ár og það hefur verið erfitt fyrir mig að halda járninu í réttu magni í líkamanum. Ég hef prófað ýmislegt, tekið járnþillur sem fóru illa í magann á mér og svo fékk ég ofnæmi fyrir járnsprautunum. Á síðasta ári byrjaði ég að lesa mér til um lausnir gegn járnskorti og datt niður á Andoxun frá ICEHERBS,“ segir Árný.

## Aukið úthald en minnkandi sólarljós

Járnleysi getur valdið orkuleysi, þreytu og svima hjá fólki og segist Árný oft hafa fundið fyrir þessum einkennum. „Ástæðan fyrir því að ég vildi prófa Andoxun var sú að bætiefnið er járnríkt. Ég var líka að leitast eftir aukinni orku og úthaldi almennt. Ég fann mun á mér eftir að hafa tekið Andoxun frá ICEHERBS reglulega í nokkrar vikur. Það var strax munur á orkunni og úthaldinu, sem var skritið því það hefði átt að vera öfugt, enda var þetta um hávetur og það dimmdi sífellt meira með hverjum degi á þeim tíma.“

## Þetta helst allt í hendur

„Í dag tek ég tvö hylki af Andoxun á dag, kvölds og morgna, og finn mikinn mun á mér. Járníð var mælt síðasta haust og mældist bara í finu magni. Mér finnst ég mun orku-



Árný Inga hefur þjást af járnskorti um árabíl. Eftir að hún byrjaði að taka inn Andoxun frá ICEHERBS á hverjum degi er járn magnið komið í lag og orkan aukin.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
ERNIR

C-vítamínunum, en þau hafa mjög hátt innihald andoxunarefna, eins og flavonól og anthocyanín. Neysla krækiberja er talin hafa jákvæð áhrif á taugakerfið, heilastarfsemi og sjónina.

Rauðrófur eru þekktar fyrir að bæta súrefnisupptöku og auka blóðflæði og hafa því slegið í gegn meðal íþróttafólks þar sem með auknu blóðflæði eykst snerpa, orka og úthald. Rauðrófurnar eru einstaklega næringarríkar. Þær innihalda C-vítamín, kalíum og önnur nauðsynleg steinefni sem styrkja ónæmiskerfið. Þær styðja einnig við afeitrunarferli lifrar og eru einstaklega járnríkar. Þessi blanda frá ICEHERBS hefur reynst mörgum vel sem vilja auka vel-liðan og styrk.

## Hrein náttúruafurð

Markmið ICEHERBS er að nýta náttúruauðindir sem tengjast íslenskri hefð og sögu og vinna í hreina neytendavæna vöru fyrir viðskiptavinum. „Við hjá ICEHERBS leggjum áherslu á að framleiða hrein og náttúruleg bætiefni sem byggja á sjálfbærri nýtingu náttúruauðinda. Við viljum að vörurnar okkar nýtist viðskiptavinum okkar, að virkni skili sér í réttum blöndum og að eiginleikar efnanna viðhaldi sér að fullu. Þá notum við enn fremur engin óþörf fylliefni.“

ICEHERBS fæst í öllum betri matvöruverslunum, apótekum og heilsuvöruverslunum og í nýrri vefverslun á iceherbs.is.



meiri og bý yfir meira líkamlegu úthaldi en áður. Mér finnst auðveldara að vakna á morgnana og ég er fljóttari í gang. Þá dríf ég mig frekar

í líkamsrækt eða út að ganga með hundinn, því úthaldið er meira. Ég er engin rosaleg íþróttamanneskja, en ég fer tvisvar í viku í líkams-

rækt og geng með hundinn daglega. Þá er ég ekki frá því að ég sé skýrari í hugsun. Þetta helst allt í hendur.

Ég er heldur ekki frá því að þetta hafi haft góð áhrif á meltinguna, sem er stórt skref upp á við frá meltingartruflunum af völdum járnþillanna. Svo má líka nefna að ég hef ekki orðið lasin síðan ég byrjaði að taka Andoxun. Það hafa verið veikindi á heimilinu, en ég hef ekki gripið neina pest. Ég veit ekki hvort þetta séu bein áhrif frá Andoxun. En það er engin spurning, ég ætla að halda áfram að taka þetta.“

## Andoxun – krækiber og rauðrófur

Andoxun er sannkölluð ofurfæðublanda. Hún inniheldur íslensk krækiber og rauðrófufuduft. Blandan er einstaklega járnrik og hefur hátt hlutfall af andoxunarefnum. Hún er frábær fyrir meltinguna og bætir súrefnisupptöku.

Krækiber eru þekkt fyrir vatnslosandi áhrif og eru rík af E- og

# Föndrar úr kvartaldargömlum ostaboxum

Mörg kannast örugglega við að geyma ógrynnin öll af krukum, boxum og skrauti af ýmsu sem keypt er inn á heimilið, því það er einfaldlega svo sárt að henda því. Því hver veit, kannski má endurnýta þetta einhvern tíma.

jme@frettabladid.is

Endurvinnslusálin Harpa Sigurðardóttir birti fyrr á árinu mynd á samfélagsmiðlinum Facebook, af föndri sem hún hafði gert úr ostaboxum. Ostaboxin umræddu eru líklega einar veglegustu ostaubúðir sem fyrirfinnast í íslenskum matvöruhúllum. Þau eru úr þunnum við og koma utan af ostinum Stóra Dímon. Það er því viðbúið að heittrúadar endurnýtingarsálir eins og Harpa eigi erfitt með að sjá á eftir þeim í tunnuna.

„Við vinkonurnar byrjuðum að hittast síðasta haust í vikulegar föndurstundir þegar við báðar misstum vinnuna eftir um þrjátíu ára starf í banka. Vinkonan er mikil handavinnukona og á alls konar græjur svo við hittumst heima hjá henni. Fyrsta föndrið voru jólakort, sem ég reyndar sendi aldrei, því það er ekki hefð hjá mér að senda jólakort,“ segir Harpa og hlær. „Meðal þess endurnýttum við gömul kort, klipptum út myndirnar og settum saman í ný kort. Ég hef alltaf haft trú á því að kaupa minna en endurvinnu frekar og gefa gömlum hlutum nýtt líf. Mörg af þessum kortum



Harpa Sigurðardóttir.

hafði ég sem merkimiða á jólagjafir svo þetta nýttist nú eitthvað hjá mér,“ segir hún.

## Búnar að geyma boxin í 27 ár

Svo voru jólin búin, vinkonurnar enn atvinnulausar og þá þurfti að finna upp á nýju föndri. „Ég var búin að sanka að mér Stóra Dímons-ostaboxunum í nokkurn tíma, hugsaði með mér að ég myndi örugglega einhvern tíma nota þetta. Þarna var tækifæri til að taka þau fram og mála þau. Ég fékk ostabox frá mömmu því hún átti líka slatta af þessum boxum eins og ég. Þegar ég leit undir boxin sá ég að sum voru merkt með síðasta söludegi árið 1995, einmitt árið sem ég kynntist manningum mínum. Þá hugsaði ég með mér bara: Guð minn góður, erum við búnar að geyma þetta í tuttugu og sjö ár? Og getur verið að við höfum borðað



það er ekki erfitt að gera boxin falleg með góðu blómi og málningsarlettum.

alla þessa osta?“ segir Harpa og skellir upp úr.

„En ég sé alltaf notagildi í hlutunum og á erfitt með að henda veglegum umbúðum. Stelpurnar mínar fengu til dæmis iPhone síma fyrir stuttu. Þeir koma í svo flottum kössum að ég hafði það ekki í mér að henda þeim. Ég geymdi þá í staðinn, málaði þá svo og skreytti og notaði svo undir gjafir. Það verður líklega forvitnilegt fyrir dætur mínar að fara í gegnum dánarbúið mitt,“ segir Harpa og hlær.

Harpa hafði líka sankað að sér blómaskreytingum af páskaeggjum og átti orðið dágott safn af þeim, svo henni þótti tilvalið að skreyta



Stóra Dímons-boxin eru tilvalin í föndrið enda bæði veglegar og fallegar umbúðir sem gaman er að mála, líma skraut á og fleira. MYNDIR/ÁSENDAR

ostaboxin með þeim. „Ég notaði aðallega föndurmálingu til að mála boxin og málningaprufur úr málningarbúðum. Svo notaði ég blómin af páskaeggjunum, sem og ýmsar perlur og blúnduborða. Það tók mig heillangan tíma að spá í það hvaða litur færi með hvaða blómi og fleira og kláraði ég að föndra um tíu box alls.“

Harpa segist hafa áður fyrr verið mikill föndrari svo hún átti ýmislegt uppi í skáp sem hún gat notað í föndurstundirnar. „Ég komst aftur í girinn þegar ég var ekki að vinna. Núna er ég komin með starf hjá Raunvísindastofnun Háskólans og þá hefur þetta dottið aftur niður og maður gleymir að gefa sér tíma í föndrið. En svona dundur er náttúrulega alltaf skemmtilegra með góðum vini, að kjafta og sötra kaffi á meðan.“

## Osturinn klikkar aldrei

„Ég hef ekki nýtt þessi finu box mikið, nema eitt í vor. Þá var mér boðið í fermingu. Ég ætlaði að gefa pening og þá kom boxið vel að

notum. Þannig að ég sit uppi með flest boxin sem ég föndraði. Ætli það sé svo ekki hægt að nota þau til að gefa heimagerð konfekt eða eitthvað um jólin? En aðalatriðið var nú svo sem að hittast og gera eitthvað saman, svo ég set það ekki fyrir mig. Þessi box koma að notum síðar meir til að gefa gjafir sem komast fyrir í óskjunum. Ég gæti notað þau til að pakka inn gjöfum til stelpnanna minna, en þá fengi ég boxin bara í hausinn aftur, því þær búa enn heima,“ segir hún.

Harpa endar á því að mæla með því að föndra úr Stóra Dímons-boxunum. „Þessi ostur kemur enn í þessum fallegu óskjum, og ef maður vill föndra svona box, þá bara kaupir maður Stóra Dímon á þúsundkall, borðar ostinn og þá boxið. Það er kannski ekki mikill sparnaður í því, en osturinn klikkar svo sem aldrei. Hann má til dæmis baka með furuhnetum og ýmsu. Annars er þetta skemmtilegt og einfalt föndurverkefni og auðvelt fyrir krakka líka að gera,“ segir Harpa glöð í bragði. ■

# Atvinnublaðið

Mest lesna atvinnublað Íslands\*

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

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



## Innri endurskoðandi

Stjórn Kviku banka leitar að innri endurskoðanda bankans, sem jafnframt er forstöðumaður einingar innri endurskoðunar. Innri endurskoðun starfar óháð öðrum deildum í skipulagi bankans, er þáttur í eftirlitskerfi hans og ber ábyrgð gagnvart endurskoðunarnefnd og stjórn.

Meðal helstu verkefna eru:

- Ábyrgð á innri endurskoðun Kviku og dótturfélaga eins og fram kemur í erindisbréfi og starfslýsingu
- Leiðir, skipuleggur og stjórnar vinnu einingar innri endurskoðunar
- Samskipti við aðila innan bankans, stjórn, stjórnendur og aðrar eftirlitseiningar
- Samskipti við eftirlitsaðila og ytri endurskoðendur

*Kvika er öflugur fjárféttibanki sem stuðlar að umbreytingu og samkeppni á fjárféttamarkaði með áherslu á upplifun viðskiptavina, nýsköpun og stafrænu vöruframboði.*

*Starfsumbverfið einkennist af sveigjanleika, samvinnu og lífsheild, frumkvæði starfsfólks, jöfnum tækifærum, trausti, heilsusamlegu og jákvæðu umhverfi. Vörumerki samstæðunnar eru meðal annars TM, Kvika eignastýring, Lykill, Auður, Netgíró og Aur.*



Nánari lýsingu á starfinu og hæfnikröfum má finna á vef Kviku banka undir störf í boði. Umsóknarfrestur er til og með 17. júlí næstkomandi.



## Byggingar- og skipulagsfulltrúi

Leitað er að öflugum og hæfum einstaklingi í starf byggingar- og skipulagsfulltrúa í Kjósarhreppi. Byggingar- og skipulagsfulltrúi fer með framkvæmd byggingar- og skipulagsmála samkvæmt lögum. Einnig sinnir viðkomandi verkefnum í samstarfi við skipulags- og byggingarnefnd sveitarfélagsins sem starfar í umboði hreppsnefndar, ásamt því að vinna náið með oddvita/sveitarstjóra. Um er að ræða 80% starfshlutfall.

### Helstu verkefni og ábyrgð:

- Móttaka skipulags- og byggingarenda
- Undirbúningur og eftirfylgni funda skipulagsnefndar
- Úttektir, mælingar og vettvangsathuganir
- Útgáfa byggingarleyfa, framkvæmdaleyfa og stöðuleyfa
- Umsagnir vegna útgáfu rekstrar- og/eða starfsleyfa
- Yfirferð uppdráttar
- Skráning fasteigna og stofnun lóða
- Umsjón með skjalavistun skipulags- og byggingarmála og rekstri gæðakerfis byggingarfulltrúa

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Umsækjendur skulu uppfylla menntunar- og hæfniskröfur skv. 7. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 og 25. gr. mannvirkjalaga nr. 160/2010
- Þekking og reynsla af skipulags- og byggingarmálum
- Reynsla af opinberri stjórnsýslu er æskileg
- Iðnmenntun í byggingariðnaði er kostur
- Hæfni í mannlegum samskiptum og samstarfshæfni
- Skipulögð og fagleg vinnubrögð
- Góð íslenskukunnátta og hæfni til þess að tjá sig í ræðu og riti
- Góð almenn tölvukunnátta

Kjósarhreppur er dreifbýlishreppur í nágrenni við Reykjavík. Íbúar þess eru um 260 og er víða skipulögð sumarhúsa-byggð. Kjósinn þykir státa af fallegu landslagi og náttúrufergurð sem er víða ósnortin en að öðru leyti er hún skipulagt landbúnaðarsvæði. Þar fyrirfinnst ein elsta kirkja landsins og einnig hið þekktu félagsheimili Ungmennafélagsins Drengs, Félagsgarður. Helstu upplýsingar um Kjósarhrepp má finna á [www.kjos.is](http://www.kjos.is).

Umsóknarfrestur er til og með **2. ágúst 2022**. Umsókn óskast fyllt út á [www.intellecta.is](http://www.intellecta.is) og þarf henni að fylgja ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda sem nýtist í starfi. Umsóknir gilda í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út. Áhugasamir einstaklingar, óháð kyni, eru hvattir til að sækja um. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin.

Nánari upplýsingar veita Thelma Kristín Kvaran ([thelma@intellecta.is](mailto:thelma@intellecta.is)) og Hafdís Ósk Pétursdóttir ([hafdis@intellecta.is](mailto:hafdis@intellecta.is)) í síma 511 1225.

**intellecta**  
Ráðgjöf | Ráðningar | Rannsóknir

# Framkvæmdastjóri



SAMTÖK SVEITARFÉLAGA Á NORÐURLANDI VESTRA

Samtök sveitarfélaga á Norðurlandi vestra (SSNV) óska eftir að ráða drifandi leiðtoga í starf framkvæmdastjóra. Um er að ræða spennandi stjórnunarstarf þar sem reynir á samskiptahæfni, frumkvæði og forystuhæfileika.

Viðkomandi fær tækifæri til að vera leiðandi í uppbyggingu og þróun á svæðinu. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

## Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Ábyrgð á daglegum rekstri og stjórnun samtakanna
- Skipulagning og stýring verkefna
- Stefnumótunarvinna og áætlunargerð
- Hagsmunagæsla fyrir landshlutann
- Samskipti og samstarf við hagaðila, s.s. atvinnu- þróunarfélög, sveitarfélög, opinberar stofnanir og aðra hagaðila
- Ábyrgð á framkvæmd samningsbundinna verkefna s.s. sóknaráætlun og atvinnuþróunar
- Undirbúningur stjórnarfunda og úrvinnsla eftir þá
- Önnur verkefni í samráði við stjórn

## Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýtist í starfi
- Reynsla af stjórnun og rekstri
- Reynsla af stefnumótun og áætlunargerð er æskileg
- Þekking og reynsla af atvinnu-, menningar- og/eða byggðamálum er æskileg
- Góð þekking og/eða reynsla af opinberri stjórnsýslu er æskileg
- Frumkvæði, drifkraftur og metnaður
- Framúrskarandi færni í mannlegum samskiptum
- Leiðtogahæfni og jákvætt viðmót
- Heiðarleiki og gott orðspor
- Gott vald á tjáningu í ræðu og riti á íslensku

SSNV eru landshlutasamtök sveitarfélaga á Norðurlandi vestra. Samtökin eru hagsmuna-, þjónustu- og samstarfsvettvangur sveitarfélaganna. Málaflokkar sem SSNV fæst við varða m.a. byggðapróun, atvinnumál, menntamál, samgöngumál, menningarmál og kynningu Norðurlands vestra.

Öll sveitarfélög á Norðurlandi vestra eru aðilar að SSNV en þau eru: Húnaþing vestra, Skagabyggð Húnaþing, Skagafjörður og Sveitarfélagið Skagaströnd.

Heimili og varnarþing samtakanna er á skrifstofu SSNV á Hvammstanga.

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

Umsóknarfrestur er til og með **2. ágúst 2022**. Umsókn óskast fyllt út á [www.intellecta.is](http://www.intellecta.is) og þarf henni að fylgja starfsferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir hæfni umsækjanda sem nýtist í starfi. Öllum umsóknum verður svarað að ráðningu lokinni. Áhugasamir einstaklingar, óháð kyni, eru hvattir til að sækja um starfið.

Upplýsingar veita Thelma Kristín Kvaran ([thelma@intellecta.is](mailto:thelma@intellecta.is)) og Sigríður Svava Sandholt ([sigridur@intellecta.is](mailto:sigridur@intellecta.is)) í síma 511 1225.

**intellecta**

Ráðgjöf | Ráðningar | Rannsóknir

# RÁÐNINGAR

Árangur fyrirtækja ræðst af þekkingu, getu og reynslu starfsmanna.

Hver einstök ráðning er mikilvæg fjárfesting og er hagur bæði fyrirtækis og viðkomandi einstaklings að vel takist til.

Hafðu samband við okkur og sjáðu hvað við getum gert fyrir þig.



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

Intellecta ehf.

Síðumúla 5

108 Reykjavík

511 1225

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

**intellecta**



# Forsætisráðuneytið auglýsir eftir gæðastjóra og móttökustjóra

## Gæðastjóri

Forsætisráðuneytið leitar eftir öflugum gæðastjóra. Starfið tilheyrir skrifstofu innri þjónustu sem ber ábyrgð á gæða- og umbótamálum forsætisráðuneytisins, fjármálum, upplýsingakerfum og sér um öryggismál og starfsumhverfi. Starfsfólk skrifstofunnar styður við innra starf ráðuneytisins, meðal annars við störf þverfaglegra hópa og teyma.

Leitað er eftir öflugum og lausnamiðuðum leiðtoga með yfirgripsmikla þekkingu og farsæla reynslu á sviði gæðamála, umbótastarfs og breytingastjórnunar. Leitað er eftir einstaklingi með framúrskarandi samskiptafærni og jákvætt viðmót. Gæðastjóri ber ábyrgð á gæðastarfi og samhæfingu verklags í stafrænni vegferð ráðuneytisins.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Ábyrgð á gæðamálum, mótun og þróun gæðastefnu og gæðakerfis.
- Skráning ferla og framkvæmd og undirbúningur innri og ytri úttekta.
- Greining og þróun á árangri í umbótastarfi.
- Þátttaka í umbótastarfi, s.s. mótun stefnu og breytingastjórnun.
- Þátttaka og virkni í þverfaglegum teymum og samráðshópum.
- Þátttaka í þróun starfsumhverfis samkvæmt heimsmarkmiðum, s.s. stafrænni vegferð og grænum skrefum.

### Hæfniskröfur

- Háskólapróf sem nýtist í starfi.
- Leiðtogahæfni og framúrskarandi færni í mannlegum samskiptum.
- Reynsla af farsælli breytingastjórnun skilyrði.
- Fjölbætt reynsla af gæðamálum og umbótastarfi.
- Umfangsmikil reynsla af þróun starfsumhverfis.
- Framsýni og lausnamiðuð nálgun.
- Jákvætt viðmót.
- Færni í tjáningu á íslensku og ensku.

Starfið er auglýst án staðsetningar.

## Móttökustjóri

Forsætisráðuneytið leitar eftir móttökustjóra. Meðal áhersluatriða er að þjónusta í húsum forsætisráðuneytisins sé til fyrirmyndar varðandi veitingar, hreinlæti, öryggi og aðbúnað. Móttökustjóri annast m.a. umsýslu varðandi fundarþjónustu, þar með talið tæknimál, gagna- og búnaðarflutninga.

Leitað er að gestrisnum, öguðum og jákvæðum einstaklingi sem er tæknilega sinnaður og hefur farsæla starfsreynslu. Starfið heyrir til skrifstofu innri þjónustu.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Umsjón með fundaaðstöðu, m.a. að nauðsynlegur tæknibúnaður sé fyrir hendi.
- Undirbúningur og frágangur funda og þátttaka í rekstri veitingarþjónustu.
- Samskipti við birgja, umsjón með aðföngum og skráning í birgðabókhald.
- Skráning viðburða.
- Móttaka gesta.
- Umsjón með aðbúnaði og hreinlæti.

### Hæfniskröfur

- Stúdentspróf eða menntun sem nýtist í starfi.
- Reynsla af þjónustustjórnun eða sambærilegum verkefnum.
- Rík þjónustulund, gestrisni og framúrskarandi samskipta- og samvinnuhæfileikar.
- Góð alhliða þekking og/eða reynsla af uppsetningu og tengingu tækja- og fundabúnaðar.
- Góð tölvuþekking og reynsla af rafrænni skráningu.
- Sveigjanleiki, sjálfstæði og útsjónarsemi.
- Skipulagshæfileikar og ögun í vinnubrögðum.
- Færni í tjáningu á íslensku og ensku.

### Frekari upplýsingar um störfin

Einstaklingar eru hvattir til að sækja um starfið óháð kyni.

Með umsókn skal fylgja starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðum umsóknar og hvernig umsækjandi uppfyllir hæfniskröfur.

**Umsóknarfrestur er til og með 25.07.2022.**

### Nánari upplýsingar veitir

Margrét Hallgrímsdóttir, skrifstofustjóri margret.hallgrimsdottir@for.is – s. 861 2200.

Sótt er um störfin á Starfatorgi: [starfatorg.is](http://starfatorg.is)



Reykjavíkurborg  
Skóla- og frístundasvið

## Fjármálaráðgjafi

### Skóla- og frístundasvið Reykjavíkurborgar auglýsir starf fjármálaráðgjafa við starfsstaði sviðsins.

Undir skóla- og frístundasvið heyrir rekstur leikskóla, grunnskóla og frístundamiðstöðva Reykjavíkurborgar auk starfssemi skólahljómsveita. Jafnframt greiðir sviðið framlög til sjálfstætt starfandi dagforeldra, leikskóla, grunnskóla og tónlistarskóla og hefur eftirlit með starfsemi þeirra. Skóla- og frístundasvið þjónustar yfir 20 þúsund börn og fjölskyldur þeirra.

#### Helstu verkefni:

- Umsjón með gerð fjárhagsáætlana í samvinnu við stjórnendur starfsstöðva.
- Greining á uppgjörum starfsstöðva.
- Fjárhaglegt eftirlit með starfsstöðvum
- Rekstrarráðgjöf og við stjórnendur starfsstöðva og miðlun fjárhagsupplýsinga til stjórnenda starfsstaða.

#### Menntunar- og hæfniskörfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi.
- Þekking á skólastarfssemi mikill kostur.
- Reynsla af fjárhagskerfum æskileg
- Reynsla af greiningarstörfum æskileg.
- Frumkvæði og sjálfstæði í starfi.
- Lipurð og hæfni í samskiptum.
- Góð íslenskukunnátta í ræðu og riti.

Umsókn fylgi starfsferilskrá og rökstuðningur fyrir hæfni viðkomandi í starfið.

Umsóknarfrestur er til og með 15. ágúst 2022.

Um laun og starfskjör fer samkvæmt kjarasamningum Reykjavíkurborgar við viðeigandi stéttarfélag. Umsækjendur eru beðnir um að sækja um starfið á heimasíðu Reykjavíkurborgar, [www.reykjavik.is/storf](http://www.reykjavik.is/storf).

Nánari upplýsingar veita Kristján Gunnarsson, [kristjan.gunnarsson@reykjavik.is](mailto:kristjan.gunnarsson@reykjavik.is) og Guðmundur G Guðbjörnsson [guðmundur.g.guðbjornsson@reykjavik.is](mailto:guðmundur.g.guðbjornsson@reykjavik.is), og í síma 411-1111

Vakin er athygli á stefnu Reykjavíkurborgar um jafnan hlut kynja í störfum og að vinnustaðir borgarinnar endurspegli það margbreytilega samfélag sem borgin er.

## STÖRF HJÁ GARÐABÆ

### Leikskólinn Akrar

- Deildarstjóri
- Leiðbeinandi

### Leikskólinn Holtakot

- Deildarstjóri
- Leikskólakennari
- Sérkennslustjóri

### Leikskólinn Mánahvoll

- Háskólamenntaðir starfsmenn
- Leiðbeinandi
- Leikskólakennari

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

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



## Leikskólastjóri Ungbarna- leikskóla Seltjarnarness



Fjölskyldusvið Seltjarnarnesbæjar vill ráða öflugan og faglegan leiðtoga í starf leikskólastjóra við Ungbarnaleikskóla Seltjarnarness, sem er sjálfstæð einnar deildar fag- og rekstrareining á vegum Seltjarnarnesbæjar.

### Helstu verkefni og ábyrgðarsvið

- Veitir skólanum faglega forystu á sviði kennslu og þróunar á skólastarfi í samræmi við lög og reglugerðir, aðalnámskrá leikskóla og skólastefnu Seltjarnarnesbæjar.
- Stjórnun og ábyrgð á rekstri skólans og daglegri starfsemi.
- Ábyrgð á ráðningum og starfsmannamálum.
- Ábyrgð á samstarfi við aðila skólasamfélagsins.

### Menntunar- og hæfniskröfur

- Leyfi til að nota starfsheitið kennari.
- Menntun á sviði stjórnunar- og/eða menntunarfræða.
- Stjórnunarreynsla og þekking/reynsla af leikskólastarfi.
- Leiðtogahæfileikar og færni í mannlegum samskiptum.

Umsókn um starfið skal fylgja leyfisbréf til að nota starfsheitið kennari og gögn sem staðfesta frekari menntun, ítarleg starfsferilskrá ásamt kynningarbréfi.

Launakjör eru samkvæmt kjarasamningi Sambands íslenskra sveitarfélaga og KÍ.

Öllum umsóknum ásamt fylgiskjölum skal skilað á Ráðningarvef Seltjarnarnesbæjar undir [seltjarnarnes.is](http://seltjarnarnes.is) – **Störf í boði**. Þar má einnig finna ítarlegri kynningu á starfinu og Ungbarnaleikskóla Seltjarnarness.

Umsóknarfrestur er til og með 25. júlí 2022.

Upplýsingar um starfið veitir Baldur Pálsson, sviðsstjóri fjölskyldusviðs Seltjarnarnesbæjar, [baldur@seltjarnarnes.is](mailto:baldur@seltjarnarnes.is)



JAFNLAUNAVOTTLINN  
2019 - 2022



SELTJARNARNESBÆR

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

# Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í meira en 50 ár



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

HAGVANGUR

job  
Finnum draumastarfið saman

Erum við  
að leita að þér?



## Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:

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



# Vilt þú prófa eitthvað nýtt?

## Störf hjá Ístaki í Nuuk, Grænlandi

Í miðbæ Nuuk reisir Ístak skóla að stærð **18.000 m<sup>2</sup>** sem mun hýsa 1.400 nemendur í grunnskóla ásamt 120 börnum í leikskóla. Einnig mun húsnæðið nýtast sem félags- og frístundamiðstöð fyrir bæjarbúa. Áætluð verklok fyrir þetta umfangsmikla verkefni eru apríl 2024.



## Framleiðslustjóri

### Um starfið

Framleiðslustjóri starfar á verki eða í þjónustudeild og sinnir verkefnum sem öll miða að því að viðhalda kröfum og áætlunum á verkinu. Framleiðslustjóri hefur að auginni að hámarka hagkvæmni við framkvæmdir og nýtingu auðlinda. Aukin ábyrgð getur verið í formi aðkomu að starfsmannamálum, ábyrgð með ákveðnum verkhlutum á borð við gæða- og öryggismál eða yfirumsjón með ákveðnum þáttum verksins.

### Helstu verkefni

- Gerð verkáætlana og skipulagning framkvæmda.
- Gerð vinnuteikninga og tillagna að hagkvæmum lausnum.
- Aðstoð við áætlanagerð um mannaflapörf. Aðstoð við mönnun verks eða verkefna í samvinnu við staðarstjóra og verkstjóra.
- Gerð ÖHU áætlanar, uppfærsla og eftirfylgni. Skráning frávíka.
- Gerð gæðastjórnunar- og gæðaeftirlitsáætlana fyrir verkið, uppfærsla og eftirfylgni. Gæðaúttektir og eftirfylgni með niðurstöðum.

### Hæfniskröfur og menntun

- Háskólapróf í verkfræði eða skyldum tæknigreinum skilyrði.
- Mikil starfsreynsla úr verkfræði eða byggingariðnaði.
- Lipurð í mannlegum samskiptum, áreiðanleiki, sjálfstæð vinnubrögð, nákvæmni.
- Ensku- og/eða íslenskukunnátta skilyrði.

## Verkstjóri

### Um starfið

Verkstjóri stýrir framkvæmda- og smíðavinnu á vinnustað og tryggir að hún sé í samræmi við væntingar fyrirtækis og verkkaupa hverju sinni. Verkstjóri vinnur að því að umgengni, aðstaða, öryggi og frágangur á vinnustað sé samkvæmt lögum og gæðakröfum fyrirtækisins.

### Helstu verkefni

- Stjórna vinnu starfsfólks og sjá til þess að störf séu í samræmi við verkáætlun.
- Eftirlit með og stjórnun undirverktaka.
- Skipulagning verkefna á hagkvæman hátt í samráði við tæknimenn og stjórnendur.
- Rýna verk gögn og sjá til þess að starfsmenn hafi réttar teikningar, lýsingar, upplýsingar um viðeigandi efni sem þarf til að framkvæma verk samkvæmt kröfum.
- Öflun á mannskapi, verkfærum, tækjum og efni í samráði við staðarstjóra.
- Framvinduskýrslugerð og rýni reikninga.

### Hæfniskröfur og menntun

- Sveinspróf í smíði skilyrði og meistapróf æskilegt.
- Meirapróf og vinnuvélaréttindi æskileg.
- 5 ára reynsla af verkstjórn.
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Öryggisvitund, sjálfstæð vinnubrögð, tölvukunnátta.



Skannaðu hér til að sækja um  
eða á heimasíðu Ístaks [www.istak.is](http://www.istak.is)



**ÍSTAK**



# Umsjónarmaður fasteigna

Eik fasteignafélag óskar eftir að ráða drifandi og sjálfstæðan einstakling í starf umsjónarmanns fasteigna. Um er að ræða starf sem heyrir undir rekstrarstjóra húsumhyggju Eikar. Leitað er að úrræðagóðum einstaklingi sem býr yfir framúrskarandi samskiptahæfni.

## ■ Helstu verkefni og ábyrgð:

- Almenn umsjón og eftirlit með fasteignum og lóðum félagsins.
- Þjónusta og samskipti við leigutaka.
- Rekstur fasteigna, álestur mæla, heimsókn til leigutaka og vöktun bygginga félagsins.

## ■ Menntunar- og hæfniskröfur:

- Framúrskarandi samskiptahæfni, sveigjanleiki og þjónustulund.
- Iðnmenntun sem nýtist í starfi er kostur.
- Haldbær reynsla sem nýtist í starfi.
- Reynsla af aðgangs- og tæknikerfum er kostur.
- Góð almenn íslensku- og enskukunnátta.
- Góð tölvukunnátta.

Umsóknarfrestur er til og með **3. ágúst 2022**. Umsókn óskast fyllt út á [www.intellecta.is](http://www.intellecta.is) og þarf henni að fylgja ítarleg ferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda sem nýtist starfi. Við hvetjum alla áhugasama einstaklinga til að sækja um starfið. Eik fasteignafélag metur alla einstaklinga að verðleikum, óháð kyni, kynferði, skoðunum, trú, þjóðernisuppruna, kynþætti, litarhætti, efnahag, ætterni og stöðu að öðru leyti.



Eik fasteignafélag var stofnað árið 2002. Frá stofnun hefur félagið vaxið með áherslu á fjárfestingar í helstu viðskiptakjörnum höfuðborgarinnar og er á meðal stærstu fasteignafélaga landsins. Hlutablet félagsins eru skráð á aðalmarkaði Nasdaq Iceland hf.

Félagið býður upp á framúrskarandi starfsaðstöðu og góðan starfsanda. Hjá félaginu starfa 32 starfsmenn með fjölbreytta menntun og reynslu á fasteignamarkaði. Markmið þess er að veita viðskiptavinum fyrsta flokks þjónustu og bjóða húsnaðislausnir í takt við mismunandi þarfir.

Sú viðleitni grundvallast á gildum félagsins: **fagmennsku, frumkvæði, léttleika og áreiðanleika.**

Nánari upplýsingar veita Thelma Kristín Kvaran ([thelma@intellecta.is](mailto:thelma@intellecta.is)) og Sigríður Svava Sandholt ([sigridur@intellecta.is](mailto:sigridur@intellecta.is)) í síma 511 1225. Farið verður með allar fyrirspurnir og umsóknir sem trúnaðarmál og þeim svarað að ráðningu lokinni.

**intellecta**  
Ráðgjöf | Ráðningar | Rannsóknir



## GLEIPNIR - NÝSKÖPUNAR- & ÞRÓUNARSETUR Á VESTURLANDI

**Gleipnir - Nýsköpunar- og þróunarsetur á Vesturlandi ses er nýtt samstarfsverkefni á Vesturlandi sem snýr að nýsköpun og þróun tækifæra á sviði landbúnaðar, matvælaframleiðslu, sjálfbærni og loftslagsmála.**

Tilgangur Gleipnis er að leiða og byggja upp samstarf stofnaðila, stjórnvalda og annarra hagaðila þar sem lögð verður áhersla á að efla rannsóknir og hagnýtingu þeirra, stefnumótun, nýsköpun og fræðslu.

Markmið setursins er að vera virkur þátttakandi í að ná fram markmiðum og skuldbindingum stjórnvalda á þessum sviðum. Jafnframt að stuðla að eflingu nýsköpunar og frumkvæðastarfi á landsbyggðinni almenn og á þann hátt sem stjórn setursins ákveður. Nánari lýsing á markmiðum er sett í stofnsamningi um nýsköpunar- og þróunarsetrið.

### FRAMKVÆMDASTJÓRI

Auglýsum eftir drifandi og jákvæðum leiðtoga til að leiða Gleipni – Nýsköpunar- og þróunarsetur á Vesturlandi. Leitað er að metnaðarfullum einstaklingi með yfirburðabeitingu og áhuga á nýsköpun og þróun sérlega tengt nýjum tækifærum í landbúnaði og matvælaframleiðslu með áherslu á sjálfbærni og loftslagsmál. Starfsstöð framkvæmdastjóra er á Hvanneyri.

### HELSTU VERKEFNI

- Forysta við uppbyggingu á öflugu nýsköpunar- og þróunarsetri á Vesturlandi
- Stefnumótun og áætlanagerð
- Samskipti og tengsl við hagaðila
- Frumkvæði að og fjármögnun nýrra verkefna
- Umsjón með og kynning á verkefnum Gleipnis
- Umsjón með daglegum rekstri

### MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR

- Háskólapróf sem nýtist í starfi
- Reynsla af stjórnun og rekstri
- Leiðtogahæfni og drifkraftur
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Frumkvæði og sjálfstæði
- Góð tungumálakunnátta
- Hæfni til að tjá sig í ræðu og riti

### NÁNARI UPPLÝSINGAR

Áshildur Bragadóttir nýsköpunar- og endurmenntunarstjóri Landbúnaðarháskóla Íslands - [ashildur@lbhi.is](mailto:ashildur@lbhi.is)  
Stefán Kalmannson verkefnastjóri hjá Háskólanum á Bifröst - [stefank@bifrost.is](mailto:stefank@bifrost.is). Umsóknir með ítarlegri ferilskrá og kynningarbréfi óskast sendar til [ashildur@lbhi.is](mailto:ashildur@lbhi.is)

**UMSÓKNARFRESTUR ER TIL OG MEÐ 2. ÁGÚST**



# Ert þú öflugur leiðtogi?

## Deildarstjóri framkvæmdasviðs

Við leitum að öflugum einstaklingi í stöðu deildarstjóra framkvæmdasviðs á Suðurlandi með starfsstöð á Selfossi. Meginverkefni framkvæmdasviðs er vinnuflokkastarfsemi ásamt rekstri og viðhaldi véla, bifreiða og annarra tækja og áhalda sem þarf vegna verkefna sviðsins.

### Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Leiða og styðja öflugan hóp starfsmanna
- Umsjón og eftirlit með starfsemi vinnuflokka
- Ábyrgð á verkefnum deildarinnar
- Móttaka, úthlutun og eftirfylgni með verkbeiðnum
- Ábyrgð með gæða-, umhverfis- og öryggismálum
- Ábyrgð og eftirlit með útgjöldum og tekjum deildarinnar
- Þátttaka í svæðisráði

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun á rafmagnssviði sem nýtist í starfi
- Reynsla af stjórnun er æskileg
- Reynsla af rafveitustörfum er æskileg
- Skipulagshæfni, nákvæm vinnubrögð og frumkvæði í starfi
- Jákvætt viðhorf, þjónustulund og færni í mannlegum samskiptum
- Áhugi og þekking á gæða-, umhverfis- og öryggismálum
- Reynsla af verklegum framkvæmdum

## Deildarstjóri netreksturs

Við óskum eftir að ráða deildarstjóra netreksturs á rekstrarsviði með starfsstöð á Selfossi. Meginverkefni rekstrarsviðs eru hönnun, nýframkvæmdir, breytingar, viðhald og rekstur dreifikerfisins.

### Helstu viðfangsefni og ábyrgð:

- Ábyrgð á rekstri dreifikerfis á Suðurlandi
- Ábyrgð á hönnun dreifikerfa
- Áætlanagerð, kostnaðareftirlit og frávikagreining verka
- Stjórnun og þátttaka í svæðisvöktum
- Leiða og styðja öflugan hóp starfsmanna
- Samskipti við verktafa, opinbera aðila og aðra viðskiptavini
- Ábyrgð með gæða-, umhverfis- og öryggismálum
- Þátttaka í svæðisráði

### Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun á sviði rafmagnsverkfræði eða rafmagnstæknifræði með áherslu á sterkstraum
- Reynsla af rekstri raforkukerfis er æskileg
- Reynsla af stjórnun eða verkefnastjórnun er æskileg
- Skipulagshæfni, nákvæm vinnubrögð og frumkvæði í starfi
- Jákvætt viðhorf, þjónustulund og færni í mannlegum samskiptum
- Áhugi og þekking á gæða-, umhverfis- og öryggismálum
- Góð tölvu- og tungumálakunnátta

RARIK ohf. er opinbert hlutafélag í eigu ríkisins með meginstarfsemi í dreifingu raforku auk þess að reka fimm hitaveitur. Starfsfólk RARIK eru um 200 og starfsstöðvar 20. Nánari upplýsingar um fyrirtækið má finna á [www.rarik.is](http://www.rarik.is).

Umsóknarfrestur er til og með **18. júlí 2022**. Umsókn óskast fyllt út á [www.intellecta.is](http://www.intellecta.is) og þarf henni að fylgja starfsferilskrá og ítarlegt kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hæfni umsækjanda sem nýtist í starfi. Áhugasamir aðilar, óháð kyni, eru hvattir til að sækja um starfið. Farið verður með allar umsóknir og fyrirspurnir sem trúnaðarmál og þeim svarað að ráðningu lokinni.

Nánari upplýsingar veita Thelma Kristín Kvaran ([thelma@intellecta.is](mailto:thelma@intellecta.is)) og Sigríður Svava Sandholt ([sigridur@intellecta.is](mailto:sigridur@intellecta.is)) í síma 511 1225.

**intellecta**  
Ráðgjöf | Raðningar | Rannsóknir



# Forstjóri Byggðastofnunar



Auglýst er eftir framsýnum leiðtoga til að takast á við áskoranir á sviði byggðapróunar. Einstaklingi sem hefur brennandi áhuga á þróun og framtíð byggðamála á Íslandi, metnað til að veita framúrskarandi þjónustu og ná árangri í þágu almennings og atvinnulífs.

Forstjóri Byggðastofnunar stýrir stofnuninni og ber ábyrgð á rekstri hennar, þjónustu og árangri. Hlutverk Byggðastofnunar er að efla byggð og atvinnulíf með sérstakri áherslu á jöfnun tækifæra allra landsmanna til atvinnu og búsetu. Stofnunin fjármagnar og veitir lán með það að markmiði að treysta byggð, efla atvinnu og stuðla að nýsköpun atvinnulífs á landsbyggðunum. Stofnunin annast atvinnuráðgjöf í samstarfi við atvinnuþróunarfélög, sveitarfélög og aðra haghafa og fylgist með þróun byggðar í landinu, m.a. með gagnasöfnun og rannsóknum. Byggðastofnun vinnur að stefnumótandi byggðaáætlun fyrir allt landið í samráði við innviðaráðuneytið.

Byggðastofnun er staðsett á Sauðárkróki. Hjá stofnuninni starfa 25 starfsmenn í fjölbreyttum störfum.

## Hæfnikröfur

- Háskólapróf sem nýtist í starfi. Framhaldsmenntun á háskólastigi er æskileg
- Reynsla af stjórnun, stefnumótun og áætlanagerð sem nýtist í starfi
- Þekking á fjármálum og lánastarfsemi
- Afburða hæfni til samstarfs og samskipta
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu er kostur
- Framsýni, drifkraftur, metnaður og skipulagshæfni
- Hæfni til að tjá sig og eiga samskipti í ræðu og riti á íslensku og ensku

Umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf um hvers vegna sótt er um starfið og upplýsingar um árangur sem viðkomandi hefur náð í starfi og telur að nýtist í starfi forstjóra Byggðastofnunar. Ráðuneytið hvetur alla hæfa einstaklinga til að sækja um starfið, óháð kyni.

Ráðherra innviðaráðuneytis skipar forstjóra Byggðastofnunar til fimm ára í senn að fenginni tillögu stjórnar Byggðastofnunar. Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og Félag háskóla-menntaðra starfsmanna Stjórnarráðsins hafa gert.

Nánari upplýsingar veitir **Sigrún Þorleifsdóttir**, mannauðsstjóri innviðaráðuneytis, í síma **545 8200**. **Umsóknarfrestur er til og með 25. júlí n.k.** Umsóknum skal skila rafrænt á **starfatorg.is**.



# LÖGREGLAN

## Á HÖFUÐBORGARSVÆÐINU

Lögreglan á höfuðborgarsvæðinu er nútímaleg og framsækin þjónustustofnun sem er til staðar fyrir alla alltaf. Megin áhersla er lögð á að starfsfólk búi yfir þekkingu og hæfni til að takast á við fjölbreytileg verkefni. Áhersla er á traust og gagnsæi í samskiptum, jafnrétti, starfsánægju og heilbrigðan starfsanda. Gildi LRH eru **TRAUST, FAGMENNSKA** og **ÖRYGGI**.

Við ráðningar hjá LRH er tekið mið af jafnréttisáætlun embættisins.

## Rannsóknarlögreglumenn í rannsóknardeild kynferðisbrota

Við embætti lögreglunnar á höfuðborgarsvæðinu eru lausar til umsóknar 2 stöður rannsóknarlögreglumanna. Um er að ræða stöður með setningu með skipun í huga að 6 mánaða reynslutíma loknum. Um er að ræða dagvinnu með bakvaktarskyldu.

Umsækjandi skal hafa lokið prófi frá Lögregluskóla ríkisins eða diplómaprófi í lögreglufræðum sem jafngildir a.m.k. 120 stöðluðum námseiningum, þ.m.t. starfsnámi á vegum lögreglunnar og hafa starfað sem lögreglumaður í að minnsta kosti 2 ár að prófi loknu, sbr. 3. mgr. 14. gr. reglugerðar nr. 1051/2006 um starfstig innan lögreglu. Við ráðningar hjá LRH er tekið mið af jafnréttisáætlun embættisins.

### Helstu verkefni og ábyrgð

Í samræmi við reglugerð 1051/2006 um starfstig innan lögreglunnar: Rannsóknir brota og markvissar afbrotavarnir í samræmi við stefnu, áherslur og markmið LRH. Tryggir fagleg gæði rannsókna og að málshraði sé í samræmi við markmið.

Hlutverk rannsóknardeildar LRH er að sinna rannsóknum flókinna, viðamikilla sakamála þar sem m.a. getur þurft að leiða saman hóp sérfræðinga og afla gagna víða. Um getur verið að ræða mál sem koma til með kærur, að frumkvæði starfsmanna deildarinnar, með tilkynningum frá öðrum lögreglulíðum, innlendum sem erlendum eða með öflun upplýsinga eftir formlegu kerfi.

### Hæfniskröfur

- Menntun sem nýtist í starfi er kostur
- Reynsla af rannsóknum sakamála
- Geta til að vinna með stafræn rannsóknargögn
- Þekking og/innsýn á samfélagsmiðlum og stafrænu umhverfi er kostur
- Framúrskarandi samskiptahæfni og góð þjónustulund
- Aðlögunarhæfni, jákvætt viðmót og sveigjanleiki
- Skipulagshæfni, lausnamiðað viðhorf og geta til að vinna undir álagi
- Frumkvæði og sjálfstæði í vinnubrögðum

### Frekari upplýsingar um starfið

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og Landssamband lögreglumanna hafa gert.

Starfshlutfall er 100%

**Umsóknarfrestur er til og með 29.07.2022**

### Nánari upplýsingar veitir

Eygló Huld Jónsdóttir - eyglo.huld@lrh.is - 444-1000  
Ævar Pálmi Pálmason - aevar.palmason@lrh.is - 444-1000.

## Sérfræðingur í tölvurannsóknardeild

Við embættið er lausar til umsóknar ein staða sérfræðings í tölvurannsóknardeild

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Stjórnun tölvutengdra rannsókna á brotavettvangi
- Starfrænar rannsóknir og skráningar á haldlögðum tölvum, sínum og öðrum miðlum sem geta geymt rafrænar upplýsingar í samræmi við reglur
- Tryggja fagleg gæði rannsókna og að málshraði sé í samræmi við markmið

### Hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi t.d. menntun í tölvurannsóknum (Digital forensics) eða sambærilegt
- Þekking og reynsla á tölvum, sínum og öðrum búnaði sem geyma gögn á ræfrænu formi
- Reynsla af störfum í lögreglu og/eða áhugi á málaflökknum
- Góð hæfni til að vinna með rafrænar upplýsingar og hefðbundin skjöl
- Mjög góð samskiptahæfni, þjónustulund, jákvæðni og sveigjanleiki
- Skipulagshæfni, nákvæmni, frumkvæði, sjálfstæði í starfi og lausnamiðuð vinnubrögð

### Frekari upplýsingar um starfið

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og viðkomandi stéttarfélag hafa gert.

Starfshlutfall er 100%

**Umsóknarfrestur er til og með 18.07.2022**

### Nánari upplýsingar veitir

Sigríður Gisela Stefánsdóttir - sigridur.g@lrh.is - 444-1000  
Vignir Örn Oddgeirsson - vignir.oddgeirsson@lrh.is - 444-1000.

## Sérfræðingur á líftækni sviði tæknideildar

Við embættið er lausar til umsóknar ein staða sérfræðings á líftækni sviði Tæknideildar.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Rannsóknir á lífsýnum og gögnum þeim tengdum
- Umsjón með DNA rannsóknum, þ.m.t. samskipti við innendar og erlendar rannsóknarstofur vegna greininga
- Rannsóknir á brotavettvangi þar sem sönnungargagna er leitað og safnað
- Þátttaka í umbótaverkefnum Tæknideildar, þróun verkferla og innleiðingu gæðastaðla
- Tryggja fagleg gæði rannsókna og að málshraði sé í samræmi við markmið

### Hæfniskröfur

- M.Sc. í réttarvísindum (forensic science) eða sambærileg menntun
- Menntun og reynsla í vettvangsrannsóknum
- Þekking og reynsla á gæðamálum, innleiðingu og viðhaldi gæðastaðla
- Þekking og reynsla af öðrum tæknirannsóknum er kostur
- Reynsla af störfum fyrir lögreglu er kostur

### Frekari upplýsingar um starfið

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og viðkomandi stéttarfélag hafa gert.

Starfshlutfall er 100%

**Umsóknarfrestur er til og með 18.07.2022**

### Nánari upplýsingar veitir

Sigríður Gisela Stefánsdóttir - sigridur.g@lrh.is - 444-1000  
Vignir Örn Oddgeirsson - vignir.oddgeirsson@lrh.is - 444-1000.

## Aðstoðarsaksóknarar á ákærusviði

Við embættið eru lausar til umsóknar tvær stöður aðstoðarsaksóknara á ákærusviði.

### Helstu verkefni og ábyrgð

- Umsjón með rannsókn og saksókn í málum sem honum eru falin og gerð rannsóknaráætlana í samræmi við fyrirmæli ríkissaksóknara
- Samhæfir sín verkefni við stefnu og markmið ákærusviðs og fylgir eftir áætlunum og ákvörðunum yfirstjórnar
- Sérfræðileg greining viðfangsefna og samskipti við aðila og stofnanir í tengslum við meðferð mála og úrlausn verkefna
- Almennt fyrirvar og bein samskipti við ráðuneyti, önnur embætti, stofnanir og fjölmiðla um verkefni ákærusviðs að beiðni eða að höfðu samráði við sviðsstjóra
- Sækir samráðsfundi ákærusviðs, almenna fræðslufundi og námskeið í samráði við sviðsstjóra og sækir fundi með sínum teymisstjóra

### Hæfniskröfur

- Embættis- eða meistaraþróf í lögfræði
- Reynsla af málflytingu sakamála fyrir héraðsdómstólum sem og fjölbreytt reynsla af meðferð sakamála
- Reynsla af að meta sönnunargildi munnlegs framburðar æskileg
- Reynsla af meðferð kynferðisbrota æskileg
- Mjög góð samstarfsfærni, sveigjanleiki og jákvætt viðhorf
- Sjálfstæði í samskiptum og vinnu, frumkvæði og skipulagshæfni
- Lausnamiðuð nálgun í starfi og metnaður til að ná árangri
- Góð hæfni til að miðla upplýsingum
- Mjög gott vald á íslensku og ensku, talaðri og ritaðri

### Frekari upplýsingar um starfið

Laun samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og Stéttarfélag lögfræðinga hafa gert.

Starfshlutfall er 100%

**Umsóknarfrestur er til og með 29.07.2022**

### Nánari upplýsingar veitir

Eygló Huld Jónsdóttir - eyglo.huld@lrh.is - 444-1000  
Hulda Elsa Björgvinsdóttir - hulda.elsa@lrh.is - 444-1000.

Sækja skal um stöðurnar með rafrænum hætti á vef starfators, [www.starfatorg.is](#).

Umsóknir sem berast eftir að umsóknarfresti lýkur verða ekki teknar til greina. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu hefur verið tekin. Athygli er vakin á því að umsóknir munu gilda í 6 mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út.

Með umsókn skal fylgja greinargóð ferilskrá yfir menntun og fyrri störf, staðfesting á námi og kynningarbréf þar sem umsækjandi gerir grein fyrir ástæðu umsóknarinnar og rökstyður hæfni sína í starfið.

Vakin er athygli á því að engan má ráða til starfa hjá lögreglu sem hlotið hefur fangelsisdóm fyrir refsiverðan verknaðsem framinn var eftir hann varð fullra 18 ára eða sýnt af sér háttsemi sem getur rýrt það traust sem starfsmenn lögreglu verða almennt að njóta. Til þess að staðreyna þetta er lögreglu heimilt að afla upplýsinga úr sakaskrá og málaskrá lögreglu sbr. 28. gr. a. lögreglulaga nr. 90/1996.

4ra dálka kubbur með mynd 167 x (ca 160)

## LANDSNET

ÚTBOÐ

## KOR-01: Byggingavirki

Landsnet óskar eftir tilboðum í byggingu á nýju tengivirki við Korpu í Reykjavík. Verkið felst í jarðvinnu, byggingu og fullnaðarfrágangi á nýju 143fm tengivirki. Húsið verður stálgrindarhús staðsett innan lóðar núverandi tengivirkis.

Óskað er eftir  
verktökum  
í eftirfarandi  
þjónustu:

Helstu verkþættir eru:

- Jarðvinna við tengivirkisbyggingu
- Jarðskautslagnir
- Uppsteypa sökkla tengivirkishúss ásamt lagnagkjallara tengivirkishúss
- Stálburðarvirki
- Frágangur að utan og innan
- Frárennsliskerfi og tengingar við kaldvatnslögn á lóðinni
- Smáspenna og lágspenna

Allar nánari upplýsingar er finna  
á [www.utbodsvefur.is](http://www.utbodsvefur.is)

Landsnet | Gylfahlöt 9 | 112 Reykjavík | Sími 563 9300 | [www.landsnet.is](http://www.landsnet.is)

## ÚTBOÐ

Ný útboð í auglýsingu hjá Reykjavíkurborg:

- Suðurborg, endurgerð lóðar 2022 - 1. áfangi,** útboð 15504
- Tjörn Tjarnarborg, endurgerð lóðar 2022 - 1. áfangi,** útboð 15506
- Borgaskóli, endurgerð lóðar 2022 - 1. áfangi,** útboð 15509
- Langholtsskóli, endurgerð lóðar 2022,** útboð 15510
- Bústaðavegur. Gatnamót við Háaleitisbraut,** útboð 15606
- Ellidaárdalur Vatnsveitubru – Grænugróf.**
- Göngu- og hjólastígar,** útboð 15605

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



Reykjavíkurborg

Innkaupaskrifstofa

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík

Sími 411 1111

Netfang: [utbod@reykjavik.is](mailto:utbod@reykjavik.is)Sveitarfélagið  
ÁRBORG

## ÚTBOÐ

Fasteignafélag Árborgar slf óskar eftir tilboðum í:  
„Útrás og jarðvinna hreinsistöðvar“

Verkið felur í sér lagningu útrásar- og yfirfallslagna frá væntanlegri hreinsistöð fyrir Selfoss, að Ölfusá við Geitanes. Einnig skal gera útrás út í Ölfusá í Geitanesflúðum og grafa fyrir hreinsistöðinni. Að lokum skal ganga frá yfirborði vinnsvæðis á sem bestan hátt í samráði við eftirlit.

Helstu magntölur eru:

Gröftur álausu efni	13.200 m <sup>3</sup>
Slóðagerð	1.300 m <sup>3</sup>
Sprengingar / Fleygun	4.000 m <sup>3</sup>
Gerð varnargarðs út í Ölfusá	1.650 m <sup>3</sup>
Fráveitulögn Ø 800 mm	735 m

Verkinu skal að fullu lokið 15. apríl 2023.

Útboðsgögn verða afhent á útboðsvef sem er aðgengi-  
legur hér: <https://arborg.ajoursystem.net/Tender/Direct-Link/156826cc-47c2-4a93-a0c7-e89dd5764fa6>

Tilboðum skal skila rafrænt í útboðskerfinu Ajour. Tilboð skulu sett fram með þeim hætti sem sett er fram í útboðskerfinu og í samræmi við skilmála útboðs og hlaða upp þeim skráum sem gerð er krafa um. Þjóðandi fær staðfestingarpóst þegar hann hefur skilað tilboði. Ef enginn póstur berst, hefur afhending ekki tekist. Þjóðendur skulu í þeim tilfellum leita til Ajour þjónustuaðila án tafar. Þjóðan di ber ábyrgð á að tilboð berist á réttum tíma og eru hvattir til að hefja tímanlega vinnu við að skila þeim inn.

Skilafrestur tilboðs er til kl. 11:00  
fimmtudaginn 21. júlí 2022.

Opnun tilboða verður framkvæmd með rafrænum hætti á útboðsvefnum eftir að skilafrestur tilboða er liðinn. Þjóðendum verður því ekki boðið að mæta á opnunarfund en í kjölfar opnunar tilboða verður þjóðendum sent opnaryfirlit rafrænt.

Mannvirkja og umhverfissvið Árborgar

Auglýsing um skipulagsmál  
í LanganesbyggðTillaga að breytingu á Aðalskipulagi Langanesbyggðar 2007-2027:  
Ný veglína yfir Brekknaheiði

Sveitarstjórn Langanesbyggðar samþykkti þann 19. maí 2022 að auglýsa tillögu að breytingu á Aðalskipulagi Langanesbyggðar 2007-2027 í samræmi við 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Um er að ræða breytingu á veglínu Norðausturvegar yfir Brekknaheiði á um 7,9 km kafla frá Langanesvegi að núverandi slitlagsenda í Vatnadal. Skipulagið felur í sér breytingu á stofnvegi á þéttbýlisuppdrætti Þórshafnar og sveitarfélagsuppdrætti Langanesbyggðar ásamt skilgreiningu á efnistökusvæðum í samræmi við framkvæmdina. Tillagan er sett fram á breytingarblaði dags. 10. maí 2022 (m.br. 01/07/22).

Tillagan verður til sýnis á heimasíðu sveitarfélagsins [www.langanesbyggd.is](http://www.langanesbyggd.is) frá 6. júlí 2022 og á opnunartíma skrifstofu að Langanesvegi 2 á Þórshöfn. Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er hér með gefinn kostur á að gera athugasemdir við tillöguna. Athugasemdir skulu vera skriflegar og merktar sendanda.

Frestur til að skila inn athugasemdum er til 31. ágúst 2022.

Þær skal senda á:

Langanesbyggð, skipulag, Langanesvegur 2, 680 Þórshöfn - eða á netfangið [skipulag@langanesbyggd.is](mailto:skipulag@langanesbyggd.is)

Sveitarstjóri/verkefnastjóri Langanesbyggðar



vinnvinn

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

RÁÐNINGAR | RÁÐGJÖF

## Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:

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



Norður



Suður

Haukahlíð 4

## Byggingarréttur fyrir íbúðarhúsnæði

Reykjavíkurborg leitar eftir kauptilboðum í byggingarrétt fyrir íbúðarhúsnæði á lóðinni Haukahlíð 4.

Á lóðinni Haukahlíð 4 er heimilt að byggja íbúðarhúsnæði allt að 17.500 A m<sup>2</sup> og 1.600 B m<sup>2</sup> ofanjarðar. Samtals 19.100 m<sup>2</sup> ofanjarðar.

Stærð lóðar er 6.458 m<sup>2</sup>. Fjöldi hæða er 3-5. Áhersla er á fjölbreyttar stærðir íbúða. Hámark 0,75 bílastæði pr. íbúð og 2 hjólastæði pr. íbúð. Bílastæði skulu leyst innan lóðar í bílakjallara.

Niðurstaða útboðs er birt á slóðinni <http://reykjavik.is/lodir>

Útboðsgögn verða aðgengileg á útboðsvef Reykjavíkurborgar frá kl. 12:00 föstudaginn 8. júlí 2022, á vefslóðinni: <http://utbod.reykjavik.is>

Undirrituðum tilboðum skal skila með rafrænum hætti á framangreindan útboðsvef Reykjavíkurborgar eigi síðar en kl. 12:00 þann 8. ágúst 2022.



**TIL LEIGU**  
LAGER/GEYMSLA

**HAFID SAMBAND**  
við Óskar í síma 691 1931

**Skipholt 15**  
105 Reykjavík

Frábærlega staðsett 160 fm lager- og geymslurými miðsvæðis í Rvk

- Stór innkeyrslu hurð
- Aðkoma að rýminu er bak við húsið í gegnum lokað og aðgangsstýrt port.
- Myndavélakerfi, rennandi vatn, 3ja fasa rafmagnstengi
- Hagkvæm stærð sem ætti að henta sem lager, geymsla eða jafnvel litíð verkstæði.

Nánari upplýsingar veitir:  
**Óskar H. Bjarnasen**  
lögg. fasteignasali  
sími: 691 1931  
ohb@miklaborg.is

Leiguverð: 250 þús.

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

**NÝTT Í SÖLU**

**OPÍÐ HÚS**  
sunnudaginn 10. júlí  
milli kl. 15.00 - 16.00

**Stangarbraut 9**  
801 Selfoss

**Sumarhús í byggingu inn á golfvelli við Öndverðarnes**

- Þrjú svefnherbergi
- Tvö baðherbergi, annað með útgengi út sólpall.
- Stofan og eldhúsið eru í sama rými með góðri lofhæð.
- Útgengi er úr stofu út á sólpall, og teiknað upp á sínum tíma.
- Golfvöllur og aðgengi að sundlaug á svæðinu.

Nánari upplýsingar veitir:  
**Jason Kr. Ólafsson**  
lögg. fasteignasali  
sími: 775 1515  
jko@miklaborg.is

Verð: 74,9 millj.

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

**Einstakt tækifæri**  
til uppbyggingar í ferðamennsku

**NÁNARI UPPLÝSINGAR**  
hjá Jóni Rafni í síma 695 5520

**Tunga**  
801 Gauverjabær

**Jörð á besta stað**

- Óviðjafnanlegur fjallahringur, mikið viðsýni og einstök fjara
- Sjóbirtingsá rennur um jörðina.
- Býður upp á mikla möguleika
- Um 70 km frá Reykjavík
- Möguleikar tengdir ferðaþjónustu sem vert er að skoða en eldri útihús gætu nýst að hluta í slíkt og einnig mætti byggja gístaðstöðu sem var hannað og teiknað upp á sínum tíma.

Jón Rafn Valdimarsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 695 5520  
jon@miklaborg.is

Verð: Tilboð

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

**BÚUM VEL**

**SÉRHÆFD LÖGFRÆÐIÞJÓNUSTA MEÐ ÁHERSLU Á 60+**

Ráðgjöf varðandi húsnæðisskipti, erfðaskrá, kaupmála eða dánarbúskipti. Lögmaður þér við hlið við sölu fasteignar án þess að greiða aukalega fyrir þá þjónustu.

**BÚUM VEL** veitir nýja tegund þjónustu. Kynntu þér málið.

Elin Sigrún Jónsdóttir, lögmaður | Tryggvagötu 11, 2. hæð  
Sími 783 8600 | elin@buumvel.is | www.buumvel.is

**Neðra-Nes**  
311 Borgarbyggð

**HAFID SAMBAND**  
í síma 695 5520 eða 897 0634

**Glæsileg jörð meðfram Hvítá og Þverá.**

- 330-340 hektarar í eigu 2ja aðila 1/3 hluti sameiginlega landsins er til sölu.
- Miklúð graslendi ásamt ræktuðum túnnum.
- Ásamt séreign með 2 sumarhúsum er standa á 1,2 hektara eignarlandi á stórfenglegum stað við Hvítánnu.
- Eignir sem þessar koma afar sjaldan í sölu.

Verð: 125 millj.

Jón Rafn Valdimars Dröstar Þórhallsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 695 5520  
jon@miklaborg.is

Dröstar Þórhallsson  
lögg. fasteignasali  
Sími: 897 0634  
thorstur@miklaborg.is

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

**FRÁBÆRT TÆKIFÆRI**

REYKJAVÍK

**HAFID SAMBAND**  
við Óskar í síma 691 1931

- Til sölu rekstur veitingastaðar á frábærum stað í miðborg Reykjavíkur.
- Góður leigusamningur.
- Frábærir rekstrarmöguleikar.

Óskar H. Bjarnasen  
lögg. fasteignasali  
sími: 691 1931  
ohb@miklaborg.is

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

NÝTT Í SÖLU



**OPIÐ HÚS** þriðjudaginn  
11. júlí  
kl. 17.00 - 17.30



**Jón Rafn Valdimarsson**  
lögg. fasteignasali  
Sími: 695 5520  
jon@miklaborg.is

## Nönnubrunnur 1

112 Reykjavík

Glæsileg ný 4ra herbergja  
142,4 fm íbúð 2. hæð

- Glæsilegar sérsníðaðar inn-  
réttingar og plankarparket
- Þjört stofa með opnu eldhúsi  
með eldunareyju.
- Stór barnherbergi og hjóna-  
herbergi með fataherberb inn af
- Glæsilegt baðherb. m. stórri sturtu
- Geymsla og þvottahús innan íb.
- Fallegt útsýni til fjalla af s.svölum
- Stæði í bílageymslu

Verð: 94,9 millj.

**OPIÐ HÚS**

mánudaginn  
11. júlí  
kl. 17.00 - 17.30



**Óskar H. Bjarnason**  
lögg. fasteignasali  
sími: 6911931  
ohb@miklaborg.is



## Baugakór 15

203 Kópavogur

Falleg 98 fm 3ja herb.  
íbúð á 1. hæð með sér-  
inngangi í lyftuhúsi

- Tvö svefnherbergi
- Sér þvottahús innan íbúðar
- Stór afgirt verönd 26 fm
- Stórt stæði í bílageymslu.
- Frábær staðsetning í  
grónu hverfi, örstutt í allt

Verð: 67,9 millj.

NÝTT Í SÖLU



**Jón Rafn Valdimarsson**  
lögg. fasteignasali  
Sími: 695 5520  
jon@miklaborg.is

## Dverghamrar 22

112 Reykjavík

164,5 fm efri sérhæð  
ásamt bílskúr

- Þrjú svefnherbergi
- Stórt alrými þaðan  
sem útgengt er á  
stórar suðursvalir
- Gott útsýni en svalir  
ná meðfram allri  
suðurhlíðinni
- Hægt að opna á milli  
stofu og eldhús
- Bað- og þvottaherbergi
- Frábær hæð á besta  
stað fyrir fjölskylduna

Verð: 129,5 millj.

**OPIÐ HÚS**

mánudaginn  
11. júlí  
kl. 18.00 - 18.30



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



## Selvað 7

110 Reykjavík

Falleg 110 fm 4ra herb.  
íbúð á þriðju hæð með  
stæði í bílageymslu

- Þrjú svefnherbergi,  
opið eldhús og stofa
- Þvottahús inn af baði.  
Sér geymsla í kjallara.
- Góðar svalir
- Stæði í bílageymslu, með 16  
amp raftengi fyrir rafbilla.

Verð: 70,9 millj.

NÝTT Í SÖLU



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

## Vallartröð 6

200 Kópavogur

Fallegt 215 fm raðhús  
með bílskúr á góðum  
stað í Kópavogi

- Þrjú rúmgóð svefnherbergi
- Sérinngangur í kjallara  
og þar er hægt að  
vera með séríbúð
- Svailir
- Gróin garður
- Eignin er laus strax

Verð: 120 millj.

NÝTT Í SÖLU



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

## Marteinslaug 12

113 Reykjavík

Þjört og fallega 127 fm  
4ra herbergja íbúð  
á 4. hæð með stórum  
suðursvölum

- Glæsilegt útsýni og nálægð  
við útivistasvæði við  
Reynisvatn og Úlfarsfell.
- Mjög stutt er í skóla  
og leikskóla
- Í litlu fjölþýli með lyftu.  
Stæði í opnu bílskúli

Verð: 79,9 millj.

NÝTT Í SÖLU



Nánari upplýsingar:  
s. 775 1515

**Jason Kr. Ólafsson** löggiltur fasteignasali

**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 775 1515

## Grundarstígur 24

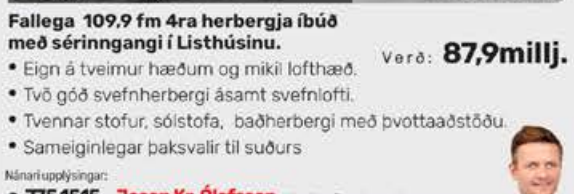
101 Reykjavík

Falleg 66,7 fm 2ja herbergja íbúð á  
2. hæð í litlu fjölþýli í Þingholtunum.

- Stofa, eldhús, herbergi, baðherbergi
- Svailir til vesturs
- Sér geymsla í kjallara.
- Sérmerkt bílastæði

Verð: 53,9 millj.

NÝTT Í SÖLU



Nánari upplýsingar:  
s. 775 1515

**Jason Kr. Ólafsson** löggiltur fasteignasali

**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 775 1515

## Engjateigur 17-19

105 Reykjavík

Fallega 109,9 fm 4ra herbergja íbúð  
með sérinngangi í Listhúsinu.

- Eign á tveimur hæðum og mikil lofthæð.
- Tvö góð svefnherbergi ásamt svefnlofti.
- Tvönnar stofur, sólstofa, baðherbergi með þvottaðstöðu.
- Sameiginlegar þaksvailir til suðurs

Verð: 87,9 millj.

NÝTT Í SÖLU



Nánari upplýsingar:  
s. 6911931

**Óskar H. Bjarnason** löggiltur fasteignasali

**BÓKID SKOÐUN**  
Í SÍMA: 691 1931

## Hraunbær 103

110 Reykjavík

Rúmgóð og glæsileg 88,2 fm  
útsýnisíbúð á 4. hæð, endaíbúð

- Miklar endurbætur, síðustu ár
- Húsvörður og innangengt í þjónustumiðstöð Reykjavíkurborgar
- Eignin er laus við kaupsamning.

Verð: 69,8 millj.

Fyrir  
60 ára  
og eldri



38 glæsilegar  
nýjar íbúðir  
við Voginn

verið  
velkomin í

**OPIÐ HÚS**

í dag 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





SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957

# EIGNAMIDLUN

Grensásvegí 11 108 Reykjavík | Sími 588-9090 | eignamidlun.is



## Látraströnd 46

170 Seltjarnarnes

🏠 Raðhús ↔ 180.3 fm 🛋️ 6 herb. **148.500.000**



**Unnar Kjartansson**  
Löggiltur fasteignasali  
unnar@eignamidlun.is  
867 0968

**Guðlaugur Ingi Guðlaugsson**  
Löggiltur fasteignasali  
gudlaugur@eignamidlun.is  
864 5464



**OPIÐ HÚS 11. JÚLÍ KL. 17:00-17:30**



## Hulduland 10

108 Reykjavík

🏠 Raðhús ↔ 213,9 fm 🛋️ 6 herb.



**Sverrir Kristinsson**  
Löggiltur fasteignasali  
861 8514

**137.500.000**



**OPIÐ HÚS**  
11. júlí 17:00-17:30

## Skógarvegur 6

103 Reykjavík

🏠 NÝ ÍBÚÐ - Fjölbýli, bílastæði ↔ 75,7 fm 🛋️ 2ja herb.



**Hilmar Þór Hafsteinsson**  
Löggiltur leigumíðlari, löggiltur fasteignasali  
hilmar@eignamidlun.is  
824 9098

**68.000.000**

**OPIÐ HÚS**  
11. júlí 18:00-18:30



## Furugrund 52

200 Kópavogur

🏠 Fjölbýli ↔ 85 fm 🛋️ 4 herb.

**58.900.000**



**Þóra Birgisdóttir**  
Löggiltur fasteignasali  
thora@eignamidlun.is  
777 2882

**OPIÐ HÚS**  
11. júlí 17:00-17:30



## Gnoðarvogur 68

104 Reykjavík

🏠 Fjölbýli – séringangur ↔ 86 fm 🛋️ 3 herb.

**58.900.000**



**Þóra Birgisdóttir**  
Löggiltur fasteignasali  
thora@eignamidlun.is  
777 2882

**OPIÐ HÚS**  
12. júlí 17:15-17:45



## Grettisgata 79

101 Reykjavík

🏠 Fjölbýli ↔ 83.7 fm 🛋️ 3 herb.

**64.900.000**



**Unnar Kjartansson**  
Löggiltur fasteignasali  
unnar@eignamidlun.is  
867 0968



## Blikanes 16

210 Garðabær

Einbýlishús með bílskúr ↔ 367 fm 8 herb.

Tilboð

Guðlaugur Ingi Guðlaugsson  
Löggiltur fasteignasali  
guðlaugur@eignamidlun.is  
864 5464



Þóra Birgisdóttir  
Löggiltur fasteignasali  
thora@eignamidlun.is  
777 2882



OPIÐ HÚS  
11. júlí 17:00-17:30



## Hrísmóar 2a

210 Garðabær

Íbúð ↔ 69 fm 2 herb.

49.400.000



Herdís Valb. Hölludóttir  
Lögfræðingur og Löggiltur fasteignasali  
herdis@eignamidlun.is  
694 6166



## Garðastræti 42

101 Reykjavík

Einbýlishús ↔ 269 fm 10 herb.

250.000.000

Guðlaugur Ingi Guðlaugsson  
Löggiltur fasteignasali  
guðlaugur@eignamidlun.is  
864 5464



OPIÐ HÚS  
12. júlí 17:30 - 18:00



## Baldursgata 6a

101 Reykjavík

Fjölbýli ↔ 72 fm 3 herb.

55.900.000



Lárus Ómarsson  
Löggiltur fasteignasali  
larus@eignamidlun.is  
824 3934

OPIÐ HÚS  
12. júlí 17:00-17:30



## Stakkholt 4a

105 Reykjavík

Fjölbýli ↔ 73,9 fm 2 herb.

59.900.000



Brynjar Þór Sumarliðason  
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali  
brynjar@eignamidlun.is  
896 1168

OPIÐ HÚS  
11. júlí 17:00-17:30



## Stíflusel 10

109 Reykjavík

Fjölbýli ↔ 113,2 fm 4 herb.

66.900.000



Brynjar Þór Sumarliðason  
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali  
brynjar@eignamidlun.is  
896 1168



## Ljósheimar 2

104 Reykjavík

Íbúð ↔ 97,9 fm 3 herb.

65.900.000



Herdís Valb. Hölludóttir  
Lögfræðingur og Löggiltur fasteignasali  
herdis@eignamidlun.is  
694 6166



Kjartan Hallgeirsson  
Löggiltur fasteignasali og framkvæmdastjóri  
824 9093



Guðlaugur I. Guðlaugsson  
Löggiltur fasteignasali  
864 5464



Sverrir Kristinsson  
Löggiltur fasteignasali  
588 9090



Þórarinn M. Friðgeirsson  
Löggiltur fasteignasali og sölustjóri  
899 1882



Þóra Birgisdóttir  
Löggiltur fasteignasali  
777 2882



Hilmar Þór Hafsteinnsson  
Löggiltur leigumíðlari og löggiltur fasteignasali  
824 9098



Brynjar Þór Sumarliðason  
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali  
896 1168



Daði Hafþórsson  
Löggiltur fasteignasali  
824 9096



Magnea Sverrisdóttir  
MBA og löggiltur fasteignasali  
861 8511



Herdís Valb. Hölludóttir  
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali  
694 6166



Bjarni T. Jónsson  
Viðskiptafræðingur og löggiltur fasteignasali  
895 9120



Ólafur H. Guðgeirsson  
MBA rekrutrahagfræðingur og löggiltur fasteignasali  
663 2508



Gunnar Helgi Einarsson  
Löggiltur fasteignasali  
615 6181



Kári Sighvatsson  
Löggiltur fasteignasali og lögfræðingur  
899 8815



Unnar Kjartansson  
Löggiltur fasteignasali  
867 0968



Lárus Ómarsson  
Löggiltur fasteignasali  
824 3934



Ragnhildur A. Gunnarsdóttir  
Lögfræðingur og löggiltur fasteignasali  
861 1197



Úlfar Freyr Jóhannsson  
Lögmaður og löggiltur fasteignasali  
588 9090



Lilja Guðmundsdóttir  
Viðskiptafræðingur og nemi til löggildingar fasteignasala  
649 3868



Jenný Sandra Gunnarsdóttir  
Skrifstofustjóri  
588 9090



María Guðrún Waltersdóttir  
Móttaka  
588 9090



Daniela R. Reynisdóttir  
Móttaka  
588 9090



**SÉRHÆFD  
LÖGFRÆÐIÐJÓNUSTA  
MEÐ ÁHERSLU Á 60+**



Ráðgjöf varðandi húsnæðisskipti, erfðaskrá, kaupmála eða dánarbúskipti. Lögmaður þér við hlið við sölu fasteignar án þess að greiða aukalega fyrir þá þjónustu.

BÚUM VEL veitir nýja tegund þjónustu. Kynntu þér málið.

Elín Sigrún Jónsdóttir, lögmaður | Tryggvagötu 11, 2. hæð  
Sími 783 8600 | elin@boomvel.is | www.boomvel.is

## Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —

# Þátttakandi í íslensku atvinnulífi í meira en 50 ár



hagvangur.is

## EIGNAMIDLUN



**Herutún 6** 840 Laugarvatn  
Einbýlishús ↔ 151,7 fm 🏠 3 íbúðir

**59.800.000**



**Hilmar Þór Hafsteinsson**  
Löggiltur leigumíðlari, löggiltur fasteignasali  
hilmar@eignamidlun.is  
824 9098

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími 588-9090 | eignamidlun.is

## NES 1, REYKHOLTSDAL, BORGARFIRÐI.

Jörðin er frábærlega vel staðsett í nágrenni við Reykholt. Stærð jarðarinnna er ca 71 ha. Allt gróið land og liggur jörðin að Reykholtsdalsá. Góður húsakostur er á jörðinni og síðust ár hefur verið rekin ferðatengd starfsemi, gisting og aðstaða fyrir samkomuhald, auk þess sem leigðar hafa verið út geymslur fyrir hjólhýsi og ferðabíla. Stutt er í þekktar náttúruperlur, en fjarlægð frá Reykjavík er ca. 100 km. Einstakt tækifæri til þess að eignast jörð með miklum og góðum húsakosti á fallegum og vaxandi stað. **Verðhugmyndir eru kr. 157.000.000,-.**



## EIGNAMIDLUN



**Tryggvabraut 24** 600 Akureyri  
Orlofsíbúðir - skammtímaleiga ↔ 58,6 fm 🏠 2ja herb.

**35.900.000**



**Hilmar Þór Hafsteinsson**  
Löggiltur leigumíðlari, löggiltur fasteignasali  
hilmar@eignamidlun.is  
824 9098

Grensásvegi 11 108 Reykjavík | Sími 588-9090 | eignamidlun.is

Dan Wium lögm, og löggiltur fasteignasali verður á staðnum sunnudaginn 10. júlí n.k. milli kl. 14.00 – 16.00. Áhugasamir geta haft samband í síma 896-4013 eða dan@kjoreign.is



**TRAUST OG ÖRUGG ÞJÓNUSTA**  
SÍMI 533 4040  
kjoreign@kjoreign.is  
Opnunartími mán-fös kl. 9-17  
Dan V.S. Wium hdl., lögg. fasteignasali

FASTEIGNASALA • Ármúli 21, Reykjavík • www.kjoreign.is

Dan Wium lögg.  
fasteignasali  
símar 533-4040 og 896-4013  
eða dan@kjoreign.is



## LANDMARK FASTEIGNAMIDLUN

Hlíðasmára 2 • 201 Kópavogi • Sími: 512 4900 • www.landmark.is • landmark@landmark.is



### Suðurlandsbraut 4

**Verzlunar og þjónustuhúsnæði**  
346,9 fm. húsnæði á jarðhæð með tveimur sérinngöngum. Vörulyfta baka til. Getur nýst vel undir verslun eða hverskonar þjónusturekstur. Hægt að vera með veitingarekstur. Bílastæði á lokuðu bílapani baka til. Laust 1. sept. 2022

**V. 135 millj.**



**ÞÓRARINN**  
Löggiltur fasteignasali.  
s. 770-0309

## OPIÐ HÚS




**Funafold 52 - 112 Reykjavík**  
Opið hús mánudaginn 11. júlí milli kl 17:00 og 17:45

Einstaklega fallegt 317fm einbýlishús á sjávarlóð við Grafarvoginn

- Gróinn og skjólgóður garður
- Stendur í rólegri botnlangagötu

**Verð 185 millj.**

**LANDMARK FASTEIGNAMIDLUN**

Hlíðasmára 2, 201 Kópavogi  
Sími 512 4900

Nánari upplýsingar:  
**Bryndís Bára Þórðardóttir**  
Lögg. Fasteignasali  
Sími: 848-3113  
bryndis@landmark.is



# BBQ & MUSIC FESTIVAL

## FJÖLSKYLDUHÁTÍÐ & STÓRA GRILLSÝNINGIN Á LAUGARDAGINN 9. JÚLÍ



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

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



FRÍTT  
INN!

# KÓTELETTAN

SELFOSS 7. - 10. JÚLÍ



NÁNAR Á [WWW.KOTELETTAN.IS](http://WWW.KOTELETTAN.IS)

# Dans og sveifla á Óðinstorgi

Sveiflusveit alþýðunnar stendur fyrir sveiflutónleikum og danskennslu á Óðinstorgi nokkra laugardaga í sumar á vegum Sumarborgarinnar. Óþarfi er að mæta með dansfélaga.

sandragudrun@frettabladid.is

Sveiflusveit alþýðunnar skipa þeir Freysteinn Gíslason á kontrabassa, Valbjörn Snær Lillien-dahl á gítar og Magnús Pálsson á klarinett. Á tónleikunum í sumar verður spiluð hress sveiflutónlist eins og hún gerðist best á millistríðsárunum. Í hléi mun svo Magnús klarinettleikari kenna gestum sveiflutónlist Lindy Hop.

„Hann fer yfir létt byrjendaspor sem fólk á öllum aldri getur lært. Þá geta áhorfendur vonandi nýtt sér kennsluna og dansað við tónlistina eftir hlé. Þannig að þetta er meira en bara tónleikar.“ segir kontrabassaleikarinn Freysteinn.

Hann segir að þeir félagar séu nýlega byrjaðir að spila saman undir nafninu Sveiflusveit alþýðunnar.

„Við erum allir reyndir spilarar en Sveiflusveit alþýðunnar er til-tölulega ný. Við Valbjörn gítar-leikari höfðum verið að hittast og spila saman og svo fór Magnús að mæta með. Þannig varð sveitin til,“ segir Freysteinn.

Hann segir að ástæðan fyrir að sveiflutónlist hafi orðið fyrir valinu sé einföld. „Þegar maður fær djassbakteriuna eins og sagt er, þá verður ekkert aftur snúið. Hún bara yfirtekur mann oftast og við erum allir með hana. Við höfum allir mikinn áhuga á þessari tónlist.“

## Létt fjölskyldustemning

Sveitin stefnir á að halda ferna sveiflutónleika á Óðinstorgi í sumar á vegum Sumarborgarinnar. Fyrstu tónleikarnir eru á dagskrá í dag klukkan 14-16, en Freysteinn segir að mögulega verði að fresta þeim vegna veðurs. Hægt er að fylgjast með því á viðburðasiðu borgarinnar okkar, borginokkar.is eða á Facebook- eða Instagram-síðu Sveiflusveitarinnar.

„Það er gott að fylgja okkur á samfélagsmiðlum til að vita ef við þurfum að breyta um dagsetningar. En þar sem það stefnir á slæmt veður gætum við því miður þurft að fresta fyrstu tónleikunum okkar, en við finnum þá nýja dagsetningu því við ætlum að halda ferna tónleika í sumar. Þeir næstu verða 16. og 30. júlí og þeir síðustu 6. ágúst,“ segir Freysteinn.



Þeir Valbjörn Snær Lillien-dahl, Freysteinn Gíslason og Magnús Pálsson skipa hljómsveitina Sveiflusveit alþýðunnar. Þeir ætla að skemmta borgarbúum í sumar með tónlist og danskennslu.

MYNDIR/ABSENDAR

## Þetta er vonandi byrjunin á einhverju meiru.

Freysteinn Gíslason

„Það er planið að hafa þetta svona létt fjölskyldustemningu. Þannig að mömmur, pabbar, ömmur, afar, börn og bara allir geti komið og haft gaman saman og nýtt þetta nýja og fallega torg.“

Freysteinn segir fleiri tónleika með sveitinni ekki á dagskrá á næstunni. Tónleikarnir ferna á vegum sumarborgarinnar séu bara byrjunin á samstarfi hljómsveitar-meðlimanna.

„Þetta er vonandi byrjunin á einhverju meiru. Við eigum eftir að sjá hvernig þetta þróast. Ef það myndast mikil stemning í kringum þetta er aldrei að vita nema við

tökum þetta eitthvað lengra,“ segir hann.

## Öll alþýðan velkomin

„Við spiluum á Lindy Hop-kvöldi núna á þriðjudaginn, en þau eru alltaf haldin annað hvert þriðjudagskvöld á Kex. En Magnús hefur verið viðriðinn Lindy Hop samfélagið á Íslandi. Frumraunin okkar að spila saman fyrir aðra var aftur á móti á hjá Vinstri grænum í Mosfellsbæ. Þá vorum við bara að spila djass.“

Freysteinn segir að hugmyndin að Sveiflusveit alþýðunnar hafi kviknað í kringum þá tónleika og að nafn sveitarinnar sé tilkomið til að undirstrika að allir, öll alþýðan, séu velkomin á tónleika hjá þeim.

„Okkur langaði að nýta þennan áhuga okkar á sveiflutónlist og áhuga Magnúsar á Lindy Hop og reyna að búa til eitthvað skemmtilegt.“ ■



Tónleikarnir verða á Óðinstorgi fjóra laugardaga í júlí og ágúst.

**ICEHERBS**  
NATURAL SUPPLEMENTS

## GLÓANDI MEÐ ICEHERBS



**ICEHERBS**  
NATURAL SUPPLEMENTS

**húð, hár & neglur**

Paratöflur með sæþörungum  
**OFURFÆÐA HAFSINS**  
60 HYLKI | FÆÐUBÓTAREFNI

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



## Kjúklingur með sinnepssósu

elin@frettabladid.is

Þetta er einfaldur og góður réttur sem upplagt er að prófa á laugardegi. Uppskrifin miðast við tvo.

**2 kjúklingabringur**  
**½ tsk. salt**  
**¼ tsk. pipar**  
**1 msk. smjör og smá olía til steikingar**  
**2 hvítlauksrif**  
**Safi úr fjórðungi af sitrónu**

**Steikt spergilkál**  
**1 spergilkálshaus**  
**1 skallottlaukur, smátt skorinn**  
**1 hvítlauksrif**  
**1 msk. olía til steikingar**  
**Fjórðungur úr sitrónu**  
**2 msk. ristaðar möndluflogur**  
**Salt og pipar**



Kjúklingabringur eru alltaf góður matur. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

**Sósa**  
**1 dl vatn og kjúklingateningur**  
**2 dl rjómi**  
**1 msk. dijonsinnep**  
**1 msk. sojasósa**  
**Salt og pipar**  
**2 tsk. maizenamjöl**  
Bragðbætið kjúklingabringurnar með salti og pipar og steikið þær í tvær mínútur hvorum megin. Bætið smátt skornum hvítlauk út á pönnuna og pressið sitrónusafa

yfir. Lækkið hitann, setjið lok á pönnuna og haldið áfram að elda í 4 mínútur, eða þar til kjúklingurinn hefur náð 70 °C.

Sjóðið upp vatn og tening, bætið síðan rjóma við. Smakkið til með sinnepi, sojasósu og bragðbætið með salti og pipar. Jafnið sósunu með maizenamjöli sem hrært hefur verið með smá köldu vatni. Bætið við sinnepi ef þarf.

Skerið spergilkálið í hluta og steikið með skallottlauk, hvítlauk og olíu. Pressið sitrónusafa yfir. Dreifið möndluflogum yfir í lokin ásamt salti og nýmöluðum pipar.

Leggið kjúklingabringur á sitt hvorn diskinn, hafið spergilkál til hliðar og ausið sósu yfir kjötið. Fallegt er að skreyta diskinn með kirsuberjatómötum og sitrónubát. Hrisgrjón passa vel með þessum rétti og sömuleiðis nýjar kartöflur eða kartöflumús. ■

# Smáauglýsingar

550 5055

Afgreiðsla smáauglýsinga og simi er opin alla virka daga frá 9-16  
Netfang: [smaar@frettabladid.is](mailto:smaar@frettabladid.is)

## Bílar & Farartæki



Nýr Fiat 500 e La Prima 42 kWh rafmagnsbíll. Flottasta tupa með leðursætum og glerþaki og öllum vinsælustu aukahlutum í dag. Heimahleðaslustöð fylgir með. Drægni allt að 430 km. Þetta er sá al sætasti snattari sem hægt er að fá! Okkar verð aðeins 4.590.000,-

Sparibill ehf  
Hátún 6A, 105 Reykjavík  
Sími: 577 3344  
[www.sparibill.is](http://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

## Bátar

**MERCURY**  
Utanborðsmótorar  
2,5 - 600 hp.



Verkstæði Vélasalunar hefur á að skipa sérhæfum starfsmönnum til viðgerða og viðhalds á **Mercuriser** bátavélum og **Mercury** utanborðsmótorum

Eigum til Mercury mótorá á lager  
2,5hp - 4hp - 6hp - 9,9hp  
- 15hp - 20hp og 60hp

Getum útvegað með stuttum fyrirvara  
115 hp og 150 hp seapro.

Einnig úrval rafmótorá.



R. SIGMUNDSSON  
**VÉLASALAN**  
[www.velasalan.is](http://www.velasalan.is)  
s. 520 0000, Dugguvogi 1  
104 Reykjavík

**VEIDIPORTIÐ**  
Grandagarður 3 • S: 552-9940

Stærðir:  
270cm-500cm  
Verð frá:  
149.000.kr



**SAILSKI**  
Gerio verðsamanburð!  
[www.veidiportid.is](http://www.veidiportid.is)

## Þjónusta

### Búslóðaflutningar

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

### Húsviðhald

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

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Timavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.  
S. 893 6994

### FLÍSLAGNIR

Tek af mér að flísaleggja og fl.

Timavinna eða tilboð.  
Upplýsingar í síma: 777-2242

**RUNARMURARI.IS**  
Getum bætt við okkur utan og innanhúss málningarvinnu. S. 7743800

### Nudd

#### NUDD NUDD NUDD

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

### Rafvirkjun

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

Töfluskipti, myndsiðar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. [straumblik@gmail.com](mailto:straumblik@gmail.com)

## Keypt & Selt

### Til sölu

### Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27  
Sími 552 2125  
[www.gitarinn.is](http://www.gitarinn.is)



### Kassagítarar á tilboði

Gítarar og hljómborð í miklu úrvali  
Verð við allra hæfi



Sokkarnir í Snjóhúsinu eru sérhannaðir til að koma í veg fyrir hælssæri og blöðrur.

Skoðuðu úrvalið á <http://snjohusid.is>

### Til sölu



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

Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.

Hafðu samband og við metum ástandið.

Smíðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - [gluggagerdin@gluggagerdin.is](mailto:gluggagerdin@gluggagerdin.is)

**FYRIRTÆKJASALA ISLANDS S.773-4700**

**Vefverslun með glæsilegan ungbarnafatnað. Verð aðeins 1.5 millj.**

Frábært tækifæri!

Allar nánari upplýsingar veitir Óskar Mikaelsson á netfanginu [oskar@atveignir.is](mailto:oskar@atveignir.is) og í síma 773-4700.

Óskar Mikaelsson, löggiltur fasteigna og fyrirtækjasali 773-4700

**VEIDIPORTIÐ**  
Grandagarður 3 • 552-9940 • [www.veidiportid.is](http://www.veidiportid.is)



## Allur pakinn

### Bátatilboð:

Sailski 330cm slöngubátur, Jaxon XT65 rafmagnsmótor, Sznajder Marine rafgeymir og Alpine 18 Boost hleðslutæki saman í pakka **aðeins 295.000.kr** (fullt verð 326.800.kr)

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

# Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

## LOK Á HEITA POTTA



Framleiðum einangrunarlok og yfirbreiðslur á allar tegundir potta. Metum ástand og gerum við. [www.fjardarbolstrun.is](http://www.fjardarbolstrun.is)

Fjardarbolstrun S. 561 4188 • 840 0339 • [fjardarbolstrun@gmail.com](mailto:fjardarbolstrun@gmail.com)

## Geymsluskúrar / gestahús til sölu



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

Nánari uppl. [reisum@simnet.is](mailto:reisum@simnet.is) eða s. 899 0913 Fríða, [www.reisum.is](http://www.reisum.is)

## EYJALIND Belti og undirvagnshlutir



Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - [www.eyjalind.is](http://www.eyjalind.is)

## viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

## ishúsið

S:566 6000 • Smíðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

## Ferðaðjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðaðjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. [reisum@simnet.is](mailto:reisum@simnet.is) eða í síma 899 0913 Fríða [www.reisum.is](http://www.reisum.is)

## ÞJÓNUSTU AUGLÝSINGAR

HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

**FRÉTTABLAÐIÐ**

Sími 550 5055 | [smaar@frettabladid.is](mailto:smaar@frettabladid.is)

Alla fimmtudaga og laugardaga

[arnarut@frettabladid.is](mailto:arnarut@frettabladid.is)

## Til sölu



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

## Heilsa

## Heilsuvörur



## Nudd



## HEILSUNUDD KLASSÍSKT

Þjáist þú af bakverkjum, stífleika í baki, verkjum í öxl og hálsi? 20% afsláttur af 80 mín Heilsunudd Klassískt. Verð 14.900 en með afsl. 11.900,-kr Hringdu í síma 770 1739 eða sendu sms til að panta tíma. Heilsunudd Snyrtistofa Laugavegur 71, 101 Reykjavík.

## Húsnæði

## Geymsluhúsnæði

## GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. [www.geymslur.is](http://www.geymslur.is)

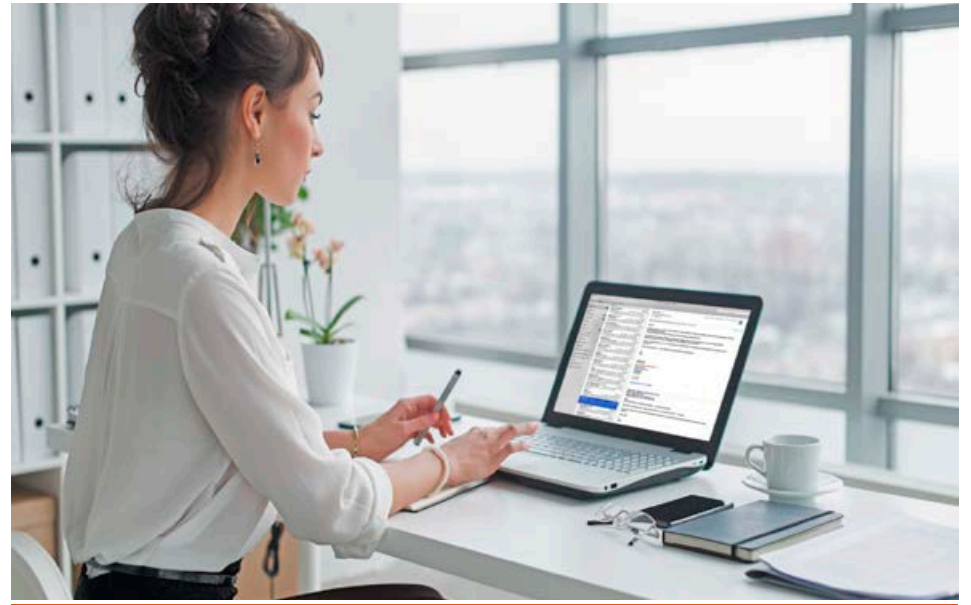
## Skólar &amp; Námskeið

## Námskeið



## ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN, DANISH &amp; SWEDISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA

Only 1-4 students per course!  
! Special Icelandic for Thais, Vietnamese and Chinese.  
Sérnámskeið: Íslenska f. Tælendinga, Vietnama og Kinverja. Einnig Sérnámskeið fyrir Heibrigðisstarfsfólk/Also Special courses for Health Personell. Enska fyrir Leiðsögumenn/ Icelandic for Guides. Start/Byrjun: 20/6, 4/7, 18/7, 8/8, 15/8, 5/9, 19/9, 3/10 : \* 4 weeks x 5 workdays or/ eða \* 10 weeks/vikur x Sat/Sun/ lau/sun. AM & PM/f.h&e.h. Price/ verð: 49.500. Labour Unions pay back 50-90% of price. Stéttarfélag endurgreiða 50-90% námsgjalds. [www.iceschool.is](http://www.iceschool.is) . [ff@icetrans.is](mailto:ff@icetrans.is) - [facebook.com/icetrans](https://facebook.com/icetrans). IceSchool-Fullorðinsfræðslan, Ármúli 5. 108, s. 8981175.



## Þarftu að ráða starfsmann?

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

**ráðum**  
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770  
[www.radum.is](http://www.radum.is) • [radum@radum.is](mailto:radum@radum.is)

# Heitir og kaldir gæðapottar sem hitta í mark hjá öllum í fjölskyldunni

## ásamt miklu úrvali af fylgi- og aukahlutum fyrir pottinn og pottaferðina!

ÍSLENSKT  
LÁTTU ÞAÐ GANGA



Hitamælir m/bandi (stór appelsínugulur)  
3.000 kr.



Hitamælir gul önd  
2.500 kr.

Hitamælir golfkúla  
1.900 kr.

UNO vatnsheld spil  
3.490 kr.



Vatnsheld spil  
2.950 kr.



Fljótandi „hengirúm“. Margir litir  
3.900 kr.



Geirslaug  
279.000 kr.



Snorraug  
299.000 kr.



Gvendarlaug  
189.000 kr.



Unnarlaug  
310.000 kr.



Sigurlaug (kaldi potturinn)  
135.000 kr.



Grettislaug  
259.000 kr.

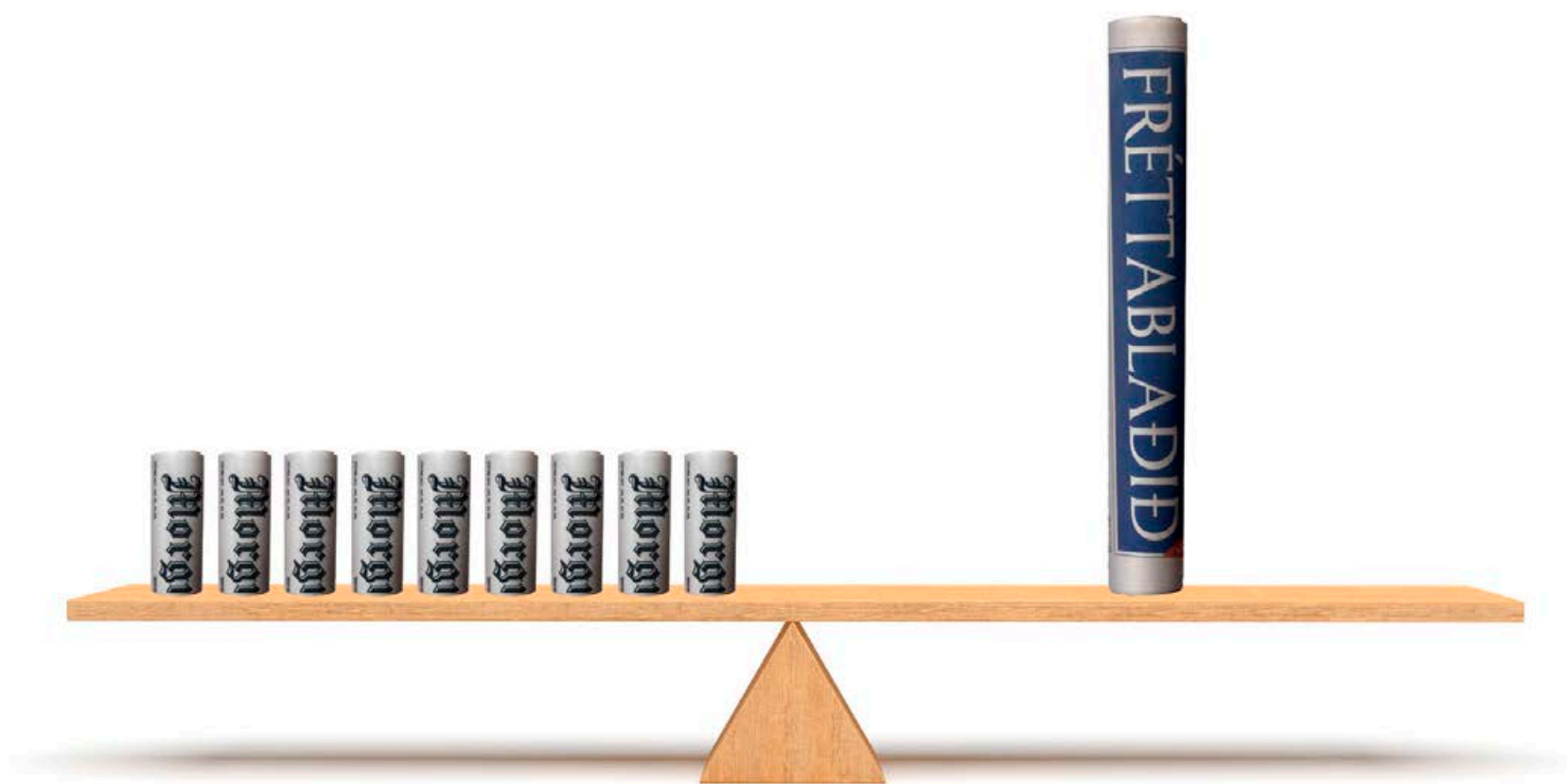
Pottarnir okkar eru fánægir í nokkrum litum.

**NORMX**

Auðbrekku 6 · Kópavogi · Sími 565 8899 · [normx.is](http://normx.is)  
Opð mán. - fim. 10-18, fös. 10-17 og lau. 10-14



# 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.

**FRÉTTABLAÐIÐ**  
MEST LESNA DAGBLAÐ LANDSINS

# ÚTSALA

% ENN MEIRI AFSLÁTTUR %

SPARIÐ ALLT AÐ

# 60%



Sparið  
15.000

SESSA  
FYLGI

FULLT VERÐ: 44.990

## 29.990

JUTLANDIA®

DOVRE HÆGINDASTÓLL

Al og veðurþolið polyrattanefni. Svartur. Stiglaus stilling á baki og fótsekmi. Slitsterk stólsessa með polyesteráklæði fylgir. Vnr. 3700063



STÆRÐIR:  
Ø250 cm 39.990 nú 29.990  
Ø305 cm 44.990 nú 39.990  
Ø426 cm 54.990 nú 49.990

Allt að  
25%  
afsláttur

NÚ VERÐ FRÁ:

## 29.990

TRAMPÓLÍN MEÐ ÖRYGGISNETI

Góð trampólín í garðinn eða á pallinn. Fást í 3 stærðum. Öryggisnet með sjálflokandi inngangi fylgir með öllum trampólínum. Öll trampólínin okkar eru öryggisvottuð samkvæmt evrópskum EN 71-14 staðli. Vnr. 4700001, 4700002, 4700003, 4701605

%

%



37%  
afsláttur

FULLT VERÐ: 7.995

## 4.995

JUTLANDIA®

GUDJEM STAFLANLEGUR STÓLL

Úr stáli og veðurþolnu polyrattanefni. Svartur. Vnr. 3745140

Útdraganlegur



Sparið  
allt að  
6000

NÚ VERÐ FRÁ:

## 9.995



PEJELT SKJÓLVEGGUR

100% polyester. Grár. Útdraganlegur. Vnr. 3798770

NORDSTRAND SÓLBEKKUR

Stál og sterkt netáklæði. B57 x L195 x H27 cm. Vnr. 3771500



33%  
afsláttur

FULLT VERÐ: 14.990

## 9.995



Fortjald hæð: 190 cm

6 manna

Sparið  
10.000

FULLT VERÐ: 39.990

## 29.990

MOSSEMARKA TJALD

Frábært 6 manna fjölskyldutjald með tveimur svefnskálum og góðu fortjaldi í miðjunni. Ytra efni: 185T polyester með límduum saumum svo að bleyta nái ekki inn. Þéttur vatnsvarinn botn. B235 x H190 x L590 cm. Þéttleiki 3000 mm/cm<sup>2</sup>. Þyngd 12,0 kg. Vnr. 4721800

Dúnn

EIDSKOG SVEFNPOKI

Gæða dúnnpoki. Efra lag: 60% andadúnn/40% andafiður. Neðra lag: 100% sílikonhúðaðar polyesterholtrefjar. 80x215 cm. 1.650 g. Poki fylgir með. Vnr. 4703050

FULLT VERÐ: 14.990

## 9.995

Sparið  
**200.000**  
af setti



STÓLL

FULLT VERÐ: 79.990

**39.990**

%

Sparið  
**40.000**  
af stól

**50%**  
afsláttur

HORNSÓFI + BORD

FULLT VERÐ: 399.990

**199.990**



SESSUR  
FYLGJA

JUTLANDIA®

TAMBOHUSE GARÐHÚSGAGNASETT

Hornsófi og borð saman í setti. Sett úr áli og veðurþolnu polyrattanefni og samsettu slitsterku efni úr FSC vottuðum harðviði og plasti. Stillanleg hæð á borði. B121 x L121 x H44/67 cm. Sófi B254 x L254 x H79 cm. Sessur úr polyester og samlitir púðar fylgja. Vnr. 3778042, 3778043

STILLANLEG HÆÐ

Sparið  
**40.000**  
af setti



% ÚTSALA %  
OG ÖNNUR GÓÐ TILBOÐ

**44%**  
afsláttur

ALLT SETTIÐ

FULLT VERÐ: 89.990

**49.990**

SESSUR  
FYLGJA

JUTLANDIA®

MORA GARÐHÚSGAGNASETT

Sett úr stáli og veðurþolnu polyrattanefni. Borð með sérhertu gleri, 2ja sæta sófi og 2 stólar. Slitsterkar sessur og samlitir púðar fylgja. Borð B56 x L92 x H43 cm. Sófi B124 x H76 x D67 cm. Stóll B66 x H76 x D67 cm. Vnr. 3700022, 3700023

Sparið  
**100.000**  
af setti



% %

%

**38%**  
afsláttur

ALLT SETTIÐ

FULLT VERÐ: 259.990

**159.990**

SESSUR  
FYLGJA

JUTLANDIA®

VEMB GARÐHÚSGAGNASETT

Sett úr áli og veðurþolnu polyrattanefni. Fáanlegt í natur og gráu. Flott borð með stillanlegri hæð. B75 x L134 x H44/68 cm. Borðið er með viðhaldsfríri borðplötu úr viðarlíki. 3ja sæta sófi og 2 stólar í stíl. Sessur og samlitir púðar fylgja. Vnr. 3770020, 3770030

STILLANLEG HÆÐ

SAMA SETT - ANNAR LITUR

Sparið  
**60.000**  
af setti

% %

**46%**  
afsláttur



SAMA SETT - ANNAR LITUR



SAMA SETT - ANNAR LITUR

SESSUR  
FYLGJA

JUTLANDIA®

ULLEHUSE GARÐHÚSGAGNASETT

Endingargóður sófi og borð úr veðurþolnu polyrattanefni og stáli. Sófi B179 x H73 x D238 cm. Borð B75 x L145 x H67 cm. Fæst í svörtu, natur og gráu. Slitsterkar sessur og púðar með polyesteráklæði fylgja. Vnr. 3700040, 3700030, 3700084

ALLT SETTIÐ

FULLT VERÐ: 129.990

**69.990**

**RÚMFATA  
LAGERINN**



Þorvaldur S. Helgason  
tsh  
@frettabladid.is

Úkraínski útgefandinn Liliya Omelyanenko notar bókmenntir til að vekja athygli á stríðinu í heimalandinu. Hún segir raunveruleikann þó vera langtum grimmari en skáldskapinn.

Liliya Omelyanenko er úkraínskur bókaútgefandi sem flúði stríðið í Úkraínu ásamt tveimur börnum sínum og móður. Liliya stofnaði forlagið Vydavnytstvo ásamt kollega sínum, bókahönnuðinum Eliash Strongowski, árið 2016. Þau byrjuðu á að gefa út fantasíubækur og vísindaskáldsögur en ákváðu svo að reyna að skapa sér sérstöðu með því að einblína á bækur með samfélagsleg umfjöllunarefni.

„Við gefum út bækur um mismunandi málefni sem eru nokkuð sársaukafull fyrir samfélagið og fólk er ekki orðið vant. Mörg málefni sem þykja nú sjálfsgöð í Skandinavíu eru ekki enn orðin algeng umfjöllunarefni í Úkraínu,“ segir Liliya.

Vydavnytstvo einblínir á myndasögur og barnabækur en hefur einnig gefið út íslenska höfundarborð við Sjón og Friðu Ísberg. Liliya hefur sjálf komið tvisvar til Íslands og meðal annars hitt Guðna Th. Jóhannesson forseta. Sú bók Vydavnytstvo sem vakið hefur hvað mesta athygli er án efa barnabókin Maía og vinir hennar, sem kom nýlega út í íslenskri þýðingu á vegum Forlagsins.

Liliya segir hugmyndina að bókinni hafa komið þegar vinur hennar benti henni á að það vantaði úkraínskar barnabækur um börn sem alast upp hjá samkynja foreldrum.

„Við vorum áhugasöm um að gefa út slíka bók og leituðum til vinar okkar, úkraínska rithöfundarins og lögfræðingsins Larysu Denysenko. Hún er baráttukona og vel þekkt innan Úkraínu fyrir hjálparstarf sitt fyrir konur sem orðið hafa fyrir kynferðislegu ofbeldi.“

#### Olli hneyksli í heimalandinu

Maía og vinir hennar segir frá sautján ólíkum úkraínskum fjölskyldum, þar á meðal henni Maíu sem á tvær mömmur.

„Bókin fjallar um umburðarlyndi og meginboðskapur hennar er sá að sama hvers konar fjölskyldu þú elst upp í, sama hverjir foreldrar þínir eru og hvort sem þú átt foreldra eða ekki, þá skiptir mestu að þú sem barn sért elskað af fólkinu sem þú býrð með,“ segir Liliya.

Bókin kom upphaflega út í Úkraínu 2017 og vakti gríðarlega athygli sem ekki var öll jákvæð. „Í raun vakti þessi bók risahneyksli í Úkraínu þegar hún var gefin út 2017. Það var ekki til sá bloggari, fjölmiðill eða ríkisstofnun sem fjallaði ekki um hana að einhverju leyti,“ segir Liliya.

#### Þurftu að ráða öryggisverði

Liliya lýsir útgáfu bókanna sem hálfgerðri rússíbanareid sem náði hápunktum sínum á bókamessunni í Lvív í Vestur-Úkraínu.

„Það voru einhverjir trúarsöfnuðir og öfgahægrisinnaðir stjórn-málaflakkar sem mótmæltu því að bókin yrði kynnt á bókamessunni í ljósi þess að hún fjallar um fjölskyldur samkynja foreldra og það væri ekki hefðbundið fjölskyldumunstur. Þau sendu morðhótanir á forlagið okkar og til Larysu Denysenko. Það var mjög óhugnanlegt og við vissum fyrst ekkert hvað við ættum til bragðs að taka en skipuleggjendur bókamessunnar hjálpuðu okkur.“

Að sögn Liliyu neyddust þau til að ráða öryggisverði fyrir Larysu Denysenko á bókamessunni. „Bókin



## Engin bók getur lýst því sem börnin okkar standa andspænis

okkar var aðalviðburðurinn á bókamessunni, allir fjölmiðlar fjölluðu um hana og margir mismunandi aðilar komu okkur til varnar. Sumir skrifuðu stuðningspósta á Facebook og allt í einu var bókin komin út um allt. Við áttum engan veginn von á þessu og gjörvallt upplagið seldist upp á tveimur dögum,“ segir hún.

#### Breytti úkraínsku þjóðfélagi

Maía og vinir hennar hafði mikil áhrif þegar hún kom fyrst út í Úkraínu fyrir rúmum fimm árum og segir Liliya bókina í raun hafa breytt umræðunni um hinseginmál þar í landi.

„Bókin breytti á vissan hátt úkraínsku þjóðfélagi. Þegar maður þrýstir á viðkvæman blett á samfélaginu og byrjar að tala um vandamálið, þá fer fólk sem vill ekki einu sinni ræða viðkomandi hluti og er ekki umburðarlynt gagnvart þeim, smám saman að venjast þeim. Bókin okkar var fyrsta barnabókin í sögu Úkraínu sem fjallaði um

fjölskyldur samkynja foreldra og hún þrýsti á samfélagið að verða umburðarlyndara.“

Maía og vinir hennar fjallar ekki bara um hinseginmál heldur líka um mál sem eru úkraínsku þjóðinni enn sársaukafyllri; samskiptin við Rússa og stríðið sem staðið hefur yfir í austurhéruðum landsins frá 2014. Þegar Rússar hófu svo allsherjar innrás í Úkraínu 24. febrúar hafði vinkona Liliyu, Saara Tiuraniemi frá finnska forlaginu Tammi, samband og vildi gefa út bók sem vakið gæti athygli á ástandinu.

#### Raunveruleikinn grimmari

Spurð um hvort það sé ekki erfitt að fjalla um hluti á borð við stríðsátök og fólksflotta í barnabók segir Liliya:

„Það er krefjandi en við erum

að tala um úkraínsk börn sem lifa við raunveruleika sem er langtum grimmari en maður getur einu sinni ýjað að í svona bók. Engin bók getur nokkurn tíma lýst því sem börnin okkar og þjóðin okkar stendur andspænis á þessu augnabliki.“

Eftir útgáfu Maíu og vina hennar skrifaði Larysa Denysenko aðra barnabók byggða á stríðinu í Úkraínu sem fjallar um börn sem þurfa að fela sig fyrir loftárásun en Liliya segir erlenda útgefendur vera nokkuð hikandi við að gefa þá bók út.

„Ég held að það sé ekki einu sinni hægt að bera það saman við álagið sem börnin okkar búa við á þessari stundu. Þetta er stórt vandamál sem við tökum eftir hér, þegar við lesum bækur um stríðið sjáum við að fólk skilur ekki hvernig er að lifa við þessar aðstæður ef það hefur ekki upplifað þær sjálft. Þannig að þegar við tölum um að eitthvað sé stressandi fyrir börn þá finnst mér að í fyrsta lagi ættu þau að gera sér grein fyrir að heimurinn er því miður ekki fullkominn. Og í öðru lagi að það er til fólk sem lifir við mjög, mjög erfiðar aðstæður og þarfnast hjálpar.“

#### Uppspretta illskunnar

Liliya dregur ekkert úr orðum sínum þegar hún talar um uppruna þeirra hörmunga sem nú steðja að úkraínsku þjóðinni.

„Börn ættu líka að skilja hver er uppspretta þessarar illsku. Við erum að tala um raunverulegt land sem er Rússland. Þetta er ekki bara Pútín, þetta er líka gjörvöll rússneska þjóðin sem umbar Pútín svo árum skiptir. Núna reyna þau að segja að þetta sé ekki þeim að kenna, að það sé Pútín sem hafi ráðist inn í Úkraínu. En það er ekki bara Pútín, það er líka fólk, þúsundir og þúsundir. Þegar Rússar segja að þetta sé stríð Pútíns þá myndi ég vilja segja á móti: Lítið á hermennina sem misnota tveggja ára börn, myrða þau og taka upp myndbönd af því. Er það Pútín sem er að nauðga þessum börnum?“

Það er ljóst að það tekur á Liliyu að ræða þessa hluti. Þegar blaðamaður biðst forláts og segist ekki einu sinni geta ímyndað sér hvað hún og úkraínska þjóðin séu að ganga í gegnum andvarpar hún og afsakar sig. „Það er mjög gott að Íslendingar sjái ekki þessa hluti. Ég óska þess að Íslendingar og allur heimurinn þurfi aldrei að upplifa þetta.“

#### Eins og að vera hrist upp af svefni

Liliya er nú stödd í Bratislava í Slóvakíu ásamt börnum sínum og móður. Spurð um hvernig það sé að stýra útgáfufyrirtæki í fjarvinnu á meðan stríð geisar í heimalandinu segir hún það vera langt frá því að vera dans á rósum.

„Fyrstu mánuðirnir þegar maður er á flotta og þarf að hefja nýtt líf á nýjum stað eru mjög erfiðir. Maður veit ekki hvort morgundagurinn muni koma. Maður veit ekki hvort heimalandið manns og þjóðin manns muni eiga sér framtíð eða hvort það verði enn þörf fyrir starfið manns.“

En þegar Saara frá Finnlandi hafði samband og sagðist vilja kaupa útgáfuréttinn og kynna bókina á erlendra grundu þá var það eins og að vera hrist upp af svefni og ég áttaði mig á því að ég þyrfti að halda áfram að vinna. Það er þörf fyrir bækurnar okkar, enn sem komið er.“ ■



Maía og vinir hennar hefur verið gefin út í sjö löndum og kom út á Íslandi á vegum Forlagsins.



Börn ættu líka að skilja hver er uppspretta þessarar illsku. Við erum að tala um raunverulegt land sem er Rússland.

Liliya Omelyanenko

# Blaðið með bollanum



## Taktu Fréttablaðið með í fríð

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

Sæktu appið hér



Opnaðu myndavélina í símanum  
og skannaðu QR kóðann



+

Innilegar þakkir fyrir samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar elskulegs eiginmanns míns, föður og tengdaföður,

**Jörvars Bremnes**  
Dvergholti 24, Mosfellsbæ.

**Guðrún Helga Leifsdóttir**  
Jóhann, Leifur, Ingvar og fjölskyldur.



+

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

**Sigríður E. Konráðsdóttir**  
Ársölum 1, Kópavogi,

lést á Hjúkrunarheimilinu Droplaugarstöðum þriðjudaginn 5. júlí. Útför verður auglýst síðar.

**Konný R. Hjaltadóttir**      **Óskar Guðjónsson**  
**Hjalti H. Hjaltason**      **Margrét Jónsdóttir**  
**Sigurður Ingvar Hjaltason**      **Magnea H. Magnúsdóttir**  
**Aðalheiður Íris Hjaltadóttir**  
ömmubörn og langömmubörn.

**Útfararþjónusta**  
**Rúnars Geirmundssonar**

Stofnað 1990

Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi



Sími · 567 9110 · utfarir@utfarir.is · www.utfarir.is

*Meirgæta, hlýja og virðing Við andlát ástvinar*




**ÚTFARARSTOFA**  
**ÚTR**  
**REYKJAVÍKUR**

Álfheimum 35, 104 Reykjavík  
Sími 553 5353 og 821 5353

**Ísleifur Jónsson Steinunn Magnúsdóttir**  
Útfararstjóri      Útfararþjónusta  
Farsími 821 5353      Farsími 861 3441      Þjónusta allan sólarhringinn

www.usr.is  
isleifur@usr.is

**ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS**

www.utfarin.is • Auðbrekku 1, Kópavogi

Sólarhringsvakt: 581 3300 & 565 5892  
Komum til aðstandenda og raðum skipulag sé þess óskað





Sverrir Einarsson      Jóhanna Eiríksdóttir      Jón G. Bjarnason  
S: 896 8242      S: 793 4455

**ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR**

www.utfararstofa.is • Dofrahelli 9b, Hafnarfirði

*Útfararþjónusta í yfir 70 ár*



**ÚTFARARSTOFA**  
**KIRKJUGARÐANNA**

*Við tökum vel á móti ástvinum í hlýlegu og fallegu umhverfi*

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

**VIÐ ÞJÓNUM ALLAN SÓLARHRINGINN**



Dagur B. Eggertsson borgarstjóri sagðist við opnunina vera með fiðrildi í magnum yfir verkefninu.

MYNDIR/  
ADSENDAR

## Suðupottur lista og nýsköpunar

Hafnarhaus er ný aðstaða í Hafnarhúsi sem ætlað er að vera stökkpallur fyrir nýsköpun og listir.

arnartomas@frettabladid.is

Á fimmtudaginn fór fram opnun Hafnarhaus, nýrrar aðstöðu í Hafnarhúsinu sem ætlað er að vera vettvangur fyrir listir og nýsköpun. Haraldur Þorleifsson, sem stendur fyrir verkefninu ásamt stórum hópi athafnafólks, vonast til að Hafnarhaus verði stökkpallur fyrir nýsköpun á Íslandi.

„Þetta kviknaði út frá mjög mörgum samtölum. Það byrjaði að koma í ljós eftir að ég flutti heim að það vantaði aðstöðu, bæði fyrir ungt fólk sem er að stíga sín fyrstu skref og líka fólk sem gefst upp á ferlinum því það er svo erfitt að komast áfram. Þá datt okkur í hug að það væri hægt að búa til einhvers konar stökkpall.“

Haraldur segir að markmiðið sé þannig bæði að bjóða fólki upp á aðstöðu og aðstoð við að undirbúa og þróa sinn feril.

„Þess vegna fengum við með okkur fólk eins og Ragga Kjartans, Ólaf Arnalds og fleiri sem hafa náð langt á sínu sviði án þess að fórna sínum listræna metnaði. Ég held að það sé mjög mikið af fólki á Íslandi sem getur náð mjög langt og við getum hjálpað því við það.“

### Mörgæsir og ísbirnir

Á heimasíðu Hafnarhaus er aðstöðunni lýst sem stað þar sem mörgæsi geti mætt ísbirni, þar sem ungt fólk geti dafnað innan um verrað atvinnufólk. Er fjölbreytnin í umhverfinu þannig í fyrirrúmi?

„Þetta verður vonandi einhvers konar suðupottur þar sem við getum fengið ólíkt fólk með mismunandi hæfileika sem síðan hittist kannski á kaffistofunni og finnur næsta samstarfsfélaga,“ segir



Rýmið er alls 3.500 fermetrar og er gert ráðið fyrir 200–300 manns.

”

**Þetta verður vonandi einhvers konar suðupottur þar sem við getum fengið ólíkt fólk með mismunandi hæfileika sem síðan hittist kannski á kaffistofunni og finnur næsta samstarfsfélaga.**

Haraldur. „Að geta fundið aðila sem geti gert eitthvað sem þau geta ekki sjálf og saman verði til einhverjir töfrar.“

Þá stendur einnig til að bjóða meðlimum upp á námskeið og fyrirlestra frá kanónum í bransanum og hafa nú þegar einstaklingar frá fyrirtækjum og stofnunum á borð við Airbnb, MoMA og Google boðað komu sína.

„Ísland er með mjög gott orðspor erlendis,“ útskýrir Haraldur og nefnir

sem dæmi íslenskt fólk í tónlist, listum og kvikmyndagerð sem hefur náð langt. „Fólki finnst mjög spennandi að það sé litill staður í miðju Atlantshafinu þar sem margt er að gerast. Það er margt fólk sem vill koma hingað, bæði til að upplifa og skilja af hverju það er svona mikið gróska hér en líka til að bjóða samfélaginu eitthvað af sinni eigin reynslu.“

### Haus eða haus?

Þá stendur eftir stærsta spurningin – hvernig er Hafnarhaus borið fram? Er það þýski framburðurinn eða sá íslenski, samanber kýrhaus?

„Nafnið er dregið frá þýsku hreyfingunni Bauhaus sem hófst í upphafi síðustu aldar, og þaðan er mikið af hugmyndafræðinni tekið,“ segir Haraldur. „Þegar við vorum að skoða nöfn þá er auðvitað verslun á Íslandi sem heitir Bauhaus svo okkur fannst það geta valdið ruglingi en við vildum samt halda tengingunni, svo þetta er Hafnarhaus. En það er auðvitað líka í lagi að nota íslenska framburðinn.“

Nú þegar hefur verið opnað fyrir umsóknir á heimasíðunni hafnar.haus ■



+

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma, langamma og systir,

**Sveinbjörg Eygló Jensdóttir**  
Pósthússtræti 5, Keflavík,

lést, á Landspítalanum v/Fossvog, fimmtudaginn 30. júní.  
Útförin fer fram frá Keflavíkirkirkju, mánudaginn 11. júlí klukkan 13.

**Sólveig Á. Guðmundsdóttir**      **Friðjón Einarsson**  
**Helga K. Guðmundsdóttir**      **Vígfús Guðmundsson**  
**Sonja Guðmundsdóttir**      **Mike Frey**  
**Guðmundur J. Guðmundsson**      **Björk Þorsteinsdóttir**  
**Ásgeir Freyr Guðmundsson**      **Jaime Collins Sigurðsson**  
barnabörn, barnabarnabörn og systur hinnar látnu.



+

Elskuleg móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

**Anna Jónsdóttir**  
Hagaflöt 9, Akranesi,

lést á Heilbrigðisstofnun Vesturlands á Akranesi, laugardaginn 2. júlí.  
Útför hennar fer fram frá Akranesirkirkju þriðjudaginn 12. júlí kl. 13.  
Streymt verður frá athöfninni á vef Akranesirkirkju, www.akranesirkirkja.is

**Guðmunda B. Þórðardóttir**      **Einar Ágúst Yngvason**  
**Emelía Þórðardóttir**      **Oddný Ágústa Hávarðardóttir**  
**Ísleifur Páll Karlsson**      **Aníta Gunnarsdóttir Skjöldal**  
**Benedikt G. Karlsson**      **og ömmubörn.**



Ólöf Garðarsdóttir hóf starfsferil sinn í Skeifunni fyrir fjörutíu árum og er komin á sama stað aftur.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Endurfundur við Mylluhúsið

Flutningur Elko í Mylluhúsið í Skeifunni boðar endurkomu Ólafar Garðarsdóttur í húsnæði þar sem hún fékk sína fyrstu vinnu fyrir fjörutíu árum síðan.

arnartomas@frettabladid.is

Krónan og Elko í Skeifunni fluttu sig um set í vikunni sem leið og eru verslanir þeirra nú komnar yfir í gamla Mylluhúsið. Flutningurinn boðar endurfundi fyrir Ólöfu Garðarsdóttur, sem starfar hjá Elko, en hennar fyrsta starf var við þökkun hjá Myllunni 1982.

„Þetta er aðallega bara skemmtilegt enda er allt gjörbreytt,“ svarar Ólöf aðspurð hvort endurkoman sé tilfinningabrunnin. „Ég var notabene að vinna herna þegar ég var sextán ára svo ég man ekki nákvæmlega hvernig þetta var.“

Ólöf á þó minningar af því hvað hún var gróflega að gera en hún vann við að pakka vinarbrauði og kökum.

„Ég fór beint í þetta eftir 10. bekkinn svo þetta var fyrsta alvöru vinnan, fyrsta ástin,“ segir Ólöf flissandi en hún eignaðist sinn fyrsta kærasta í starfinu.

”

**Þetta er aðallega bara skemmtilegt enda er allt gjörbreytt.**

„En þetta er svo langt síðan svo ég man ekki alveg hvernig þetta leit út.“

### Heim á fornar slóðir

Eftir Mylluna fór Ólöf að starfa hjá Hagkaup þar sem hún vann í mörg ár og flutti síðar til Danmerkur og Noregs. Þegar hún flutti aftur heim fékk hún vinnu í Keflavík hjá Elko í Flugstöð Leifs Eiríkssonar. Þegar Covid skall á fékk Ólöf svo tilfærslu aftur á fornar slóðir í Skeifunni.

„Mitt heimasvæði, sko,“ segir hún hreykin. „Ég fékk að velja og ég þurfti ekkert að hugsa mig um. Að sjálfsögðu valdi ég Skeifuna!“

Ólöf hefur þannig meiri reynslu af Skeifunni en flestir Íslendingar og hefur sitthvað að segja um þá þróun sem þar hefur átt sér stað á þessum fjörutíu árum.

„Mér finnst svæðið því miður aðeins úr sér gengið, sérstaklega fyrir bílaumferð,“ segir Ólöf og bendir á að umferðin hafi ekki verið svo mikil á þeim tíma. „Í dag eru komnar allar þessar stórverslanir en þá var þetta miklu meira iðn- aðarhverfi – það var lakkrísgerð herna og svona. Nú eru þetta bara orðnar verslanir og það þyrfti að endurskipuleggja þetta allt.“

### Mylla og bingó

Ólöf varð 56 ára á þessu ári og er ekki viss um hvort starfsferill hennar muni leiða hana aftur í Mylluhúsið eftir næstu fjörutíu ár.

„Ég veit ekki alveg hvort ég verði enn þá að vinna, 96 ára gömul, en það er aldrei að vital!“ segir hún og hlær. „Kannski verður komið félag fyrir eldri borgara sem ég verð að stjórna.“

*Þeir geta þá kannski spilað myllu í þessu húsnæði?*

„Já, myllu og bingó!“ ■

### Merkisatburðir

- 1357** Hornsteinn er lagður að Karlsbrúnni í Prag.
- 1816** Argentína lýsir yfir sjálfstæði.
- 1916** Vopnaður enskur togari tekur farþegaskipið Flóru á leið frá Reykjavík til Siglufjarðar með 100 farþega innanborðs og er því siglt til Bretlands. Farþegarnir voru sendir heim með öðru skipi síðar í sama mánuði.
- 1932** Donald Rumsfeld, fyrrverandi varnarmálaráðherra Bandaríkjanna, fæðist í Illinois.
- 1940** Mikið hagléi í Hrunamannahreppi og stíflast lækir af aurburði.
- 1946** Skemmtigarðurinn Tivólí í Reykjavík er opnaður. Þar eru meðal annars bílabraut, hringekja, Parísarhjóli og danspallur.
- 2011** Suður-Súdan fær sjálfstæði frá Súdan.



+

Ástkær móðir okkar, tengdamóðir og amma,  
**Kamma Agnetta Dalsgaard Nielsdóttir**  
leikskólustjóri,

lést á líknardeild Landspítalans föstudaginn 1. júlí. Kamma verður jarðsöngin frá Víðalinskirkju þriðjudaginn 12. júlí kl. 15.

**Rúna K. Tetzschner** **Jökull Benedikt Knútsson**  
**María Rós Magnúsdóttir**  
**Hlynur, Snæbjörn, Dagný og Elisabet Ösp Jökulsbörn**



+

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,  
**Guðrún María Vigfúsdóttir**

lést í faðmi fjölskyldunnar þann 29. júní á Hjúkrunarheimilinu Eir. Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju þann 14. júlí klukkan 15. Þeim sem vilja minnst hennar er bent á Alzheimersamtökin.

**Hjalte Páll Þorvarðarson**  
**Þorvarður G. Hjaltason** **Guðrún Einarsdóttir**  
**Hjalte V. Hjaltason**  
**barnabörn og barnabarnabörn.**



+

Elskuleg sambýliskona, móðir og amma,  
**Þórdís Jósefína Guðjónsdóttir**

lést á hjúkrunarheimilinu Sóltúni, sunnudaginn 3. júlí síðastliðinn. Jarðarförin fer fram frá Árbæjarkirkju mánudaginn 18. júlí klukkan 13.00.

**Kristján Grétar Jónsson**  
**Sigrún Linda Þorgeirsdóttir**  
**Þórir Viðar Þorgeirsson**  
**Rán, Röskva, Eir og aðrir aðstandendur.**



+

Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát föður okkar, tengdaföður og afa,  
**Odds Magnússonar**  
séntilmanns.

Hann lést í faðmi fjölskyldunnar og útför hefur farið fram. Sérstakar þakkir færur við starfsfólki L5 á Landakoti fyrir hlýhug. Þeim sem vilja minnst hans er bent á krabbameinsfélagið Ljósið. Reikn. 0130-26-410520, kt. 590406-0740.

**Börn, tengdabörn og barnabörn.**



+

Ástkær eiginkona mín, móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,  
**Hjördis Pedersen**

lést á krabbameinsdeild Landspítalans aðfaranótt 7. júlí 2022. Jarðarförin verður auglýst síðar.

**Stefán Agnar Magnússon**  
**Heiðbjört Hlín Stefánsdóttir** **Árni Sverrisson**  
**Agnar Árni Stefánsson** **Brenda Mueck**  
**Eygló Margrét Stefánsdóttir** **Anna Dögg Einarsdóttir**  
**ömmu- og langömmubörn.**



+

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför okkar ástkæra sonar, bróður og barnabarns,  
**Ómars Andrésar Ottóssonar**  
Hedegaardsvej 11a,

sem lést í Kaupmannahöfn, 8. maí síðastliðinn, vegna heilablæðingar. Sérstakar þakkir til allra sem aðstoðuðu á svo margan hátt og þökkum ómetanlegan stuðning á þessum erfiða tíma.

**Sigurína Andrésdóttir** **Snorri Valberg**  
**Egill Orri Valberg**  
**Auður Ísadóttir Valberg**  
**Hreinn Ómar Sigtryggsson** **Kolbrún Þórisdóttir**  
**Lárus Valberg** **Guðný Rut Jónsdóttir**



+

Hjartans þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug við andlát og útför okkar ástkæra  
**Jónasar A. Kjerúlf**  
Stíllholti 19, Akranesi.

Sérstakar þakkir færur við starfsfólki Höfða, Hjúkrunar- og dvalarheimilis, fyrir einstaka umönnun og hlýju.

**Brynja Kolbrún Kjerúlf**  
**Jóna María S. Kjerúlf** **Pétur Hafsteinn Ingólfsson**  
**Edda Elisabet Kjerúlf** **Einar Þorsteinsson**  
**Kristbjörg Kjerúlf** **Marcelo Doti**  
**Kolbrún Kjerúlf** **Guðlaugur Gunnarsson**  
**Andrés Ólafur Kjerúlf** **Þórunn Káradóttir**  
**barnabörn og barnabarnabörn.**



+

Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir og afi,  
**Jón I. Tryggvason**

rafvirkni,  
Árskógum 1A, Reykjavík,

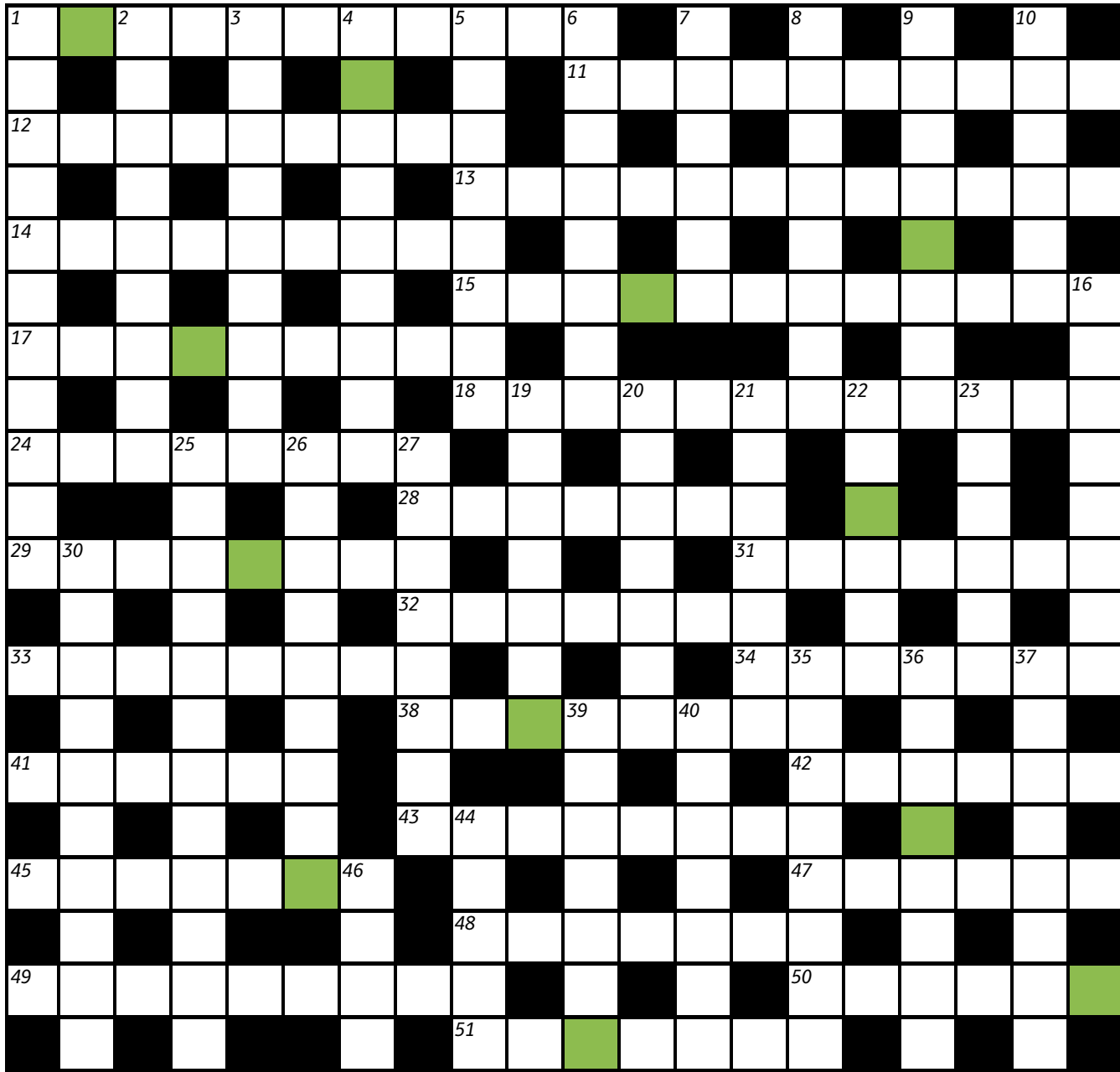
lést á krabbameinsdeild Landspítalans mánudaginn 4. júlí. Útförin fer fram frá Seljakirkju fimmtudaginn 14. júlí klukkan 13. Blóm og kransar afþakkaðir en þeim sem vilja minnst hans er bent á krabbameinsfélagið Ljósið.

**Guðbjörg I. Jóhannesdóttir**  
**Arnfríður Eva Jónsdóttir** **Atli Örn Jónsson**  
**Margrét Jónsdóttir** **Jón Helgi Bragason**  
**Halldór Jónsson** **Sólveig Samúelsdóttir**  
**Steinar Jónsson**  
**afa- og langafabörn.**

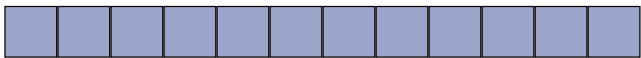




## Krossgáta



**LAUSNARÖRÐ** Ef bókstöfunum í lituðu reitunum er raðað rétt saman birtist mannkostur (12) Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 14. júlí næstkomandi á [krossgata@frettabladid.is](mailto:krossgata@frettabladid.is) merkt „9. júlí“.



## Sudoku

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

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

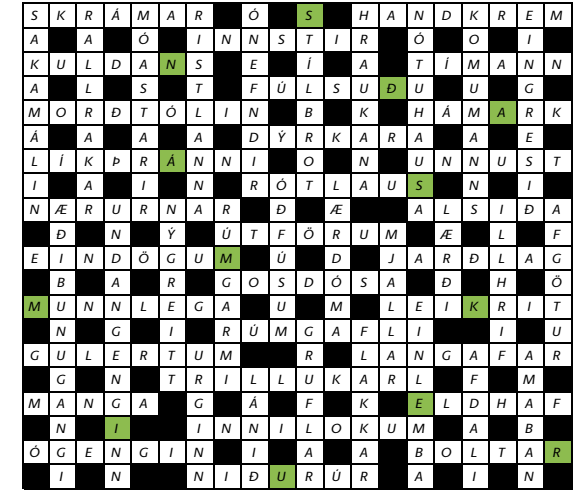
Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri nju reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tví-taka neina tölu í röðinni.

## Pondus



Lausnarorð síðustu viku var

## SUMARNÁMSKEIÐ



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

### LÁRÉTT

- 1 Hin mestu afrek lykta af löngu föllnum stráum í ákveðnu eiturlofti (11)
- 11 Mótum staðla fyrir áverka á íþróttamönnum (10)
- 12 Ræsi suð fyrir hrun (9)
- 13 Verði ævikvöldinu ekki sóað dreg ég fram betri bollana (12)
- 14 Váleg örlög hins djarfa en bölvísa manns (9)
- 15 Finni ég frelsarann kem ég til með að rjúka á bræðurna (12)
- 17 Held ég skilji botn frá fyrriparti og hendi honum (9)
- 18 Svona glæpir sýna að spjátrungar þessir eru ákveðnir fálkar (12)
- 24 Hvert leiðir flækingur karlfugls aðra flækinga? (8)
- 28 Má nota grænmeti í hleðslu um ræktarlegan blett? (7)
- 29 Segja frá þeim sem þau báru ljótum sökum en sýknuðu þó (8)
- 31 Ég átta mig á því að skynsemi er ekki það sama og skynfæri (7)
- 32 Það er áfall ef kraftur vélar reynist minni en gefið er upp (7)
- 33 Létt hjól kæta heimskingja ef hjörtur fylgir (8)
- 34 Hvernig tré? Svona kanadískt sem minnr á eski? (7)
- 38 Þessi brjálsemi teygir anga sína hálfu leið til tunglsins (8)
- 41 Siggí sér vel um sitt og tekur líka þitt (6)
- 42 Hryggðin heimtar frið eftir þetta flán (6)
- 43 Té og hné fyrir hné í miðjumann? (8)
- 45 Háværir eru þessir hörkubyljir (7)
- 47 Reikna með helmingi fleirum en ég ræð við (6)
- 48 Vel verkaðar og rúnum ristar (7)
- 49 Stök stíkar sinn stíg – og sá spásitúr er óafturkvæmur (9)
- 50 Kata skaut óð í sig miðja (6)
- 51 Full fylla öll pláss (7)

### LÓDRÉTT

- 1 Hver er vitund grasróta um gildi legsteina? (11)
- 2 Þvílíkur skítur sem skífan ber, enda allt sem skífan er (9)
- 3 Okkar næsta skaut út eftir skauti? (9)
- 4 Af mæðu einnar veikrar og þreytandi týpu (9)
- 5 Vil að þú klagir þræsleg hjú fyrir eilífar erjur (8)
- 6 Hér er ég og óvissan allt í kring (8)
- 7 Hver getur leyst úr þessu? Og það í hvelli! (6)
- 8 Fól eygir fyl eða er það mávur bjartur? (8)
- 9 Suddi þessi fullsneið tungur Finna og Eista (8)
- 10 Krummi nokkur hirti það sem skakkaði (6)
- 16 Vona að gjöfin rati á þann sem hún er ætluð (8)
- 19 Ætli sú móða flyi undan slíkum byl? (7)
- 20 Fjölprefinn gaflari veldur uppnámi (7)
- 21 Salarregla léttir lund (7)
- 22 Í fullkomnu lagi þrátt fyrir kvalir og ringulreið (6)
- 23 Eru þetta þá kerfisbundnar kosningar? (6)
- 25 Leysi bein upp í frum-eindir sínar (12)
- 26 Rófublettur reisti girðingu um sjálfan sig (8)
- 27 Ég hef hirt þann skíka sem ég nota undir þennan búskap (8)
- 30 Hjálparhróp virka ekki á dyggan þjón (10)
- 35 Fann borg þar sem mikill kraftur bíður þess að losna úr læðingi (8)
- 36 Mín kjör sögðu þeir gagnast þeim mest sem yrkja best (8)
- 37 Óviti fer fyrir heilum her (8)
- 39 Fri við stungu aldrei sungu enda ófær um það (7)
- 40 Er þyrsklingur í ný-græðingnum? (7)
- 44 Flækist helst með Geira (5)
- 46 Karl Ránar vill að ég segir ófagar sögur af þessu langsóttu rugli (4)

## VEGLEG VERÐLAUN



Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni **Elsku sólar, eftir Ásu Marin Hafsteinsdóttur** frá Forlaginu. Vinningshafi í síðustu viku var **Saga og Birta Björgvinsdætur, Reykjavík**.





**50%**  
AFSLÁTTUR  
AF BORGIO  
GARÐSÓFUM

# ILVA



**BORGIO** Legubekkur + 2ja sæta sófi. 209.900,- nú **104.950,-**

**40%**  
AF ÖLLUM  
SESSUM



**40%**

**ELLA** Garðstóll.  
28.900,- nú **17.340,-**



**35%**

**ESTELLE** Garðborð. H75,5 x B101 x L210cm.  
104.900,- nú **68.185,-**



**30%**

**PELATO** Eldstæði á fótum.  
28.900,- nú **20.230,-**

**30%**

**SHANGHAI** Sólhlíf.  
19.900,- nú **13.930,-**



**50%**

**CALVI** 2ja sæta sófi + legubekkur.  
204.900,- nú **102.450,-**

## ÚTSALA 20-60% AFSLÁTTUR



**30% AF ÖLLUM PÚÐUM**



**25-60% AF ÖLLUM LJÓSUM**



**30%**

**CAMBORD**  
Útigrjónapúði,  
fæst í tveimur litum.  
39.900,-  
nú **23.940,-**

**30-50% AF ÖLLUM SUMARVÖRUM**

**FAST SENDINGARGJALD MEÐ PÓSTINUM HVERT Á LAND SEM ER!**

**30%**

**TRUE**  
Skápur  
H180 x B100cm.  
249.900,-  
Nú 174.930,-

**20-40% AF VÖLDUM SKÁPUM**

**30%**

**BRAVO** stóll og skemill. 399.800,- nú 279.860,-

**40%**

**ZONE**  
DENMARK

Uppþvottasett 6.995,- nú 4.197,-

**25%**

**NEWPORT**  
sængurver.  
140 x 200cm.  
10.995,-  
Nú 8.246,-

**25-40% AF ÖLLUM RÚMFÖTUM**

**25%**

**ECLIPSE** Borðstofuborð m/2 framlengingum.  
200 x 110cm. 299.900,- nú 224.900,-

**25%**

**ARTHUR** Borðstofustóll.  
54.900,- nú 41.175,-

**40%**

**RIA** Tungusófi - 2ja sæta sófi + legubekkur.  
H78 x B148 x L222cm. 199.900,- nú 119.940,-

**25-50% AF ÖLLUM MOTTUM**

**25-60% AF ÖLLUM MYNDUM**

**LINE DANCE** Mynd. Ø110cm.  
49.995,- nú 37.496,-

**40%**

**VOLANTI** Horntungusófi - 2ja sæta + opinn endi.  
599.900,- nú 359.940,-

**30%**

**AMIGO** Bekkur 90cm.  
34.900,- nú 24.430,-

**50%**

**ARCTIC** Gas eldstæði Ø76,5cm.  
129.900,- nú 64.950,-

**30%**

**TORONTO** 3ja sæta sófi, koksgrár.  
H67 x B94 x L230cm. 219.900,- nú 153.930,-

**20%**

**BESALU** Borðstofuborð Ø130cm.  
99.900,- nú 79.900,-

**30%**

**DOLPHIN** Barstóll.  
59.900,- nú 41.930,-

**50%**

**DUARTE** Hliðarborð.  
109.900,- nú 54.950,-

**30%**

**ANGELO** Spegill.  
14.995,- nú 10.497,-

**35%**

**NID** Körfustóll.  
89.990,- nú 58.494,-

**25% AF ÖLLUM CLEVELAND SÓFUM**

**20-40% AF ÖLLUM BORÐSTOFUSTÓLUM**

## Laugardagur

## Hringbraut

- 18.30 Fjallaskálar Íslands (e)** Fjallaskálar Íslands er heillandi heimildapáttur um landnám Íslendinga upp til fjalla og inni í óbyggðum.
- 19.00 Undir yfirborðið (e)** Ásdís Olsen fjallar hispurslaus um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt.
- 19.30 Saga og samfélag (e)** Mál-efni líðandi stundar rædd í sögulegu samhengi.
- 20.00 Sir Arnar Gauti (e)** Lífsstílsþáttur með Arnari Gauta sem fjallar um heimili, hönnun, matar- og veitingahúsamenningu, arkitektúr og margt fleira.
- 20.30 Fjallaskálar Íslands (e)**
- 21.00 Undir yfirborðið (e)**

## RÚV Sjónvarp

- 07.05 Smástund**
- 07.10 Tikk Takk**
- 07.15 KrakkaRÚV**
- 10.00 Fiskur á disk - Makrill**
- 10.45 Steve Backshall ræðst á brattann - Fyrri hluti**
- 11.35 Price og Blomsterberg**
- 12.00 Íslendingar** Gunnar Eyrjólfs-son
- 13.00 Taka tvö II** Lárus Ýmir Óskars-son
- 13.55 Ómurleg mamma**
- 14.25 Ella kannar Suður-Ítalíu - Kalabria**
- 14.55 Sumarlandinn**
- 15.30 EM stofan** Upphitun fyrir leik
- 15.50 Portúgal - Sviss** Bein útsending frá leik á EM kvenna.
- 17.50 EM stofan** Uppgjör á leik
- 18.10 Sumarlandabrot**
- 18.15 KrakkaRÚV**
- 18.16 Sögur af apakóngi**
- 18.38 Miðaldafréttir** Handritin komu heim
- 18.40 Nei sko! Tíðni** Eyrnanna
- 18.42 KrakkaRÚV**
- 18.45 Smíðað með Óskari**
- 18.52 Lottó**
- 19.00 Fréttir**
- 19.25 Íþróttir**
- 19.35 Veður**
- 19.45 Horfna rafterbergið (7 af 8)**
- 20.15 Horfna rafterbergið (8 af 8)**
- 20.45 Ungdómsár Astridar Unga Astrid**
- 22.45 Serenity Lognið á undan storminum**
- 00.30 Séra Brown Father Brown**
- 01.15 Dagskrárlok**

## Sjónvarp Símans

- 12.30 The Bachelor**
- 14.00 The Block**
- 15.00 Young Rock**
- 15.25 This Is Us**
- 16.30 Spin City**
- 16.55 The King of Queens**
- 17.15 Everybody Loves Raymond**
- 17.40 Extreme Makeover. Home Edition**
- 18.25 Bruce Almighty** Bráðfyndin gamanmynd frá 2003 með Jim Carrey í aðalhlutverki. Bruce Nolan er sjónvarps
- 20.05 Footloose**
- 22.00 Jeff, Who Lives at Home**
- 23.25 The Book of Love**
- 01.10 Kraftidioten**
- 03.05 Love Island (26.58)**
- 03.50 Love Island (27.58)**
- 04.35 Tónlist**

## Stöð 2

- 08.00 Barnaefni**
- 11.30 Það er leikur að elda**
- 11.50 Bob's Burgers**
- 12.15 Impractical Jokers**
- 12.35 Bold and the Beautiful**
- 14.00 Bold and the Beautiful**
- 14.20 30 Rock**
- 14.45 Making It**
- 15.30 Ísskápastríð**
- 16.10 Backyard Envy**
- 16.50 Kviss**
- 17.40 Franklin & Bash**
- 18.26 Veður**
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
- 18.45 Sportpakkinn**
- 19.00 Top 20 Funniest**
- 19.40 Role Models**
- 21.15 Vivarium**
- 22.50 Rambo. Last Blood** Spennu- mynd frá 2019 með Sylvester Stallone. Vonir Johns Rambo um að fara að geta tekið því rólega á fjöl- skyldubúgarðinum fara fyrir lítið þegar ungri frænku hans er rænt af mexíkósku glæpa- gengi og hann neyðist til að fara og frelsa hana.
- 00.30 High Life**
- 02.20 Bob's Burgers**
- 02.40 Impractical Jokers** Spreng- hlægilegir bandarískir þættir þar sem fjórir vinir skiptast á að vera þátttakendur í hrekk í falinni myndavél.
- 03.00 30 Rock**
- 03.20 Backyard Envy**
- 04.05 Franklin & Bash** Fyndnir og bráðskemmtilegir þættir um lögfræðingana og æsku- vinina Jared Franklin og Peter Bash sem eru ráðnir af einum aðaleiganda stórrar lögfræðistofu, eftir að hafa unnið mikilvægt mál í rétti.

## Sunnudagur

## Hringbraut

- 18.30 Mannamál (e)** Einn sí- gildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi.
- 19.00 Suðurnesja-magasin**
- Vikurfrétt (e)** Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum
- 19.30 Útkall (e)** Útkall er sjón- varpsútgáfan af sívinsælum og samnefndum bóka- flokki Óttars Sveinssonar.
- 20.00 Matur og heimili (e)** Sjöfn Þórðar fjallar um matargerð í bland við íslenska hönnun og fjölbreyttan lífsstíl.
- 20.30 Mannamál (e)** Einn sí- gildasti viðtalsþátturinn í íslensku sjónvarpi. Sig- mundur Ernir ræðir við þjóðþekkt einstaklinga um líf þeirra og störf.
- 21.00 Suðurnesja-magasin**
- Vikurfrétt (e)** Mannlífið, atvinnulífið og íþróttirnar á Suðurnesjum

## RÚV Sjónvarp

- 07.15 KrakkaRÚV**
- 10.00 Kaupmannahöfn - höfuð- borg Íslands**
- 10.25 Skjól og skart** Handverk og saga íslensku búninganna
- 11.40 Mann dómsár Mikkos**
- 12.10 Keramik af kærleika**
- 12.40 Strandir**
- 13.15 Fiskilíf**
- 13.45 Fjarsjóður framtíðar** Lofts- lagsbreytingar
- 14.15 Förum á EM (1 af 4)**
- 14.45 Förum á EM (2 af 4)**
- 15.15 EM stofan** Upphitun fyrir leik
- 15.50 Belgía - Ísland** Bein útsend- ing frá leik á EM kvenna.
- 17.50 EM stofan** Uppgjör á leik
- 18.20 Sumarlandabrot**
- 18.25 KrakkaRÚV**
- 18.26 Stundin okkar**
- 18.49 Sumarlestur**
- 18.50 Sögur frá Listahátíð**
- 19.00 Fréttir**
- 19.25 Íþróttir**
- 19.35 Veður**
- 19.45 Sumarlandinn**
- 20.20 Íslendingar** Herdís Þorvalds- dóttir. Herdís Þorvaldsdóttir leikkona fór með fjölmörg hlutverk á sviði þjóðleik- hússins allt frá því að það tók til starfa 1950 en þá lék hún Snæfríði Íslandssól í Íslandsklukkunni.
- 21.20 Sæluríki Lykkeland II**
- 22.10 Undir halastjörnu**
- 23.50 Ísland. bíóland** Vorhret á glugga
- 00.50 Dagskrárlok**

## Sjónvarp Símans

- 12.30 The Bachelor**
- 14.00 The Block**
- 15.00 PEN15**
- 15.25 Top Chef**
- 16.30 Spin City** Bandarískir gamanþættir sem fjallar um starfsfólkið í Ráðhúsinu í New York sem þurfa itrekað að passa upp á að borgar- stjórinn verði sér ekki til skammar.
- 16.55 The King of Queens**
- 17.15 Everybody Loves Raymond**
- 17.40 A Million Little Things**
- 18.25 Ordinary Joe**
- 19.10 State of the Union**
- 19.25 Ræktum garðinn** Ræktum garðinn er þáttaröð um flest allt það sem tengist görðum og gróðri á Íslandi.
- 19.40 Young Rock**
- 20.10 This Is Us**
- 21.00 Law and Order. Special Vic- tims Unit**
- 21.50 Station Eleven** Dulmögnuð þáttaröð um banvæna inflú- ensu sem herjar á heiminn og þeir sem lifa af þurfa að byggja upp betri veröld.
- 22.50 Love Island**
- 23.35 Pose** Skemmtileg þáttaröð þar sem söngur og dans spilar stórt hlutverk. Sögu- sviðið er New York árið 1987.
- 00.35 FBI**
- 01.20 The Rookie**
- 02.05 FBI. International**
- 02.50 Blue Bloods**
- 03.35 Love Island**
- 04.20 Tónlist**

## Stöð 2

- 08.00 Barnaefni**
- 11.40 Simpson-fjölskyldan**
- 12.00 Alex from Iceland**
- 12.20 Nágrannar**
- 13.50 Nágrannar**
- 14.15 Sex í forgjöf**
- 14.30 Best Room Wins**
- 15.15 Top 20 Funniest**
- 15.55 Britain's Got Talent**
- 17.40 60 Minutes**
- 18.26 Veður**
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
- 18.45 Sportpakkinn**
- 18.55 Ísskápastríð**
- 19.35 Grand Designs. Sweden**
- 20.25 The Heart Guy**
- 21.15 Grantchester**
- 22.00 Pandore**
- 22.50 Shameless**
- 23.40 Brave New World**
- 00.30 The Cleaner**
- 01.00 Simpson-fjölskyldan**
- 01.20 Sex í forgjöf**
- 01.40 Best Room Wins**
- 02.20 Top 20 Funniest**

## Mánudagur

## Hringbraut

- 18.30 Fréttavaktin** Fréttir dagsins í opinni dagskrá
- 19.00 Lengjudeildarmörkin** Hörður og Hrafnkell fara yfir úrslit og mörk í Lengjudeild karla í knattspyrnu
- 19.30 Undir yfirborðið (e)** Ásdís Olsen fjallar hispurslaus um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni.
- 20.00 Fjallaskálar Íslands (e)** Fjallaskálar Íslands er heillandi heimildapáttur um landnám Íslendinga upp til fjalla og inni í óbyggðum.
- 20.30 Fréttavaktin**
- 21.00 Lengjudeildarmörkin**



Karólína Lea Vilhjálmisdóttir.

FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

## Veislan á vellinum

Skemmtilegasta sjónvarpsefni helgarinnar kemur án efa í beinni útsendingu frá Englandi. Þar er hafið Evrópumeistaramót í fót- bolta og mun íslenska kvennalands- liðið spila sinn fyrsta leik á morgun, sunnudag. Ríkissjónvarpið sýnir leikinn sem hefst klukkan 16.00. Fyrir leikinn verður spjallað við sér- fræðinga um gang mála frá klukkan 15.15. Íslenska liðið leikur við Belga í þessum fyrsta leik sínum og síðan á fimmtudag við Ítalí og mánudag- inn 18. júlí við hið sigurstranglega franska lið sem flestir spá að verði örugglega annað tveggja lið sem kemst áfram upp úr þessum riðli. Ítalir og Frakkar leika klukkan 19.00 á sunnudag og verður sá leikur sýndur á RÚV 2. ■

## ■ Við tækið

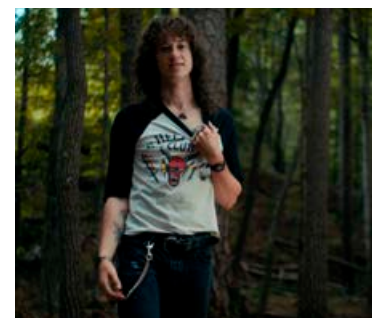
## Stranger Things-áhrifin

Ingunn Lára Kristjánsdóttir  
ingunnlara  
@frettabladid.is

Fjórða sería af hinum geysivin- sælu þáttum Stranger Things er nú komin á Netflix og undirrituð er svo sannarlega búin að liggja yfir henni eins og margir aðrir.

Ný persóna, sem aðdáendur fá ekki nóg af, er persóna Joseph Quinn, rokkarinn og dýflissu- og djöflameistarinn Eddie Munson, sem virtist ætla einn síns liðs að endurvekja rokkið.

Þættirnir gerast á níunda ára- tugnum og er því mikil nostalgia í lagalista. Lög á borð við Run- ning Up That Hill eftir Kate Bush og Master of puppets eftir Metallica hafa rokið upp vinsældalista á for- dæmalausán hátt. Stærstu tónlist- armenn níunda áratugarins græða rækilega á Stranger Things-áhrif- unum, Kate Bush hefur sjálf hagnast um 2,3 milljónir dala vegna spreng- ingarinnar sem varð í hlustun eftir



Leikarinn Joseph Quinn spilaði sjálfur gitarsóló í Master of puppets.

að lagið hennar birtist í mikilvægri senu. Sömuleiðis má sjá mikla aukningu í hlustun hjá Iron Mai- den og Metallica eftir tvær episkar senur með okkar allra besta Eddie Munson. „Þetta er tónlist!“ óskrar hann með Iron Maiden-snældu í hendinni. ■



Stærstu tónlistar- menn níunda áratugarin- ars græða rækilega á Stranger Things.

**LENGJU DEILDIN**

**LENGJUMÖRKIN**

**MÁNUDAGA KL. 19.00 OG 21.00**

Hörður og Hrafnkell fara yfir úrslit og mörk í leikjum Lengjudeildar Karla í knattspyrnu.

ÍSLENSKUR TOPPFOÐBOLT HRINGBRAUT

# Sigraðu innkaupin!

Tilboð gilda 9.-10. júlí

**KJÖTBORD**

**Lamba grillpakki blandaður**

**1.979** kr/kg  
3.099-kr/kg

**36%**



**KJÖTSEL**

**40%**

Grilltvenna Úrbeinuð kjúklingalæri

**1.799** kr/kg  
2.999-kr/kg



**30%**

Rauð vínber 500 g

**384** kr/pk  
549-kr/pk



**KJÖTSEL**

**40%**

Léttreyktar grísakótilettur hunangslegnar

**1.859** kr/kg  
3.099-kr/kg



**KJÖTSEL**

**26%**

Lambalæri í ítalskri maríneringu

**1.997** kr/kg  
2.699-kr/kg



**SS**

**30%**

Lamba-ribeye, kryddlegið

**3.427** kr/kg  
4.896-kr/kg



**KJÖTBANKINN**

**40%**

Nautapíparsteikur

**3.299** kr/kg  
5.499-kr/kg



Heilsuvara vikunnar

**30%**

Apple Cider B12 Vitayummy, 60 stk.

**2.099** kr/pk  
2.999-kr/pk



Sigraðu innkaupin og fáðu betra verð á matvöru með Samkaupa appinu

**nettó**

Tilboðin gilda meðan birgðir endast. Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Vöruúrval getur verið breytilegt milli verslana.



EM stúlknaðslíða fer fram á Urriðavelli GO, einum fallegasta velli landsins. MYND/HELGA & MARINO

## Golfhátíð á Urriðavelli

kylfingur.is

Það er sannkölluð golfhátíð á Urriðavelli Golfklúbbsins Odds í vikunni þar sem Evrópumót stúlknaðslíða fer fram. Þetta er í fyrsta sinn sem mótið fer fram á Íslandi en EM kvenna fór fram á sama velli árið 2016.

Þorvaldur Þorsteinsson, framkvæmdastjóri Golfklúbbsins Odds, sagði í stuttu spjalli við kylfingur.is nú undir kvöld að allt hafi gengið mjög vel til þessa. „Við finnum fyrir ánægju og gleði meðal viðstaddra. Það rigndi aðeins seinni partinn en það kom nú ekki að sök. Stelpurnar eru að slá virkilega vel og ná þökkalegu skori. Þetta eru hörkukylfingar. Þær eru ekkert síðri en þær sem voru hér á EM kvenna fyrir sex árum síðan. Það verður virkilega gaman að fylgjast með þeim áfram í vikunni og á stærri sviðum í framtíðinni,“ sagði Þorvaldur.



**Rúmlega 80 félagsmenn munu standa vaktina með okkur en án þeirra væri ekki hægt að halda slíkt mót.**

Þorvaldur sagði margar hendur þurfa á dekk til að gera Evrópumót sem þetta að einstökum og eftirminnilegum viðburði.

„Það þarf margar hendur til þess að gera Evrópumót stúlknaðslíða að einstökum og eftirminnilegum viðburði. „Við leitum til okkar frábæru félagsmanna og óskum eftir sjálfbodaliðum. Græni sjálfbodaliðaherinn okkar frá árinu 2016 svaraði kallinu með glæsibrag og voru viðbrögðin framar vonum. Rúmlega 80 félagsmenn munu standa vaktina með okkur en án þeirra væri ekki hægt að halda slíkt mót.“ ■

Golfréttir og umfjöllun alla daga



Ólafur Pálsson olafur@vf.is - Páll Ketilsson pkt@vf.is

# Vefverslun með þarfir kvenna í huga

Golfa er vefverslun með golffatnað fyrir konur. Hugmyndin kviknaði síðastliðið haust en verslunin hóf göngu sína í febrúar. Katrín Gardarsdóttir er eigandi golfa.is og verslunarstjóri.

kylfingur.is

Katrín er ekki ókunnug verslun og þjónusta en hún hefur m.a. starfað í kvenfataverslun áður. Þá er hún ástriðukylfingur en hún hellti sér af fullum krafti í golfið fyrir 5-6 árum síðan. Raunar stundar fjölskyldan golf, alveg eins og hún leggur sig, þó sumir spili meira en aðrir en sonur Katrínar, Jóhann Frank Halldórsson, er í piltalandsliði Íslands, sem leikur á Evrópumóti um þessar mundir.

„Þessi hugmynd kviknaði eftir golfhring síðasta haust en við hjónin vorum í golfferð og vorum að slaka á eftir hringinn þegar ég er að ræða einsleitni á markaði á Íslandi í golffatnaði fyrir konur. Mér fannst vera gat á markaðnum og í kjölfarið fór ég að hugsa og vafra um á netinu en þá hafði ég séð eitt af þeim merkjum, sem ég er að selja á golfa.is, í verslun á erlendum golfvelli.“

Katrín ákvað að senda fyrirspurn á framleiðanda vörunnar og fékk svar nokkuð fljótt. Tölvu-póstar gengu á milli og þegar Katrín hafði kynnt sig og sínar hugmyndir komst hún í samband við dreifingaraðila og stakk sér í kjölfarið í djúpu laugina. En hvernig hefur reksturinn gengið? „Það hefur gengið virkilega vel. Ég hef frá upphafi fengið góðar viðtökur en ég opnaði vefverslunina í febrúar sl. Þegar ég opnaði hafði ég bætt við öðru merki og ekki leið á löngu þar til þriðja merkið bættist við vörulínuna.“ Katrín segir að framleiðendur og dreifingaraðilar merkjanna allra hafi sýnt mikinn samstarfsvilja og haft einlægan áhuga á Íslandi og að selja vörurnar hér á landi. Nú þegar tæpt ár er síðan Katrín hóf reksturinn segir hún að samskiptin séu orðin persónuleg og samstarfið sé einkar gott við framleiðendur og dreifingaraðila. „Það kom mér svölitið á óvart hvað allir voru spenntir fyrir því að selja hér á þessum litla markaði. Við fundum strax mikinn samhljóm. Mér fannst vanta golffatnað fyrir konur sem hannaður er með þeirra þarfir í huga og jafnvel af konum. Meirihlutinn af þeim sem ég er að versla við eru að hanna og framleiða fyrir konur og á þeim forsendum að þeim fannst vanta



**Sumar hafa notað fatnaðinn í sumarfríum og aðrar hafa notað hann í fjallgönguna en vörurnar líta ekkert endilega út fyrir að vera sérsníðnar fyrir golf þó þær séu það nú reyndar.**

eitthvað inn á markaðinn rétt eins og mér sjálfri fannst vanta eitthvað slíkt hér á Íslandi. Það er alltaf gaman þegar þetta helst svona í hendur.“

Í vefverslun golfa.is býður Katrín upp á mikla breidd í fatnaði, allt frá toppum, bolum, buxum og peysum til kjóla og pilsa, vesta og jakka. Þá hefur hún einnig til sölu fylgihluti á borð við veski og tösukur, húfur og sokka, sem og leðurbelti framleidd af fjölskyldufyrirtæki í Kanada. Fatnaðurinn er einkar vandaður en merkin eru flest amerísk og bresk þó eitthvað sé framleitt á Ítalíu. Katrín segist reyna að stilla verði í hóf sem hún frekast getur. „Ég er ekki með mikla yfirbyggingu. Verslunin er fyrst og fremst vefverslun og

Katrín er með góða aðstöðu fyrir starfsemina og litla verslun sem hún vonast til að geta haft meira opna. Hér er hún í fatnaði frá Golftini.

MYND/ÞÓSEND



Mæðgurnar, Katrín og Andrea Rut, skarta Belyn Key og Tail á Hof Trages golfvellinum nærri Frankfurt. Katrín spókar sig á golfvellinum í buxum frá Tail og peysu og topp frá Golftini.

ég er hvorki með leigt eða keypt húsnæði undir starfsemina, sem ætti að skila sér í lægra verði. Ég er hins vegar með flotta og góða aðstöðu þar sem ég er með vörurnar og upplifunin að ganga inn í það húsnæði er svölitið eins og að ganga inn í litla golffataverslun. Þar hef ég verið að taka á móti þeim sem af einhverjum sökum treysta sér ekki til að nota vefverslunina. Ég vonast til þess að geta þegar fram líða stundir boðið upp á ákveðinn afgreiðslutíma í litlu versluninni fyrir þá sem þangað vilja sækja.“

Katrín segir að þau fjögur merki sem hægt er að nálgast á golfa.is séu öll frekar ólík og þá segir hún að margar konur kaupi fót á golfa.is án þess að hafa nokkurn tímann leikið golf. „Sumar hafa notað fatnaðinn í sumarfríum og aðrar hafa notað hann í fjallgönguna en vörurnar líta ekkert endilega út fyrir að vera sérsníðnar fyrir golf þótt þær séu það nú reyndar.“ Katrín segist hafa tekið á móti hópum. „Ég hef boðið til mín smærri hópum sem hafa komið og valið sér eitthvað sam-

stætt fyrir einhver tilefni. Ég horfi til þess að veita góða og persónulega þjónustu.“ Rafrænt gjafakort golfa.is er fullkomin leið til að dekra við kylfinginn í lífi þínu – gjöf fyrir afmæli eða önnur tækifæri. Hægt er að nálgast gjafakortin í vefversluninni. Þú velur þá upphæð sem þér hentar.

Merkin sem í boði eru á golfa.is; Tail, Golftini og Belyn Key eru merki sem leggja mikið upp úr gæðum, sniðum og efnisvali, segir Katrín. „Fatnaður frá þessum merkjum er mikið til hannaður af konum sem eru með þarfir sínar og annarra kvenna í huga. Þá bjóðum við gæðapeysur úr ítalskri merinu ull frá Birdie London. Sennilega er eitt mesta úrval af golffatnaði fyrir konur að finna á golfa.is. Allar vörur eru sendar án endurgjalds á næsta pósthús eða í póstbox. Ég vil hvetja konur á öllum aldri til að kynna sér úrvalið á golfa.is og minni á að það er alltaf hægt að senda tölvu-póst og fá að koma og líta inn í litlu verslunina. Þar ættu allar konur að geta fundið eitthvað við sitt hæfi.“ ■

## Landsliðin á ferð og flugi

kylfingur.is

Landslið Íslands eru á ferð og flugi um þessar mundir en Evrópumót fara fram víðs vegar í álfunni auk verkefna hjá elstu landsliðunum. Keppnisfyrirkomulag Evrópumóta er með þeim hætti að fyrstu tvo keppnisdagana er leikinn högg-leikur þar sem fimm lægstu skorin hjá hverju liði telja. Liðunum er raðað upp í riðla eftir árangri í högggleiknum þar sem átta efstu

liðin leika í holukeppni í A-riðli um sjálfan Evrópumeistaratilinn en önnur lið leika um sætin þar fyrir neðan.

Karalandslið Íslands leikur á hinum goðsagnakennda Royal St. George's velli á Englandi en Opna mótið hefur 15 sinnum farið fram á vellinum, síðast á síðasta ári. Íslenska liðið hafnaði í 16. sæti í högggleiknum og leikur í B-riðli holukeppninnar. Evrópumót kvennalandsliða fer fram á Conwy vellinum í Wales. Íslenska liðið hafnaði í 15. sæti högggleiksins og keppir því einnig í B-riðli Evrópumótsins. Stúlknaðslíði Íslands leikur á Evrópumótinu á Urriðavelli. Stúlkurnar höfnuðu í 16. sæti í högggleiknum og leika í C-riðli Evrópumótsins. Piltalandsliðið leikur í 2. deild Evrópumótsins, sem fram fer á Pravets vellinum í Búlgaríu. Þegar blaðið fór í prentun höfðu þeir leikið fyrri hringinn í högggleikskeppninni og sitja í 7. sæti. ■



Stúlknaðslíði Íslands 2022. Efri röð frá vinstri: Pamela Ósk Hjaltadóttir úr GM, Katrín Sól Davíðsdóttir úr GM og Berglind Erla Baldursdóttir úr GM. Neðri röð frá vinstri: Ragnhildur Kristinsdóttir liðsstjóri, Karen Lind Stefánsdóttir úr GK, María Eir Guðjónsdóttir úr GM og Sara Kristinsdóttir úr GM.

MYND/SIGURÐUR ELVAR ÞÓRÓLFSSON

ÚTISVÆÐIÐ 7. -16. JÚLÍ



7. JÚLÍ

Júladískó



Stuðmenn  
Ball í útitjaldinu  
Svæðið opnar kl 17

8. JÚLÍ



HJARTA  
HAFNAR-  
FJARÐAR  
ÚTISVÆÐI



Poppvélín  
og Haffi Haff

Nýtt lag Hjarta Hafnarfjarðar frumflutt

9. JÚLÍ



Siggi Hlö

Alvöru diskó í útitjaldinu

14. JÚLÍ



Á móti sól  
ball í útitjaldinu

15. JÚLÍ

Svæðið opnar kl 17



Paparnir  
Alvöru Papaball í útitjaldinu

Svæðið opnar kl 17

16. JÚLÍ

Bjorkort á frábæru verði  
Stórskemmtilegt útisvæði með tjöldum, borðum og bekkjum  
Opið 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



prime  
UMBODSSKRIFstofa





Halla Ólafsdóttir og Þóra Hjörleifsdóttir gerðu fimm þátta hlaðvarpsseríu um æsispennandi fjársjóðsleit á Kili. **MYND/ÓSKAR ÖRN HÁLFDÁNARSON**

## Hafa leitað að hinu h eilaga grali á Kili í tvo

tsh@frettabladid.is

Leitin er nýr hlaðvarpsþáttur sem fer í loftið á Rás 1 í dag þar sem Þóra Hjörleifsdóttir og Halla Ólafsdóttir rekja söguna af leit verkfræðingsins Giancarlo Gianazza og arkitektsins Þórarins Þórarinssonar að hinu heilaga grali uppi á hálendi Íslands.

„Bróðir hans þabba er búinn að vera í mörg, mörg ár í einhverjum óræðum fjársjóðsleidangri sem ég vissi aldrei alveg hvað var. Svo frétti ég að hann væri að leita að hinu heilaga grali með ítölskum milljónamæringi,“ segir Þóra en Þórarinn er föðurbróðir hennar.

Verkefnið á rætur sínar að rekja til ársins 2004 þegar Giancarlo Gianazza uppgötvaði faldar vísbendingar í Hinum guðdómlega gleðileik eftir Dante Alighieri. Giancarlo taldi að þetta stórvirki ítalskrar bókmenntasögu væri í raun dulköðað fjársjóðskort sem vísaði upp á Kjöl.

„Útvarpsrían rekur söguna frá því að þeir kynast og út á hvað kenningar þeirra ganga. Giancarlo Gianazza er verkfræðingur og er með hobbí sem er að finna dulköðaðar upplýsingar í málverkum eftir Leonardo da Vinci og Sandro Botticelli. Svo var hann mjög mikið að þæla í Hinum guðdómlega gleðileik,“ segir Þóra.

Að sögn Þóru telur Giancarlo sig

hafa fundið leynileg hnit í ljóðabálki Dantes. Allar ljóðlínur verksins eru númeraðar og gaf Dante þau fyrirmæli að þegar Guðdómlegi gleðileikurinn yrði endurprentaður mætti ekki breyta einum einasta staf.

„Giancarlo fór að skoða ljóðið og leita að frávikum og hlutum sem voru skrátnir og spá í það út frá númerunum á ljóðlínunum. Þetta varð til þess að hann fann hnit af mjög afmörkuðum stað á Íslandi sem er þarna uppi á Kili.“

**Þetta hlýtur að hafa hljómað alveg lygilega fyrst um sinn?**

„Það sem mér finnst svo magnað við þetta er að þeir eru búnir að vera að standa í þessu verkefni í næstum tuttugu ár og þegar fólk heyrir af þessu þá finnst öllum þetta bara vera eitthvað fáránlegt. En þetta eru ekkert einhverjir skrátnir karlar. Jú, þeir eru klárlega pinu sérvitir en maður myndi aldrei á förnum vegi hugsa að þeir væru eitthvað skrátnir. Þetta eru eldklárir og sprenglærðir karlar sem eru ekki bara að leita að einhverju út í bláinn.“

Þættirnir, sem eru fimm talsins, verða fluttir í línulegri dagskrá á laugardagsmorgnum á Rás 1 í júlí og ágúst, en þáttaröðin í heild sinni er jafnframt aðgengileg á helstu hlaðvarpsveitum frá og með deginum í dag. ■



Gunnar Helgason bregður á leik með hundi sínum á sparkvelli Öldutúnsskóla.

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

## Fótbolti og bóklestur í eina sæng



Þorvaldur S. Helgason tsh @frettabladid.is

Lestrarátakið Tími til að lesa sameinar tvö helstu áhugamál Gunnars Helgasonar, ritlist og fótbolta. Krakkar á aldrinum 6-14 ára eru hvattir til að lesa og skrifa sögur samhliða EM kvenna í knattspyrnu.

Leikarinn og rithöfundurinn góðkunnir Gunnar Helgason yfir nýju lestrarátaki úr vör í dag í tilefni EM kvenna í knattspyrnu. Átakið, sem er fyrir krakka á aldrinum 6-14 ára, ber heitið Tími til að lesa og er tvíþætt. Í fyrsta lagi er lestraráskorunin Lesum leikinn.

„Þá gera börn og forráðafólk samning sem fólk getur náð í á timitiladlesa.is. Þar lofar barnið að lesa ákveðið mikið fyrir hvern leik sem íslenska kvinnalandsliðið spilar á EM, hvert mark sem er skorað og hvert viti sem er varið. Þau sem gera samninginn ákveða hver verðlaunin eru, sem eiga náttúrulega bara að vera ókeypis, fjölskyldustund, knús, bio- eða spilakvöld,“ segir Gunnar.

Í öðru lagi er sögukeppnin Skrifum söguna, þar er börnum frjálst að senda inn sögu sem inniheldur á einhvern hátt orðið bolta.

„Það geta allir sem eru 6-14 ára sent inn sögu á gunnihelga@timitiladlesa.is. Það getur verið hvernig saga sem er, hún þarf ekkert að vera löng. Það getur verið ljóð, myndasaga, leikrit, sjónvarps-handrit, þau ráða því algjörlega. Það eru engin skilyrði með söguna nema að það verður að vera einhvers konar bolti, það getur verið brennibolti, körfubolti, fimleikabolti eða fótbolti,“ segir Gunnar.

**Stærstu verðlaun sem um getur**

Að sögn Gunnars þurfa krakkar að senda inn sögur sín í síðasta lagi 18. júlí svo hann hafi tíma til að lesa þær allar og endilega fyrr. Verðlaunin eru svo ekki af verri endanum en sigurvegari sögukeppninnar fær ferð fyrir tvo á

næsta útileik kvinnalandsliðsins í knattspyrnu í haust.

„Ég vel bestu söguna og sigurvegarinn fær ferð til útlanda. Þetta eru stærstu verðlaun sem um getur í svona smásagnakeppni barna!“ segir Gunnar.

Lestraráskorunin stendur yfir svo lengi sem stelpurnar okkar eru með í leik á EM í knattspyrnu. Keppnin hefst á Englandi í þessari viku en Ísland keppir sinn fyrsta leik næsta sunnudag á móti Belgíu.

„Við vonum að það standi sem lengst. Helst að við förum bara alla leið, við trúum því. Ég er alla vega sjálfur rosa bjartsýnn því hópurinn hefur bara breikkað, batnað og stækkað,“ segir Gunnar og bætir því við að það reynist honum hægara sagt en gert að halda væntingum í hófi.

**Bókmenntaumræður á vellinum**  
Eitt sinn var það þannig að krakkar sem höfðu mikinn áhuga á fótbolta höfðu ekki mikinn áhuga á að lesa og öfugt. Hefur orðið breyting þar á?

„Þegar ég var ungur maður í listnámi þá þótti ekki fint að tala um fótbolta eða hafa áhuga á fótbolta. Það voru mjög erfið fjögur ár þegar ég þurfti að þykjast hafa ekki áhuga á fótbolta í Leiklistarskólanum. En mér finnst það hafa breyst mikið undanfarið að listafólk segi kinnrodalaust að það hafi áhuga á fótbolta.“

Gunnar segir fótbolta vera mjög stóran part af lífi margra en hann hefur alla tíð verið bæði mikill lestrarhestur og áhugamaður um knattspyrnu.

„Ég finn það bara með mínum fótboltasögum, eftir að þær fóru að koma út, þá lenti ég oft í bókmenntaumræðum á vellinum við börn. Það eru svona fótboltakrakkar sem koma á völlum að horfa á leiki, að þau skuli hafa lesið allar þessar bækur og vilji ræða þær er ekkert minna en stórkostlegt fyrir mig.“ ■

Þegar ég var ungur maður í listnámi þá þótti ekki fint að tala um fótbolta eða hafa áhuga á fótbolta.

Myndlistarsjóður

## Opið er fyrir umsóknir í myndlistarsjóð

Veittir verða styrkir allt að 3.000.000 kr.

- Undirbúningsstyrkir
- Styrkir til sýningaverkefna
- Útgáfu-/rannsóknastyrkir og aðrir styrkir

Umsóknarfrestur er til kl. 16:00 þann 22. ágúst 2022

Upplýsingar um myndlistarsjóð, umsóknareyðublað, úthlutunarreglur og leiðbeiningar má finna á vefsíðu myndlistarsjóðs, myndlistarsjodur.is

Úthlutað verður í september-mánuði. Um er að ræða seinni úthlutun úr sjóðnum árið 2022.



# Sumar og sjónvörp

**PLAY**

10% afsláttur af völdum Samsung sjónvörpum og gjafabréf frá PLAY fylgir!

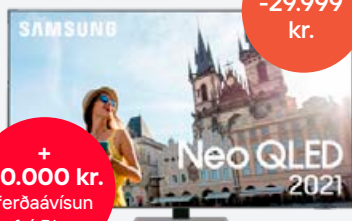


**SAMSUNG**



**10% AFSLÁTTUR**  
SAMSUNG SJÓNVARP  
55 NEO QLED Q85A 2021  
251.991 kr. 279.990 kr.

**SAMSUNG**



**10% AFSLÁTTUR**  
SAMSUNG SJÓNVARP  
65 NEO QLED Q85A 2021  
269.991 kr. 299.990 kr.

**SAMSUNG**



**10% AFSLÁTTUR**  
SAMSUNG SJÓNVARP  
75 NEO QLED Q85A 2021  
377.991 kr. 419.990 kr.

**SAMSUNG**



**10% AFSLÁTTUR**  
SAMSUNG SJÓNVARP  
85 NEO QLED Q85A 2021  
539.991 kr. 599.990 kr.



Skjaskot af vefsíðu Craiyon.

## Craiyon aðeins takmörkuð af ímyndunaraflinu

ragnarjon@frettabladid.is

Hefur þig einhvern tíma langað til að sjá íslenskt ljóðskáld taka selfie í París? Eða ryksuguvélmenni sem þrífur á sjávarbotni? Eða önd með rauðan topphatt sem stendur í skógi? Allt þetta og meira getur þú séð með hjálp nýrrar gervigreindar sem ber nafnið Craiyon.

Craiyon er myndrænt textaforrit sem býr til myndir út frá þeim texta sem settur er inn í hana. Eftir að texti hefur verið sleginn inn ber hún hann saman við myndir sem gervigreindin hefur í gagnagrunni sínum og býr til samsetningu sem oft og tíðum kemur út eins og listræn túlkun á textanum.

Til dæmis í meðfylgjandi mynd er túlkun Craiyon á textanum „blaðamaður sem skrifar um craiyon“. En lesendur eru vissulega einungis takmarkaðir af ímyndunaraflinu þegar það kemur að sköpun myndefnis.



## Hefur þig einhvern tíma langað til að sjá íslenskt ljóðskáld taka selfie í París? Eða ryksuguvélmenni sem þrífur á sjávarbotni?

Craiyon var búið til af bandaríska tölvunarfræðingnum Boris Dayma en hann bjó forritið upprunalega til fyrir kóðunarsamkeppni og byggði þá hugmyndina á gervigreindinni DALL-E 2 sem búið var til af fyrirtækinu OpenAI. Upprunalega kallaði Dayma sína gervigreind DALL-E mini eftir fyrirmyndinni en var síðar meir beðinn um að breyta nafninu. Það forrit er talsvert öflugra en er þó ekki í opnum aðgangi. En sem betur fer geta allir notað Craiyon með því að fara inn á heimasíðu gervigreindarinnar craiyon.com. ■

## Ferðamenn brattir þótt spái rigningu

ninarichter@frettabladid.is

Íslendingar kveinka sér við kulda og rigningu þessi dægrin. Spáð er votviðri víða um land næstu vikuna. Ferðamenn sem Fréttablaðið ræddi við á ferli í miðborg Reykjavíkur láta regnið ekkert á sig fá og sumir þakka jafnvel fyrir að losna úr hita í heimalandinu.



Sam er frá Wisconsin í Bandaríkjunum, kom til landsins fyrir viku síðan og fer heim í dag. Þetta er fyrsta Íslandsheimsóknin. „Þetta hefur verið ótrúlegt, alveg frábært. Við fórum Gullna hringinn og það var æðislegt. Við höfum líka eytt nokkrum dögum í borginni.“

Sam kveðst síður en svo vera óánægður með veðrið. „Við fengum nokkra blíðviðrisdaga í upphafi en síðan kom kuldi og rigning. En það er í góðu lagi enda er 35 gráðu hiti og rakt loft heima, þannig að þetta er bara fínt.“ ■



Rebekka og Sebastian eru frá Þýskalandi. Hún er í fyrsta sinn á Íslandi en Sebastian er að koma í annað sinn. Hann var hér fyrir 10 árum síðan. „Veðrið er allt í lagi, miðað við íslenskt veður,“ segja þau og hlæja. Rebekka segist hafa skoðað veðurspána áður en lagt var af stað og áttað sig á að spáð væri rigningu næstu 40 dagana. Þau ætla að skella sér í hringferð um landið og stefna á hálf mánaðar ferðalag. ■



„Við erum vön sumarhita,“ segja bandarísk hjón, ættuð frá Flórída og Nýju-Mexíkó. „Það gleður okkur að sjá í bláan himin í dag, þetta gæti verið okkar eina tækifæri til þess í þessari ferð.“ Í fyrradag var fyrsti dagur ferðarinnar sem nýttur var í heimsókn í Bláa lónið. „Við ætlum að keyra í 12 daga, kafa í Silfrú, ferðast á vélsleðum uppi á jökli, kíkja í hvalaskoðun og gera alls konar ferðamennskutengda hluti,“ segja þau og það er ljóst að hér er mikið ævintýrafólk á ferð. Þau segja veðrið ekki setja strik í reikninginn að neinu leyti. „Við förum í svona ferð einu sinni á ævinni og hvað á maður að gera? Hanga inni vegna þess að það er rigning? Ég held nú síður. Veðrið á þó sennilega eftir að valda því að við kaupum meiri útvistarfatnað en upphaflega stóð til.“ ■



Hjónin Ole og Eve, Odd og eiginkona eru frá Norður-Noregi. Þau eru í hópi farþega á skemmtiferðaskipi sem siglir frá Amsterdam með viðkomu á Íslandi og Írlandi. „Í Íslandslegnum stoppum við í tvo daga á Akureyri og í tvo daga hér í Reykjavík,“ segir Odd.

Í gær var seinni dagur hópsins í Reykjavík. „Fyrri daginn leigðum við bíl og fórum Gullna hringinn. Eftir dag í köldu og blautu veðri stóð upp úr að skella sér í Secret Lagoon,“ segir hann, og vísar til Gömlu laugarinnar á Flúðum.

Aðspurð um væntingar til veðursins segja þau að í ljósi þess að þau komi frá Norður-Noregi komi það lítið að sök. Þau hafi ekki búist við heitu veðri. ■



Ferðalangur frá Ísrael segir að ferðin hafi verið dásamleg hingað til. Hún kippir sér ekki upp við kalt veður og regn, enda sé hún í góðri úlpu. Hún, sem ferðamaður, sé frekar upptekin af því að heillast af nýjum hlutum og sjá og upplifa. Hún dásamar náttúru landsins sem hún segir kynngimagnaða. „Það er miklu kaldara hér en heima þannig að allt umhverfið er allt öðruvísi. Landslagið, dýrin og blómin, bara allt.“ ■

## Hríðlækkandi fasteignaverð í Hawkins

### SJÓNVARP

**Stranger Things 4. sería**  
Leikstjórn: Duffer-bræður  
Dreifing: Netflix

arnartomas@frettabladid.is

Það er kannski ekki skritið að Netflix hafi ákveðið að skipta útgáfu fjórðu seríu Stranger Things í tvennt. Þættirnir eru þeir langvinsælustu á streymisveitunni sem hefur átt um sárt að binda og því auðveldur peningur í því að neyða

fólk til að halda áskriftinni sitt hvorn mánuðinn. Frekar lúalegt, en hvað um það.

Það er aðeins spólað áfram áður en þættirnir taka upp þráðinn frá því síðast, sem er gott því blessuð börnin lita öll út eins og þau séu orðin ansi fullorðin. Uppbyggingin er ansi svipuð fyrri seríum – allt leikur í lyndi í smábænum Hawkins áður en skuggar Áhvolfsheimsins teygja sig þar inn. Af hverju býr fólk enn þá þarna?

Á heildina litið er serían frekar góð, líklega sú besta sem þættirnir

hafa átt fyrir utan þá fyrstu. Þrátt fyrir að sagan taki sig ekki of alvarlega þá er hryllingurinn talsvert meiri en oft áður og mörg atriði ansi óhugguleg. Endurlífaganir á Metallica og Kate Bush hitta beint í mark eins og sjá má á vinsældalistum heimsins. Á heildina litið tekst ágætlega til við að þræða saman sögusvið margra persóna. Á sumum stöðum er þó hjakkað ansi mikið í sama farinu og maður veltir fyrir sér hvort einhverjar persónur upprunalegu seríunnar megi ekki fara að missa sín. ■



**NIDURSTADA:** Fjórða sería Stranger Things er ágæt, betri en síðustu tvær.

Þættirnir mættu minnst losna við eins og eina til tvær persónur sem hafa fylgt þeim frá fyrstu seríunni.



# LAGERSALA

# NTC

## HOLTAGÖRÐUM

- merki fyrir minna -

ALLT AÐ  
**70%**  
AFSLÁTTUR

# SÍÐASTA HELGIN

**70%**

## OPIÐ LAUG-SUN KL. 12-17

YFIR 100 VINSÆL VÖRUMERKI

MOSS  
REYKJAVÍK

MARC JACOBS

Matinique

THE FINEST QUALITY  
THE  
Herschel  
SUPPLY CO. BRAND  
TRADE MARK

SOAKED  
IN LUXURY

InWear

billi bi  
COPENHAGEN

TIGER  
OF SWEDEN

ROTATE  
BUNGALOWS BY ROTATE

SAMSØE

SAMSØE

NA-KD

2NDDAY

STEVE MADDEN

J.LINDBERG

carhartt

Acne Studios

ENVII

TATUAGGI

PART TWO

EINFALT OG ÞÆGILEGT

1.000.- KR • 2.000.- KR • 3.000.- KR • 4.000.- KR • 5.000.- KR • 7.000.- KR • 9.000.- KR • 12.000.- KR • 15.000.- KR

VÖRUR FRÁ EFTIRTÖLDUM VERSLUNUM

Kultur  
menn

gs skór

GK  
REYKJAVÍK

KARAKTER  
KONUR

SMASH  
URBAN

galleri sautján

eVa

COMPANYS

Kultur

lagersalantc

Lagersala NTC

Holtagarðar

# Háfamál, herforingjar og flísbuxur

## Frétt vikunnar

Bubbi Morthens

arnartomas@frettabladid.is

Ég verð að viðurkenna að ég er búinn að vera herna í viku í laxveiði og veit ekkert hvað er að gerast. Ég er algjörlega out. Það fréttæmasta hjá mér er að Kristján, unglíngurinn

stóri á Hólavegi, stökk alklæddur út í á upp að bringu til að háfa fisk fyrir mig.

Ég setti í stóran lax en gat ekki tekið hann því það var svo djúpt í ánni, svo ég hringdi í vin minn sem bað Kristján að koma. Það vantaði háf, svo hann þurfti að græja það á meðan ég glímdi við laxinn.

Þegar Kristján kemur aftur þá er hann bara í flísbuxum og íþróttaskóm. Þetta var í fyrsta skipti sem

hann var að háfa alvöru lax og ég sagði við hann: „Jæja, nú verður þú bara að hoppa út í.“ Hann var sko aldeilis til í það og stökk út í. Ég sá að þetta leit ágætlega út svo ég stökk ofan í líka, en gleymi því að drengurinn er um tveir metrar, svo það flæddi ofan í allt hjá mér! Strákurinn stóð sig hins vegar eins og herforingi og það var mikill gleði og mikill stemmari. Svo þetta er það fréttæmasta hjá mér í vikunni. ■



Bubbi Morthens.

FRÉTTABLAÐIÐ/  
ERNIR

# SUMAR útsala

LÝKUR Á MÁNDAG



20%

AFSLÁTTUR

**CHIRO UNIVERSE** heilsudýna

Chiro heilsudýnurnar eru með vandað pokagormakerfi sem býður upp á minni hreyfingu milli rekkjunauta og betri aðlögun að líkama þínum. Yfirdýnan er svæðaskipt með slitsterkt og mjúkt bómullaráklæði. Dýna sem tryggir réttan stuðning við mikilvæg svæði eins og t.d. neðra mjóbak og axlarsvæði.

160x200 cm  
Fullt verð: 59.900 kr.  
Nú **47.920 kr.**

Til í fleiri stærðum.



50%

AFSLÁTTUR

**DANADREAM**

Ergo magic dúnkoddi með innri kjarna úr minnissvampi.

Fullt verð: 14.900 kr.

Nú 7.450 kr.



**S.BEDDING**

Dúnsæng. 1300g 85% smáfiður og 15% hreinn andardúnn.

135 x 220 cm. Fullt verð: 14.900 kr.

Nú 7.450 kr.



30%

AFSLÁTTUR

**KOLDING** hægindastóll og skammel

Stillanlegur stóll í dökkgráu, rauðu eða svörtu PVC áklæði.

Verð 169.990 kr.

Nú 118.930 kr.

Opið á sunnudögum á Smáratorgi 13-17



Fáðu fréttirnar fyrst um tilboð, afsláttarkóða eða aðgang að útsölum á undan öðrum með því að skrá þig á póstlista Dorma.

Holtagörðum, Reykjavík  
Smáratorgi, Kópavogi  
Dalsbraut 1, Akureyri  
Skeiði 1, Ísafirði

**DORMA**

Láttu drauminn ræstast



Á góðri stund með afa Ragga.  
MYND/ADSEND

## Einar Örn býður góða nótt

Barnabarnabarn Ragga Bjarna hefur endurútsatt lagið *Við bjóðum góða nótt*, og gefið það út en þetta er hans fyrsta útgáfa undir eigin nafni.

ragnarjon@frettabladid.is

Einar Örn Magnússon er ungur og upprennandi tónlistarmaður úr Garðabænum. Hann stefnir á útgáfu sinnar fyrstu EP-plötu á næstunni en hans fyrsta lag undir eigin nafni kom út í gær. Lagið er ný útsetning á laginu *Við bjóðum góða nótt*, eftir Bjarna Böðvarsson, en lagið er þekktast í flutningi sonar Bjarna, Ragnars Bjarnasonar, eða Ragga Bjarna.

Ástædan fyrir valinu á laginu er einföld en Einar Örn er langafabarn Ragnars Bjarnasonar. Fréttablaðið tók Einar Örn tali og fékk að heyra skemmtilegar sögur af afa Ragga ásamt því hvernig nýja útsetningin varð til.

„Eitt, tvö og þrjú var algjörlega að vikja ekki of langt frá upprunalegu útsetningunni, þetta er mjög merkilegt lag fyrir mér og við sáum til þess að kjarninn væri nákvæmlega sá sami. En svo reyndum við að hugsa hverju við gætum breytt og þá datt okkur strax í hug að gefa þessu smá suðrænan blæ og úr varð þetta,“ segir Einar sem bæði syngur og leikur á píanó í laginu.

### Afi Raggi

Einar segir að sambandið við langafa sinn hafi verið mjög náð og hann hafi leitað mikið til hans sem



Einar Örn stefnir nú á atvinnu-  
mennsku í tónlistarbransanum.

MYND/ADSEND



barn. „Hann átti fullt af barnabörnum og barnabarnabörnum en við einhvern veginn enduðum alltaf saman, alveg sama hvar við hittumst. Ég hafði svo gaman af bransasög-

unum hans. Svo var hann alltaf að sýna mér einhverja nýja tónlist í bílnum sínum og við vorum alltaf í einhverjum rosalegum þælingum. Þetta var mjög mótandi fyrir mig,“ segir Einar.

Spurður um minnisstæða sögu af afa Ragga stendur ekki á svörum. „Þær eru nokkrar, en sú fyrsta sem mér dettur í hug er þegar ég kom fram með honum á 85 ára tónleik-

unum fyrst. Þá mæti ég á nokkrar æfingar og svo er mér fleygt út á svið.

Þetta var í Eldborg og ég var þarna að spila með alls konar risastórum nöfnum. Þannig leið mér svolítið eins og héra í háu ljósunum. En svo stíg ég á sviðið og fer að syngja og er rosalega sáttur við sjálfan mig. Svo er ég búinn og geng af sviðinu og afi Raggi mætir mér og hælir mér alveg rosalega: „Þetta var stórglæsilegur píanóleikur, þú ert afbragðs tónlistarmaður, það er núna allt að fara að gerast fyrir þig.“ En svo bætir afi við snögglega: „Við sjáum til með sönginn.“ En ég hló nú bara að þessu,“ segir Einar sem segir að alltaf hafi verið stutt í húmorinn hjá Ragga.

### Lagið sem gengur í erfðir

Lagið sem Einar tekur fyrir á sér sérstaka sögu en segja má að lagið gangi í erfðir innan fjölskyldu hans. „Já, þetta er eiginlega svolítið þannig. Þetta er rauði þráðurinn í þessu öllu saman,“ segir Einar og bætir við:

„Það sem er þó merkilegast við þetta lag er að hann afi Raggi var rosalega sveigjanlegur með marga hluti þegar hann kom fram. En þetta var alltaf lagið sem endaði tónleikana hans. Þetta er lagið sem segir, alveg sama hversu mikið stuð var áður, þá er núna tími til að kveðja, bless, þetta er komið gott,“ segir Einar sem stefnir nú heils hugar á atvinnu- og listarbransanum.

„Já, ég hugsa það. Maður er orðinn nógu vitlaus til þess,“ segir hann og hlær, „en maður útilokar ekki eitt né neitt. Ég meina, afi Raggi, hann var leigubílstjóri og átti bílaleigu og átti ríkjanna. Ég veit ekki helminginn af því sem karlinn gerði. Svo guð má vita það hvað maður sjálfur gerir í framtíðinni.“ ■

**KFC**

ÍSLAND • EM  
**BUCKET**  
LISTINN

VELDU RÉTTA FÖTU MEÐ BOLTANUM

**8 ORIGINAL LUNDIR**

eða **20 HOT WINGS**

eða **10 LEGGIR**

**2.699 kr.**



# Á HVADA PALLI VERÐUR ÞÚ Í SUMAR?

Hjá okkur færðu mikið úrval af ólíku pallefni, verkfærum, festingum og öðru til að klára pallinn.



Skannaðu  
kóðann

Skoðaðu allt úrvalið af pallaefni hér

SAMAN Í  
60 ÁR

BYKO



### HJÓLSÖG

Með stórum handföngum til að stuðla að betra haldi og nákvæmari skurði.

Vnr. 74862054

**21.795**

**BOSCH**

	W		KG		mm
	1200		3,9		160



### RAFHLÖÐUBORVÉL

Nett og létt en öflug Bosch EasyDrill 18V rafhlöðuborvél. Tilvalin til að bora í tré, málm og plast og sem skrúfvél. Patróna 13 mm

Vnr. 74864140

**20.995**

**BOSCH**

	V		Ah		KG
	18		1,5Ah		1,3



### BÚTSÖG

BOSCH Bútsög PCM 8 1200 W. Létt og hárnákvæm bútsög með háa skurðargetu þökk sé 216 mm sagarblaði.

Vnr. 74862008

**33.595**

**BOSCH**

	W		KG		mm
	1200		7,9		216



### GEIRUNGSSÖG

Einhell sög TC-SM 2531/2 U með sleða með 1900 W mótör og stóru 254 mm sagarblaði.

Vnr. 74808330

**43.195**

**Einhell**

	W		KG		mm
	1900		19,9		254

### BORÐSÖG

Öflug borðsög með landi sem hentar vel til að saga flestar gerðir timbers. Hægt er að halla söginni í ± 60°. Sagarblaðið er 200x16mm með 24 tönnum. Hæsta sögunarhæð í 45° er 27mm og í 90° er það 45mm.

Vnr. 74808028

**25.695**

**Einhell**

	W		KG		mm
	800		13,9		200



### BYKO SÖGIN

Þessi klassíska, 550mm á lengd.

Vnr. 70210023

**1.495**



### KLAUFHAMAR

með handfangi úr trefjum

Vnr. 72221007

**2.095**

**TACTIX**

### VINNUBORD

Stanley Fatmax samanbrjótanlegt vinnuborð með ál fætur. Þolir allt að 450 kg.

Vnr. 70175672

**24.995**

**STANLEY**



Skannaðu kóðann og fáðu góð ráð fyrir viðhaldið á pallinum



VIÐ ERUM  
HANDHAFI  
KUDUNGSINS

Verslaðu á [byko.is](http://byko.is)



Birt með fyrirvara um prentvillur og/éða myndabrengl.



## Bakþankar

Tobbu Marinós



## Skynjaradurgur

Við hjónin teljum okkur vera vel skipulögð, ég með meistarágráðu í verkefnastjórnun og hann tölvunarfræðingur. Það er því nokkuð viðbúið að snjallvæðing hafi átt sér stað innan veggja heimilisins – með einstaka innköllun. Ég bað eiginmanninn til dæmis að taka snjallperuna af baðherberginu eftir að skynjaradurgurinn taldi mig af ef ég var of lengi að pissa. Svo flutti Alexa inn og starfar nú sem innkaupastjóri, tónlistarstjóri, leikjastjóri og sérleg prumpueftirherma. Hún fór í fylu í vikunni og neitaði að kveikja á öðru en breskum upplestri um seinni heimsstyrjöldina. Líklega of margar prumpubeiðnir.

Í viðleitni okkar hjóna til að tengjast náttúrunni á ný eftir snjallfaraldur skildum við Alexu eftir heima og gengum Fimmvörðuháls, með fullhlaðna síma, heyrnar-tól, snjallúr, auka hleðslustaut og stíliserað sykurlaust og glútenlaust nesti. Og auðvitað í tæknilegum göngufatnaði sem andaði. Dásamlegt veður og við að núvitunda okkur í drasl í beinni á Instagram.

Svo allt í einu fara báðir símarnir að pípa án afláts. Rauða Securitasmerkið blikkaði reiðilega. Þjófavarnarkerfið var farið í gang og það fyrir góðum 10 mínútum þegar við vorum netlaus.

Og nú hófust hlaupin í leit að símasambandi. „Hver brýst inn um miðjan dag?“ kalla ég á hlaupunum – núvitundin á milljón. Stekk upp á stein og rek símaskrípið upp til lofts. Sé fyrir mér dónaþjófa rassa svefnherbergisveggina og brjóta góða stellið. Kalli horfir á snjallúrið og svo sorgmæddur á mig.

„Hvað gerist á okkar heimili alla daga klukkan 12? Helvítis ryksugu-róbotinn!“

„Ó,“ svara ég og rifja upp að útkallið á öryggisverði kostar sirka 20.000.

Ekki snjallt. ■

Sigraðu innkaupin fyrir útileguna



nettó



ÚTSALA  
**PJÄTTERYD** myndir  
 2.290,- 1.290,-/2 í setti



ÚTSALA  
**RÁVAROR** teppi  
 7.990,- 4.990,-



ÚTSALA  
**SPENTRUP** motta  
 22.990,- 15.990,-

ÚTSALA  
**5.490,-**  
**LINDBYN** spegill,  
 7.990,-



ÚTSALA  
**KÄRLEKSGRÄS**  
 púði 450,- 295,-



ÚTSALA  
**4.990,-**  
**GULKALVE** kodd, hár 6.490,-

ÚTSALA  
**DVÄRGTULPAN**  
 ferðakoddi  
 3.590,- 2.490,-

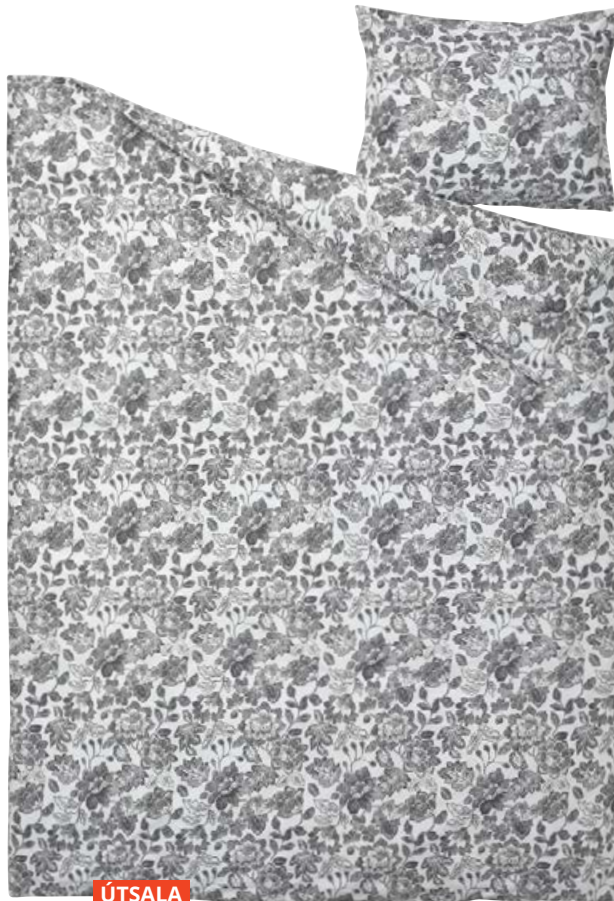


ÚTSALA  
**SIMRISHAMN**  
 borðlampi 5.990,-  
 3.990,-



ÚTSALA  
**AINA** púðaver  
 1.590,- 1.190,-

ÚTSALA  
**VIGDIS** púðaver  
 1.290,- 895,-



ÚTSALA  
**2.290,-**

**SKUGGNÄVA** sængurverasett,  
 B150xL200 cm 3.290,-



ÚTSALA  
**LÄNGDANS** rúllugardína  
 B60xL195 cm  
 2.690,- 1.890,-



ÚTSALA  
**KONSTFULL** blómavasar,  
 Ø11 cm 795,- 495,-/stk.



ÚTSALA  
**GURLI** púðaver  
 695,- 495,-



ÚTSALA  
**LUSTIGKURRE** karfa  
 1.990,- 1.390,-



ÚTSALA  
**11.990,-**  
**ODONVIDE** þyngdarteppi,  
 8 kg 17.990,-



ÚTSALA  
**SMALSTÄKRA** sængurverasett  
 B150xL200 cm 4.990,- 2.990,-

### VEITINGASTAÐURINN

Nú á matseðli - gríptu tækifærið

BBQ-svínaskanki með frönskum, og hrásalati

1.095,-



Lamba-sirloin með bakaðri kartöflu, rauðkáli og piparsósu

1.295,-

