

Jákvætt kynlíf

Ný heimasíða með aðgengilegri fræðslu um kynlíf. Lögð er áhersla á kynfræðslu fyrir jafarsetta hópa, svo sem fatlað fólk. > 20



Slæm staða barna heiminum

Najat Maalla segir stöðu barna í heiminum hafa versnað undanfarin ár. > 24



Ný og betri reiðhjólatrikking



vís

FRÉTTABLAÐIÐ

154. TÖLUBLAÐ 22. ÁRGANGUR

LAUGARDAGUR 30. JÚLÍ 2022

Hefur aldrei verið eins hamingjusöm

Klara Ósk Elíasdóttir samdi og flytur Þjóðhátíðarlagið í ár aðeins önnur kvenna. Hún er flutt til Íslands eftir ellefu ár í Bandaríkjunum og hefur fundið ástina. Klara rifjar upp árin í Nylon og ræðir lífið og ástina. > 18

FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

ÚTSALAN ER Í FULLUM GANGI

Sjáðu öll tilboðin á elko.is



TAKMARKAD
MAGN Í BODI

ELKO



Fólk sem stefnir á hálendið norðan Vatnajökuls þarf að hafa varann á.

Snjókomu spáð á hálendi og stormi norðaustanlands

thorgrimur@frettabladid.is

HÁLENDIÐ Veðurhorfur fyrir verslunarmannahelgina eru með lélegra móti um mestallt landið. Varað er við snjókomu á hálendinu norðan Vatnajökuls fram á mánudag og stormi norðaustanlands frá Tjörnesi austur á Hérað. Þá er hætta á krappa og snjó á Möðrudalsöræfum.

Lögreglan á Austurlandi hefur þó ekki sérstakar áhyggjur af mannaferðum um hálendið og enginn sérstakur viðbúnaður er þar. „Við höfum ekki verið í neinu sérstöku sambandi við björgunarsveitir,“ segir Hjalti Axelsson, aðstoðaryfir-lögregluþjónn á Austurlandi.



Uppi á hálendinu eru lögreglumenn alla jafna og svo eru björgunarsveitir með sína hálendisvakt.

Hjalti Axelsson, aðstoðaryfir-lögregluþjónn á Austurlandi

„Það er náttúrliga hálendis-gæsla, bæði björgunarsveita og lögreglunnar, samvinnuverkefni á Norðurlandi og Norðausturlandi yfir sumartímann. Uppi á hálendinu eru lögreglumenn alla jafna og svo eru björgunarsveitir með sína hálendisvakt uppi á hálendinu. Við höfum ekkert bætt í viðbúnað umfram það.“

Hjalti bendir á að það séu aðallega erlendir ferðamenn sem sækja upp á hálendið og að verslunarmannahelgin hafi lítil áhrif á ferðir þeirra.

„Þeir eru búnir að skipuleggja sig og þeir eru ekkert að bregða út af neinu plani þrátt fyrir einhverjar leiðinda veðurspár. Við höfum reyndar þá tilfinningu að umferðin hafi verið talsvert minni í dag en í gær hérna á Austurlandi, sem segir okkur kannski að fólk hafi leitað eitthvert annað.“ ■

Innipúkar gera klárt



Þeir sem ekki nenna að fara út úr bænum um verslunarmannahelgina fá engu að síður nóg að gera í bænum. Undirbúningur fyrir tónlistarhátíðina Innipúkann er í fullum gangi eins og sést hér í umstanginu fyrir framan Íslenska barinn á Ingólfsstræti. Í ár er tuttugu ára afmæli hátíðarinnar og langþráð endurkoma hennar eftir að henni var aflýst vegna Covid í fyrra.

FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR



Höfrungurinn fannst í Gróttu í gær.

Gekk fram á hval

erlamaria@frettabladid.is

DÝRALÍF Viðar Víkingsson kvikmyndagerðarmaður gekk fram á höfrungshrað í Gróttu í gær.

Í síðustu viku rak tvo höfrunga á land í Hrutáfirði. RÚV sagði frá því að þeir væru af tegund sem ekki hefði sést áður við landið. Að mati líffræðings hjá Hafrannsóknastofnun er ekki ósennilegt að hlýr sjór dragi þessa hvali norðar. ■

Vilja Thorvaldsen í kórinn

Hópur áhugafólks vill að gengið verði í að fá Kristsmynd Bertels Thorvaldsens sem ígildi altaristöflu innan við altari Hallgrímskirkju í Reykjavík. Fram til þessa hefur ekki verið áhugi fyrir því innan sóknarnefndar kirkjunnar.

olafur@frettabladid.is

LIST Sigurður E. Þorvaldsson lækni setur fram þá áhugaverðu hugmynd í aðsendri grein sem birtist í Fréttablaðinu í gær að Kristsmynd Bertels Thorvaldsens, sem prýðir Frúarkirkjuna í Kaupmannahöfn, verði fenginn staður í kórnum í Hallgrímskirkju á Skólavörðuholti.

Ekki er það þó tillagan að við Íslendingar gerum kröfu til þeirrar styttnu sem er í Frúarkirkjunni. Thorvaldsen gerði styttna upphaflega úr gísi en hún var síðan höggvin í fegursta marmara. Fleiri eintök hafa verið gerð úr marmara og nákvæm mál hennar hafa verið skráð og eru geymd í Vatikaninu í Róm. Styttnan er 3,45 metrar á hæð og að mati Sigurðar og fleiri áhugamanna um málið myndi hún söma sér vel í kórnum í Hallgrímskirkju þar sem hún yrði böðuð sólargeislum á góðum sólardegi, en Hallgrímskirkja er einstaklega björt, enda gluggar hennar stórir og bjartir.

Áhugamönnum um að fá eintak af styttnunni til að prýða kór Hallgrímskirkju finnst vel við hæfi að þetta stórbrotna verk dansk-íslenska listamannsins prýði þessa stærstu kirkju landsins.

Í íslenskum föðurligg Thorvaldsens var mikið listfengi. Kristján Eldjárn, fyrrverandi forseti Íslands, ritaði langa og lærða grein í sýningarskrá fyrir stórsýningu á verkum Thorvaldsens á Kjarvalsstöðum 1982. Þetta var fyrsta stóra sýningin sem Thorvaldsen-safnið



Tölvugerð mynd af því hvernig Kristsmynd Thorvaldsens tæki sig út innan við altari Hallgrímskirkju.

MYND/ÓLAFUR PÉTURSSON



Sigurður E. Þorvaldsson, lækni

í Kaupmannahöfn stóð fyrir utan Danmerkur.

Kristján kemur meðal annars inn á listfengi í ættum sem stóðu að Thorvaldsen: „...aðvelt er að rekja ætt Guðrúnar, móður Gottskálks (Þorvaldssonar föður Bertels) til Vatnsfirðinganna afkomenda Guðbrands biskups, en í þeirri ætt voru listir og hagleikur í miklum metum og virðist svo hafa verið mann fram af manni. Um Þorvald prest (afa Bertels) er sagt að hann muni ekki hafa verið lærdómsmaður að ráði, en hins vegar er jafnan talið og má rökstyðja það, að hann hafi verið

smíður góður og listhagur. Til marks um það er haft að hann byggði upp kirkju og bæjarhús á Miklabæ af mikilli smekkvísi og með meiri tilkostnaði en hann fékk staðið undir með góðu móti.“

Hugmyndin um að fá Kristsmynd Thorvaldsens í kórinn í Hallgrímskirkju er ekki ný af nálinni og hefur hún meðal annars komið til umræðu í sóknarnefnd kirkjunnar fyrir einhverjum árum. Í samtali við Fréttablaðið segir Einar Karl Haraldsson, formaður sóknarnefndar, að á þeim tíma hafi verið tekið fremur dræmt í hugmyndina meðal annars vegna þess að sóknarnefndarfolk hafi talið svo mikið og stórgert listaverk stinga í stúf við þann einfalda stíl sem einkennir kirkjuna að innan.

„Mér finnst Kristsmynd Thorvaldsens einhver fallegasta stytta sem til er,“ segir Einar Karl. Að hans sögn hefur þetta mál hins vegar ekki verið tekið upp í sóknarnefnd nýlega. ■

Næring+ Millimál í fernu



Næring+ er á lista Sjúkrtrygginga Íslands yfir niðurgreidd næringarefni fyrir þá sem eiga gilda innkaupaheimild.



EQ

EQC. Njóttu rafmagnsins.



EQC er 100% rafmagnaður sportjeppi frá Mercedes-EQ. Með drægi allt að 437 km, háþrúðum tæknibúnaði og 4MATIC fjórhjóladrifinu eru þér allir vegir færir.

Komdu og reynsluaktu EQC.





Hvalur hf. hefur aðstöðu til hvalskurðar í Hvalfirði. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Matvælastofnun brotleg gegn Hval hf.

adalheidur@frettabladid.is

HVALVEIÐAR Matvælastofnun braut í bága við málshraðareglu stjórn-sýslulaga við útgáfu ótímabundins starfsleyfis Hvals hf. til vinnslu hvalaafurða, samkvæmt úrskurði matvælaráðuneytisins sem birtur var í gær.

Hvalur hf. fékk bráðabirgðaleyfi til að verka hvalkjöt í júní árið 2018 en fyrirtækið óskaði eftir fullnað-arúttekt í september sama ár í því skyni að fá ótímabundið leyfi. Það leyfi var ekki veitt fyrr en 39 mánuðum síðar, í október 2021.

Í úrskurði ráðuneytisins voru það seinagangur í svörum Matvælastofnunar og ómarkviss rannsókn sem leiddu til tafa málsins. Þessi niðurstaða er þvert á fullyrðingar stofnunarinnar sem sagði í svörum

sínum til ráðuneytisins að fullnægjandi gögn frá fyrirtækinu hefðu ekki borist fyrr en haustið 2021.

Um þetta segir í úrskurði ráðuneytisins að þótt fyrir liggi að nokkur dráttur hafi verið á svörum kæranda við fyrirsprungnum stofnunarinnar, réttlæti það ekki að afgreiðsla málsins hafi dregist svo mjög sem raunin varð, í rúma 39 mánuði.

„Verður ekki framhjá því litið, að meginreglan er sú að þartilbært stjórnvald ber ábyrgð á því að málið fari í eðlilegan farveg og fái afgreiðslutíma í samræmi við ákvæði laga. Bar Matvælastofnun því að setja kæranda fresti til að svara erindum og leiðbeina um það hvaða afleiðingar það hefði ef ekki yrði brugðist við,“ segir í úrskurðinum. ■

Vinsældir Raufarhafnar aukast mjög

bth@frettabladid.is

RAUFARHÖFN „Bókanir hafa verið mjög góðar, miklu meiri en við höfum kynnst áður. Hér á jaðrinum eru menn ekki vanir að hafa fullbókað dag eftir dag,“ segir Hólmsteinn Björnsson, hótélstjóri á Hótel Nordurljósum á Raufarhöfn.

Ágúst er einnig mjög þéttsetinn að sögn Hólmsteins.

Hótelið mun starfa út október en leggst þá í dvala um nokkurra mánaða skeið. Hótélstjórinn segir stærsta kúnnahópinn erlenda ferðamenn sem hafi áður komið til landsins. Þeir séu að leita uppí fáfarna staði þar sem kyrrðin ríki ein.

„Við heyrum oft að þetta svæði hér og Vestfirðirnir séu einu landsvæðin sem þessi kúnnahópur hefur ekki heimsótt.“

Hólmsteinn segir að Heimskautsgerðið sem gnæfir yfir örskammt frá Raufarhöfn sé helsti segullinn á ferðamenn. Hið mikla mannvirki

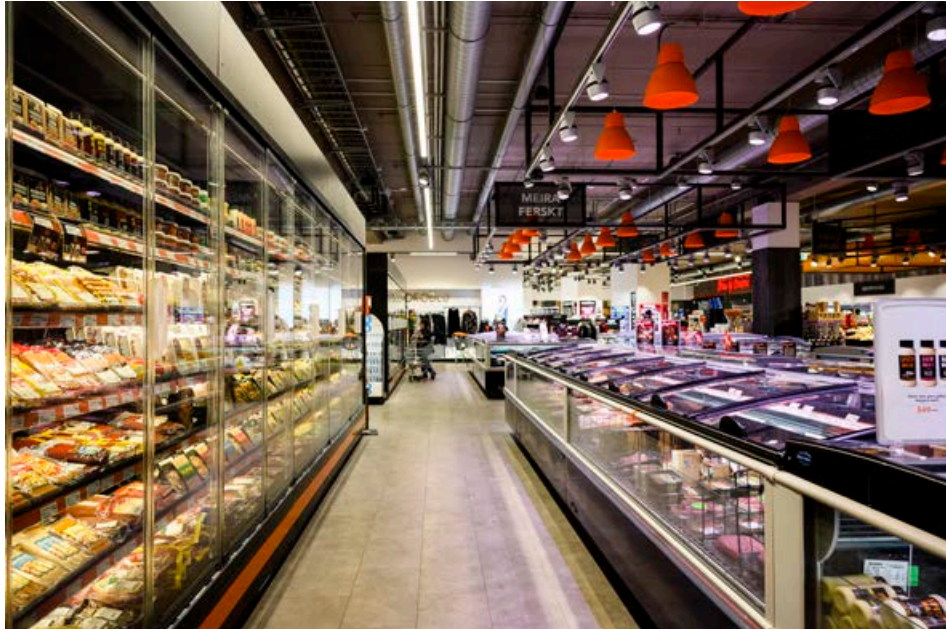


Íbúar á Raufarhöfn hafa óskað þess að fé verði veitt til að klára Heimskautsgerðið.

MYND/ MARKADSSTOFA NORDURLANDS.

er þó enn ekki fullklárað. „Það þarf pening til að klára virkið, ég myndi giska á það vanti svona 200 milljónir,“ segir Hólmsteinn.

Gerðið er um 50 metrar í þvermál. Sex metra há hlið vísa til höfuðátanna, í miðju hringsins er 10 metra há súla á fjórum stöplum, sem áform eru um að skarti kristaltoppi sem brýtur sólarljósið og varpi geislum sólar um allt gerðið. Fjórir skúlptúrar eru inni í Gerðinu. ■



Almenningur fylgist vel með og samsetning matarkörfunnar tekur breytingum í takt við verðhækkanir.

FRÉTTABLAÐIÐ/
SIGTRYGGUR ARI

Orkuskortur í Evrópu hefði áhrif á vöruframboðið hér

Orkuskortur í Evrópu vegna viðskiptaþvingana Rússa myndi hafa veruleg áhrif á framleiðslu á ýmiss konar nauðsynjavörum í álfunni. Framkvæmdastjóri Hagkaupa segir stöðuna í stórum framleiðslulöndum skapa ótví- ræða óvissu hér á landi.

ggunnars@frettabladid.is

NEYTENDUR Miklar verðhækkanir á matvörumarkaði í kjölfar stríðsins í Úkraínu hafa leitt til þess að samsetning matarkörfunnar er að breytast. Fólk virðist almennt mjög meðvitað um ástandið og tilbúið að breyta neyslumynstri sínu í takt við sveiflur á verðlagi.

Ekki hefur borið á neinum vöruskorti hér á landi enn sem komið er. Sigurður Reynaldsson, framkvæmdastjóri Hagkaupa, segir að ekki hafi borið á neinum vöruskorti enn sem komið er, en helstu áhrif stríðsins séu þessar miklu verðhækkanir.

„Það dýnja á okkur hækkanir í nær öllum vöruflokkum. En það sem er kannski áhugavert er hvernig okkar viðskiptavinir bregðast við þegar svona mikil hreyfing er á bæði vöruframboði og verði. Fólk er almennt mjög meðvitað um þessi mál og við sjáum það til dæmis á okkar gögnum að þegar verð hækkar á ákveðnum vörum þá breytist samsetning matarkörfunnar í samræmi. Fólk grípur aðrar vörur úr hillunum en það hefði annars gert,



Þessar nýjustu þvinganir Rússa munu teygja anga sína hingað til okkar um leið og fer að bera á verulegum orkuskortu í Evrópu.



Sigurður Reynaldsson, framkvæmdastjóri Hagkaupa

þegar verðið fer yfir ákveðinn sársaukaþröskuld.“

Þar af leiðandi sé það hlutverk kaupmanna, að mati Sigurðar, að laga vöruframboðið að þessum sveiflum og þörfum viðskiptavina.

„Ef ákveðnar vörur hækka það mikið að kúnninn hættir að kaupa þær þá bregðumst við auðvitað við og skiptum þeim út. Þetta gerist alla jafna sjálfkrafa en ástandið núna gerir það að verkum að það er óvenjumikil hreyfing á öllu vöruframboði.“

Sigurður segir næstu mánuði ein- kennast af áframhaldandi óvissu. Kaupmenn séu enn í miðri á og reyni eftir bestu getu að laga sig að stöðunni.

„Það hefur komið á daginn að stríðið í Úkraínu hefur haft viðtækari áhrif en margir töldu í fyrstu. Stádan myndi til dæmis breytast heilmikið ef útflutningur á korni færi aftur af stað. Við sáum það bara á viðbrögðum á heimsmarkaði þegar skrifað var undir samkomulag þess efnis nýverið. En svo hrökk það aftur í baklás þegar Rússar virtu samkomulagið að vettugi.“

Fljótlega eftir að stríð braust út í Evrópu var talað um að ástandið gæti leitt til skorts í ákveðnum vöruflokkum. Sigurður segir þær spár ekki hafa rást enn sem komið er.

„Við erum ekki komin þangað. Það hefur enginn þurft að hlaupta upp til handa og fóta og hamstra vörur. Við fáum allar þær vörur sem við viljum en það eru bara þessar gríðarlegu verðhækkanir sem við þurfum að vakta og laga okkur að.“

Að sama skapi segir Sigurður ljóst að fyrirsjáanlegur orkuskortur í löndum eins og Þýskalandi muni hafa áhrif á framleiðslu á neyslövörum.

„Þessar nýjustu þvinganir Rússa munu teygja anga sína hingað til okkar um leið og fer að bera á verulegum orkuskortu í Evrópu. Margt af því sem við notum dagsdaglega er háð orkufrekum iðnaði. Ef kemur til skammtana á orku í stórum framleiðslulöndum þá mun það framkalla hökt í allri keðjunni. Orkuskortur í Þýskalandi, sem er risastórt framleiðsluland, myndi til dæmis hafa viðtæk áhrif um alla Evrópu hvað vöruframboð varðar,“ segir Sigurður. ■

RAFMAGNAÐUR OG VATNSHELDUR

Farðu yfir ár og vötn af festu og öryggi með Jeep® Wrangler Rubicon Plug-In Hybrid. Rafmagnaður kraftur hvert sem leið þín liggur.

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





SKY LAGOON

Lífið er litríkt og við
njótum þess saman

Gleðilega hátíð



Mörgum finnst best að vera í tjaldi.

Gisting erlendra ferðamanna hér á landi fjórfaldast

bth@frettabladid.is

FERÐAÞJÓNUSTA Fjórfalt fleiri erlendir ferðamenn vörðu fé sínu á skræðum gístistöðum í júní í sumar en í júní í fyrra. Heildarfjöldi þeirra sem gistu var 1.125.600 í ár samanborið við 486.000 árið 2021. Þetta sýna nýjar tölur Hagstofunnar.

Gistinætur erlendra ferðamanna voru um 80 prósent allra gistinátta. Íslendingum fækkaði aftur á móti um sex prósent milli ára í júní.

Á hótélum voru gistinætur 496.400. Aukning varð í öllum landshlutum en mest á höfuðborgarsvæðinu, 220 prósent.

Framboð hótélherbergja jókst um 29 prósent milli ára, miðað við júní-mánuð. ■



Aflaverðmæti var 17,6 milljarðar í maí.

Verðmæti afla eykst milli ára

adalheidur@frettabladid.is

SJÁVARÚTVEGUR Verðmæti afla við fyrstu sölu í maí síðastliðnum voru tæpir 17,6 milljarðar, samkvæmt bráðabirgðatölum Hagstofunnar. Þetta er rúmlega fimm milljörðum meira en í maí á síðasta ári.

Í tilkynningu Hagstofunnar kemur fram að á tólf mánaða tímabilinu júní 2021 til maí 2022 var aflaverðmæti rúmlega 183 milljarðar sem er tæpum 26 milljörðum meira en á sama tímabili ári fyrr. ■

Ráðuneytið og Langanesbyggð segja ekki rétt að NATO óski eftir aðstöðu

Erfitt er að auka umræðu um varnarmál Íslendinga þar sem leyndarhjúpur liggur alltaf yfir málaflokknum, að sögn þingmanns. Utanríkisráðuneytið segir heimildir Fréttablaðsins um viðlegukant í Finnafirði á villigötum.

bth@frettabladid.is

VARNARMÁL Andrés Ingi Jónsson, þingmaður Pírata, telur að umræða um viðlegukant í varnarskyni við norðanverðan Finnafirð veki spurningar um frumvarp sem hefur legið fyrir Alþingi um endurskilgreiningu á mörkum öryggissvæðis við Gunnólfsvíkurfjall. Utanríkisráðuneytið neitar að áform séu uppi af því tagi sem Fréttablaðið fjallaði um í gær.

Í þingræðu árið 2020 sagði Andrés Ingi að hugmyndir heimamanna um að byggja upp stóra höfn í Finnafirði gætu verið „baktjaldaleið til að komast í djúpa vasa hermálayfirvalda til að niðurgreiða uppbyggingu á stórskipahöfn í Finnafirði“. Viðbrögð Guðlaugs Þórs Þórðarsonar, sem þá var utanríkisráðherra, hafi verið að um „súrréalíska samsæriskenningu“ væri að ræða.

Utánríkisráðuneytið vísar því á bug að ráðuneytið hafi haft milli-göngu um óformlegt erindi gagnvart sveitarstjórnaryfirvöldum á Langanesi. Heimildir Fréttablaðsins halda fram að NATO hafi áhuga á að byggja upp viðlegukant við Gunnólfsvík þar sem Landhelgisgæslan gæti haft aðstöðu. Í svari við fyrirspurn blaðsins segir utanríkisráðuneytið að engin áform eða hugmyndir séu uppi um uppbyggingu varnarmannvirkja á þessu svæði. Langanesbyggð segir einnig í til-



Andrés Ingi Jónsson, þingmaður Pírata



Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir, utanríkisráðherra

kynningu að sveitarfélaginu hafi ekki borist erindi frá utanríkisráðuneytinu eða NATO um uppbyggingu hafnarmannvirkja eða viðlegukants í Finnafirði.

Andrés Ingi segir að vandinn við hernaðaruppbyggingu sé hve illa hún þoli lýðræðislega umræðu.

„Almenningur í landinu á heimtingu á að vita hvað sé í gangi,“ segir hann.

Andrés Ingi bendir á að ríkisstjórnin hafi sagt að fyrirhuguð útvíkkun öryggissvæðis við Gunn-

ólfsvík sé undanþegin áhrifum um uppbyggingu varnarmannvirkja. Andrés efast um að það sé rétt. Hann vitnar meðal annars til aðmiráls í Bandaríkjaher sem árið 2020 sagði eftir heimsókn hingað til landsins að stefnan væri að koma fyrir nýju varnarfótspori á Íslandi.

„Áhuginn er þeirra. Það skiptir ekki öllu máli hvort við ræðum NATO eða Bandaríkin í þessum efnun.“

Þá bendir Andrés Ingi á að svo virðist sem frumvarpið fyrrnefnda

virðist nú horfið af þingmálaskrá, að minnsta kosti um stundarsakir.

„Það er alltaf einhver huliðshjúpur yfir þessum málum. Utanríkisráðherra hefur sagt að þingið eigi að ræða meira um utanríkis- og varnarmál en alltaf komum við að luktum dyrum,“ segir Andrés Ingi og vísar til þess að ráðamenn hafi áður endurtekið þrætt fyrir áform um hernaðarlega uppbyggingu í Finnafirði.

„Það togast á ólík sjónarmið til varnarsamstarfsins í stjórnarflokkunum,“ segir Andrés Ingi, sem telur að allt sem snerti „aukna vígvæðingu á norðurslóðum, þar á meðal hugmyndir um landvarnir á Langanesi“ sé áhyggjuefni.

„Að byggja upp svona aðstöðu á Íslandi eru sprek á bál sem við viljum frekar slökkva en glæða.“

Þórdís Kolbrún Reykfjörð Gylfadóttir utanríkisráðherra gaf ekki kost á viðtali vegna málsins. ■

Kenna hvor öðrum um árás á fangelsi í Donetsk

adalheidur@frettabladi.is

ÚKRAÍNA Talið er að um fjórutíu úkraínskir stríðsfangar hafi látist og fjölmargir til viðbótar særst í sprengjuárás á fangelsi í Donetsk-héraði í Úkraínu í gærmorgun.

Úkraínskir aðskilnaðarsinnar hliðhollir Rússum eru við völd á svæðinu en ekki er ljóst hver ber ábyrgð á sprengjuárásinni. Rússar

saka úkraínska herinn um árásina en Úkraínnumenn segja Rússa bera ábyrgð á henni. Það var varnarmálaráðuneytið í Moskvu sem greindi frá árásinni í gær.

Í tilkynningu frá varnarmálaráðuneytinu segir að Úkraínnum hafi gjafavopn frá Bandaríkjunum, háþróað eldflaugakerfi.

Dmijtro Kúleba, utanríkisráðherra Úkraínu, hefur vísað þessu á



Dmijtro Kúleba, utanríkisráðherra Úkraínu, segir árásina stríðsglæp.

bug og segir Rússa sjálfa bera ábyrgð á sprengjuárásinni. Um sé að ræða enn einn stríðsglæp Rússa gegn Úkraínu.

Leyniþjónusta Úkraínu segist hafa fjarskiptagögn um ábyrgð Rússa og heldur því fram að um hryðjuverk sé að ræða. Sprengjuárásin sé aðferð til að breiða yfir bæði pyndingar og morð á úkraínskum stríðsföngum. ■

Parki
INTERIORS

Mikið úrval til af gólfteppum á lager

Kíktu við og saman finnum við draumateppið á stigann þinn. Helstu eiginleikar gólfteppanna okkar eru mýkt, hlýleiki og mikil gæði.



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

Dalvegi 10-14, 201 Kópavogi | 595 0570



blómaval HÚSASMIÐJAN

FYRIR ÞIG

ÚTSALA

Lýkur um helgina



Parket
30-50%
afsláttur



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



40%

FERRO

Eldhústæki
Ferro Zumba.
7810100

11.390 kr

19.990 kr



30%

Tjald Pop Up

Þjá manna, 240x210x105
cm, túrkís. 2991070

7.990 kr

11.490 kr

Vefverslun
Sendum
um land allt



husa.is



30%

Sláttuvél

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

45.490 kr

64.995 kr



30%

NEXGRILL

Gasgrill Classic 3B
Þjá brennara grill með hliðarhellu.
Grillflötur: 62,2x43,4 cm. 3002011

47.590 kr

67.990 kr



30%

Garðstóll

Með sessu og hliðarborði.
3880005

24.490 kr

34.990 kr

Afgreiðslutími um verslunarmannahelgina

Sunnudagur (31. júlí): Opið í Skútuvogi frá kl. 10-17

Mánudagur (1. ágúst): Allar verslanir lokaðar

Sjá nánar á husa.is



Skoðuðu RISA
útsölublaðið
á husa.is

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

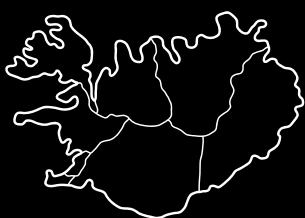


RIF

RESTAURANT

3 ÁRA

Við fögnum 3 ára
afmæli núna í júlí!



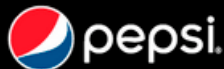
Á síðustu 3 árum
höfum við tekið á móti

360.000

gestum, sem er
næstum því allt Ísland!



[/rifrestaurant](#)
[/rifrestaurant](#)



2.HÆÐ - FJÖRÐUR VERSLUNARMIDSTÖÐ | rif.is



Þar sem Íhaldsflokkurinn er með meirihluta í neðri deild breska þingsins fylgja leiðtogaembættinu lykklavöld að forsætisráðherrabústaðnum í Downingstræti 10. Enn er eftir mánaðarlöng barátta.

FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Óvenjulega illskeytt barátta um forystu Íhaldsflokksins

Um mánuður er eftir af baráttunni um leiðtogasæti Íhaldsflokksins í Bretlandi. Hver sem fer með sigur af hólmi tekur við af Boris Johnson sem næsti forsætisráðherra Bretlands. Samkeppnin er hörð og óvægin á milli frambjóðendanna tveggja sem eftir standa.

thorgrimur@frettabladid.is

BRETLAND Baráttan um embætti leiðtoga breska Íhaldsflokksins stendur nú á milli tveggja frambjóðenda: utanríkisráðherrans Liz Truss og fyrrverandi fjármálaráðherrans Rishi Sunak. Kosningaherferðir þeirra til að taka við af Boris Johnson sem flokksleiðtoga og þar með forsætisráðherra hafa verið groddalegar og fúkyrði og ásakanir um lygar hafa flogið á báða bóga.

Enn er rúmur mánuður þar til fyrir liggur hvort þessara leiðtoga-

efna verður næsti forsætisráðherra. Keppnin hefur staðið yfir síðan Johnson tilkynnti afsögn sína þann 7. júlí síðastliðinn, en ekki er búist við lokaniðurstöðu fyrr en 5. september.

Ef Truss vinnur verður hún þriðji kvenforsætisráðherra í sögu Bretlands, á eftir Margaret Thatcher og Theresu May. Ef Sunak ber sigur úr bytum verður hann fyrsti forsætisráðherra landsins af asískum ættum. ■



Liz Truss

Mary Elizabeth „Liz“ Truss er fædd árið 1975 í Oxford. Við upphaf stjórn málaferils síns var hún meðlimur í flokki Frjálslyndra demókrata en hún skipti yfir í Íhaldsflokkinn á háskólaárum sínum.

Truss gekk í Merton-skólann í Oxford-háskóla og útskrifaðist þaðan árið 1996 með BA-gráðu í heimspeki, stjórnmálafræði og hagfræði. Hún hafði áður gengið í almenningsskólann Roundhay í Leeds.

Truss giftist Hugh O'Leary árið 2000. Þau kynntust á meðan þau unnu sem endurskoðendur fyrir oliufélagið Shell og fjarskiptafyrirtækið Cable & Wireless. Þau eiga tvö börn saman.

Í leiðtogavalinu hefur Truss lofað því að hætta við áætlaða hækkun á fyrirtækjasköttum og fella niður álag á orkureikninga, sem er notað til niðurgreiðslu félagslegra og grænna verkefna.



Rishi Sunak

Rishi Sunak er fæddur árið 1980 í Southampton og er sonur innflytjenda af indverskum ættum. Faðir hans og móðir eru bæði fædd í Austur-Afríku en foreldrar þeirra höfðu flust þangað frá Indlandi. Sunak er alinn upp í hindúatrú.

Sunak gekk í einkaskólann Winchester College og nam síðan heimspeki, stjórnmálafræði og hagfræði við Lincoln-skóla í Oxford-háskóla. Hann útskrifaðist svo árið 2006 með MBA-gráðu frá Stanford-háskóla í Kaliforníu.

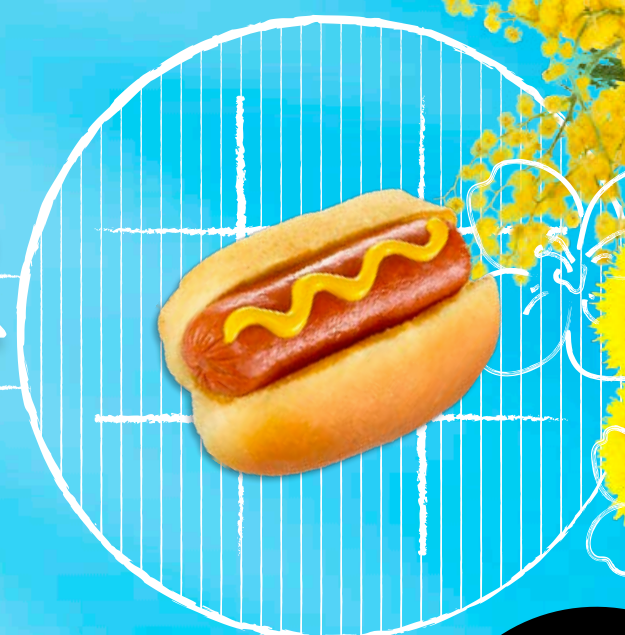
Sunak kynntist eiginkonu sinni, Akshötu Murthy, á námsárum sínum í Stanford. Hún er dóttir indverska milljarðamæringans Narayana Murthy. Sunak á tvær dætur með konu sinni. Sunak er talinn einn auðugasti þingmaður Bretlands.

Í leiðtogavalinu hefur Sunak lofað því að lækka skatta en vill biða þar til tekist hefur verið á við verðbólguvandann. Sem fjármálaráðherra kynnti hann hins vegar áætlanir um hækkun fyrirtækjaskatta úr 19 prósentum í 25 prósent fyrir árið 2023.

KRÓNAN

ÞAÐ MÁ
LEIKA SÉR
AÐ MATNUM!

Allt í gómsæta pylsu
veislu í sumar!



Pssst ...
Hefur þú
smakkað þíínu
litlar pylsur?



Stjörnugrís skinku ostapylsur
1498 kr. pk.



Stjörnugrís ketó beikon pylsur
1398 kr. pk.



Shop rite gult sinnep
239 kr. stk.



Pínu ponsu litlar grill pylsur
499 kr. pk.

Úúú ...
Þú þú
eldheita pylsu-
veislu!



Bulsur grænmetispylsur
630 kr. pk.



Bera hot sauce
1599 kr. stk.



Jalapenos í sneiðum
249 kr. stk.



Roosalega löng pylsubrauð
439 kr. pk.



Pínu ponsu pylsubrauð
339 kr. pk.



Afgreiðslutímar á www.kronan.is

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

Hættan að utan



Sigmundur Ernir Rúnarsson
ser
@frettabladid.is

Það fylgja því kostir og gallar að lifa á eyju án landamæra. Avinningurinn er að vera laus undan landamerkjadeilum við aðrar þjóðir. Á hinn bóginn er gallinn sá að eyjar-skeggjar eru ekki jafn vanir því og flestar aðrar þjóðir álfunnar að lifa á meðal annarra menningarheima og deila með þeim ólíkri sýn á lífið og tilveruna.

En þegar einangruð þjóð úti í ysta hafi lifir ekki aðeins aldirnar af í náttúrunnar villtustu veðrum og hamagangi í iðrum hennar, heldur finnur fyrir því að einhver utan úr meginlöndunum komi og ræni hana ýmist völdum, eða audlendum, að ekki sé talað um fólkið sjálft, þá er í sjálfu sér eðlilegt að hún fari að þróa með sér einkenni útnárahugsunar og nesjamennsku af nægjusömustu sort.

Ög kannski er þar komið þjóðereinkennið. Aldagamalt stoltið yfir sjálfsþurftar-búskapnum er Íslendingum í blóð borið. Einkunnarorð þjóðarinnar, svo til uppsöfnuð af reynslunnar býsni, eru: Þetta reddast. Engin tvö orð lýsa líklega Íslendingum betur. En það skal heldur enginn annar redda henni, aðeins hún sjálf, af því að við getum þetta, ein og sér, en til vara sem þjóð.

Það er með þessum orðum sem landsmenn, margir hverjir, jafnvel flestir hverjir, horfa til annarra landa. Þeir hafa ekkert þaðan að hafa. Sú afstaða er landsmönnum inngróin, ættuð úr fögrum fyrirheitum samvinnuhreyfingarinnar sem fólust í því að ef varan fékkst ekki í kaupfélaginu þyrftu menn ekki á henni að halda.

Nýfengið sjálfstæðið og litlu eldra fullveldið var og er eftir atvikum svo hátimbrað að samskipti við aðrar þjóðir þykja í besta falli grunsamleg, en örugglega að einhverju leyti til ama og óhagræðis.

Þess vegna hafa Íslendingar, fyrr og síðar, barist gegn innflutningi. Þeim hefur fundist sjálfsagt mál að flytja vörur út – og hafa löngum verið háðir því – en innflutningur hefur ávallt verið litinn hornauga í landi elds og ísa.

Það er í þessu ljósi – raunar mjög skæru – sem verdukt er að velja fyrir sér hvort Íslendingar hefðu farið sömu leið á viðsjárverðum tímum og Finnar og Svíar. Hefðu eyjarskeggjar hér á ystu mörkum álfunnar sótt um aðild að Nató á þessu árans stríðsári í álfunni ef þeim hefði ekki verið þröngvað í það á sínum tíma?

Svarið er líklega nei. Við getum varið okkur sjálf. ■

”
Aldagamalt stoltið yfir sjálfsþurftar-búskapnum er Íslendingum í blóð borið. Einkunnarorð þjóðarinnar, svo til uppsafnað af reynslunnar býsni, eru: Þetta reddast.

■ Gunnar



■ Mín skoðun

Vinátta er þarflaus



Sif Sigmarsdóttir

Þær höfðu verið vinkonur í fjörutíu ár og kölluðu sig „hinar sex stórbrotnu“. Árið 2018 skipulögðu konurnar, sem eru bandarískar, ferðalag til Flórída saman. En áður en til ferðarinnar kom lést ein þeirra af völdum krabbameins. Í minningu vinkonu sinnar héldu hinar fimm til sólskinsfylkisins með stóra ljósmynd af þeirri sem horfin var á braut. Á afvikinni strönd við sólarlag tóku þær hópmynd af „hinum sex stórbrotnu“.

Dóttir einnar konunnar deildi myndinni á Twitter með orðunum: „Svona vinátta vildi ég að ég ætti.“ Hún var ekki ein um þá ósk. Myndin snerti við notendum samfélagsmiðilsins og fór eins og eldur um sinu um internetið.

„Vinátta er þarflaus á sama hátt og heim-speki, listir og alheimurinn sjálfur,“ skrifaði rithöfundurinn C. S. Lewis. „Hún þjónar engum tilgangi þegar kemur að því að lifa af; hún gefur því að lifa af hins vegar gildi.“

Stuttu fyrir síðustu aldamót missti bresk-ameríski stjórnmálaráðgjafi Andrew Sullivan besta vin sinn úr alnæmi. Andlát hans varð innblástur að bók um vinátta. Sullivan segir okkur gjarnan gleyma mikilvægi vináttunnar sem sé nauðsynleg samfélagsstofnun, upplifun og það sem gerir okkur að manneskjum. Hann segir þögn ríkja um vinátta; við ræðum hana ekki fyrr en henni lýkur, sér í lagi endi hún snögglega með andláti. „Skyndilega gerum við okkur grein fyrir að við höfum glatað einhverju svo verðmætu og djúpstæðu að við finnum okkur knúin til að bæta upp fyrir fyrra tómlæti með því að gangast við því af ákafa sem áður hefði þótt yfirgengilegur.“

Félagslegir töfrar

Flestir eiga mörg hundruð vini á Facebook. Þróunarsálfræðingurinn Robin Dunbar telur slíkan vinaffjölda hins vegar efnislegan ómöguleika. Dunbar heldur því fram að einstaklingur geti ekki átt fleiri en 150

vini. Fjöldatakmörkunin, sem fengið hefur heitið Dunbar-talan, ræðst af stærð heila mannsins. En þrátt fyrir tilraunir samfélagsmiðla til að markaðsvæða vináttuna fer vinasamböndum fækkandi á Vesturlöndum.

Í nýlegu viðtali við Fréttablaðið sagði Viðar Halldórsson, prófessor í félagsfræði við Háskóla Íslands, töfrana sem verða til þegar tveir einstaklingar eiga stund saman vera lífsnauðsynlega manneskjum. Þessa „félagslegu töfra“ telur hann eiga undir högg að sækja. „Félagsfræðingar hafa lengi haft áhyggjur af því að nútímavæðingin taki þessa töfra frá okkur eða umbreyti þeim. Þessi þróun birtist í því að sameiginlegum stundum fer fækkandi og stórfyrirtæki hafa tekið það yfir að skemmta fólki.“

Guðbrandur Árni Ísberg sálfræðingur tók í sama streng í Fréttablaðinu. Sagði hann einmanaleika vaxandi vanda. Þegar fólk á Vesturlöndum var spurt fyrir 30 til 40 árum hve marga trúnaðarvini það ætti nefndi það tvo til fjóra. Samkvæmt Guðbrandi eru nú margir sem segjast ekki eiga einna trúnaðarvini.

En mannkynið stendur ekki í fyrsta sinn frammi fyrir nýrri tækni sem talin er geta umbylt vináttunni. „Herra Watson, komdu hingað, ég þarfnast þín.“ Svo mælti Alexander Graham Bell hinn 10. mars árið 1876 í fyrsta símtali sögunnar. Sextíu árum síðar minntist breskt dagblað upphafs símaaldar með blaðagrein. „Ef Viktoría drottning hefði getað séð fyrir afleiðingar símans á félagslega hegðun og heimilislíf í fyrsta sinn sem hún handlék tækjabúnaðinn, hefði hún óskað Bell til hamingju? Líklega ekki. Því síminn hefur snarbylt daglegum venjum og eyðilagt gamlar samskiptahefðir.“

Í dag er alþjóðlegur dagur vináttunnar. Ný rannsókn sýnir að óvænt skilaboð frá gömlum vini færa okkur mun meiri gleði en talið var. Eftir hverju ertu að biða? ■



BERUM
ARMBANDIÐ

og sýnum kraft
í verki á lifidernuna.is



”
Hún þjónar engum tilgangi þegar kemur að því að lifa af; hún gefur því að lifa af hins vegar gildi.

Vinir við veginn

Sumarleikur á olis.is



Finndu vini í sumarleiknum og leystu út vinalega glaðninga á næstu Ólísstöð. Allir þátttakendur eiga svo möguleika á að vinna glæsilega vinninga.

1. vinningur

Milljón Vildarpunkta
ferðavinningur Icelandair

2. vinningur

PlayStation 5 frá Sony

3. vinningur

20.000 kr. eldsneytis-
inneignir hjá Olís

Taktu þátt á olis.is!

olis



Heimsmeistarinn yfirgefur sviðið

Sebastian Vettel, fjórfaldur heimsmeistari og einn sigursælasti ökumaður Formúlu 1 frá upphafi, hefur ákveðið að láta gott heita og mun eftir yfirstandandi tímabil kveðja mótaröðina. Ökumaður sem hefur ritað nafn sitt í sögubækurnar, ökumaður sem mótaröðin mun sakna.



Aron Guðmundsson aron@frettabladid.is

FORMÚLA 1 Vettel á sérstakan stað í Formúlu 1 hjarta Kristjáns Einar Kristjánssonar, fyrrverandi Formúlu 3 ökumanns og núverandi sérfræðings um Formúlu 1. „Þetta er einn merkilegasti ökumaður sem Formúla 1 hefur átt,“ segir Kristján Einar um Vettel í samtali við Fréttablaðið. „Christian Horner, liðsstjóri Red Bull, orðaði þetta best á sínum tíma þegar Vettel tryggði sér sinn fjórða heimsmeistaratitil árið 2013. „Fyrst Fangio, svo Schumacher, svo þú!“ og undirstrikaði á hvaða stall í Formúlu 1 Vettel var kominn.“

Kristján Einar tók sín fyrstu skref sem ökumaður breska liðsins Carlin árið 2007. Þá var Sebastian Vettel einnig ökumaður liðsins í annarri mótaröð.

„Þegar ég er að byrja minn feril með Carlin-liðinu árið 2007, þá er Vettel að keyra fyrir Carlin í World Series by Renault sem var svona hliðarmótaröð Formúlu 2 mótaráðarinnar. Sömuleiðis var bíllinn sem ég ók hjá Carlin árið 2008 bíll sem hann keyrði árið 2007. Þannig að það eru alls konar litlar tengingar sem ég hef við hann en þegar ég kem inn á þessum tíma fannst mér þetta allt svo nálægt. Ég ósjálfrátt hendi mér á bak við hann og Vettel fær árið 2007 tækifæri bæði með BMW Sauber og Toro Rosso í Formúlu 1.“

Kristján viðurkennir að Vettel hafi haft mikil áhrif á sig sem ökumann. „Árið 2008 er hans fyrsta heila tímabil í Formúlu 1 og sömuleiðis mitt fyrsta tímabil í bresku Formúlu 3 mótaröðinni. Á þeim tíma fannst mér svo gaman að sjá einhvern í Formúlu 1 eins og Vettel, það var svo stutt síðan hann að stóð í sömu sporum og ég.“

Eftirminnilegur sigur

Vettel var ekki lengi að stimpla sig inn sem einn af mest spennandi ökumönnum Formúlu 1 árið 2008. Strax á sínu fyrsta tímabili í mótaröðinni vann hann sína fyrstu keppni á hinni sögufrægu Monza.

„Sigur hans á Monza er ein af þessum eftirminnilegustu Formúlu 1 keppnum sem ég hef fylgst með. Hans framgangi í Formúlu 1 hvatti mig síðan áfram, hann var

svo ungur og hvernig hann bar sig að við þessar krefjandi aðstæður sem Formúla 1 býður upp á var og hefur verið aðdáunarvert.“

Hefur beitt sér utan Formúlu 1

Vettel hefur þróast sem ökumaður og einstaklingur á tíma sínum í Formúlu 1. Hann kemur inn sem ungur og hungraður ökumaður sem hafði það eitt að markmiði að festa sig í sessi í mótaröðinni. Ökumaður sem hafði allt til alls til þess að skara fram úr.

„Vettel hefur síðan breytt svo mörgu í tengslum við Formúlu 1. Bæði áþreifanlegum hlutum sem og óáþreifanlegum. Það sem er mesta syndin í þessu ef við lítum fram á veginn er að Formúla 1 er líklegast að missa stærsta karakterinn af núverandi ökumönnum úr mótaröðinni.“

Hungrið í árangur hefur fylgt honum allan hans ökumannsferil en hann hefur einnig fundið annan tilgang samhliða því og nýtt sér stöðu sína til þess að benda á hluti sem betur mættu fara, bæði í tengslum við umhverfismál sem og réttindi minnihlutahópa.

„Vettel lætur sig allt varða og virðist bara vera mikill eðalmaður. Hann er með stóra rödd og áttaði sig nokkuð snemma á ábyrgðinni og áhrifunum sem hann gæti haft, öðrum til góds.“

Fljótur að skara fram úr

Vettel tók við stöðu David Coulthard hjá Red Bull Racing árið 2009 og endaði það árið í 2. sæti í stigakeppni ökumanna. Það var síðan tímabilið 2010 sem sigurgangan hófst og Vettel vann heimsmeistaratitilinn fjórum sinnum í röð.

Tímabilið 2013, þar sem Vettel tryggði sér sinn fjórða og síðasta heimsmeistaratitil er enn sem komið er mesta yfirburðatímabil sem sést hefur hjá einum ökumanni í nútíma Formúlu 1 og skákar hann þar með glæstum sigrum sjöfalda heimsmeistarans Sir Lewis Hamilton, ökumanns Mercedes síðari ár.

Það tímabil var keppt á nitján mismunandi brautum og Vettel varð hlutskarpastur á þrettán

53

sigrar.

4

heimsmeistaratitlar.

122

sinum á verðlaunapalli.



Þrátt fyrir allt mun Vettel eftir tímabilið labba frá þessari mótaröð sem einn sigursælasti ökumaður allra tíma.



Kristján Einar

Meira við lifið en bara Formúla 1

„Ég elska þessa íþrótt. Hún hefur verið miðpunktur lífs míns frá því ég man eftir mér. En eins mikið og ég hef átt mér líf innan kappakstursbrautarinnar á ég mér líf fyrir utan hana líka. Að vera kappakstursökumaður hefur aldrei verið það eina sem ég samsama mig, eina sjálfsmynd mín. Ég legg mikið upp úr sjálfsmyndinni: Hver við erum og hvernig við komum fram við aðra, frekar en hvað við gerum.“

Hver er ég? Ég er Sebastian. Þriggja barna faðir og eiginmaður yndislegrar konu. Ég er forvitinn og hrifst auðveldlega af ástriðufullu og færú fólki. Ég er heltekinn af fullkomnum, ég er umburðarlyndur finnst við öll eiga að hafa sama rétt til að lifa, sama hvernig við lítum út, hvaðan við komum og hverja við elskum.“

– Sebastian Vettel



Sebastian Vettel er einn þeirra ökumanna sem munu hverfa seint úr minni áhugafólks um Formúlu 1. Hann klárar nú yfirstandandi tímabil og heldur síðan á vit nýrra ævin-tyra.

FRÉTTABLAÐIÐ/
GETTY

þeirra og sigurhlutfallið rúm 68 prósent.

„Tímabilin 2010 og 2012 stendur hann af sér mikla baráttu við tvöfalda heimsmeistarann Fernando Alonso, sem ökumaður Red Bull byggir hann liðið upp með sér,“ segir Kristján Einar. „Ég ætla ekki að segja að hann hafi gert það nánast einn og óstuddur eins og er stundum sagt í tengslum við Michael Schumacher hjá Ferrari en Vettel er lykilmáður í uppgangi Red Bull sem er nú kjölfestulið í Formúlu 1.“

Gáfaður ökumaður

„Hann er að mínu mati einn besti ökumaðurinn í því að gera keppni fyrir sig þægilega. Þegar hann var hjá Red Bull og náði ráspól, það var vöðu fátta þá sem gat komið í veg fyrir að Vettel stjórnaði keppni og endaði í fyrsta sæti. Hann er bara einn af þessum klóku ökumönnum sem gerði það sem til þurfti, alltaf.“

Kristján bætir við að Vettel hafi líka alltaf verið gáfaður ökumaðurinn og lagt hart að sér.

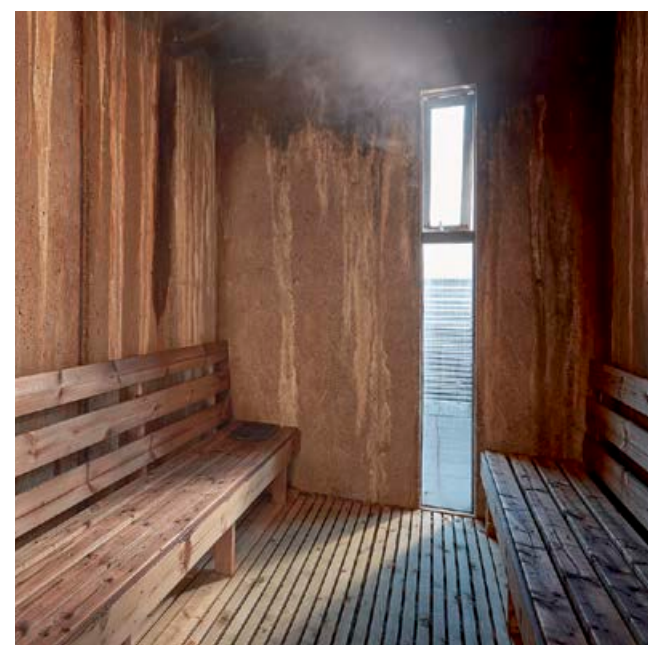
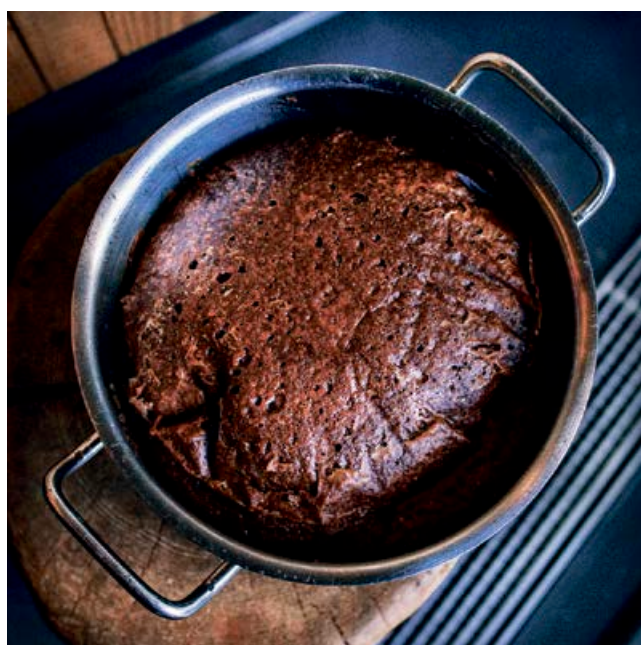
„Hann les reglurnar oft en ekki

betur en aðrir ökumenn og það eru til nokkur dæmi þar sem menn héldu að hann væri að brjóta reglurnar en nei, hann bara vissi betur.“

Eftir tímann hjá Red Bull Racing gekk Vettel til liðs við hið sögufræga lið Ferrari þar sem hann var árin 2015-2020. Þar náðist ekki að vinna titla en hann komst næst því árið 2018 er hann laut í lægra haldi í titilbaráttunni fyrir Sir Lewis Hamilton, ökumanni Mercedes.

„Vettel var hjá Ferrari á erfiðum tíma, eftir á hyggja er auðvitað hægt að horfa til baka og segja hvað ef hann hefði náð titlinum fyrir liðið árið 2018? Svo er vitað að hann var kostur sem mögulega næsti ökumaður Mercedes fyrir þeirra sigurgöngu. Vettel hefði geta verið að labba frá mótaröðinni sem elleufaldur heimsmeistari. Þrátt fyrir allt mun Vettel eftir tímabilið labba frá þessari mótaröð sem einn sigursælasti ökumaður allra tíma. Hann hefur farið víða, snert á mörgu og umfram allt hefur hann verið frábær fyrirmynd sem ber virðingu fyrir andstæðingum sínum og er verðugur heimsmeistari.“

Heilsulind frá landnámi



Opið alla helgina kl. 11 - 21

Einstök tenging við náttúruna.
Slakaðu á við einstak útsýni í heitri
náttúruleaug og njóttu gufunnar.
Verið velkomin í Laugarvatn Fontana

LAUGARVATN
fontana
Geothermal Baths

30. JÚLÍ - 7. ÁGÚST

TAX FREE

HEAVEN

3,5 sæta sófi. Fallegt Danny Nougat áklæði.
Stærð: 290 x 105 x 82 cm.

266.137 kr. ~~329.990 kr.~~

Reykjavík
Bíldshöfði 20

11 – 18 virka daga
11 – 17 laugardaga
13 – 17 sunnudaga

Akureyri
Dalsbraut 1

11 – 18 virka daga
11 – 16 laugardaga

Ísafjörður
Skeiði 1

www.husgagnahollin.is
558 1100

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

AF ÖLLUM VÖRUM*



www.husgagnahollin.is

VEFVERSLUN

** Taxfree tilboðið gildir af öllum vörum nema littala, Bitz, Skovby, Rut Kára mottum og sérpöntunum. Afsláttur jafngildir 19,35% afslætti. Að sjálfsgöðu fær ríkissjóður virðisaukaskatt af söluverði. Afslátturinn er alfarið á kostnað Húsgagnahallarinnar.*

LOKAÐ Í VERSLUNUM OKKAR
SUNNUDAGINN 31. JÚLÍ OG 1. ÁGÚST - FRÍDAG VERSLUNARMANNA

 HÚSGAGNA
HÖLLIN



BIRNADROFN@FRETABLADID.IS

Eðlilegt horf

Eftir tvö ár án alls skemmtanahalds um verslunarmannahelgi getur fólk loksins komið saman og skemmt sér á útihátíðum landsins. Klara Elías flytur Þjóðhátíðarlagið sem undirrituð hefur sönglað alla vikuna, fólk streymir til Eyja, Akureyrar, Siglufjarðar og hvert þangað sem hátíðirnar eru. Allir stoppa í sjöppu til að fá sér pylsu, kók og prins, biðraðir hafa myndast í Vínúðinni og víða er rigning. Allt er sem sagt að falla í eðlilegt horf og verða eins og það var fyrir Covid.

Eitt krossar maður þó fingur yfir að fari ekki í sama gamla horfið um helgina, ofbeldið sem oft hefur átt sér stað akkúrat þessa helgi. Dómsmálaráðuneytið, Neyðarlínan og ríkislögreglustjóri settu á fót starfsþóp gegn kynferðisofbeldi um áramót. Hlutverk hans snýr að miklu leyti að því að sporna gegn ofbeldi í skemmtanalífni.

Almenningur er hvattur til að vera vakandi yfir hegðun sem gæti leitt til ofbeldis og hringja í Neyðarlínuna ef ofbeldi á sér stað. Þá er minnt á greinargóðar upplýsingar um ofbeldi á vef Neyðarlínunnar. Þessu skulum við taka fagnandi og öll vera á varðbergi. Munum samt að ofbeldi er á ábyrgð þess sem beitir því, leiðin til að stoppa ofbeldi er að hætta að beita því. ■



Munum samt að ofbeldi er á ábyrgð þess sem beitir því.

Við mælum með

Akri Restaurant

Akur Restaurant er nýr veitingastaður við höfnina í Reykjavík. Á Akri eru notuð bestu fánlegu hráefni á hverjum árstíma og er matseðillinn undir frönskum og norrænum áhrifum. Eitt af því sem einkennir Akur er gríðarlega gott úrval vína en á vinlistanum verða yfir 200 vintegundir.

Staðurinn er sérstaklega fallegur og vel hannaður. Hvert sem lítið er má sjá smáatriði sem gleðja augað. Arkitektarnir Magdalena Sigurðardóttir og Steinunn Halldórsdóttir hönnuðu staðinn.



Plöntunni kaffihúsi

Vegan kaffihúsið Plantan var opnað í vikunni á Njálsgötu 64 og strax á fyrsta opunardeggi var fullt út úr dyrum. Matseðillinn á Plöntunni breytist frá degi til dags en er alltaf sérlega girnilegur með fjölbreyttu úrvali af samlokum og súpum. Kaffið er einnig afar gott og boðið er upp á girnilegar kókur. Við mælum sérstaklega með sjónvarpskökunni með vegan rjóma. ■



Ólafur Arnarson

Katrín Jakobsdóttir forsætisráðherra og Bjarni Benediktsson fjármálaráðherra þreystast þessa dagana seint á að kyrja þann söng í ræðum og viðtölum að landsmenn hafi það betra en nokkru sinni fyrr.

Í febrúar sagði Bjarni í viðtali við Fréttablaðið að mikilvægt væri að „halda til haga að staða heimilanna hafi aldrei verið betri“. Ekki hafði hann miklar áhyggjur af vaxtahækkunarkúrs Seðlabankans og taldi ekki ástæðu til að bregðast við gríðarlegum hagnaði bankanna.

Í ávarpi sínu til þjóðarinnar 17. júní síðastliðinn vitnaði Katrín í

niðurstöður lífskjararannsóknar Hagstofunnar fyrir árin 2019–2021 og sagði orðrétt: „Hlutfall heimila sem segjast búa við efnislegan skort er nálægt sögulegu lágmarki og aldrei hafa færri heimili sagst eiga í erfiðleikum með að mæta óvæntum útgjöldum.“

Það var heppilegt að forsætisráðherra skyldi ekki taka árið 2022 með inn í lofsöng sinn um stöðu íslenskra heimila því að þá er hætt við að dúr hefði breyst í moll.

Vaxtahækkunar Seðlabankans hafa aukið greiðslubyrði meðalheimilis, sem er að koma sér upp

húsnæði, um 100 þúsund krónur á mánuði. Ætli þeim heimilum sem segjast eiga í erfiðleikum með óvænt útgjöld hafi fjölgað síðasta árið?

Í Hagsjá Landsbankans um vinnumarkað sem birtist í vikunni kemur fram að verðbólga er uppi um kaupmáttinn í landinu. Ársverðbólga í júní mældist 8,8 prósent en ársþækkun launavísitölunnar var hins vegar 8,1 prósent. Kaupmátturinn er með öðrum orðum farinn að rýrna umtalsvert.

Þarna er ekki einu sinni verið að taka með í reikninginn 100 þúsund krónurnar sem heimilin þurfa



Briet kom fram á síðasta Innipúka sem fram fór árið 2019 en hún kemur einnig fram í ár.

MYND/ADSEND

Innkomunni skipt jafnt á milli allra á Innipúkanum

Tónlistarhátíðin Innipúkinn verður haldin í Reykjavík um helgina og fagnar 20 ára afmæli í ár. Fjöldi listafólks kemur fram á hátíðinni sem er óhagnaðardröfin og skiptir listafólki með sér ágóðanum af miðasöluinni.

birnadrofn@frettabladid.is

Við höfum stundum sagt í stríðni að Reykjavík sé aldrei skemmtilegri en um verslunarmannahelgina þegar fíflin eru farin út á land,“ segir Ásgeir Guðmundsson, einn skipuleggjanda tónlistarhátíðarinnar Innipúkans. „Sem er fyndið af því að það er satt,“ bætir hann við og hlær.

Hátíðin fagnar nú 20 ára afmæli en hún var haldin í fyrsta skipti í Íðnó árið 2002. „Þá var þetta eitt kvöld, ein tónlistarveisla, en er nú orðið að þriggja daga tónlistarveislu þar sem fram koma ótrúlegir listamenn,“ segir Ásgeir.

„Hugmyndin að Innipúkanum var sú að bjóða upp á eitthvert líf í borginni um verslunarmannahelgina en yfirskriftin var aldrei sú að setja þessa hátíð til höfuðs úti-hátíðum, en það eru ekki allir sem hafa áhuga fyrir því að liggja blautir í tjaldi svo þetta er ákveðið mótvægi við það,“ segir Ásgeir.

Á Innipúkanum fara allir tónleikar fram innandyra, í Gamla bíói og á efri hæð Röntgen á Hverfisgötu. „Reglan á útihátíðum er ekki endilega sú að fókusinn sé á tón-



Ásgeir Guðmundsson, innipúki og einn skipuleggjandi hátíðarinnar.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

listina en við höfum alltaf sagt það að Innipúkinn er tónlistarhátíð þar sem boðið er upp á alvöru tónlistaratriði með alvöru hljóðkerfi,“ segir Ásgeir.

Þrátt fyrir að tónleikarnir fari fram innandyra geta gestir einnig skemmt sér og kælt sig úti. Götunni fyrir framan Gamla bíó, Ingólfsstræti, verður lokað og hún tyrfd. „Þar verður karnival-stemning og fólk getur komið sveitt af tónleikunum og notið lífsins undir ljósum og veifum,“ segir Ásgeir.

Á Innipúkanum kemur fram fjöldi listafólks, svo sem Briet, Flóni, Aron Can, Reykjavíkurdætur, Kusk og Bjartar sveiflur. Öll þau sem koma að skipulagningu hátíðarinnar vinna í sjálfboðavinnu en Innipúkinn er óhagnaðardröfin hátíð. „Innipúkinn hefur alltaf verið haldinn af

bransa- og tónlistarfólki og stefnan hefur alltaf verið sú að allri innkomu er skipt jafnt á milli allra sem koma fram,“ útskýrir Ásgeir.

„Það skiptir því engu máli hversu stórt eða lítið nafn þú ert, allir fá jafnt en enginn veit hvað það verður fyrir en eftir á. Þetta er stemningin sem hefur alltaf verið á Innipúkanum,“ bætir hann við.

Enn eru til miðar á hátíðina og er bæði hægt að kaupa helgarpassa og passa á stök kvöld. „Það er oft þannig að fólk er að ákveða fram á síðustu stundu hvort það fari úr bænum eða ekki og sumir fara kannski ekki alla helgina svo það hefur reynst vel að selja á stök kvöld,“ segir Ásgeir. „Svo höfum við viljað hafa þetta þannig að ef fólk er á rölti um bæinn geti það tekið skyndiákvörðun og mætt á Innipúkanum.“ ■

Kalt og vindasamt haust fram undan



Nú blasir ekkert annað við almenningsi í landinu en að herða sultarólina.

ad borga í aukinn vaxtakostnað í hverjum mánuði.

Áratugur kaupmáttaraukningar er að baki og nú blasir ekkert annað við almenningsi í landinu en að herða sultarólina, hvað sem líður innistæðulausum fagurgala leiðtoga þessarar ríkisstjórnar sem ekki virðist ráða neitt við neitt.

Hætt er við að haustið verði kalt og vindasamt, ekki bara fyrir heimilinn. Ríkisstjórn sem ekki ræður við stjórn efnahagsmála og skortir auðmýkt til að viðurkenna það, á ekki auðveldan vetur fram undan með kjarasamninga lausa í landinu. ■

Laugarnar í Reykjavík



Fritt í sund

fyrir alla krakka!

Frá og með 1. ágúst verður frítt
í sundlaugar Reykjavíkurborgar
fyrir börn þar til þau ljúka grunnskóla
– það er 1. ágúst árið sem þau verða 16 ára



www.itr.is



Fann hamingjuna í innri friði og ástinni



Birna Dröfn Jónasdóttir
birnadrofn
@frettabladid.is

Klara Elías er flytjandi og lagahöfundur Þjóðhátíðarlagsins í ár. Klara hefur þrífist í heimi tónlistar frá barnæsku og bjó í Bandaríkjunum í ellefu ár þar sem hún starfaði við tónlist. Hún er nú flutt heim til Íslands og hefur aldrei verið hamingjusamari.

Ég söng inn á fyrstu plötuna þegar ég var bara 11 ára og fannst það geggjað," segir tónlistarkonan Klara Ósk Elíasdóttir, eða Klara Elías. „Ég var að syngja á ættarmóti þegar ég var 11 ára og þar heyrði Heimir Sindrason, tannlæknir og lagahöfundur, í mér og fékk mig til að syngja inn á þessa plötu sem hann var að setja saman. Ekki bara var það æðislega spennandi heldur fékk ég að syngja með Guðrúnu Gunnarsdóttur, sem var ein af mínum uppáhalds þarna. Mér finnst hún með eina fallegustu íslensku rödd sem til er," segir Klara.

Í kjölfar plötunnar fær Klara hlutverk í söngleiknum Bussy Malone sem sýndur var í Loftkastalanum árið 1998. „Svo var ég stanslaust í söngvakeppnum og söng alls staðar þar sem ég komst að," segir hún.

„Þegar það kemur svo að því að velja framhaldsskóla þá vel ég Versló og það var algjörlega út af söngleik-

unum," segir Klara, sem líkt og lesendur sjá var snemma ákveðin í því að verða söngkona.

Nylon-ævintýrið

Árið 2004 breyttist margt í lífi Klöru. Einar Bárðarson óskaði eftir stelpum sem kunnu að dansa og syngja, haldnar voru áheyrnarprufur og úr varð stelpnapopp-sveitin Nylon.

200 stelpur sóttu um en aðeins fjórar voru valdar. Klara, Alma Guðmundsdóttir, Steinunn Camilla Sigurðardóttir og Emilía Björg Óskarsdóttir. Á einni nóttu slógu stelpurnar í Nylon í gegn og allra augu beindust að þeim. Áheyrnarprufurnar og allt sem Klara og stelpurnar gerðu í kjölfarið var tekið upp og sýnt í sjónvarpsþætti á sjónvarpsstöðinni Skjá einum. „Þetta var eiginlega bara fyrsti raunveruleikaþátturinn hérna og margt af því sem Nylon gerði var verið að gera á Íslandi í fyrsta sinn," segir Klara.

„Þetta var eins og kjarnorkusprengja, við vorum að syngja alls staðar og úti um allt land," segir Klara, sem á þessu tíma stundaði nám í Versló. „Ég fékk mjög mikið svigrúm í Versló til að stunda námið samhliða því að vera í Nylon.

Það stóðu allir við bakið á mér og ég náði öllum prófunum og útskrifaðist þrátt fyrir að það væri



Það hafa verið settir á alls konar kynjakvótar til að jafna hlutföll kynja í hinum ýmsu stéttum og það væri vel hægt að gera það í tónlist líka.

mjög mikið að gera. Ég hefði aldrei getað þetta ef það hefði ekki verið fyrir kennarana og stuðninginn sem ég fékk," segir Klara.

Karllægur bransi

Nylon eignaðist fjölda aðdáenda á Íslandi og varð hljómsveitin mjög vinsæl, Klara segir vinsældirnar hafa verið mestar hjá krökkum. „Þetta var tónlist og band fyrir ungt fólk og ég upplifði alltaf mestu gleðina í því að sjá allar litlu stelpurnar sem hlustuðu á okkur," segir hún.

„Við fengum þarna tækifæri til að vera fyrirmyndir fyrir ungar stelpur og bara alla krakka, því að við vorum stelpuband og það var bara alls ekki mikið af konum sem fengu pláss í tónlistarbransanum á þessum tíma."

Klara segir að hún sjálf og hinar stelpurnar í Nylon hafi varla gert sér grein fyrir því þá hversu mikilvægt hlutverk þeirra hafi verið.

„Það sem ég held að hafi verið mikilvægast er að þarna kom allt í einu fram á sjónarsviðið, í þessum bransa sem var fullur af strákum og mönnum, band sem var bara sett saman af stelpum og maður vonar að sé hvetjandi fyrir aðrar stelpur með stóra drauma. Það er stórkostlegt að fá að vera í því hlutverki," segir Klara og stoltið leynir sér ekki.

„Á þessum tíma var þetta þannig að meirihlutinn af vinsælustu hljómsveitum landsins var settur saman af karlmönnum. Drottningin þarna, og er enn í dag, var vissulega Birgitta Haukdal. Sveitaballatónlist var allsráðandi og við tókum soldið pláss í að flytja lög eftir sama lagahöfund, Einar Bárðarson, og var að semja fyrir stærstu böndin, eins og Skítamóral og Land og syni, á þessum tíma."

Klara segir að sem betur fer sé tónlistarbransinn á Íslandi að breytast hægt og rólega og að konur séu nú fleiri en þær voru. „Þessi bransi er samt karllægur og við þurfum að halda áfram að marsera í rétta átt og þetta gerist ekki án þess að við tökum vel á móti konum í tónlist og gefum þeim tækifæri," segir Klara.

„Svo er annað sem er mikilvægt, að við höldum með hver annarri og mér finnst við gera það hérna á Íslandi. Ég upplifi alla vega mikinn stuðning frá samstarfskonum mínum og það er ómetanlegt. Ég vona að ég standi mig jafn vel í að hvetja þær áfram líka," bætir hún við.

Mikil umræða hefur verið uppi undanfarið um að konur fái ekki nægilegt pláss í tónlistarbransanum á Íslandi. Lítið sé fram hjá þeim þegar bókað er á viðburði og tónlistarhátíðir og að þær fái ekki sama „platform" og karlar. Spurð hvað sé til ráða segir Klara nauðsynlegt að allir séu meðvitaðir um vandamálið.

„Þegar það er þannig að karlar hafa í meirihluta fengið tækifærin þá þurfum við að passa upp á það að konur fái líka tækifæri, við þurfum að huga að því að skiptingin sé jöfn, bara alveg eins og í öllum öðrum störfum," segir Klara. „Það hafa verið settir á alls konar kynjakvótar til að jafna hlutföll kynja í hinum ýmsu stéttum og það væri vel hægt að gera það í tónlist líka. Ef þú bókar tíu stráka þá bara bókar þú stelpur á móti."

Upplifðu drauminn

Nylon-ævintýrið vatt fljótt upp á sig og upplifði Klara ótrúlega hluti þau ár sem hún var í hljómsveitinni, sem meðal annars átti lag á toppi

breska vinsældalistans árið 2006. Þegar hún var aðeins títug fór hún í tónleikaferð með Nylon um Bretland þar sem stelpurnar hituðu upp fyrir hljómsveitirnar Westlife, Girls Aloud og McFly.

„Við fórum þrjá tóra og spiluum fyrir 11 til 20 þúsund manns á kvöldi og það var geggjað,“ segir Klara. „Þetta var klárlega einn þeirra hápunkta sem ég hef upplifað á mínum ferli. Ég held að ég hafi ekki kunnað að meta þetta á þessum tíma eins og ég geri núna en þetta var stórkostlegt og ég elska að rifja þetta upp.“

Hljómsveitirnar sem Nylon hitaði upp fyrir voru rísanöfn í tónlistarbransanum. Flestir þekkja Westlife og Girls Aloud en ívið færri muna kannski eftir McFly sem átti þó nokkra stórselli sem ómuðu í útvarpi hér á landi. „Það klikkaðasta við þetta er að ég var örugglega stærsti McFly-aðdáandi á Íslandi,“ segir Klara og hlær.

„Þetta var ruglað. Ég elskaði þessa hljómsveit og á þessum tíma var þetta fyrir mér eins og einhver núna fengi að túra með One Direction. Þetta var galið tækifæri,“ segir Klara og bætir við að hún hafi átt erfitt með halda andliti í kringum strákana í McFly. „Svo var þessi sem ég var mest skotin í alltaf með kærustuna sína með sér þarna baksviðs og mér fannst hún svo sæt og ég dáðist bara að þeim.“

The Charlies

Eftir túrana í Bretlandi breyttist aftur margt hjá Klöru og stelpunum í Nylon þegar Emília ákvað að hætta í hljómsveitinni. „Það þarf mikið hugrekki til að hætta í einhverju sem gengur svona vel og Emília var að fara að gifta sig og vildi setja fókus á fjölskylduna,“ útskýrir Klara.

Hún, Steinunn og Alma voru þó hvernig nærri hættar, þær tóku sér tíma í að endurhugsa hvernig þær vildu vera og hvað þær vildu gera. Úr varð hljómsveitin The Charlies. „Svo gerist það að tónlistin okkar kemst inn á borð hjá umboðsmanni í Bandaríkjunum og hann verður ástfanginn af verkefninu,“ segir Klara.

The Charlies flutti til Bandaríkjanna árið 2009 og þær skrifuðu undir plötusamning við risastórt plötufyrirtæki. „Þetta var eins og í bíómynd,“ segir Klara.

„Við löbbum þarna inn og syngjum fyrir yfirmann risaplötufyrirtækis og hann býður okkur samning á staðnum. Þetta tíðkaðist ekki og var síðan notað sem einhvers konar dæmi um hvað við værum góðar. Að okkur hefði verið boðinn samningur á staðnum. En þessi samningur var hræðilegur og það tók okkur ár að komast út úr honum,“ bætir Klara við.

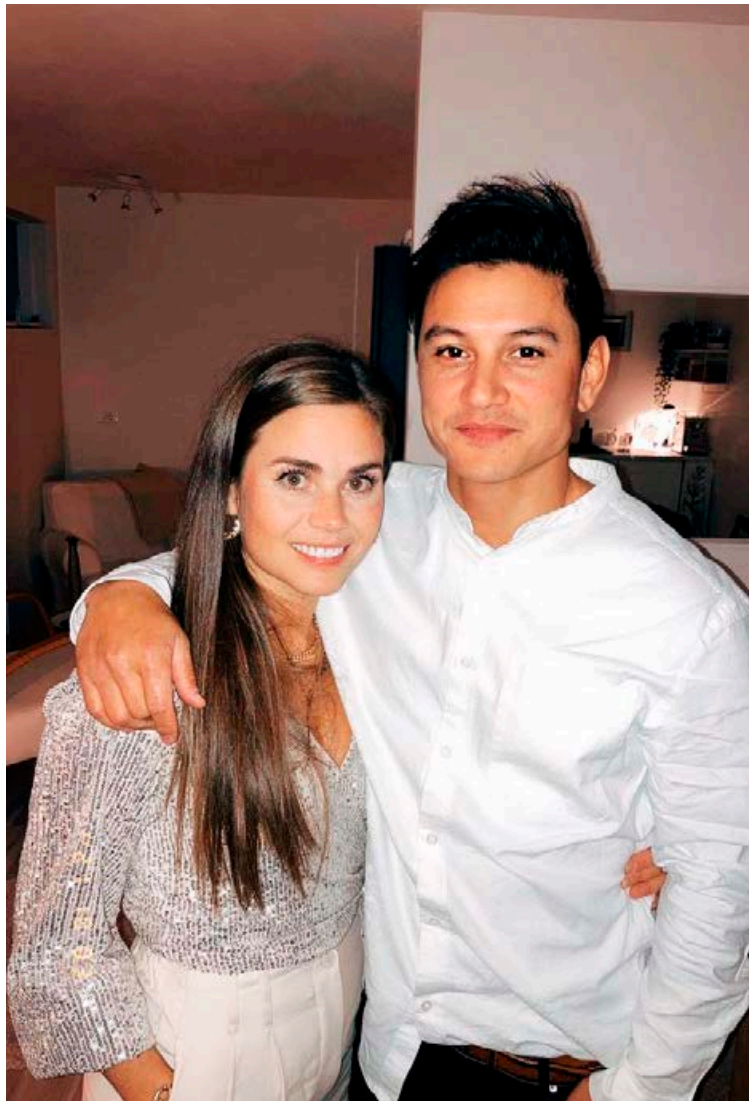
Þegar skrifað hafði verið undir samninginn leit allt vel út. Plötufyrirtækið setti mikinn pening og tíma í The Charlies, þær tóku upp plötu en þegar það kom að því að velja hvaða lag ætti að koma út fyrst var allt sett til hliðar.

„Þegar það er verið að velja fyrsta „single“ af plötunni fer allt að dragast. Umboðsmanni okkar kemur illa saman við fólk hjá plötufyrirtækinu og það er pirrað á honum og alls konar leiðinleg pólitík stóð í vegi fyrir að hlutirnir gengju vel fyrir sig,“ útskýrir Klara.

„Allt í einu segjast þau hjá plötufyrirtækinu ekki tilbúin að skuldbinda sig í að gefa út þetta lag alveg strax, það eigi að bíða með það fram yfir jól en þetta var um haustið. Það segir okkur enginn beint að þetta þýði að platan komi ekki út en við vissum að þetta var dauðadómur,“ segir Klara.

Gáfust ekki upp

Hún, Steinunn og Alma ákveða strax að gefast ekki upp en eru fastar í samningnum. Þær máttu ekki gefa út neina tónlist en tóku málin í sínar hendur og sömdu og



Klara og Jeremy hafa verið sama í um eitt og hálf ár en þau byrjuðu saman stuttu eftir að Klara flutti frá Bandaríkjunum.

MYND/ADSEND



Árið 2004 byrjaði Klara í stelpnasveitinni Nylon og tónlist varð að atvinnu hennar. Hún segist hafa lært mikið af Nylon-árunum og hugsar til þeirra með hlýju.

MYND/HÓSKULDUR DAÐI



Christina Aguilera notaði síðan aldrei lagið en á einni nóttu var ég farin að semja tónlist fyrir aðra.

tóku upp plötu í leyni. „Um leið og samningnum var rift gáfum við svo út þessa plötu, þetta var fyrir tíma Spotify en hún er á YouTube og mér finnst þetta ennþá æðisleg plata.“

Klara segist hafa lært mikið á öllu því ferli sem átti sér stað í kringum samninginn og samskiptin við plötufyrirtækið. „Þau voru alltaf að reyna að stjórna okkur. Þau ritskoduðu alla texta, vildu ráða því hvernig við áttum að koma fram og klæða okkur og mér var sagt að ég þyrfti að grenna mig. Þetta fyrirtæki er undir Disney svo það mátti ekkert og það voru settar fátánlegar útlitskröfur á okkur,“ segir hún.

„En þarna lærði ég að standa með sjálfri mér og gefast ekki upp,“ segir Klara. „Svo þegar við vorum búnar að gefa út þessa plötu á YouTube þá var þetta bara orðið of mikið. Við höfðum verið í stanslausri óvissu í mörg ár sem er svo lýjandi svo við ákváðum að snúa okkur að öðrum verkefnum.“

Þarna hófst Klara handa við að semja tónlist sjálf. Það hefur hún gert í mörg ár og semur bæði fyrir sjálfa sig og aðra, en Klara hefur átt lög í stórum sjónvarpsþáttum líkt

og The Kardashians, Queer Eye og Selling Sunset.

„Þegar ég byrjaði að semja sjálf hafði ég upplifað ástarsorg og missi og hafði einhverja reynslu og tilfinningar sem ég vildi koma frá mér og þá byrjuðu lögin bara að koma hvert á eftir öðru,“ segir Klara.

Lögin sem hún samdi sá hún í upphafi fyrir sér að hún myndi flytja sjálf en umboðsmaður hennar ákvað með hennar leyfi að senda lögin á tónlistarkonur sem hann hafði tengsl við. Þær voru meðal annars Ellie Goulding, Demi Lovato og Christina Aguilera.

Sú síðastnefnda sýndi einu lagi Klöru mikinn áhuga en viðbrögð hennar sjálfrar komu henni mikið á óvart. „Það fyrsta sem ég hugsaði var bara nei! Þetta er mitt lag,“ segir Klara og hlær. „En það tók mig bara nokkra klukkutíma að átta mig á því hvað þetta væri sturlað og mér snerist hugur. Christina Aguilera notaði síðan aldrei lagið en á einni nóttu var ég farin að semja tónlist fyrir aðra og áttaði mig á því að ég var ekki alveg tilbúin að fara að syngja sjálf,“ bætir hún við.

Margt hefur breyst síðan og hefur Klara gefið út sína eigin tónlist ásamt því að eiga Þjóðhátíðarlagið í ár. Hún er spennit fyrir hátíðinni og laginu Eyjanótt sem hún samdi með Ölmú og James Wong. Klara er einungis önnur konan í sögu Þjóðhátíðar í Eyjum sem semur og flytur lag hátíðarinnar en Ragnhildur Gísladóttir átti lagið árið 2017.

„Það er stórkostlegt hvað laginu hefur verið tekið vel og það er mikilvægt að konu, sama hvort það er ég eða einhver önnur, sé gefinn þessi vettvangur. Að lag eftir konu fái þessa viðurkenningu,“ segir Klara. „Það er líka mikilvægt að við spáum í því af hverju fleiri konur hafi ekki gert þetta eða fengið þetta tækifæri. Þetta er bara enn eitt dæmið um það hvernig hallar á konur í tónlist.“

Klara hefur sjálf farið nokkrum sinnum á Þjóðhátíð og segir einhverja sérstaka stemningu og tilfinningu vera í Vestmannaeyjum þessa helgi. „Það gerist eitthvað sérstakt þarna. Sama þó að maður sé rennandi blautur í gegn og það sé ískalt þá er manni samt hlýtt af því að það eru bara einhverjir tófrar þarna,“ segir hún.

Hamingjusöm á Íslandi

Klara bjó í ellefu ár í Los Angeles en er nú flutt til Íslands. Hún býr með kærastanum sínum, Jeremy Aclipen, og segist aldrei hafa verið jafn hamingjusöm. „Lánið í óláninu við Covid er klárlega það að tónlistarbransinn varð að redda sér. Og með nýrri tækni get ég verið hér en enn þá unnið mörg verkefni í Bandaríkjunum,“ segir Klara. „Ég væri örugglega ekki á Íslandi ef það væri ekki fyrir Covid og þá hefði ég kannski ekki hitt Jeremy,“ segir Klara.

„Ég hef aldrei verið hamingjusamari og það er merkilegt að fá að upplifa það á hverjum degi að vera ástfanginn og að sambandinu fylgi enginn kvíði,“ útskýrir hún. „Ég hef verið samböndum og aðstæðum þar sem það ríkir mikil óreiða, ófriður og spennan og það skapar svo mikla ringulreið. Það er svo gott að upplifa þennan frið, öryggi og það að vera elskaður alltaf,“ segir Klara sem ljómar þegar hún talar um ástina og Jeremy.

Hún segist vita að hún væri ekki eins hamingjusöm og hún er í dag ef hún hefði ekki farið þá löngu leið sem hún fór með Nylon, The Charlies, stóra plötufyrirtækinu og árunum í Bandaríkjunum. „Á þessari leið fann ég hvað það er sem gerir mig hamingjusama og að hamingjan er ekki „one size fits all“,“ segir Klara.

„Fyrir mig er hún innri friður og að fá að vera í kringum fjölskylduna mína, fá að gera tónlist og flytja tónlist. Og í þessu ferli eignaðist ég líka aðra fjölskyldu, Steinunni og Ölmú, það er einhver tenging okkar á milli sem ég hef hvergi fundið fyrir eða síðar og ég bý að henni alltaf.“ ■

Klara býr nú með kærastanum sínum á Íslandi eftir að hafa búið í Los Angeles í ellefu ár. Þar samdi hún bæði tónlist sem hún flytur sjálf en einnig fyrir aðra. Hún hefur meðal annars átt lög í nokkrum afar vinsælum raunveruleikasjónvarpsþáttum.

FRÉTTABLAÐIÐ/
VALLI



Þóra Birgit Bernósdóttir útskrifaðist úr þroskaþjálfraeði ásamt Rósu í vor, heimasíðan er hluti af BA-verkefni þeirra. MYND/ADSEND

Almennt ekki fjallað um fatlað fólk í kynfræðslu

Þóra Birgit Bernósdóttir og Rósa Halldórsdóttir settu nýlega í loftið heimasíðuna Jákvætt kynlíf þar sem nálgast má aðgengilegt og inngildandi fræðsluefni um kynlíf. Lögð er áhersla á fræðslu fyrir jadarsetta hópa, svo sem fatlað fólk.

birnadrofn@frettabladid.is

Almennt er ekki fjallað um fólk sem tilheyrir jadarsettum hópum, þar með talið fatlað fólk, í kynfræðslu," segir Þóra Birgit Bernósdóttir sem ásamt Rósu Halldórsdóttur setti nýlega í loftið heimasíðuna Jákvætt kynlíf.

Á heimasíðunni má nálgast fræðsluefni um kynlíf sem snýr að jákvæðum þáttum sem tengjast kynlífi, eins og unaði, samskiptum og samþykki en einnig eru tekin fyrir tabú efni sem Þóra og Rósa segja að í gegnum tíðina hafi verið horft á með neikvæðum augum en þær sýni í jákvæðu ljósi. Til dæmis klám, kynlíf fatlaðs fólks og blæti.

Þóra og Rósa útskrifudust úr þroskaþjálfraeði frá Háskóla Íslands í vor og er heimasíðan þáttur í lokaverkefni þeirra. „Við vorum sammála um að við vildum ekki skrifa bara hefðbundna heimildaritgerð og vildum búa eitthvað til sem hægt væri að nýta á vettvangi," segir Rósa.

Þóra Birgit og Rósa segja heimildir sýna að oft og tíðum sé fatlað fólk tekið út úr kynfræðslutímum í skólum vegna þess að kennurum þess efnis finnst gjarnan óþægilegt að kenna því um kynlíf. „Þegar við horfum á þá fordóma sem fatlað fólk fær almennt þá er stór partur af því að horfa á það sem „eilíf börn" sem hvorki hafa vilja né getu til þess að vera í rómantískum og/eða kynferðislegum samböndum," segir Rósa.

„Ekki er fjallað um mismunandi líkama og þarfir þeirra í kynfræðslu og þar með er efnid orðið útilokandi, þetta getur leitt til fordóma í garð jadarsettra hópa þegar kemur að kynlífi," segir Þóra.

Spurð að því hversu mikilvægt sé að veita fötluðu fólki kynfræðslu segja Rósa og Þóra það afar mikil-



Rósa Halldórsdóttir vann verkefnið ásamt Þóru Birgit. MYND/ADSEND

vægt. Rannsóknir sýni að fatlað fólk sé einn sá jadarhópur sem líklegastur sé til þess að lenda í kynferðisofbeldi.

„Það hefur sýnt sig að kynfræðsla er áhrifarík leið til að koma í veg fyrir óheilbrigða kynlífshegðun svo sem kynferðisofbeldi eða kynsjúkdóma. Ef kynfræðsla myndi miðla til allra væri hægt að minnka fordóma í garð jadarsettra hópa þegar kemur að kynlífi og á sama tíma væri hægt að gæta að velferð þessara hópa, segir Þóra.

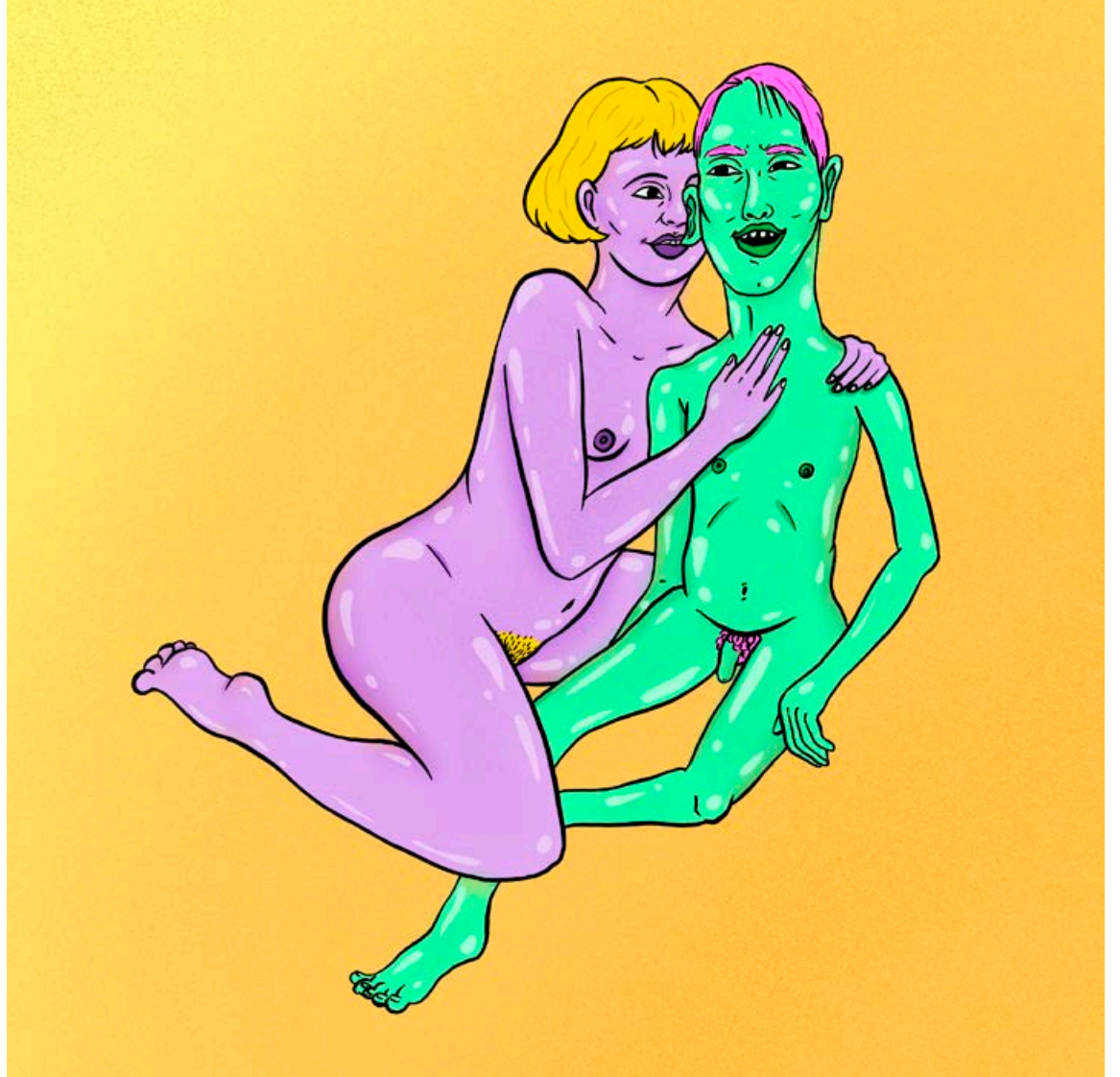
Eru uppi fordómar þegar kemur að kynlífi fatlaðs fólks?

„Já, við teljum að það séu vissulega til staðar fordómar þegar kemur að kynlífi jadarsettra hópa og oft sjáum við þessa fordóma í blætisdýrkun (fetishizing). Þetta sjáum við til dæmis með kynvæðingu hinsegin fólks og svarts fólks," segir Rósa.

„Það er til dæmis hægt að líta á hvernig horft er á kynlíf milli tveggja karla miðað við hvernig horft er á kynlíf milli tveggja kvenna. Annað er oft talið ógeðslegt og ónáttúrulegt á meðan hitt þykir oft kynsandi og eftirsóknarvert," bætir Rósa við.

„Einnig er eitt mjög algengt leitarorð á klámsíðum „ebony" sem er þá kynlíf milli einhvers sem er hvítur og einhvers sem er svartur og í langflestum tilfellum er það hvítur karl og svört kona," segir Þóra.

„Þegar þetta er staðallinn þegar



Myndirnar á heimasíðunni eru unnar af lðunni Gíju Kristjánsdóttur og Guðnýju Margréti Eyjólfsdóttur. Myndirnar sýna vel og greinilega þá þætti sem fjallað er um í fræðslunni.

„Það hefur sýnt sig að kynfræðsla er áhrifarík leið til að koma í veg fyrir óheilbrigða kynlífshegðun svo sem kynferðisofbeldi.

Þóra Birgit Bernósdóttir

kemur að kynlífi með jadarsettum hópum þá er ekki lengur verið að horfa á fólk sem einstaklinga heldur sem kynhluti," bætir hún við. „Þá erum við ekki að segja að ef hvítur karlmaður stundar kynlíf með svartri konu sé það sjálfkrafa blætisdýrkun en þegar það er orðið fantasían og þegar ekkert er horft lengur á svörtu konuna sem einstakling heldur staðalinn þá er það orðið að blætisdýrkun."

Rósa og Þóra eru sammála um að kynfræðsla í íslensku skólakerfi sé að þróast í rétta átt og að hún sé að aukast. Það þýði þó ekki að hún sé fullkomin. Kynfræðslan hér á landi sé góð þegar kemur að umfjöllun um getnaðarvarnir, kynsjúkdóma og líffræðina í kringum kynlíf.

„Okkur finnst vanta meiri umræðu um ólíka líkama og skynjun, ásamt hinseginleika. Bæði þegar kemur að samþykki og samskiptum en einnig þegar kemur að unaði," segir Þóra.

„Að sjálfsögðu er líffræðilegi

þátturinn mjög mikilvægur og rannsóknir sýna að þegar við fjöllum um þann þátt þá minnkar það líkur á óvelkomnum þungunum og kynsjúkdómum," heldur hún áfram.

„Við teljum þó að ef aðeins er horft á líffræðilega þáttinn þá sé ekki verið að kenna fólki að kynlíf á að vera skemmtilegt fyrir alla aðila, það er að segja, ef þú hefur yfir höfuð gaman af kynlífi," segir Þóra.

„Kynlíf snýst um svo miklu meira en bara að búa til börn og reyna að fá ekki kynsjúkdóma á meðan, það snýst um nánd, traust og unað," bætir Rósa við.

Á heimasíðunni eru greinargóðar upplýsingar um samskipti, samþykki og mörk, fötlun og kynlíf, LGBTQ og kynlíf, klám og nautn. Myndirnar á heimasíðunni eru sérstaklega skemmtilegar og sýna það sem frætt er um. lðunn Gíja Kristjánsdóttir og Guðný Margrét Eyjólfsgæru myndirnar.

Skannaðu QR-kóðann til að skoða heimasíðuna Jákvætt kynlíf. ■





Kauptu Myllu
hamburgara-
kartöflubrauð fyrir
þína hamburgara

Á Íslandi er alltaf tími til að grilla

Þéttari og mýkri hamburgarabrauð!

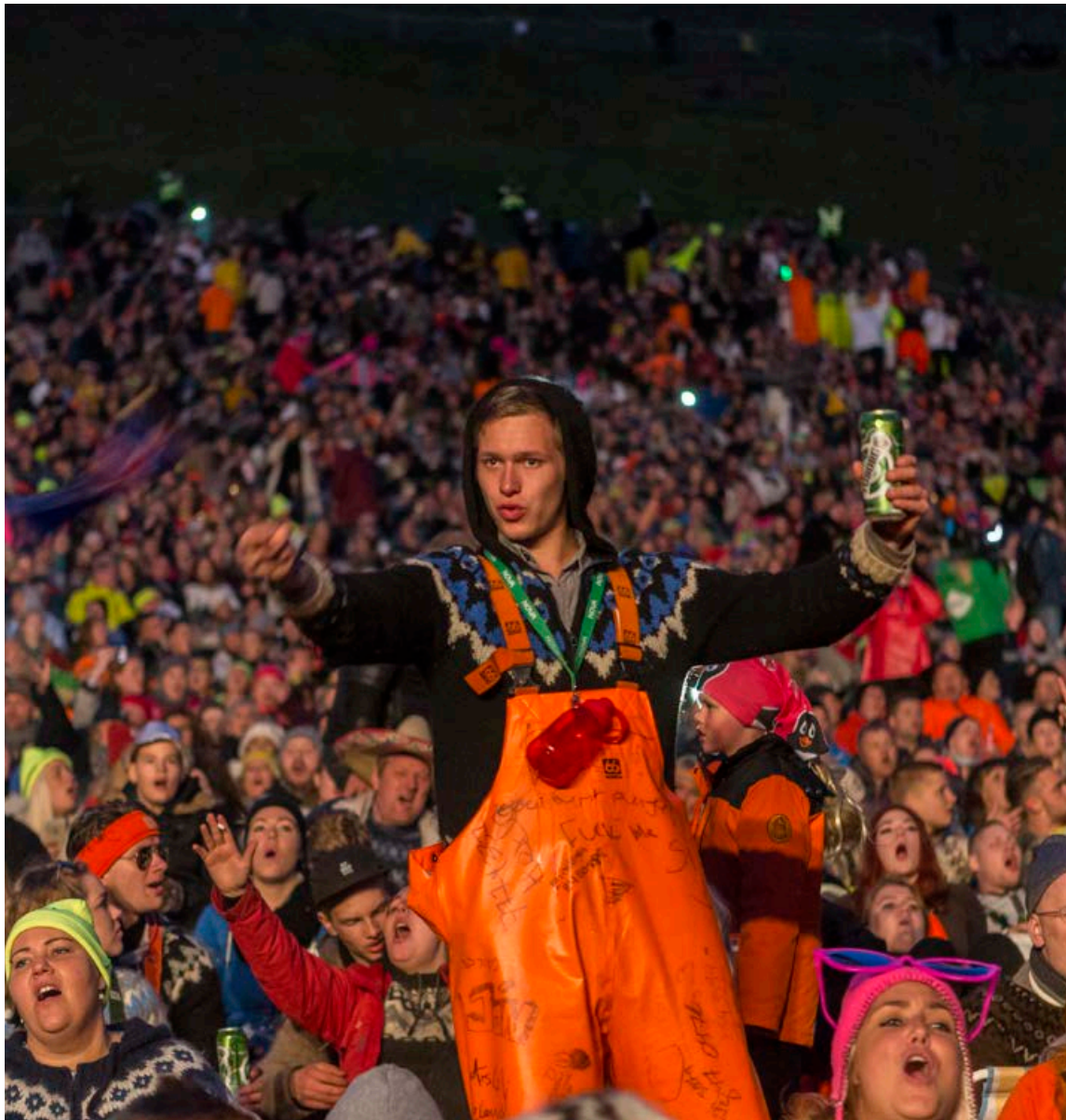
Auðvitað er ekkert betra en ekta íslenskt grill – íslenskt brauð, íslenskt kjöt og íslenskt veður. Gerðu hamburgerann meira djúsi, kauptu Myllu hamburgarakartöflubrauð fyrir þína hamburgara, strax í dag. Tendraðu grillið.



Vertu glaður í bragði
og fáðu þér Myllu
pysukartöflubrauð
fyrir pylsumar



Alltaf nýbakað
síðan 1959



Fjöldi fólks fagnar því ákaft að komast loks á Þjóðhátíð í Vestmannaeyjum eftir heimsfaraldurinn. Fyrsta Þjóðhátíðin var haldin í Herjólfssdal árið 1874, síðan þá má ætla að þúsundir manna hafi skapað minningar í brekkunni í dalnum. Þessi mynd sýnir stemninguna á Þjóðhátíð árið 2015.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Tæp þrjátíu ár frá fyrsta frídegi verslunarmanna



Birna Dröfn Jónasdóttir
birnadrofn
@frettabladid.is

Eftir heimsfaraldur má fólk loks koma saman að nýju og skemmta sér um verslunarmannahelgina. Útihátíðir og skemmtanir eru haldnar víða, en hver er saga frídags verslunarmanna?

Frídagur verslunarmanna var haldinn hátíðlegur í fyrsta sinn þann 13. september 1894, þá fékk Verslunarmannafélag Reykjavíkur sinn fyrsta almenna frídag. Haldin var útiskemmtun í Ártúni við Elliðaár. Hátíðin hófst á hádegi og stóð til um klukkan sjö. Unað var við ræðuhöld, söng, lúðraspil, leiki og dans.

Á þessum tíma átti fólk almennt ekki sumarfrí og var því dagurinn afar kærkominn. Í upphafi var frídagur verslunarmanna einungis frídagur þeirra sem unnu í verslunum en er nú almennur frídagur á Íslandi. Þróunin hefur þó helst færst í þá áttina að nær allir íbúar landsins eru í fríi, nema verslunarfólk.

Verslunarmannahelgin er nú kennd við frídag verslunarmanna sem hefur frá árinu 1934 verið fyrsti mánudagur í ágúst. Samkvæmt Vísindavef Háskóla Íslands á tímasetningin rót að rekja til Þjóðhátíðarinnar 2. ágúst 1874. Hátíðin var haldin til að fagna þúsund ára afmæli Íslandsbyggðar, en þá fengu Íslendingar jafnframt afhenta sína fyrstu stjórnarskrá frá Danakonungi.

Þjóðhátíðarinnar var reglulega minnst í Reykjavík kringum aldamótin, og héldu verslunarmenn löngum tryggð við daginn eftir að fullveldisdagurinn hafði tekið við sem helsti þjóðminningardagur upp úr árinu 1918.

Eftir síðari heimsstyrjöldina fékk verslunarmannahelgin smám saman á sig þann blæ sem við þekkjum enn þann dag í dag. Skipulagðar útihátíðir og ferðalög.

Ferðafélög og ferðaskrifstofur byrjuðu að skipuleggja langar helgarferðir til dæmis í Þórsmyrk, Húsafell og Vaglaskóg. Ungt fólk fór snemma að nýta sér hina löngu helgi til útilegu og valdi sér staði sem voru í nánd við dansleiki og böll.

Snemma var haft orð á því að mikil ölvun og skrilslæti fylgdu unga fólkinu um verslunarmannahelgina. Allt frá árinu 1952 eru til heimildir þar sem fjallað er um læti í ungmennum, til dæmis í nágrenni við Hreðavatnsskála þar sem „ölmóður óspektarlýður framdi mikil spell“.

Með auknum fréttaplutningi um fylleri og læti í ungu fólki um verslunarmannahelgina hófu ungmennasambönd, áttahagafélög og bindindshreyfingin að halda skemmtanir í meira mæli þar sem áfengi var ekki haft um hönd, eða átti ekki að vera haft um hönd, svo sem í Atlavík og Galtalækjarskógi.

Undanfarin tvö ár hefur ekki verið mikið um hátíðarhöld um verslunarmannahelgina sökum heimsfaraldursins, sagan í ár er önnur og er fjöldi útihátíða og skemmtana víða um land um helgina. Í Vestmannaeyjum verður Þjóðhátíð, í Reykjavík verður Innipúkinn, Neistaflug í Neskaupstað, Berjadagar í Ólafsfirði og Síldarævintýri á Siglufirði svo dæmi séu tekin.

Ef þú skannar QR-kóðann getur þú séð lista yfir þær útihátíðir sem fram fara um helgina. ■



Snemma var haft orð á því að mikil ölvun og skrilslæti fylgdu unga fólkinu um verslunarmannahelgina.



Það var mikið stuð og stemning hjá þessu unga fólki við Umferðarmiðstöðina í Reykjavík 1. ágúst árið 1988 þegar það var á leið út á land um verslunarmannahelgina. Þau voru ekki feimin við Kristján A. Einarsson ljósmyndara sem þau veifuðu glöð í bragði.

MYND/KRISTJÁN A. EINARSSON



Fjöldi fólks saman kominn á útihátíð í Galtalækjarskógi árið 1998. Eins og sjá má voru mörg börn í Galtalæk þetta árið, en þannig hefur það gjarnan verið í gegnum tíðina þar sem hátíðin í Galtalæk var bindindismót.

MYND/VIGDÍS



Hópur fólks setur upp svokallað hvítt tjald í Herjólfssdal í Vestmannaeyjum árið 1994. Slík tjöld eru eitt af einkennum Þjóðhátíðar og aldrei hafa fleri sótt um leyfi fyrir hvítt tjald í dalnum en í ár, þegar sótt var um fyrir 266 tjöld. Það er fjölgun um 37 síðan á síðustu hátíð árið 2019.

MYND/ÓMAR GARDARSSON



Fjölmargir komu saman helgina 30. júlí til 2. ágúst árið 1976 á útisamkomu í Húsafelli. Fólkíð naut þess að hlusta á tónlist sem leikin var á sviði við brekkuna og skemmta sér saman. Eins og sjá má var íslenska lopapeysan, þá líkt og nú, afar vinsæl flik til að klæðast um verslunarmannahelgi.

MYND/KARL



FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

LAUGARDAGUR 30. júlí 2022



Havaiskur götubiti. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Bandarískur götubiti

sandragudrun@frettabladid.is

Þau sem hafa ákveðið að vera heima um helgina frekar en að leggjast í útilegur eða önnur ferðalög í þessu frekar óspennandi veðri, sem spáð er um nánast allt land, þurfa ekki að örvænta. Það er nóg af nýju efni á Netflix sem hægt er að hámhorfa á alla helgina. Á miðvikudaginn kom ný þáttaröð af Street Food á streymisveituna, Street Food: USA heitir hún og eins og nafnið gefur til kynna fjallar hún um götubita í Bandaríkjunum. Að þessu sinni er ferðast til Los Angeles, Portland, New York, New Orleans, Oahu á Havái og Miami. Þar er bragðað á fjölbreyttum götubita, allt frá grilluðum pylsum og taco-skeljum til meira framandi matar eins og huli huli-kjúklings sem er hefðbundinn réttur á Havái.

Framandi fæða

Fyrri þáttaröðirnar af Street Food, Street Food: Asia og Street Food: Latin America, hafa notið mikilla vinsælda og því hefur mikil eftirvænting ríkt eftir nýrri þáttaröð. Í þáttunum er fylgst með matgæðingum frá fjarlægum löndum fræða okkur um framandi og minna framandi en samt girnilega götubita, það er fylgst með þegar maturinn er útbúinn og munnvatnskirtlarnir vakna þegar horft er á fólk á skjánum bragða á dásemdunum. Það er vel hægt að horfa á allar þáttaröðirnar um helgina, eina á dag. Það er margt vitlausara en það. ■

Sannfærður um virkni Active JOINTS

Eftir að hafa lengi verið með verki í líkamanum og prófað ýmis fæðubótarefni og verkjalyf í gegnum tíðina ákvað Árni Pétur að prófa Active JOINTS frá Eylíf. Hann segist í dag vera nánast verkjalaus og þakkar það Active JOINTS. **2**



Árni Pétur hafði lengi þjáðst af verkjum í líkamanum áður en hann byrjaði að taka inn Active JOINTS frá Eylíf.

BÄSTA I TEST
Bäst-i-Test #2022Fæst í Apótekum, Hagkaup, Fríhöfninni og víðar | nánar á evy.is og celsus.is

Árni Pétur Aðalsteinnsson hafði lengi þjáðst af verkjum í líkamnum. „Ég var alveg sérstaklega slæmur í hnjúnum og ég fann mjög mikið til þegar ég steig upp úr rúminu eða gekk upp tröppur. Læknirinn var búinn að gefa það út að lítið væri í þessu að gera annað en að fara í liðskiptaaðgerð á hnjúm. Það var þá sem mér var bent á að prófa Active JOINTS frá Eylif,“ segir Árni Pétur.

Hafði engu að tapa

Árni ákvað að slá til og prófa Active JOINTS frá Eylif. Í besta falli myndi það koma í staðinn fyrir liðskiptaaðgerð á hnjúnum. Áhrifin komu honum töluvert á óvart. „Þegar ég hafði tekið Active JOINTS inn í þrjár vikur fór ég að finna verulegan mun á mér. Ég átti skyndilega mun auðveldara með að stíga fram úr rúminu og ganga upp tröppur. En áður hafði það valdið mér miklum verkjum.“

Fann strax mun

Árni segir líka að hann finni fyrir því fljótt ef hann gleymir að taka Active JOINTS. „Ég fór til dæmis erlendis í tvær vikur og gleymdi að taka Active JOINTS með mér. Ég fann strax verulegan mun á mér. Þegar ég kom heim hóf ég inntökuna aftur. Það tók um tvær vikur fyrir mig að vera orðinn betri aftur.“

Nánast verkjalas í dag

„Það er ótrúlegt í dag að finna hversu mikið Active JOINTS hefur gert fyrir mig. Ég er nánast verkjalas og með vellíðunartilfinningu innra með mér sem ég hef ekki fundið fyrir lengi. Ég er sannfærður um að Active JOINTS er að



77 Þegar ég hafði tekið Active JOINTS inn í þrjár vikur fór ég að finna verulegan mun á mér. Ég átti skyndilega mun auðveldara með að stíga fram úr rúminu og ganga upp tröppur.

gera mikið gagn fyrir mig. Ég mæli svo sannarlega með Active JOINTS frá Eylif.“

Heilsan er dýrmætust

Vörulinn Eylif býður upp á fjórar frábærar heilsuvörur sem reynst hafa fólki vel. Þær eru Active JOINTS, Stronger BONES, Smoother SKIN & HAIR, Happier GUTS, og Stronger LIVER er nýjasta varan. Vörurnar eru framleiddar á Íslandi úr hreinum, íslenskum hráefnum og engum aukefnum er bætt við. Ólöf Rún Tryggvadóttir

er stofnandi Eylif. „Hugmyndin að vörulinnunni kom til vegna þess að mig langaði að setja saman þau frábæru hráefni sem framleidd eru á Íslandi á sjálfbæran hátt úr íslenskum, náttúrulegum auðlindum og auka þannig aðgengi fólks að þessum hráefnum,“ upplýsir Ólöf.

Framleiðslan fer fram á Grenivík og þróun varanna er í samstarfi við sérfræðinga frá Matís. „Vinsælasta varan okkar er Active JOINTS sem inniheldur fjögur íslensk næringarefni og

„Þegar ég hafði tekið Active JOINTS inn í þrjár vikur fór ég að finna verulegan mun á mér,“ segir Árni.

MYND/ADSEND

sýna margra ára rannsóknir fram á jákvæð áhrif þeirra,“ segir Ólöf Rún.

„Við vöndum til verka, sækjum í sjálfbærar auðlindir úr sjó og af landi, og notum hreina, íslenska náttúruafurð og hrein hráefni sem eru framleidd af viðurkenndum íslenskum framleiðendum.“ Hráefni sem notuð eru í bætiefnin frá Eylif eru ekki erfðabreytt. „Þau stuðla að heilbrigði og sveigjanlegri líkama því þá erum við færari um að takast á við verkefni í dagsins önn. Við vitum öll að heilsan er okkur dýrmætust og því er svo mikilvægt að gæta vel að henni og fyrirbyggja ýmis heilsufarsvandamál. Heilbrigð melting er grunnur að góðri heilsu og þess vegna vildum við hjá Eylif bjóða upp á hágæðavöru fyrir meltinguna,“ segir Ólöf Rún. ■



Hárið heilbrigðara og hárlosið minnkaði

Ragnhildur Sigurðardóttir golfkennari segist hafa kynnst Smoother SKIN & HAIR frá Eylif í gegnum vinkonu sína, en hún hafði þjáðst af hárlosi og líflausu hári. Hún segist finna mikinn mun á sér.

Ragnhildur segist hafa kynnst Smoother SKIN & HAIR frá Eylif í gegnum vinkonu sína, Mjöll Danielsdóttir. „Hún ber ábyrgð á hárinu á mér. Henni leist ekki á blikuna þegar hún sá hvernig hárið á mér var orðið en ég var þá búin að vera á lágkolvetna/ketó mataræði í töluverðan tíma. Á ketó mataræði er manni ráðlagt að halda sig frá ávöxtum vegna ávaxtasýkursins og ég gætti ekki að því að passa upp á vítamínþúskap líkamans,“ upplýsir Ragnhildur og bætir við: „Hárið á mér var orðið stamt, það var erfitt að greiða það og það var mikið hárlos.“

Fljótlega eftir að ég byrjaði að nota Smoother SKIN & HAIR frá Eylif fór ég að finna mun og mér finnst hárið á mér verða heilbrigðara og heilbrigðara með hverjum deginum sem liður. Nú er ég búin að vera að taka það inn í um það bil fjóra mánuði.“

„Ég mun halda áfram að fylgja ketó/lágkolvetna mataræðinu því ég fann mikinn mun á liðan og heilsu eftir að ég byrjaði á því, fyrir utan ástandið á hárinu á mér. Ég er ekki frá því að ég finni mun á húðinni, en munur á liðum og meltingu var svo mikill eftir að ég byrjaði á ketó að ég get ekki alveg



Vörulinn Eylif býður upp á fjórar frábærar heilsuvörur.

Smoother SKIN & HAIR frá Eylif inniheldur:

- Kollagen
- Smápörunga (Astaxanthin)
- GeoSilica
- Vitamín A, B2, B6, C, D3
- Biotín
- Niasín
- Kopar
- Zink
- Joð
- Selen

sagt með vissu um áhrif Smoother SKIN & HAIR frá Eylif á þá þætti,“ segir hún.

Velur íslensk bætiefni

„Íslensk bætiefni eru ofarlega á vinsældalistanum mínum enda er uppruni innihaldsefna yfirleitt fyrsta flokks. Í leiðinni er ekki ónýtt að geta stutt við og styrkt íslenskt hugvit og framtakssemi okkar hæfasta fólks. Heilsan okkar er mikilvæg og án hennar erum við fátækari, sama hversu rík við erum á veraldlegum mælikvarða.



Ragnhildur segir Smoother SKIN & HAIR hafa bjargað hárinu á sér.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR AR

Vilji maður ná árangri í íþróttum, leik og starfi er mikilvægt að huga að því sem okkur er nauðsynlegt til þess að líkaminn virki.

Hraðinn á okkur er oft svo mikill að við gefum okkur ekki tíma til þess að gæta þess að líkaminn fái öll þau næringarefni og bætiefni sem hann þarf og þá er stórkostlegt að geta leitað til snillinganna sem sjá um að safna þeim saman fyrir okkur í litlar meðfærilegar krukur,“ segir Ragnhildur. ■

Eylif vörurnar fást í öllum apótekum, Fjarðarkaupum, Hagkaupum, Nettó, Heilsuhúsinu, Krónunni og Melabúðinni. Ókeypis heimsending ef keypt er á eylif.is.



Fæðubótarefni kemur ekki í staðinn fyrir fjölbreytta fæðu. Ekki ætlað börnum eða barnshafandi konum. Ekki er ráðlagt að taka meira en ráðlagður dagskammtur segir til um. Geymist þar sem börn ná ekki til

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

Útgefandi: Torg ehf
Ábyrgðarmaður: Jón Þórisson

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Oddur Freyr Þorsteinsson, oddurfreyr@frettabladid.is, s. 550 5766 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Starri Freyr Jónsson, starri@frettabladid.is, s. 550 5767 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 694 4103.

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



Sérfræðingur á skrifstofu fjárlaga og innri þjónustu

Heilbrigðisráðuneytið auglýsir laust til umsóknar starf sérfræðings á skrifstofu fjárlaga og innri þjónustu. Um er að ræða áhugavert og fjölbreytt starf í krefjandi starfsumhverfi þar sem reynir á öguð vinnubrögð, ábyrgð, sjálfstæði og góð samskipti.

Helstu verkefni og ábyrgð

- Fjárlagagerð, rekstrar- og framkvæmdaáætlanir og eftirlit með framkvæmd fjárlaga.
- Mat á kostnaðaráhrifum lagafrumvarpa og reglugerða.
- Áætlanagerð, kostnaðargreining og kostnaðareftirlit.
- Greining og úrvinnsla gagna.
- Þátttaka í stefnumótun í málaflokkum ráðuneytisins í samstarfi við fagskrifstofur og stofnanir ráðuneytisins.

Menntunar- og hæfnikröfur

- Háskólamenntun í viðskiptafræði, hagfræði eða önnur sambærileg menntun. Framhaldsmenntun er kostur.
- Færni í meðferð, greiningu og úrvinnslu gagna.
- Þekking og reynsla af áætlanagerð, kostnaðargreiningu og kostnaðareftirliti.
- Hæfni í mannlegum samskiptum og jákvætt viðmót.
- Færni til að geta unnið sjálfstætt á skipulagðan og agaðan hátt.
- Færni í miðlun upplýsinga í mæltu og rituðu máli.
- Góð kunnátta í ensku og einu Norðurlandamáli er kostur.
- Þekking og reynsla úr stjórnsýslunni og af fjárlagagerð er kostur.
- Þekking á fjárhags- og mannauðskerfi ríkisins er kostur.
- Þekking og reynsla af teymisvinnu og verkefnastjórnun er kostur.

Starfið heyrir undir skrifstofu fjárlaga og innri þjónustu en hlutverk skrifstofunnar er að hafa heildaryfirsýn yfir fjármál og rekstur ráðuneytisins og stofnana þess, tryggingarliða og annarra viðfangsefna sem heyra undir ráðuneytið. Þá leggur skrifstofan mat á hagkvæmni verkefna og þann kostnað sem kann að hljóttast af lagafrumvörpum á ríkissjóð. Skrifstofan ber ábyrgð á gerð fjárlaga, rekstrar- og framkvæmdaáætlana og hefur eftirlit með framkvæmd fjárlaga auk þess að hafa umsjón með kostnaðarþáttöku notenda í heilbrigðisþjónustu.

Laun eru samkvæmt gildandi kjarasamningi sem fjármála- og efnahagsráðherra og Félag háskólamenntaðra starfsmanna stjórnarráðs hafa gert. Æskilegt er að umsækjandi geti hafið störf sem fyrst. Áhugasamir einstaklingar eru hvattir til að sækja um starfið óháð kyni. **Sótt er um starfið á Starfatorg.is** og með umsókn skal fylgja afrit af prófskírteinum, ítarleg starfsferilskrá og kynningarbréf þar sem gerð er grein fyrir ástæðu umsóknar og hvernig umsækjandi uppfyllir hæfniskröfur.

Umsóknarfrestur er til og með 15. ágúst 2022 og starfshlutfallið er 100%

Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu liggur fyrir. Tekið skal fram að umsóknir geta gilt í sex mánuði frá því að umsóknarfrestur rennur út, sbr. reglur nr. 464/1996 um auglýsingar á lausum störfum með síðari breytingum.

Upplýsingar um starfið veita Runólfur Birgir Leifsson, skrifstofustjóri á runolfur.leifsson@hrn.is og Kristín Helgadóttir, mannauðsstjóri á kristin@hrn.is

Stjórnarráð Íslands
Heilbrigðisráðuneytið



Framkvæmdastjóri

Brákarhlíð óskar eftir að ráða öflugan og framsækinn framkvæmdastjóra til að stýra daglegum rekstri stofnunarinnar. Mikilvægt er að viðkomandi sé eða verði búsettur á svæðinu. Æskilegt er að viðkomandi geti hafið störf sem fyrst.

Starfs- og ábyrgðarsvið

- Ábyrgð á daglegum rekstri, stjórnun og þjónustu heimilisins í samvinnu við fagfólk
- Fjárhagsleg greining, eftirlit og samskipti við endurskoðendur vegna uppgjörs
- Umsjón með gerð fjárhagsáætlana
- Samskipti við ráðuneyti og ýmsa hagsmunaaðila
- Samningagerð, innkaupamál og eignaumsjón
- Skýrslu- og upplýsingagjöf til stjórnar
- Starfsmannamál

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun í viðskiptum eða skyldum greinum
- Farsæl reynsla af stjórnun og rekstri fyrirtækja eða stofnana
- Sjálfstæði í vinnubrögðum, framsýni og metnaður
- Framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Góð kunnátta á íslensku og ensku
- Þekking og reynsla af stefnumótun
- Gott orðspor



Brákarhlíð er hjúkrunar- og dvalarheimili. Stofnunin er sjálfseignarstofnun. Brákarhlíð á sér 50 ára sögu. Bakhjarlar heimilisins eru sveitarfélögin Borgarbyggð, Eyja- og Miklaholtshreppur og Skorradalur. Einnig hefur Samband borgfírskra kvenna verið bakhjarl heimilisins allt frá stofnun og á einn fulltrúa í stjórn. Starfsmannafjöldi er um 85 manns. Í Brákarhlíð er unnið eftir Eden hugmyndafræðinni. Sjá nánar á www.brakarhlid.is.



Sótt er um starfið á hagvangur.is

Umsóknarfrestur er til og með **9. ágúst nk.**

Upplýsingar veita Katrín S. Óladóttir, katrin@hagvangur.is, og Þórdís Sif Arnardóttir, thordis@hagvangur.is.

Umsókn skal fylgja ítarleg ferilskrá og kynningarbréf. Allar umsóknir verða meðhöndlaðar sem trúnaðarmál.



hagvangur.is

Við leiðum fólk saman

hagvangur.is





Sviðsstjóri stjórnsýslusviðs

Sameinað sveitarfélag Skútustaðahrepps og Þingeyjarsveitar óskar eftir að ráða sviðsstjóra stjórnsýslusviðs. Leitað er að einstaklingi sem býr yfir framsækni, krafti og metnaði til að stýra starfsemi sveitarfélagsins, leiða áframhaldandi uppbyggingu innan þess og innleiðingu breytinga í kjölfar sameiningar.

Starfssvið

- Sviðsstjóri er æðsti yfirmaður starfsfólks sveitarfélagsins og skal sjá um að stjórnsýsla sveitarfélagsins samræmist lögum, samþykktum og stefnu sveitarstjórnar
- Sviðsstjóri hefur yfirumsjón með rekstri sveitarfélagsins og ber ábyrgð á framkvæmd ákvarðana sveitarstjórnar
- Fer með prókúru sveitarfélagsins og fyrirsvar þess
- Yfirumsjón með skipulagi og virkni stjórnsýslu sveitarfélagsins og starfsmannamálum
- Náið samstarf við sveitarstjórn, undirbúningur og upplýsingagjöf á fundum sveitarstjórnar og nefnda
- Annast upplýsingamiðlun og samskipti við samstarfsaðila, stofnanir, samtök, fyrirtæki og íbúa
- Gæta hagsmuna sveitarfélagsins út á við, vinna að framfaramálum þess og vera talsmaður sveitarstjórnar
- Stefnumarkandi vinna og mótun framtíðarsýnar fyrir sveitarfélagið og starfsemi þess
- Leiða uppbyggingu og eflingu atvinnulífs á svæðinu

Menntunar- og hæfniskröfur

- Háskólamenntun sem nýtist í starfi, menntun á sviði stjórnsýslufræða eða lögfræði er kostur
- Farsæl reynsla af stjórnun, rekstri og fjármálum
- Þekking og reynsla af opinberri stjórnsýslu er æskileg
- Reynsla af störfum á sveitarstjórnarstigi er æskileg
- Þjónustulund og framúrskarandi hæfni í mannlegum samskiptum
- Leiðtogaþæfni, frumkvæði og skipulögð vinnubrögð
- Áhugi og reynsla á uppbyggingu og eflingu atvinnulífs
- Færni til að tjá sig í ræðu og riti
- Æskilegt er að sviðsstjóri sé búsettur í sveitarfélaginu

Umsóknir óskast fylltar út á hagvangur.is. Umsóknarfrestur er til og með **15. ágúst 2022**.

Umsóknum skal fylgja ítarleg ferilskrá og kynningarbréf.

Nánari upplýsingar veitir Geirlaug Jóhannsdóttir, geirlaug@hagvangur.is

og Hlynur Atli Magnússon, hlynur@hagvangur.is.



Þingeyjarsveit er sameinað sveitarfélag úr nokkrum hreppum í Suður-Þingeyjarsýslu, Hálsahreppi, Ljósavatnshreppi, Bárðdælahreppi, Reykdælahreppi, Aðaldælahreppi og nú síðast Skútustaðahreppi.

Hið nýja sveitarfélag er landmesta sveitarfélag landsins með um 12% af flatarmáli landsins og um 1.400 íbúa. Stór hluti sveitarfélagsins er í óbyggðum en byggð takmarkast við Fnjóskadal, Ljósavatnsskarð, Kaldakinn, Bárðardal, Laxárdal, Aðaldal, Reykjadal og Mývatnssveit.

Þingeyjarsveit státar af einstakri náttúrufegurð og náttúruauðlindum. Margar af eftirsóttustu náttúruperlum Íslands eru í sveitarfélaginu, s.s. Mývatn, Laxá í Aðaldal, Goðafoss, Aldeyjarfoss, Vaglaskógur, Askja og fjalladrottningin Herðubreið.

Atvinnulífið er öflugt með fjölbreyttum möguleikum, m.a. í ferðaþjónustu, landbúnaði og matvælaframleiðslu.

Sveitarfélagið rekur þrjá grunnskóla og fjóra leikskóla, á Stórutjörnum, Hafralæk, Laugum og í Reykjahlíð.

Skrifstofur sveitarfélagsins eru á Laugum og í Reykjahlíð og á báðum stöðum er að finna alla nauðsynlega þjónustu. Í sveitarfélaginu starfar fólk frá ýmsum stofnunum. Aðstaða fyrir störf án staðsetningar er í boði ásamt umfangsmiklu samstarfi sveitarfélagsins við ýmsar opinberar stofnanir, s.s. Vatnajökulsþjóðgarð og Umhverfisstofnun.

Þingeyjarsveit leggur áherslu á umhverfismál og sjálfbæra nýtingu auðlinda ásamt blómlegu mannlífi.



Sótt er um starfið á hagvangur.is

GLEIPNIR

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 frumkvöðlastarfi á landsbyggðinni almennt og á þann hátt sem stjórn setursins ákveður. Nánari lýsing á markmiðum er sett í stofnsamningi um nýsköpunar- og þróunarsetrið.



Landbúnaðarháskóla Íslands



HÁSKÓLINN Á BIFRÖST

FRAMKVÆMDASTJÓRI

Auglýsum eftir drifandi og jákvæðum leiðtoga til að leiða Gleipni – Nýsköpunar- og þróunarsetur á Vesturlandi. Leitað er að metnaðarfullum einstaklingi með yfirburðabekkingu 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 öflugum 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

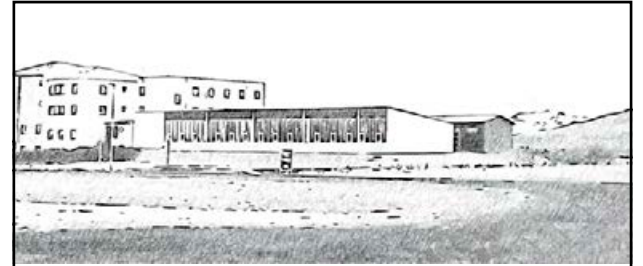
MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR

- 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
Stefán Kalmannsson verkefnastjóri hjá Háskólanum á Bifröst - stefank@bifrost.is. Umsóknir með ítarlegri ferilskrá og kynningarbréfi óskast sendar til ashildur@lbhi.is

UMSÓKNARFRESTUR FRAMLENGDUR TIL OG MEÐ 9. ÁGÚST



Laugargerðisskóli í Eyja og Miklaholtshreppi, auglýsir eftir kennara í heila stöðu og stuðningsfulltrúa í 100% starf

Um er að ræða umsjón með yngra stigi (1.-5. bekk) og stuðningsfulltrúa hjá sama hóp.

Laugargerðisskóli er fámennur grunnskóli mitt á milli Borgarness og Stykkishólms. Hér nýtum við okkur jákvæðan aga og erum heilsuefandi skóli. Áhersla er á einstaklingsmiðað nám þar sem áhugi, frumkvæði og styrkleikar hvers og eins eru nýttir í leik og starfi.

Á staðnum er gott íþróttahús og sundlaug. Húsnæði er í boði á staðnum. Kaup og kjör eru samkvæmt kjarasamningum.

Umsóknarfrestur er til og með 10. ágúst 2022 og skal skila umsóknum rafrænt til skólastjóra.

Nánari upplýsingar veitir skólastjóri í síma 8973605 eða í tölvupósti: skolastjori@laugargerdissskoli.is

Sigurður Jónsson
Skólastjóri



Hjúkrunarfræðingur í dagþjónustu MS Setursins

MS Setrið óskar eftir að ráða hjúkrunarfræðing í 80-100% starf. Við leitum að öflugum hjúkrunarfræðingi með áhuga á að taka þátt í fjölbreyttu, gefandi og skemmtilegu starfi.

Markmið MS Setursins eru:

- Að styrkja og styðja einstaklinga með taugasjúkdóma til þess að takast á við þær áskoranir sem geta skapast í daglegu lífi
- Að veita fjölbreytta og faglega þjónustu, stuðla að aukinni virkni og gleði
- Að efla samvinnu og stuðning við fjölskyldu og aðstoðarhópa hvers einstaklings

Alls njóta 85 skjólstæðingar þjónustu í MS Setrinu og koma að jafnaði tvo til fimm daga vikunnar, allt eftir þörfum.

Helstu verkefni og ábyrgð:

- Ber ábyrgð á hjúkrunarþættinum, skipulagningu, framkvæmd og eftirliti
- Ráðgjöf til skjólstæðinga og aðstandenda
- Samskipti við heilbrigðisstofnanir og heimahjúkrun
- Teymisvinna

Í boði er:

- Spennandi starf
- Skemmtilegur og faglegur starfsmannahópur
- Stytting vinnuviku
- Starfshlutfall 80-100%

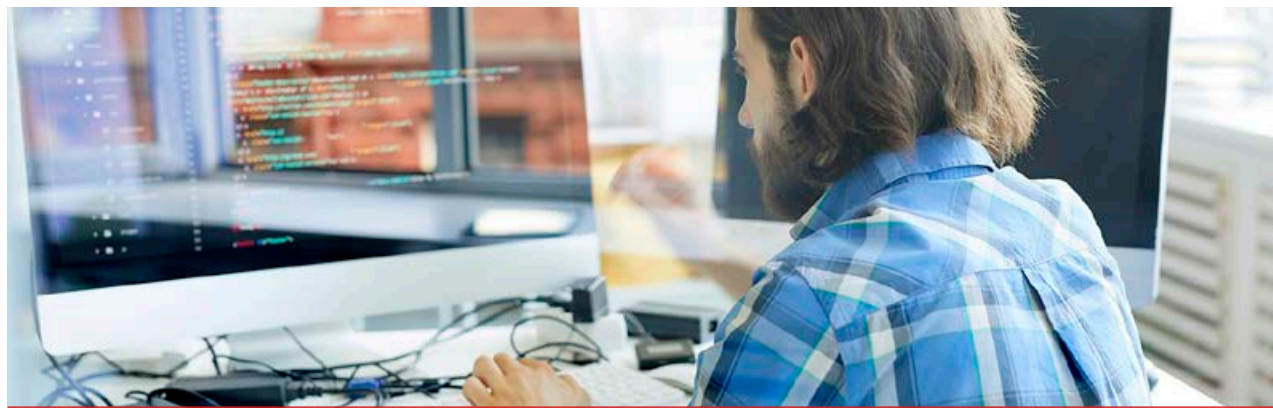
Menntunar- og hæfniskröfur:

- Íslenskt hjúkrunarleyfi
- Faglegur metnaður og sjálfstæð vinnubrögð
- Frumkvæði í starfi, þolinmæði og jákvætt viðhorf
- Hæfni í mannlegum samskiptum
- Íslenskukunnátta á stigi C1

Með umsókn skal fylgja ferilskrá og kynningarbréf. Laun skv. gildandi kjarasamningi SFV og FÍH.

Nánari upplýsingar veitir Ingibjörg Ólafsdóttir, forstöðumaður í síma 568-8630 eða ingibjorg@mssetrid.is

Umsóknarfrestur er til 16. ágúst 2022.



Hugbúnaðarsérfræðingur

Rannís leitast að flinkum forritara til að bættast í hugbúnaðarhópinn. Um er að ræða fjölbreytt og skemmtilegt teymi sem vantar hressan „fullstack forritara“ með mikinn áhuga á vefforritun og greiningarvinnu. Starfið felst í hönnun, hugbúnaðargerð og umsjón með kerfum Rannís.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólamenntun á sviði hugbúnaðarfræða eða annað sambærilegt nám
- Þekking og reynsla á PHP, SQL, JavaScript og Git er æskileg
- Reynsla af hugbúnaðargerð, Agile og Scrum er æskileg
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð ásamt góðri samskiptafærni
- Metnaður til að ná árangri í starfi með því að sýna vönduð vinnubrögð, frumkvæði og veita góða þjónustu

Endilega sendu okkur umsókn ef þú vilt vera með!

Upplýsingar um starfið veitir Berglind Fanndal Káradóttir, sviðsstjóri greiningar- og hugbúnaðarsviðs, í síma 515 5816 eða í netfangi berglind.fanndal@rannis.is.

Umsóknarfrestur er til og með 15. ágúst 2022.

Sækja skal um starfið á heimasíðu Rannís, á www.rannis.is/starfsemi/laus-storf/.

Umsókn skal fylgja ferilskrá, kynningarbréf og prófskráteini.

Umsækjendum er bent á að kynna sér starfsemi Rannís á www.rannis.is.

Rannís er líflægur vinnustaður með um 60 sérfræðingum sem starfa eftir gildum stofnunarinnar. Áhrif, fagmennska og samstarf. Hlutverk Rannís er að treysta stöðir íslensks samfélags með stuðningi við rannsóknir, nýsköpun, menntun og menningu og styðja þekkingarsamfélagið með rekstri samkeppnisjóða, aðstoð og kynningu á alþjóðlegum sóknarfærum og samstarfsmöguleikum. Rannís greinir og kynnir áhrif rannsókna, menntunar og menningar á þjóðarhag og þjónustar undirbúningu vísinda- og tæknistefnu.



rannís

Borgartúni 30, 105 Reykjavík,
sími 515 5800, rannis@rannis.is
www.rannis.is



ECONOMIC AND COMMERCIAL ASSISTANT

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöðu Economic and Commercial Assistant lausa til umsóknar.

Umsóknarfrestur er til og með 15. ágúst 2022.

Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu sendiráðsins:

<https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/>

Umsóknir skulu sendar í gegnum Electronic Recruitment Application (ERA)

The U.S. Embassy in Reykjavik is seeking an individual for the position of Economic and Commercial Assistant. The closing date for this position is August 15, 2022. Application instructions and further information can be found on the Embassy's home page: <https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/> Applications must be submitted through Electronic Recruitment Application (ERA)



GENERAL SERVICES CLERK

Sendiráð Bandaríkjanna auglýsir stöðu General Services Clerk lausa til umsóknar.

Umsóknarfrestur er til og með 15. ágúst 2022.

Frekari upplýsingar er að finna á heimasíðu sendiráðsins:

<https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/>

Umsóknir skulu sendar í gegnum Electronic Recruitment Application (ERA)

The U.S. Embassy in Reykjavik is seeking an individual for the position of General Services Clerk. The closing date for this position is August 15, 2022. Application instructions and further information can be found on the Embassy's home page:

<https://is.usembassy.gov/embassy/jobs/>

Applications must be submitted through Electronic Recruitment Application (ERA)



Sérfræðingur í nýsköpunarteymi

Rannís óskar eftir sérfræðingi í fullt starf í nýsköpunarteymi rannsókna- og nýsköpunarsviðs. Starfið er fjölbreytt og spennandi og felur í sér aðstoð við umsýslu Tækniþróunarsjóðs og umsjón með Nýsköpunarsjóði námsmanna auk annarra verkefna.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Háskólapróf sem nýtist í starfi
- Þekking á íslensku rannsókna- og nýsköpunarumhverfi er kostur
- Mjög góð kunnátta í íslensku og ensku bæði tal- og ritmáli
- Mjög góð færni í töflureikni er skilyrði ásamt færni í helstu Office forritum eða sambærilegu
- Góður skilningur á bókhaldi og uppgjörum er nauðsynlegur
- Reynsla af almennum skrifstofustörfum
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð ásamt góðri samskiptafærni
- Metnaður til að ná árangri í starfi með því að sýna vönduð vinnubrögð, frumkvæði og veita góða þjónustu

Sendu okkur endilega umsókn ef þú vilt vera með!

Upplýsingar um starfið veitir Ágúst Hjörtur Ingþórsson, forstöðumaður Rannís, í síma 515 5830 eða netfanginu agust.h.ingthorsson@rannis.is.

Umsóknarfrestur er til og með 15. ágúst 2022.

Sækja skal um starfið á heimasíðu Rannís, á www.rannis.is/starfsemi/laus-storf/.

Umsókn skal fylgja ferilskrá, kynningarbréf og prófskirteini.

Umsækjendum er bent á að kynna sér starfsemi Rannís á www.rannis.is.

Rannís er líflægur vinnustaður með um 60 sérfræðingum sem starfa eftir gildum stofnunarinnar: Áhrif, fagmennska og samstarf. Hlutverk Rannís er að treysta stöðir íslensks samfélags með stuðningi við rannsóknir, nýsköpun, menntun og menningu og styðja þekkingarsamfélagið með rekstri samkeppnissjóða, aðstoð og kynningu á alþjóðlegum sóknartærum og samstarfsmöguleikum. Rannís greinir og kynnir áhrif rannsókna, menntunar og menningar á þjóðarhag og þjónustar undirbúning vísinda- og tæknistefnu.



rannís

Borgartúni 30, 105 Reykjavík,
sími 515 5800, rannis@rannis.is

www.rannis.is

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

intellecta

VILTU VINNA MEÐ OKKUR?



FYRIRMYNDAR
FYRIRTÆKI 2022



JAFLAUNAVOTTUN
2018 - 2022

DREIFINGARSTJÓRI

ELKO er að leita að framsæknum og drífandi leiðtoga í starf dreifingarstjóra sem mun bera ábyrgð á upplifun og háþróaðri þjónustustigi við vörudreifingu og afgreiðslu pantana. Í ELKO starfar fjöldi hæfileikaríkra og skemmtilegra einstaklinga sem vinna öll að því markmiði að gera viðskiptavinum okkar ánægða og ná settum markmiðum. Við viljum halda því áfram með því að fá til okkar metnaðarfullan leiðtoga til að halda áfram þessu mikilvæga starfi.

STARFSLÝSING:

- Umsjón með mótun og framkvæmd stefnu fyrir dreifingar
- Umsjón með skilgreiningu og eftirliti á árangursmælikvörðum fyrir dreifingar
- Umsjón með að deildin nái settum markmiðum
- Ábyrgð á tínslu pantana til viðskiptavina og allri vörudreifingu
- Ábyrgð á vörubrúun fyrir dreifileiðir
- Skipulag og samþæfing ferla verslana, vöruhúss og dreifileiða
- Ábyrgð á gæðamálum
- Stjórnun og þjálfun starfsfólks

MENNTUNAR- OG HÆFNISKRÖFUR:

- Menntun sem nýtist í starfi er kostur
- Reynsla af stjórnunarstörfum og mannaforráðum
- Reynsla af verslunarstörfum eða störfum í vöruhúsi er kostur
- Sjálfstæð og skipulögð vinnubrögð ásamt skilningi á rekstri
- Tölvukunnátta til að leysa dagleg verkefni
- Framúrskarandi samskiptahæfileikar og þjónustulund
- Frumkvæði og árangursdrifni
- Leiðtogaþæfileikar

Nánari upplýsingar veita:

Björn Másson
mannauðsstjóri ELKO
bjornm@festi.is

Ottar Örn Sigurbergsson
framkvæmdastjóri ELKO
ottar@elko.is

Umsóknarfrestur er til og með **7. ágúst**
og umsóknarferlið fer fram á elko.is/storf



Við ráðum

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

Stjórnendaleit

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

Ráðningar millistjórnenda og sérfræðinga

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

Almennar ráðningar á markaði

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

Sveigjanleg nálgun

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

Matstæki

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

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

Ráðgjöf við starfslok

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

ráðum
ráðningarstofa

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

Við leiðum fólk saman

hagvangur.is

HAGVANGUR

Ennþá meira úrval af listavörum



Listverslun.is

AMSTERDAM

dream + create

van Gogh
The Quality Brand

REMBRANDT
The Professional Choice

liquitex

Conté
à Paris
DEPUIS 1798

LEFRANC
BOURGEOIS
PARIS



Verkfæralagerinn

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



LANDMARK FASTEIGNAMIDLUN

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



BRÚARFLJÓT 5 - 270 MOS.

TIL SÖLU EINKAR VANDAÐ ATVINNUBIL Á FRÁBÆRUM STAÐ

- Stærð 108 fm. Grunnflötur 6m x 18m og 12m x 18m
- Malbikuð og afgirt lóð með öryggishliðum.
- Gönguhurðir og gluggar bæði að framan og aftan
- Stórar innkeyrsluhurðir 4 m x 4,2m
- Afhending við kaupsamning
- Möguleiki að gera milliloft allt að 50 fm.

Verð: 41,9 millj.



ÞÓRARINN

Löggiltur fasteignasali.
s. 770-0309



HELGAFELL

FASTEIGNASALA

s: 566-0000 • helgafellfasteignasala.is



Hólmur Björn
Sigbósson
Löggiltur fasteignasali
holmar@helgafellfasteignasala.is
s. 893 3276



OPIÐ HÚS

Katlahraun 16 Þorlákshöfn

Opið hús miðvikudaginn 3. ágúst kl. 17.30-18.00.

Til sölu nýtt og fallett 3ja herbergja miðjuraðhús með innb. bílskúr. Birt stærð eignar er 135,6 fm. Þar af er íbúðarhluti 109,4 fm. og bílskúr 26,2 fm. Frábær staðsetning í nýju hverfi í vestur jaðri Þorlákshafnar. Sem stutt í alla helstu þjónustu skóla og leikskóla, íþróttastöðu og falleg útivistarsvæði. **Nánari upplýsingar veitir** Hólmur Björn fasteignasali í gsm: 893 3276 eða holmar@helgafellfasteignasala.is. **Verð 77 milljónir.**

RÁÐGJÖF
RÁÐNINGAR
RANNSÓKNIR



intellecta

Síðumúla 5 • 108 Reykjavík • 511 1225 • intellecta.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.



Algjör slökun!

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 fánlegir í nokkrum litum.

NORMX

Auðbrekku 6 • Kópavogi • Sími 565 8899 • normx.is
Opið mán. - fim. 10-18, fös. 10-17 og lau. 10-14

Fyrir allar helgar!



Pågen giffklar, alltaf ómótstæðilegir

Bílar & Farartæki

Bílar til sölu



Club Car Tempo 2020 Bill í toppstandi og nýinnfluttur. Nýir 8V rafgeymar og allur yfirfarinn. Kr. 1.480.000 Hægt að fá myndir sendar í tölvupósti. Sími 8971928 / hb@a7.is

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?

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

Bátar

VEIDIPORTIÐ
Grandagarður 3 • S: 552-9940

Stærðir:
270cm-500cm

Verð frá:
149.000.kr

SAILSKI®
Gerid verðsamanburð!
www.veidiportid.is

VEIDIPORTIÐ
Grandagarður 3 • S: 552-9940

**2,6hp. Tvígensis
Tilboð 99.000.kr**
Fullt verð 110.000.kr

Aðeins 10kg

SAIL®

Gerid verðsamanburð!
www.veidiportid.is

VEIDIPORTIÐ
Grandagarður 3 • S: 552-9940

**9,8hp. Tvígensis
Tilboð 249.000.kr**
Fullt verð 289.000.kr

Aðeins 28kg

SAIL®

Gerid verðsamanburð!
www.veidiportid.is

**GEFÐU
HÆNU**

gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf kirkjunnar

BLÖÐIN

Blaðið í dag og safn eldri blaða á frettabladid.is

Þjónusta

Garðyrkja



ALMENN GARÐVINNA OG VIÐHALD

Mah ehf tekur að sér alla almenna garðvinnu og viðhald. Tökum einnig að okkur háþrýstipvott, helluþrif og Pallþrif Gerum tilboð ykkur að kostnaðarlausu. Sanngjörn verð, góð samskipti og vönduð vinnubrögð. Hafið samband í 539-5098 eða á mah@mah.is

Búslóðaflutningar

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

Húsviðhald

FLÍSALAGNIR - 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. 867 4254

Getum bætt við okkur utan og innanhúss málningarvinnu. runarmurari.is S. 7743800

Nudd

NUDD NUDD NUDD

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

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR.
S. 663 0746.

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

Keypt & Selt

Til sölu



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

Gítarinn ehf.

Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is



Kassagítarar á tilboði

Gítarar og
hljómborð
í miklu úrvali

Verð við allra hæfi

**GEFÐU
VATN**

gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf kirkjunnar

Heilsa

Heilsuvörur



Húsnæði

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

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

Ábendingahappinn má finna á www.barnaheill.is



Síðumúla 31 | 108 Reykjavík | 517 3500 | fyrirtækjasala.is

Grill og skyndibitastaður

Í eigin húsnæði, á Höfuðborgarsvæðinu við hliðina á vinsælu íþróttamannvirki og skóla. Byður gott úrval skyndibita og take away þjónustu. Byðst á góðu verði með húsnæðinu,

Allar nánari upplýsingar veita

Björgvin í S: 773-4500 | bjorgvin@atv.is og
Óskar í S: 773-4700 | oskar@atveignir.is

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is
Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

GLUGGA GERÐIN

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

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

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

EYJALIND Belti og undirvagnshlutir

Vertu vísar okkur á Facebook

Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

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

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

Ferðaþjónustuhús

Vönduð hús sem henta vel í ferðaþjónustuna, afhendast fullkláruð.

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

viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

íshúsið

S: 566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

ÞJÓNUSTU AUGLÝSINGAR

HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ

Sími 550 5055 | smaar@frettabladid.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is



FINNUR ÞÚ GULLMIÐANN?



Er kominn ferðahugur í þig?

Við erum búin að fela þrjá gullmiða í rjómasúkkulaðinu okkar. Gullmiðinn gæti því leynst með uppáhalds súkkulaðinu þínu og þú gætir unnið 100.000 kr. ferðavinning frá Icelandair!

Sírius rjómasúkkulaði, gulli betra!

ICELANDAIR





Najat Maalla, sérstakur sendi-
fulltrúi Sameinuðu þjóðanna um ofbeldi gegn börnum, segir stöðu barna í heiminum hafa farið versnandi undanfarin ár.

FRÉTTABLAÐIÐ/
ANTON BRINK

Staða barna verri í dag en fyrir faraldur



Lovisa
Arnardóttir
lovisaa
@frettabladid.is

Najat Maalla M'jid var skipuð árið 2019 í embætti sérlegs sendifulltrúa Sameinuðu þjóðanna um ofbeldi gegn börnum. Hún segir að þá hafi staða barna verið slæm, en hún sé enn verri í dag. Najat segir að leiðtogar þurfi að endurskoða viðbrögð en er þó ekki vonlaus, því börnin sjálf veita henni von.

Najat segir að staða barna hafi farið versnandi um heim allan síðustu ár. Najat var hér á landi í júní og hitti embættismenn, þingmenn, starfsfólk Barnahúss og Barna- og fjölskyldustofu til að ræða stöðu barna á Íslandi og um heiminn allan.

„Þegar ég var skipuð í embættið árið 2019 var ofbeldi gegn börnum mikið og skorti mikið á bæði barnavernd og réttindi barna alþjóðlega,“ segir Najat og að eftir heimsfaraldur Covid-19 hafi ofbeldi gegn börnum og ójafnrétti aukist í heiminum öllum.

„Ef þú bætir svo við það mannúðarkrisunum sem voru í gangi fyrir heimsfaraldur, sem urðu verri í heimsfaraldri, átökum í Miðausturlöndum, víða í Afríku og Mið-Afríku og svo loftslagsbreytingum og þeim mikla fjölda sem hefur þurft að leggja á flotta vegna þess, þá sérðu að heimurinn sem við búum í er ekki heimur sem veitir vernd.“

Najat segir að á sama tíma sjái hún í þeim börnum sem hún hittir og vinnur með ótrúlegt þol, sveigjanleika og getu til að bregðast við og að hún dáist að börnum í fátækari löndum sem noti samfélagsmiðla til að vekja athygli á stöðu sinni og til að bæta aðstæður sínar.

„Þau láta vita og eru að tala við aðra. Þau eru ekki aðgerðalaus og þess vegna er ég bjartsýn. Því þessi börn hafa alla hæfileikana

og geta notað þá. En það sem ég hef áhyggjur af er að þau fái ekki stuðninginn sem þau þurfa til að geta blómstrað.“

Najat segir að annað sem hún hafi miklar áhyggjur af sé sá mikli fjöldi barna sem er á flotta í dag, bæði alþjóðlega og innan heimalanda sinna.

„Þessi börn eru hluti af kerfinu en við sjáum, sérstaklega í efnameiri ríkjum, að börn, vegna stöðu sinnar á flotta, eru svipt réttindum sínum og aðskilin frá fjölskyldu sinni. Það er komið fram við þau eins og úrhrök og þau eru ekki hluti af kerfinu,“ segir Najat.

Áætlað er að 100 milljónir séu á flotta, og þá eru ekki talin með þau börn sem eru á flotta innan heimlands síns eða á faraldsfæti.

„Þetta er risastórt vandamál og það er áætlað að helmingur séu konur og börn. Það er eitthvað sem gengur ekki upp í heiminum og viðbrögðin eru ekki góð. Það eru flóttamannabúðir í heiminum þar sem er að alast upp fjórða kynslóð barna sem líklega fer aldrei þaðan. Þau eiga enga framtíð, eru vonlaus og örvæntingarfull,“ segir Najat og að hún hafi séð þetta í Tsjad, Níger, Líbanon, Jórdaníu, Grikklandi og mörgum öðrum löndum.

„Það sem þarf að varast sérstaklega er þegar ljósið slökknar í augum þessara barna, þá er það of seint,“ segir Najat og að það liggi mjög mikið á að endurskoða þau viðbrögð sem eru í heiminum við þeim mikla fjölda sem hefur lagt á flotta eða þurft að yfirgefa heimili sín.

„Þurfum við að halda áfram að hafa neyðaraðstoð þegar ástandið er krónískt? Sama hvert er lítið, jafnvel til Úkraínu, þar mun þetta verða langvarandi vandi. Við þurfum að læra af reynslunni og breyta neyðaraðstoð í aðstoð sem miðar að því að hjálpa fólki [e. people centered development]. Þetta snýst ekki um

peningatilfærslu, þetta snýst um að vera með félagslegt kerfi sem styrkir fólk og styður það. Sem hjálpar þeim að vera ríkisborgarar þar sem þau eru í stað þess að aðskilja þau frá öðrum, og tryggja þeim öryggi og vernd. Þetta er pakki og ef við gerum þetta ekki þá verður kostnaðurinn gífurlegur,“ segir Najat og að afleiðingar aðskilnaðar séu meira ofbeldi, meira kynþáttahatur og útflendingahatur auk þess sem það auki líkurnar á því að alþjóðleg glæpasamtök eflist.

Najat segir að ofan á þetta bætist svo það tvöfalda síðgæði sem má sjá í Evrópu hvað varðar flóttafólk frá Úkraínu og svo flóttafólk annars staðar frá, og hvernig framkoman og móttakan sé ekki sú sama.

„Við verðum að koma eins fram við öll börn á flotta. Annað er eitthvað sem gengur ekki upp. Nýverið var ég í Rúmeníu þar sem ég hitti stúlkur frá Afganistan, Sómalíu og Kongó sem báðu mig um að minna fólk á að þær séu til,“ segir Najat og að þær bíði eftir hælissúskni og eigi jafnvel fjölskyldur í öðrum löndum í Evrópu sem bíði eins og þær, því fólk frá Úkraínu fékk forgang í kerfinu.

„Það þarf að passa upp á þetta. Við munum ekki koma í veg fyrir flotta og fólksflutninga og við þurfum að byrja að hugsa um það hvernig við tökum á móti fólki. Það þarf að fjárfesta í friði og svo hugsa um loftslagsbreytingarnar og hvernig við ætlum að koma í veg fyrir þær,“ segir Najat og að það þurfi að styrkja tengsl landa og að þjónusta innan þeirra sé aðgengileg öllum börnum, sama hvar, og geri ekki upp á milli þeirra miðað við það hver stada þeirra er.

Hún segir að leiðtogar um allan heim þurfi að tileinka sér ný viðhorf þar sem einblint er á fólk í stað landamæra og að það þurfi að tryggja að öll börn njóti sama réttar, sama hvar þau eru.

„Það er ekki eðlilegt að það sé ekki þannig. Þegar við tölum um farsæld þá eru það ekki bara peningar, heldur líka menningarlegur fjölbreytileiki og umburðarlyndi, og yfirvöld þurfa að gera allt sem í þeirra valdi stendur til að forðast mismunun.“



Það er eitthvað sem gengur ekki upp í heiminum og viðbrögðin eru ekki góð. Það eru flóttamannabúðir í heiminum þar sem er að alast upp fjórða kynslóð barna sem líklega fer aldrei þaðan.

Najat er ein þeirra sem unnu að nýjum farsældarlögum mennta- og barnamálaráðherra og var í desember til viðtals um það á vef Fréttablaðsins. Hún sagði þá að ferlið hefði verið til fyrirmyndar og nefndi sérstaklega hversu gott það er að börn fái aukið tækifæri, samkvæmt lögnum, til að tjá skoðun sína.

„Það þarf að hugsa um börn sem part af lausn og ekki bara sem framtíðina. Þau eru ekki framtíðin, þau eru héra hér og nú og þurfa að vera með,“ segir Najat.

Hún segir það mikilvægt að börn fái að taka þátt og segja skoðun sína en að það þurfi að gæta þess að það sé ekki aðeins táknræn þátttaka og að auk þess þurfi að passa að sá hópur barna sem tekur þátt sé ekki einsleitur.

„Börn eiga að vera hluti af lausninni og það er ákveðið ferli að framkvæma það. Þetta snýst ekki um að sníða þau að okkar þörfum. Það er fullorðna fólkið sem þarf að breyta sinni hugsun.“ ■



Það sem þarf að varast sérstaklega er þegar ljósið slökknar í augum þessara barna, þá er það of seint.

ÚTSALA!



casall

HOKA ONE ONE

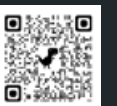
reima

asics



SPORTIS.IS
520-1000

SPORTÍŚ



SKEIFAN 11
108 REYKJAVÍK

Merkisatburðir

- 1626** Um 70 þúsund manns létust í Napólí og nágrenni af völdum jarðskjálfta og fljóðbylgju sem fylgdi í kjölfarið.
- 1909** Giftnar konur fá kosningarétt á Íslandi og þær vinnukonur sem greiða opinber gjöld.
- 1927** Fyrsta Ólympíuskákmótinu lýkur með sigri Ungverja.
- 1930** Úrúgvæjar verða fyrstu heimsmeistarar sögunnar í knattspyrnu þegar þeir sigra Argentínumenn, 4-2, í úrslitaleik í Montevideo.
- 1946** Bifreið er ekið í fyrsta sinn úr Fljótum um Lágheiði til Ólafsfjarðar.
- 1947** **Arnold Schwarzenegger** fæddur.
- 1951** Örn Clausen verður Norðurlandameistari í tugþraut.
- 1961** Brú er vígð yfir Hornafjarðarfljót, það er þá næstlengsta brú Íslands, 255 metrar.
- 1977** Stálvík í Garðabæ hleypir af stokkunum fyrsta skuttogara sem smíðaður er á Íslandi, Stálvík, Sl.
- 2000** Stafkirkja er vígð í Vestmannaeyjum. Hún er gjöf frá Norðmönnum.
- 2003** Síðasta Volkswagen-bjallan er framleidd í Mexíkó.



Útfararþjónusta Rúnars Geirmundssonar

Stofnað 1990

Traust fjölskyldufyrirtæki í áratugi



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



Frá Þjóðhátíð í Eyjum 2015. Hátíðin í ár er sú 145. í röðinni og því bráðlega hálf önnur öld frá þeirri fyrstu.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Trúföst herfylking Eyjamanna sló fyrsta Þjóðhátíðartóninn

Saga Þjóðhátíðarinnar í Eyjum er jafn einstök og hún er skrautleg, en hún hefur verið haldin með hléum í 145 ár – og tók smám saman á sig núverand glæsimynd.

ser@frettabladid.is

Þjóðhátíðin í Eyjum sem hafin er í Eyjum er sú 145. í röðinni, sem merkir að bráðum er hálf önnur öld liðin frá því sú fyrsta var haldin í Herjólfsdal, en það var árið 1874 þegar landsmenn fögnuðu þúsund ára afmæli Íslandsbyggðar, svo og því að fá í hendur fyrstu stjórnarskrá þjóðarinnar úr hendi sjálfs Danakonungs.

En munurinn var sá á Eyjamönnum og öðrum landsmönnum að þeir héldu hátíðinni áfram, árinu seinna – og hefðin festist svo rækilega í sessi á næstu árum, sem lagði grunninn að öllum síðari tíma Þjóðhátíðum í Vestmannaeyjum.

Undir þessum grunni má þó finna eldri hleðslur. Á árunum fyrir fyrstu Þjóðhátíðina hafði verið starfrækt eins konar herfylking í Eyjum undir forystu manns að nafni Andreas August von Kohl, oft nefndur Kapteinn Kohl, sem þótti einstaklega virkur í öllu félagsstarfi í bænum og stóð meðal annars fyrir hvítasunnu- og sumarhátíðum í Herjólfsdal að trúaðra manna hætti.

Að sögn heimamanna í Eyjum er líklegt að þessar skemmtanir herfylkingarinnar hafi orðið kveikjan að því að þjóðhátíð var síðar valinn staður í Dalnum góða.

Keppni Þórs og Týs

Fram eftir ofanverðri nitjándu öldinni var hátíðin haldin af og til, eftir efnum og aðstæðum, en á nýrri öld komst festa á hátíðarhöldin – og hefur Þjóðhátíðin með stórum staf verið haldin árlega frá árinu 1901, að styrjalðarunum 1914 og 1915 undanskildum, en það var Kvenfélagið Líkn ásamt Knattspyrnufélagi Vestmannaeyja sem stóðu að hátíðinni fyrstu árin.

Fyrsta Þórsþjóðhátíðin fór fram árið 1916 og svo fór, fáum árum seinna, að íþróttafélögin Þór og Týr tóku að skipta hátíðunum með sér frá ári til árs, Þór á sléttri tölu og Týr á oddatölu – og þar með var komin keppni um hvort félagið gæti haldið glæsilegri hátíð, enda félags-



Arni Johnsen leiddi fyrsta brekkusöng hátíðarinnar árið 1977.

MYND/ADSEND



Allir bæjarbúar, sem vettlingi geta valdið, hafa þyrpst inn í Dal til þess að gleyma um stund stritinu fyrir daglegu brauði.

stíl frá árinu 1908. Í skemmtilegri grein frá árinu 1931 um Þjóðhátíð sagði Arni Guðmundsson: „Allir bæjarbúar, sem vettlingi geta valdið, hafa þyrpst inn í Dal til þess að gleyma um stund stritinu fyrir daglegu brauði.“ Má nærri geta að hér hafi hugur fylgt máli.

Fyrsta Þjóðhátíðarlagið varð svo til tveimur árum seinna, 1931, samið af Oddgeiri Kristjánssyni, nema hverjum, sem setti saman lagid Setjumst að sumbli við texta Árna úr Eyjum. Þó eru til heimildir um að þrjú kvæði hafi verið frumsamin fyrir Þjóðhátíð árið 1905 og sungin á milli ræðuhalda af æfðum söngflokki.

Á þeim áttatíu og sex árum sem liðin eru frá því fyrsta Þjóðhátíðarlagið var flutt í Herjólfsdal eru löggin orðin sjötíu og sjö talsins.

Brekkusöngurinn á sér þó styttri sögu, þótt hann sé fyrir löngu orðinn að ómissandi hluta Þjóðhátíðar. Það var á fyrstu Þjóðhátíð eftir gos, árið 1977, sem Arni Johnsen sameinaði Þjóðhátíðargesti í fyrsta sinn í brekkusöng – og lengi vel var hann einráður með gítarinn sinn að vopni framan við þúsundir gesta í Dalnum, sem enn koma ár eftir ár, til að skemmta sér og sinum. ■

Fyrsta brennan

Árið 1929 er fyrst getið um brennu á Fjósakletti, en varðeldar í Herjólfsdal höfðu tíðkast á Þjóðhátíðum í smærri

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS

www.utfarin.is • Auðbrekku 1, Kópavogi

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



Sverrir Einarsson
S: 896 8242



Jóhanna Eiríksdóttir



Jón G. Bjarnason
S: 793 4455

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR

www.utfararstofa.is • Dofrahellu 9b, Hafnarfirði

Mergættvi, hlýja og virðing Við andlát ástvinar



Ísleifur Jónsson
Útfararstjóri
Farsími 821 5353



Steinunn Magnúsdóttir
Útfararþjónusta
Farsími 861 3441



Álfheimum 35, 104 Reykjavík
Sími 553 5353 og 821 5353
www.usr.is
isleifur@usr.is
Þjónusta allan sólarhringinn

Útfararþjónusta í yfir 70 ár



Víð 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



Haukur segir gesti hátíðarinnar eiga það sameiginlegt að vera yfirleitt skemmtilegt fólk.

MYND/ADSEND

Mikil stemning fyrir minnstu hátíðinni

Uppskrift ættmóður og góðmennt fámenni heldur uppi stemningu á Kjötsúpuhátíðinni á Hesteyri.

arnartomas@frettabladid.is

Kjötsúpuhátíðin á Hesteyri í Hornstrandafriðlandinu fer fram í dag en henni er lýst af aðstandendum sem mögulega minnstu útihátíð landsins.

„Það er nú ekki vandamálið,“ svarar Haukur Vagnsson, spurður um hvort það sé ekki örugglega til nóg til af kjötsúpu fyrir mannskapinn. „Við erum búin að birgja okkur upp. Við erum ekki að stíla okkur inn á neina stórhátíð, enda erum við venjulega minnstu útihátíðin. Hugmyndin er að hafa þetta fámenna en góðmenna sveitastemningu með söng, leik og skemmtun í kringum kjötsúpu.“

Rætur hátíðarinnar má rekja til móður Hauks, Birnu Hjaltalín Pálsdóttur.

„Móðir mín setti á laggirnar veitingarekstur í kaffihúsinu á Hesteyri í

”

Við erum ekki að stíla okkur inn á neina stórhátíð, enda erum við venjulega minnstu útihátíðin.

kringum 1994 þar sem hún bauð upp á kjötsúpu sem varð svona ofboðslega vinsæl,“ segir Haukur, sem segir að hátíðin hafi fyrst farið fram í kringum aldamótin. „Þetta hefur verið að mestu leyti árlegt síðan og alltaf um verslunarmannahelgina.“

Hluti af stemningunni felst í því að það er ekki hægt að komast keyrandi til Hesteyrar og er því siglt frá Bolungarvík.

„Við höfum stundum verið að sjá hvali og annað þegar við erum að sigla yfir svo þetta er stundum hvalaskoðun á leiðinni og svo varðeldur um kvöldið, áður en siglt er til baka,“ segir Haukur sem mælir ítrekar auðvitað um ágæti kjötsúpu ættmóðurinnar. „Móðir mín er reyndar sjálf ekki lengur að elda súpu enda er hún rétt að verða níræð, en hún verður á staðnum í fyrsta skipti í þrjú ár að vakta að við gerum þetta nú örugglega rétt. Það er svo hann bróðir minn, Hrólfur í Læknishúsinu, sem sér um súpu.“

Hverjir eru það svo sem mynda þetta góðmenna fámenni?

„Mest eru þetta Íslendingar en það slædist alltaf slatti af útlendingum með,“ segir Haukur. „Þetta er yfirleitt mjög skemmtilegt fólk sem er að koma, sem er auðvitað fyrir öllu. Þetta er bara opið og frjálst.“

Miðasölu og frekari upplýsingar má nálgast á heimasíðu Hornstrandafærða. ■



Elskulegur eiginmaður minn, sonur, bróðir, mágur og frændi,

Ingvar Lundberg

hljóðhönnuður og tónlistarmaður,

lést 7. júlí síðastliðinn á líknardeild Landspítalans. Útför hans fer fram frá Grafarvogskirkju fimmtudaginn 4. ágúst kl. 13.00. Athöfnin verður tekin upp og streymt eftir á. Slóðina má m.a. finna á Facebook-síðu Ingvars Lundberg.

Santía Svanhvit Sigurjónsdóttir

Margrét Sigurjónsdóttir

Jóhanna Gísladóttir

Anton Lundberg

Ragnar Lundberg

Rúnar Laxdal Gunnarsson

Pórey Þorkelsdóttir

Marína Suturina

og fjölskyldur.



Elsku móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Elínborg Guðmundsdóttir

(Ella)

leirlistakona,

Arkarholti 1, Mosfellsbæ,

lést í faðmi barna sinna sunnudaginn 17. júlí. Útförin fer fram frá Fossvogskirkju 4. ágúst kl. 15.00. Blóm og kransar vinsamlegast afþakkaðir en þeir sem vilja minnst hennar láti HERU, sérhæfða líknarheimaþjónustu, njóta þess.

Ellert Austmann Ingimundarson

Eva Karlsdóttir

Annetta Austmann Ingimundardóttir

Bjarni Þorsteinsson

Rebekka Austmann Ingimundardóttir

Sigurður Guðmundsson

Elisabet Austmann Ingimundardóttir

Hilmar Garðar Hjaltason

ömmu- og langömmubörn.



Elsku móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,

Guðný Hannesdóttir

Efstalandi 10, Reykjavík,

lést á Landspítalanum í Fossvogi þriðjudaginn 26. júlí síðastliðinn. Útför verður auglýst síðar.

Rósa S. Jónsdóttir

Oddfríður R. Jónsdóttir

Hannes A. Jónsson

Guðmundur I. Guðmundsson

Yukie Moriyama

barnabörn og barnabarnabörn.



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar elskulegrar eiginkonu, móður, ömmu og langömmu okkar,

Hrefnu Axelsdóttir

Austurvegi 5, Grindavík.

Sérstakar þakkir fær starfsfólkið á hjúkunarheimilinu Víðihlíð í Grindavík, fyrir hlýja og góða umönnun.

Birgir Gunnarsson

Laufey S. Birgisdóttir

Guðrún D. Birgisdóttir

Eliás M. Rögnvaldsson

Jón B. Reynisson

ömmubörn og langömmubörn.



Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, sonur og tengdasonur,

Helgi Þór Kristínarson

Asparskógum 22, Akranesi,

lést af slysförum föstudaginn 22. júlí. Útför hans fer fram frá Akranesarkirkju, fimmtudaginn 4. ágúst kl. 13.

Ursula Jassniker

Sigmundur Orfeus og Eyþór Úlfur

Kristín Guðrún Jónsdóttir

Guðmundur G. Sigurðsson



Ástkær eiginmaður minn, faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,

Gylfi Kristinn Sigurðsson

ökukennari, Hlynsölum 1,

lést á hjúkunarheimilinu Sunnuhlíð að morgni fimmtudagsins 14. júlí. Útförin fer fram frá Lindakirkju miðvikudaginn 3. ágúst klukkan 15.

Jensina Sigurborg Jóhannsdóttir

Guðrún Helga Gylfadóttir

Sigurður Smári Gylfason

Jóhanna María Gylfadóttir

Steinunn Margrét Gylfadóttir

barnabörn og barnabarnabörn.

Bjartmar Bjarnason

Hulda Ruth Ársælsdóttir

Eliás Þór Pétursson

Helgi Mar Hallgrímsson



Elskulegur faðir okkar, tengdafaðir, afi, langafi og bróðir,

Þorsteinn Viðar Ragnarsson

Vallarbraut 2, Akranesi, frá Höfðabrekku í Mýrdal,

lést á Hjúkrunar- og dvalarheimilinu Höfða, Akranesi, miðvikudaginn 27. júlí.

Útförin verður auglýst síðar. Sérstakar kveðjur og þakkir fær starfsfólk Hjúkrunar- og dvalarheimilisins Höfða fyrir hlýja og góða umönnun.

Kristín Þorgerður Reynisdóttir

Björk Þorsteinsdóttir

Elin Ragna Þorsteinsdóttir

Guðrún Lilja Þorsteinsdóttir

Eliás Kristján Þorsteinsson

afabörnin, langafabörnin og systkini hins látna.

Yves Deferne

Gunnlaugur Kristinsson

Ómar Rögnvaldsson

Valdimar K. Sigurðsson

Marta Valsdóttir



Ástkær eiginmaður minn, faðir, tengdafaðir, afi og langafi,

Sveinn Finnsson

bóndi, Eskiholti 1,

lést á hjúkrunar- og dvalarheimilinu Brákarhlíð í Borgarnesi þriðjudaginn 26. júlí. Útförin fer fram frá Borgarnesarkirkju föstudaginn 5. ágúst klukkan 14. Hægt verður að nálgast streymi frá útförinni á www.kvikborg.is

Guðrún Gestsdóttir

Áshildur Sveinsdóttir

Þórdís Sveinsdóttir

Jóhanna Sveinsdóttir

Sigrún Sveinsdóttir

Gunnhildur Sveinsdóttir

barnabörn og barnabarnabarn.

Einar S. Valdimarsson

Sævar Ástmundsson

Gunnlaugur A. Björnsson

Einar Árni Pálsson

Kirubel Seyoum



Innilegar þakkir fyrir auðsýnda samúð og hlýhug vegna andláts og útfarar okkar ástkæru móður, tengdamóður, ömmu og langömmu,

Sigríðar Helgu Axelsdóttir

síðast til heimilis á Hjúkrunarheimilinu Skjólgarði á Höfn í Hornafirði.

Sérstakar þakkir færur við starfsfólki Skjólgarðs fyrir frábæra umönnun.

Ragnhildur Jónsdóttir

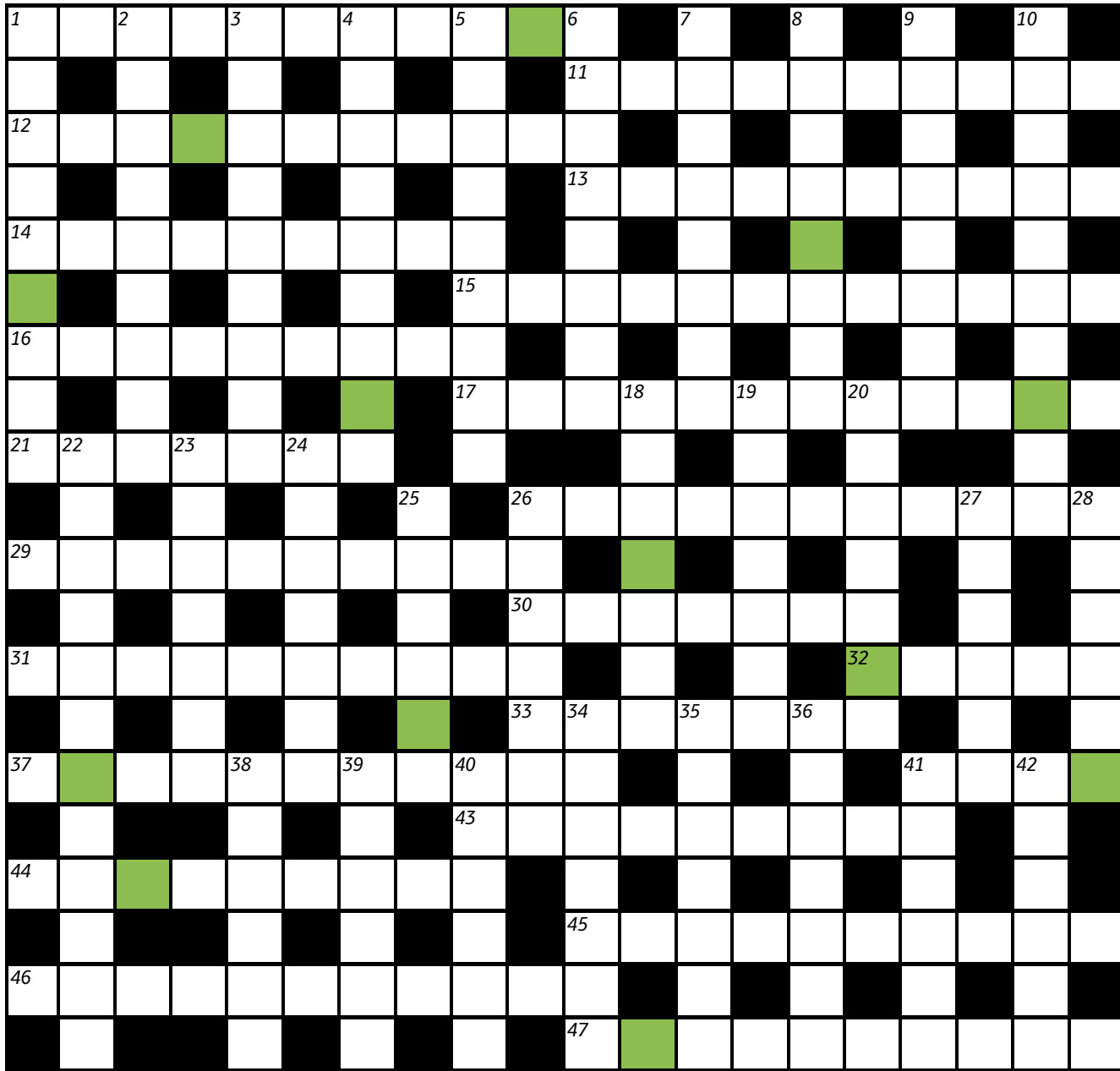
Axel Jónsson

Sveinbjörg Jónsdóttir

og fjölskyldur.

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

Krossgáta



LAUSNARORÐ Ef bókstöfunum í lituðu reitunum er raðað rétt saman birtist vinsæll svaladrykkur (13). Sendið lausnarorðið í síðasta lagi 4. ágúst næstkomandi á krossgata@frettabladid.is merkt „30. júlí“.

[Empty grid for the crossword solution]

Sudoku

Sudoku grid with some numbers pre-filled.

Sudoku grid with some numbers pre-filled.

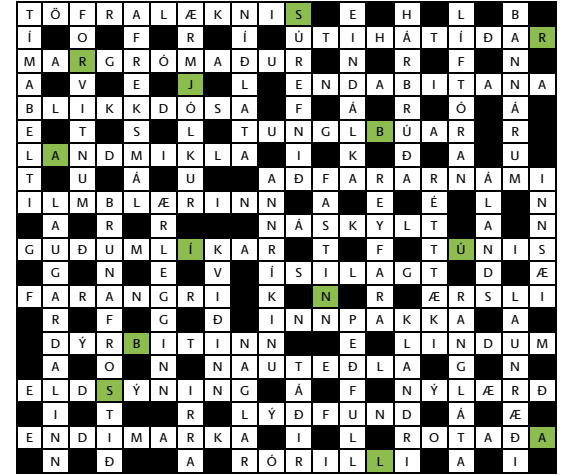
Þrautin felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tví-taka neina tölu í röðinni.

Pondus



Eftir Frode Øverli

Lausnarorð síðustu viku var ÍSBJARNARBLÚS



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

LÁRÉTT

- 1 Kemur kauðum í koju sökum dónalegrar framkomu (11)
11 Tek séns á að þau séu örugg þótt óskorðuð séu (10)
12 Hví er svona bissnesskall að fá sér vélsmiðju? (11)
13 Ja svei hrópa hinar á hæla þeirrar sem sveiað var (10)
14 Má láta blett þar sem búið er að koma honum fyrir? (9)
15 Boltarnir elta brennivín en nammið er betra (12)
16 Fljót með skrifaðan texta sem skrifað var á (9)
17 Geri það sem þú merktir ef Kringlan og Kolaportið leyfa (12)
21 Bergmálum kvenrödd í strípuðum sal (7)
26 Þrátt fyrir gremju látum við gufu frá dráttarvélunum yfir okkur ganga (11)
29 Skal því ritönd gerast fastakúnni útgáfu (10)
30 Sá lærafeiti lenti í klikku uppvakninga (7)
31 Dönsum okkar fjölda-dans þrátt fyrir smá snurðu (10)
32 Löggan hefur fundið fersk spor í þessu snúna máli (5)
33 Gerir úttekt á álitni á meðan hún borðar (7)
37 Staldrá við svarthol og náttból (11)
41 Það er engin skömm að svolitlu köfnunarefni (4)
43 Finn atóm í ögnum og enn smærri fyrirbærum (9)
44 Snilldar úrræði gleður sælkera (9)
45 Ölum orminn svo spikið vaxi (10)
46 Einhverjar dangla í næsta mann ef þetta blóm er í garðinum (11)
47 Sjá hvorki eftir málinu né mælikvarðanum (10)

LÓÐRÉTT

- 1 Í landi langintesa og skuldabréfa af skárta taginu (9)
2 Hefurðu lagt nagla í box með nál og tvinna? (9)
3 Leita að krókum kóningsins manna á helstu töflum (9)
4 Borða snemma; svo rausum við út af öllu sem við endurtókum (9)
5 Eitrarinn sér að stangirnar eru í rangri röð (9)
6 Fremjum glæp í félagi til að fella fingralangan náunga (8)
7 Hrösa skæðum titta (8)
8 Bullur batna ef þú mótar þær rétt (8)
9 Hvaðan kemur lífsvökvi skrimsla og sníkjudýra? (8)
10 Efla rammanum styrk með ákveðinni hliðargrein (10)
18 Held ég espi angan af hvítu blómi (7)
19 Saga af rikidæmi og afleiðum hins uppruna-lega (7)
20 Skil ekki þetta tuð þótt lausnin þvælist fyrir ykkur (7)
22 Tinir saman þína leið, aumur sem þú ert, en hún er heljarmikið hluss (12)
23 Alæta skutlaðist um skurðina (7)
24 Saga um strokna sem sleppa má við (7)
25 Með smá tilfæringum dugar þessi steind til eilífðarnóns (6)
26 Sundruð hafa þau ginið við afmarkaðri trú á eina ey (7)
27 Titrum í törnnum, krakkar mínir (6)
28 Þessi mylsna er glæsi-leg en ég vil mitt dóp (6)
34 Kolabakki undir karfa? (7)
35 Við byggðum allt á þessum tveimur grindum (7)
36 Kemst Breki í form fyrir þennan tímabundna viðburð? (7)
38 Týr byrjar tal um veldi sitt (6)
39 Varstu að vagga vargi? (6)
40 Þau fjarlægðu það sem aðrir höfnuðu (6)
41 Held ég smygli engu fyrir léttruglaðan tollsvikara (6)
42 Tek þann fisk sem ég á og tréð með (6)

VEGLEG VERÐLAUN FORLAGIÐ



Vikulega er dregið úr innsendum lausnarorðum og fær vinningshafinn í þetta skipti eintak af bókinni Bara móðir, eftir Roy Jacobsen frá Forlaginu. Vinningshafi í síðustu viku var Valborg Þorleifsdóttir, Gardabæ.

EXTRA
|||||
OPIÐ
ALLA HELGINA

★ ★ ★ ★ ★
Gló ta go!



999 kr.

Gló pasta og gos 500ml*



1.599 kr.

Gló skál og gos 500ml*

Barónsstígur

8-24

Akureyri

24/7

Reykjanesbær

24/7

*0,5 l gos í plasti frá Ölgerðinni

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 hispurslaust um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni
- 19.30 Saga og samfélag (e)** Mál-efni líðandi stundar rædd í sögulegu samhengi og vikið að nýjustu rannsóknnum fræðimanna á margvíslegum sviðum.
- 20.00 Sir Arnar Gauti (e)** Lífsstílsþáttur sem fjallar um heimili, hönnun, matar- og veitingahúsamenningu, arkitektúr og margt fleira. (e)
- 20.30 Fjallaskálar Íslands (e)**
- 21.00 Undir yfirborðið (e)**

RÚV Sjónvarp

- 07.05 Smástund**
- 07.06 Smástund**
- 07.10 Tikk Takk**
- 07.15 KrakkaRÚV**
- 09.32 Stundin okkar**
- 10.00 Börnin í bekknum - tíu ár í grunnskóla**
- 10.30 Leyndarlíf hunda**
- 11.20 Sögur fyrir stórfé**
- 11.45 Íslendingar** Þráinn Karlsson.
- 12.40 Tónaflóð um landið 2021** Vestmannaeyjar.
- 14.05 Íspjóðin með Ragnhildi Steinunni**
- 14.30 Sumarlandinn**
- 15.05 Skáldagatan í Hveragerði**
- 16.10 Katla kemur**
- 17.00 Mótorsport** Skagafjarðarrall.
- 17.30 Sporið**
- 18.00 KrakkaRÚV**
- 18.01 Sögur af apakóngi**
- 18.25 Hönnunarstirnin**
- 18.42 KrakkaRÚV**
- 18.45 Sumarlandabrot**
- 18.52 Lottó**
- 19.00 Fréttir**
- 19.25 Íþróttir**
- 19.35 Veður**
- 19.45 Ella Bella Bingo**
- 21.05 Allir vegir liggja til Rómar** Rómantísk gamanmynd Maggie, einstæða móður frá New York, sem ferðast ásamt unglingsdóttur sinni til smábæjar í Toscana í von um að bæta tengslin.
- 22.35 Blades of Glory**
- 00.05 Drunk Parents**
- 01.35 Dagskrárlok**

Sjónvarp Símans

- 11.30 Ratchet & Clank**
- 13.30 The Bachelorette**
- 15.00 The Block**
- 16.30 Spin City**
- 16.55 The King of Queens**
- 17.15 Everybody Loves Raymond**
- 17.40 Extreme Makeover. Home Edition**
- 18.25 Hotel for Dogs**
- 20.05 Briet í Hörpu**
- 21.30 Instant Family**
- 23.20 Dirty Grandpa**
- 01.00 Watchmen** Myndin gerist árið 1985 þar sem ofurhetjur eru til í alvörunni.
- 03.45 Love Island**
- 04.30 Love Island**
- 05.15 Tónlist**

Stöð 2

- 08.05 Vanda og geimveran**
- 08.15 Neinei**
- 08.20 Strumparnir**
- 08.35 Hvolpasveitin**
- 08.55 Monsurnar**
- 09.10 Latibær**
- 09.20 Leikfélag Esóps**
- 09.30 Tappi mús**
- 09.35 Siggí**
- 09.50 Mia og ég**
- 10.10 K3**
- 10.25 Denver síðasta risaeðlan**
- 10.35 Angry Birds Stella**
- 10.40 Hunter Street**
- 11.05 Það er leikur að elda**
- 11.25 Bob's Burgers**
- 11.45 Impractical Jokers**
- 12.05 Bold and the Beautiful**
- 13.55 Blindur bakstur**
- 14.25 Dramaheimilið**
- 15.00 Ísskápastríð**
- 15.40 Backyard Envy**
- 16.25 Miðjan**
- 16.35 Krakkakviss**
- 17.00 Wipeout**
- 17.45 Franklin & Bash**
- 18.27 Veður**
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
- 18.45 Sportpakkinn**
- 18.55 Kvöldstund með Eyþóri Inga**
- 19.45 Top 20 Funniest**
- 20.30 Savage**
- 22.10 Wild Rose**
- 23.45 Running With the Devil** Stór farmur af kókaini hverfur á dularfullan hátt á leiðinni milli Mexíkó og Kanada. Leiðtogi eiturlyfjáhingsins fær tvo af aðstoðarmönnum sínum, Cook og Man, til að komast að því hvað fór úrskeiðis.
- 01.15 Bob's Burgers**
- 01.40 Impractical Jokers**
- 02.00 Backyard Envy**
- 02.40 Wipeout**
- 03.20 Franklin & Bash**

Sunnudagur

Hringbraut

- 18.30 Mannamál (e)** Sigmundur Ernir ræðir við þjóðþekkta einstaklinga um líf þeirra og störf.
- 19.00 Suður með sjó** Viðtalsþáttur um fólk á Suðurnesjum í stjórn Páls Ketilssonar.
- 19.30 Útkall (e)** Útkall er sjónvarpsútgáfan af svin-sælum og samnefndum bókaflökki Óttars Sveinsonar.
- 20.00 Matur og heimili (e)** Sjöfn Þórðar fjallar um matargerð í bland við íslenska hönnun og fjölbreyttan lífsstíl.
- 20.30 Þingvallaganga með Guðna Ágústssyni** Listaskáldið Jónas Hallgrímsson.

RÚV Sjónvarp

- 07.15 KrakkaRÚV**
- 10.00 Leiðangur til nýrrar jarðar - Fyrri hluti**
- 10.50 Pabbi, mamma og ADHD - Seinni hluti**
- 11.35 Sögur frá Listahátíð**
- 11.40 Sætt og gott**
- 12.00 Leynardómar húðarinnar**
- 12.30 Týr og Sinfóniuhljómsveit Færeyja**
- 14.00 Popp- og rokksaga Íslands**
- 15.00 Fjársjóður framtíðar**
- 15.30 EM stofan** Upphitun fyrir úrslitaleik EM kvenna í fót-bolta.
- 15.50 England - Þýskaland** Bein útsending frá úrslitaleik Englands og Þýskalands á EM kvenna í fót-bolta.
- 17.50 EM stofan** Uppgjör á úrslitaleik EM kvenna í fót-bolta.
- 18.10 Sumarlandabrot**
- 18.15 KrakkaRÚV**
- 18.16 Holly Hobbie**
- 18.40 Grænmeti í sviðsljósinu**
- 19.00 Fréttir**
- 19.25 Íþróttir**
- 19.35 Veður**
- 19.45 Sumarlandinn**
- 20.20 Víti í Vestmannaeyjum** Hinn tíu ára gamli Jón Jónsson keppir með liði sínu, Fálkum, á fót-boltamóti í Vestmannaeyjum.
- 22.00 Jackie** Myndin fjallar um forsetafrúna Jackie Kennedy og eftirmála morðsins á John F. Kennedy Bandaríkjaforseta út frá hennar sjónarhorni.
- 23.35 Ísland. bíóland**
- 00.35 Dagskrárlok**

Sjónvarp Símans

- 11.30 Stóra Stökkið**
- 12.30 Fuglaborgin**
- 14.00 The Block**
- 15.00 PEN15**
- 16.30 Spin City**
- 16.55 The King of Queens**
- 17.15 Everybody Loves Raymond**
- 17.40 A Million Little Things** Dramatísk þáttaröð um nokkra vini sem verða að endurskoða lífið og tilveruna eftir að einn úr hópnum deyr.
- 18.25 Ordinary Joe**
- 19.10 State of the Union**
- 19.25 State of the Union**
- 19.30 Dora and the Lost City of Gold** Skemmtileg teiknimynd með íslensku tali. Eftir að hafa alist að mestu upp í frumskóginum þarf Dóra nú að setjast á skólabeck í borginni á meðan foreldrar hennar leggja upp í langferð í leit að fornri borg sem sögð er hafa verið byggð úr gulli.
- 21.00 Rocketman** Í myndinni er sagt frá æsku Eltons John.
- 23.05 Love Island**
- 23.50 FBI**
- 00.35 Unlocked**
- 02.10 Dirty Weekend**
- 03.40 Love Island**
- 04.25 Tónlist**

Stöð 2

- 07.15 Barnaefni**
- 11.50 Mr. Mayor**
- 12.10 B Positive**
- 12.35 Nágrannar**
- 12.55 Nágrannar**
- 13.15 Nágrannar**
- 13.40 Nágrannar**
- 14.00 Nágrannar**
- 14.25 30 Rock**
- 14.45 30 Rock**
- 15.05 Augnablik í lífi**
- 15.25 Best Room Wins**
- 16.10 Making It**
- 16.50 Top 20 Funniest**
- 17.40 60 Minutes**
- 18.27 Veður**
- 18.30 Fréttir Stöðvar 2**
- 18.45 Sportpakkinn**
- 18.50 Kvöldstund með Eyþóri Inga**
- 19.40 The Glance of Music**
- 22.15 The Cleaner**
- 22.45 Shameless**
- 23.40 Leonardo**
- 00.30 Knutby**
- 01.15 Hunter Street**
- 01.40 Mr. Mayor**
- 02.00 B Positive**
- 02.20 30 Rock**
- 02.45 30 Rock**
- 03.05 Best Room Wins**
- 03.45 Making It**

Mánudagur

Hringbraut

- 18.30 Fréttavaktin úrval** Úrval úr þáttum sumarsins.
- 19.00 Lengjudeildarmörkin** Hörður og Hrafnkell fara yfir úrslit og mörk í Lengjudeild karla í knattspyrnu
- 19.30 Undir yfirborðið (e)** Ásdís Olsen fjallar hispurslaust um mennskuna, tilgang lífsins og leitina að hamingjunni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt.
- 20.00 Fjallaskálar Íslands (e)** Fjallaskálar Íslands er heillandi heimildapáttur um landnám Íslendinga upp til fjalla og inni í óbyggðum.
- 20.30 Fréttavaktin úrval**
- 21.00 Lengjudeildarmörkin**



Taron Egerton í hlutverki Eltons John á yngri árum í myndinni Rocketman.

Elton ungi

Rocketman er heiti myndarinnar sem fer um skjái Símans á tíunda tímanum á sunnudagskvöld og það er óhætt að mæla með ræmunnunni atarna, en hún segir frá ungdæmi enska tónlistarsníllingsins Eltons John sem óx úr grasi á meðal alþýðunnar á Bretlandseyjum eftir seinna stríð.

Kvikmyndin um sögu Eltons John kom út löngu eftir þessa umræddu mynd, sem staldrar einkum og sér í lagi við mótunarár Reginald Kenneth Dwight, eins og hans upprunalega nafn er, en hann fékk snemma á ferlinum gælunafnið Rocketman eftir sínu frægasta lagi, sem frumflutt var fyrir réttum fimmtíu árum, 1972.

Elton átti brósóttu ævi framan af, enda óviss um kynhneigð sína í byrjun sem leiddi hann út í drykkju og fíkniefnaneyslu, en sem betur fer fann hann að lokum sjálfan sig án dóps og drykkju, sem tónlistarunnendur geta vart fullþakkað. ■

■ Við tækið

Fjölskyldan frá Shlorp



Ragnar Jón Hrólfsson
ragnarjon
@frettabladid.is

Teiknimyndþættirnir Solar Opposites sem framleiddir eru af Hulu fjalla um geimverurnar Terry, Korvo, Jesse og Yumyulack sem brotrentu á jörðinni og neyðast til að búa þar. Þessi undarlega fjölskylda kemur frá plánetunni Shlorp þar sem fasísk stjórnvöld ráða ríkjum en persónur þáttanna voru sendar burt frá plánetu sinni til að taka yfir jörðina.

Þættirnir eru búnir til af Justin Roiland og Mike McMahan en Roiland ættu lesendur að kannast við úr þáttunum Rick og Morty en hann er einn af höfundum þeirra. Solar Opposites svipar mjög til þeirra þátta en þættirnir innihalda sama yfiringilega og ofbeldisfulla hómorinn. Solar Opposites eru þó oft talsvert bjartsýnni og gleðilegri



Geimverufjölskyldan skemmtilega.

þættir. Fyrir þá sem ekki geta beðið eftir sjöttu seríu Rick og Morty er Solar Opposites góð leið til að slá á fráhrarfseinkennin. ■



Þessi undarlega fjölskylda kemur frá plánetunni Shlorp þar sem fasísk stjórnvöld ráða ríkjum.

HVAÐ ER AÐ FRÉTTA?



Skannaðu kóðann



Nýjar
íbúðir
til sölu

Austurhólar 6 – Selfoss

Við Austurhóla 6 á Selfossi er Stofnhús ehf. að reisa glæsilegt fjölbýlishús með 40 glæsilegum og vel skipulögðum íbúðum. Íbúðirnar eru tveggja til fjögurra herbergja og stærð þeirra er frá 55 til 110 m² með geymslu innan íbúðar. Með íbúðum á 1. hæð fylgir séreignarreitur (timburpallur) og rúmgóðar svalir fylgja íbúðum á 2. til 5. hæð.

- Allar íbúðir eru fullfrágengnar að innan með fallegum innréttingum.
- Kaupendum stendur til boða að uppfæra innréttingar og tæki.
- Á jarðhæð er hjóla- og vagnageymsla í sameignarrými.
- Möguleiki er að koma upp hleðslustöðvum fyrir rafmagnsbíla við bílastæði.
- Falleg náttúra er allt um kring og stutt er í ýmiss konar útivistarmöguleika.

Nánari upplýsingar á stofnhus.is



LANDMARK
FASTEIGNAMIDLUN



Þórarinn Thorarensen
Löggiltur fasteignasali
770 0309 | th@landmark.is

BORG
FASTEIGNASALA



Sigurður Fannar Guðmundsson
Löggiltur fasteignasali
897 5930 | siggifannar@fastborg.is



Stofnhús

Hlíðasmára 2 201 Kópavogi
stofnhus@stofnhus.is – stofnhus.is



Najat Maalla, sérstakur sendi-fulltrúi Sameinuðu þjóðanna um ofbeldi gegn börnum, segir stöðu barna í heiminum hafa farið versnandi undanfarin ár.

FRÉTTABLAÐIÐ/
ANTON BRINK

Staða barna verri í dag en fyrir faraldur



Lovisa
Arnardóttir
lovisaa
@frettabladid.is

Najat Maalla M'jid var skipuð árið 2019 í embætti sérlegs sendifulltrúa Sameinuðu þjóðanna um ofbeldi gegn börnum. Hún segir að þá hafi staða barna verið slæm, en hún sé enn verri í dag. Najat segir að leiðtogar þurfi að endurskoða viðbrögð en er þó ekki vonlaus, því börnin sjálf veita henni von.

Najat segir að staða barna hafi farið versnandi um heim allan síðustu ár. Najat var hér á landi í júní og hitti embættismenn, þingmenn, starfsfólk Barnahúss og Barna- og fjölskyldustofu til að ræða stöðu barna á Íslandi og um heiminn allan.

„Þegar ég var skipuð í embættið árið 2019 var ofbeldi gegn börnum mikið og skorti mikið á bæði barnavernd og réttindi barna alþjóðlega,“ segir Najat og að eftir heimsfaraldur Covid-19 hafi ofbeldi gegn börnum og ójafnrétti aukist í heiminum öllum.

„Ef þú bætir svo við það mannúðarkrisunum sem voru í gangi fyrir heimsfaraldur, sem urðu verri í heimsfaraldri, átökum í Miðausturlöndum, víða í Afríku og Mið-Afríku og svo loftslagsbreytingum og þeim mikla fjölda sem hefur þurft að leggja á flotta vegna þess, þá sérðu að heimurinn sem við búum í er ekki heimur sem veitir vernd.“

Najat segir að á sama tíma sjái hún í þeim börnum sem hún hittir og vinnur með ótrúlegt þol, sveigjanleika og getu til að bregðast við og að hún dáist að börnum í fátækari löndum sem noti samfélagsmiðla til að vekja athygli á stöðu sinni og til að bæta aðstæður sínar.

„Þau láta vita og eru að tala við aðra. Þau eru ekki aðgerðalaus og þess vegna er ég bjartsýn. Því þessi börn hafa alla hæfileikana

og geta notað þá. En það sem ég hef áhyggjur af er að þau fái ekki stuðninginn sem þau þurfa til að geta blómstrað.“

Najat segir að annað sem hún hafi miklar áhyggjur af sé sá mikli fjöldi barna sem er á flotta í dag, bæði alþjóðlega og innan heimalanda sinna.

„Þessi börn eru hluti af kerfinu en við sjáum, sérstaklega í efnameiri ríkjum, að börn, vegna stöðu sinnar á flotta, eru svipt réttindum sínum og aðskilin frá fjölskyldu sinni. Það er komið fram við þau eins og úrhrök og þau eru ekki hluti af kerfinu,“ segir Najat.

Áætlað er að 100 milljónir séu á flotta, og þá eru ekki talin með þau börn sem eru á flotta innan heimlands síns eða á faraldsfæti.

„Þetta er risastórt vandamál og það er áætlað að helmingur séu konur og börn. Það er eitthvað sem gengur ekki upp í heiminum og viðbrögðin eru ekki góð. Það eru flóttamannabúðir í heiminum þar sem er að alast upp fjórða kynslóð barna sem líklega fer aldrei þaðan. Þau eiga enga framtíð, eru vonlaus og örvæntingarfull,“ segir Najat og að hún hafi séð þetta í Tsjad, Níger, Líbanon, Jórdaníu, Grikklandi og mörgum öðrum löndum.

„Það sem þarf að varast sérstaklega er þegar ljósið slökknar í augum þessara barna, þá er það of seint,“ segir Najat og að það liggi mjög mikið á að endurskoða þau viðbrögð sem eru í heiminum við þeim mikla fjölda sem hefur lagt á flotta eða þurft að yfirgefa heimili sín.

„Þurfum við að halda áfram að hafa neyðaraðstoð þegar ástandið er krónískt? Sama hvert er lítið, jafnvel til Úkraínu, þar mun þetta verða langvarandi vandi. Við þurfum að læra af reynslunni og breyta neyðaraðstoð í aðstoð sem miðar að því að hjálpa fólki [e. people centered development]. Þetta snýst ekki um

peningatilfærslu, þetta snýst um að vera með félagslegt kerfi sem styrkir fólk og styður það. Sem hjálpar þeim að vera ríkisborgarar þar sem þau eru í stað þess að aðskilja þau frá öðrum, og tryggja þeim öryggi og vernd. Þetta er pakki og ef við gerum þetta ekki þá verður kostnaðurinn gífurlegur,“ segir Najat og að afleiðingar aðskilnaðar séu meira ofbeldi, meira kynþáttahatur og útflendingahatur auk þess sem það auki líkurnar á því að alþjóðleg glæpasamtök eflist.

Najat segir að ofan á þetta bætist svo það tvöfalda síðgæði sem má sjá í Evrópu hvað varðar flóttafólk frá Úkraínu og svo flóttafólk annars staðar frá, og hvernig framkoman og móttakan sé ekki sú sama.

„Við verðum að koma eins fram við öll börn á flotta. Annað er eitthvað sem gengur ekki upp. Nýverið var ég í Rúmeníu þar sem ég hitti stúlkur frá Afganistan, Sómalíu og Kongó sem báðu mig um að minna fólk á að þær séu til,“ segir Najat og að þær bíði eftir hælissúkn og eigi jafnvel fjölskyldur í öðrum löndum í Evrópu sem bíði eins og þær, því fólk frá Úkraínu fékk forgang í kerfinu.

„Það þarf að passa upp á þetta. Við munum ekki koma í veg fyrir flotta og fólksflutninga og við þurfum að byrja að hugsa um það hvernig við tökum á móti fólki. Það þarf að fjárfesta í friði og svo hugsa um loftslagsbreytingarnar og hvernig við ætlum að koma í veg fyrir þær,“ segir Najat og að það þurfi að styrkja tengsl landa og að þjónusta innan þeirra sé aðgengileg öllum börnum, sama hvar, og geri ekki upp á milli þeirra miðað við það hver stada þeirra er.

Hún segir að leiðtogar um allan heim þurfi að tileinka sér ný viðhorf þar sem einblint er á fólk í stað landamæra og að það þurfi að tryggja að öll börn njóti sama réttar, sama hvar þau eru.

„Það er ekki eðlilegt að það sé ekki þannig. Þegar við tölum um farsæld þá eru það ekki bara peningar, heldur líka menningarlegur fjölbreytileiki og umburðarlyndi, og yfirvöld þurfa að gera allt sem í þeirra valdi stendur til að forðast mismunun.“



Það er eitthvað sem gengur ekki upp í heiminum og viðbrögðin eru ekki góð. Það eru flóttamannabúðir í heiminum þar sem er að alast upp fjórða kynslóð barna sem líklega fer aldrei þaðan.

Najat er ein þeirra sem unnu að nýjum farsældarlögum mennta- og barnamálaráðherra og var í desember til viðtals um það á vef Fréttablaðsins. Hún sagði þá að ferlið hefði verið til fyrirmyndar og nefndi sérstaklega hversu gott það er að börn fái aukið tækifæri, samkvæmt lögnum, til að tjá skoðun sína.

„Það þarf að hugsa um börn sem part af lausn og ekki bara sem framtíðina. Þau eru ekki framtíðin, þau eru héra hér og nú og þurfa að vera með,“ segir Najat.

Hún segir það mikilvægt að börn fái að taka þátt og segja skoðun sína en að það þurfi að gæta þess að það sé ekki aðeins táknræn þátttaka og að auk þess þurfi að passa að sá hópur barna sem tekur þátt sé ekki einsleitur.

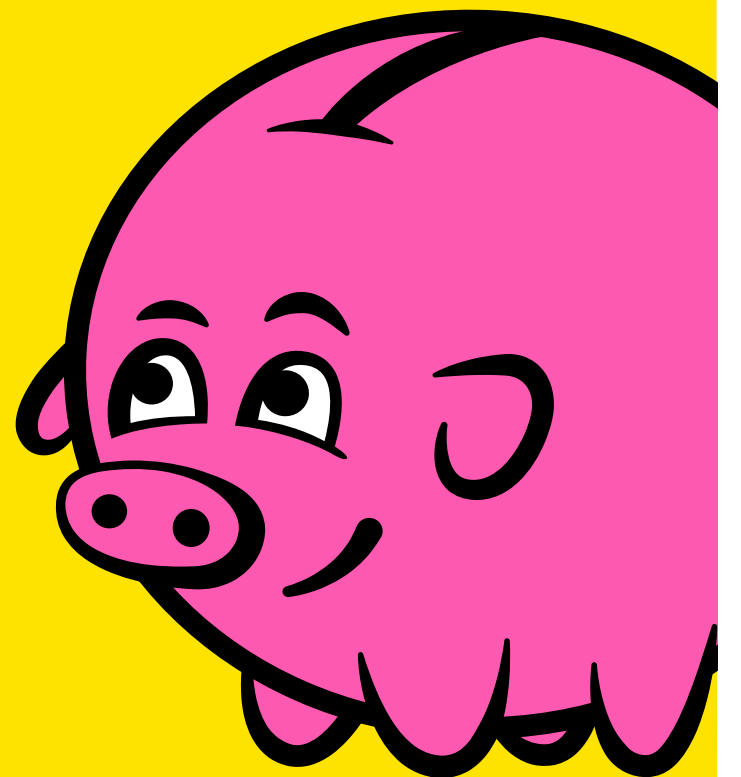
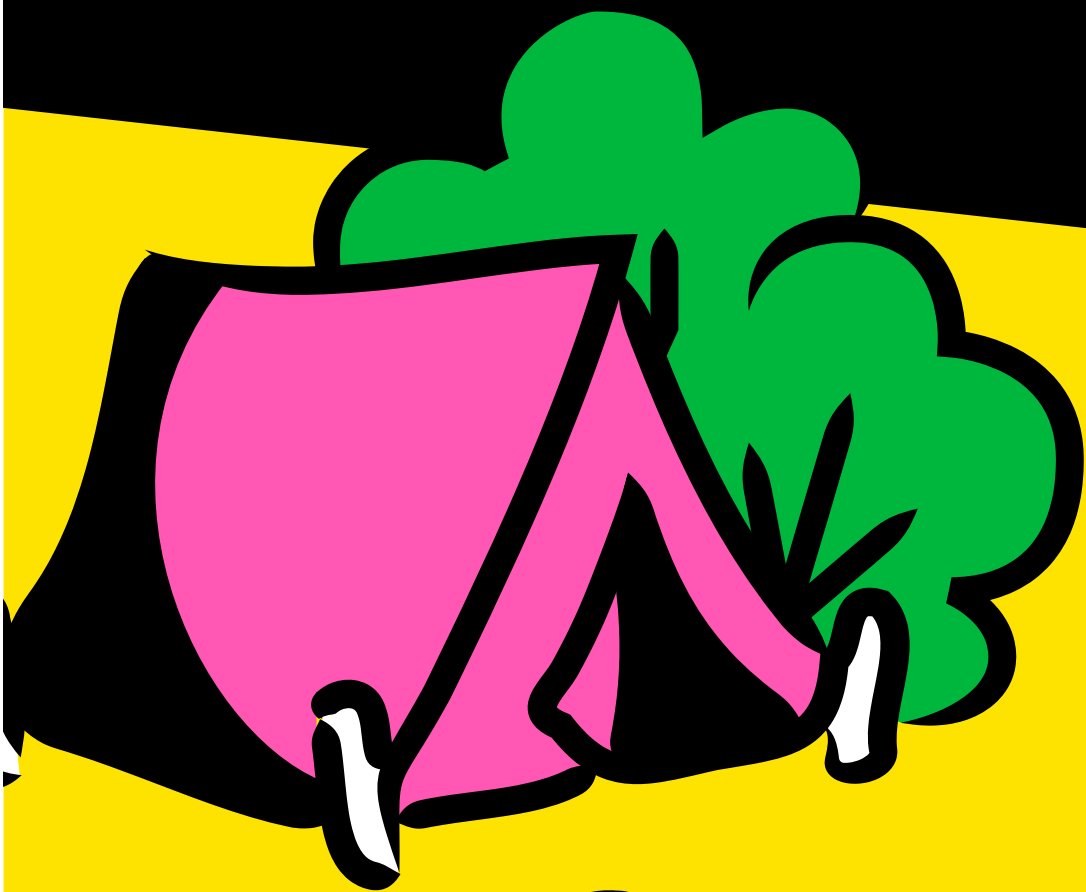
„Börn eiga að vera hluti af lausninni og það er ákveðið ferli að framkvæma það. Þetta snýst ekki um að sníða þau að okkar þörfum. Það er fullorðna fólkið sem þarf að breyta sinni hugsun.“ ■



Það sem þarf að varast sérstaklega er þegar ljósið slökknar í augum þessara barna, þá er það of seint.

**Bónus virðir
frídag
verslunarmanna**

**Lokað í öllum
okkar verslunum á
mánudaginn**



BÓNUS



ILVA

**50%
AFSLÁTTUR
AF ÖLLUM
GARÐSÓFUM**



CALVI 2ja sæta sófi + legubekkur.
204.900,- nú **102.450,-**

50%

50%

50%

30%



ZADA Blómáttar, 3 stærðir.
Verð frá 4.897,- með afslætti.



CALVI 3ja sæta sófi. H66 x D88 x L249cm.
174.900,- nú **87.450,-**



CALVI 2ja sæta sófi. H66 x D88 x L176cm.
124.900,- nú **62.450,-**



CALVI Hægindastóll.
64.900,- nú **32.450,-**



TULIP Sessur.
4.695,- nú **2.348,-**

35%



SERINO Hægindastóll.
64.900,- nú **32.450,-**



NID Körfustóll.
89.990,- nú **58.494,-**

30%



PELATO Eldstæði.
28.900,- nú **20.230,-**



BORGIO Legubekkur + 2ja sæta sófi.
209.900,- nú **104.950,-**



BORGIO 2ja sæta sófi. H66 x L176cm.
124.900,- nú **62.450,-**

50%



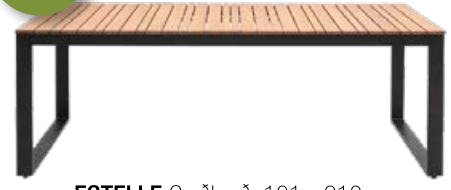
ARCTIC Gaseldstæði Ø76,5cm.
129.900,- nú **64.950,-**

40%



ESTELLE Garðsett. Sófi, borð og stólar.
299.000,- nú **179.400,-**

40%



ESTELLE Garðborð. 101 x 210cm.
104.900,- nú **62.940,-**

30-50% AF ÖLLUM SUMARVÖRUM



MERAKI Vörur í úrvali



RAW
CRAFTED
CONCEPT
- EST. 1835 -



ZONE
DENMARK

FAST SENDINGARGJALD MEÐ PÓSTINUM HVERT Á LAND SEM ER!

BACK TO SCHOOL

20-50% AFSLÁTTUR AF VÖLDUM VÖRUM



REAL
Skrifborð
B60 x L130cm
119.900,-
Nú 95.950,-

20-50% AF VÖLDUM SKRIFBORÐUM



20-30% AF HILLUM OG FATASLÁM



ODELL Grjónapúði, grænn/grár.
24.995,- nú 18.746,-



ENCHANT Borðlampi.
6.995,- nú 5.596,-



GRACE Skrifborðsstóll.
27.900,- nú 20.925,-



25%

MALY Skógeymslubbekkur.
89.990,- nú 67.493,-



20%

RICHMOND Skrifborð.
79.900,- nú 63.920,-

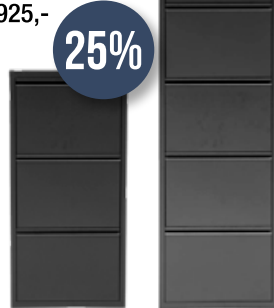


VALENTINO Vegghillur.
Verð frá 5.597,- með afslætti.



20%

DESK Skrifborð, H75 x B60 x L120cm.
54.900,- nú 43.920,-



25%

HOME Skóskápar, 2 stærðir.
Verð frá 13.425,- með afslætti.



20%

HOBBY DELUXE Borðlampi.
7.995,- nú 6.396,-



20%

FOCUS Vegghilla, fánleg í fleiri litum.
145.900,- nú 116.720,-



20%

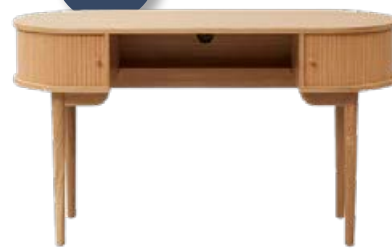
RIVER Skrifborð, H75 x B60 x L140cm
59.900,- nú 47.920,-



MALY Skóskápur.
99.990,- nú 74.993,-



DICE Vegghilla.
39.990,- nú 29.993,-



20%

FOCUS Skrifborð, H75 x B50 x L130cm.
129.900,- nú 103.920,-



MALY Vegghilla.
49.990,- nú 37.493,-



20% AF JAY HILLUM



AMIGO
Bekkur
H45 x L90cm
34.900,-
Nú 26.175,-

25% AF ÖLLUM AMIGO BEKKUM



Ásta Soffía og Guðný.

Innrás nikkunnar í Orgelsumarið

arnartomas@frettabladid.is

Orgelsumarið í Hallgrímskirkju heldur áfram og í dag verða það Guðný Einarsdóttir organisti í Háteigskirkju og Ásta Soffía Þorgeirsdóttir harmóníkuleikari sem leika verk fyrir orgel og harmóniku.

„Við ætlum að leika okkur aðeins að því hvernig orgelið og harmóníkan mætast, því tæknilega séð eru þetta mjög lík hljóðfæri en koma úr gjörólíkum áttum,“ segir Ásta Soffía. „Orgelinu er aðeins ógrað með því að þurfa aðeins að spila tangótónlist, sem er algjör harmóníkutónlist, og svo þarf harmóníkan aðeins að spila barokktónlist sem er tónlist orgelsins.“

A tónleikunum mun alþýðlegur og kirkjulegur hljómur mætast þegar hljóðfærin harmóníka og orgel hljóma saman. Á fnisskránni eru meðala annars Ave Maria eftir Astor Piazzolla, íslenskir tangóar, orgelverk Nadiu Boulanger og gamall sænskur sálmur.

Þannig að þetta verður hálfgerð innrás harmóníknar í orgelsumarið?

„Já, það mætti segja það,“ segir Ásta Soffía og hlær.

Tónleikarnir hefjast klukkan 12. ■

Unnur Birna í Reykjadalsskála

arnartomas@frettabladid.is

Suðurlandsdjazz heldur áfram á sunnudögum í Reykjadalsskála í Hveragerði og nú er röðin komin að söngkonunni Unni Birnu Björnsdóttur sem kemur fram til að svara djassþorsta Suðurlandsins.



Unnur Birna Björnsdóttir, söngkona

„Við verðum með djass og önnur lög í djassútsetningum,“ segir Unnur Birna. „Þetta er eiginlega úti um allt. Þetta verða okkar uppáhaldslög úr djassinum, poppinu og blúsnum og eitthvað sem ég hef aldrei tekið áður. Það er alltaf gaman að prófa nýja vinkla á djassinum.“

Helgin er þéttbókuð hjá Unni Birnu, sem fer rakkleiðis til Flúða til að spila á balli eftir tónleikana. Unni Birnu til halds og trausts í Reykjadalsskála verða Davíð Sigurgeirsson á gítar og heimamaðurinn Sigurgeir Skafti Flosason á bassa.

Suðurlandsdjazz hefur vakið mikla lukku meðal heimamanna og hefur Unnur Birna verið dugleg að mæta sem flytjandi og áheyrandi.

„Ég mætti alltaf í fyrra og hef verið að mæta á þá sem eru búnir að vera í sumar,“ segir hún og bætir við að ekki vanti eftirspurnina. „Það er alltaf troðfullt af fólki og mjög gaman, segir hún.“

Tónleikarnir byrja klukkan 15 og aðgangur er ókeypis. ■

Bannaðar bækur á Hinsegin dögum

Viðburðurinn Bannaðar bækur í Höfðingja verður haldinn í bókaþil Borgar-bókasafnsins sem staðsettur verður á Lækjartorgi 3. ágúst. Mars Proppé mun þar fara yfir boð og bönn í bókaheiminum með áherslu á hinsegin bókmenntir.

ragnarjon@frettabladid.is

Mars Proppé, aktivisti og hinsegin fræðari, er mikil áhugamanneskja um bókmenntir en hún verður með viðburð í tengslum við Hinsegin daga sem kallast Bannaðar bækur í Höfðingja, sem fara mun fram í bókaþilnum þann 3. ágúst. Fréttablaðið talaði við Mars sem fór yfir það hvað felst í að banna bækur, en aðspurð segir hún að bönn á textum og bókmenntum geti verið mjög ólík.

„Það er stigsmunur og mismunandi eftir stöðum og menningarheimum,“ segir Mars: „Til dæmis er ekki rík hefð fyrir því á Íslandi að banna bækur en hérna hefur ritaskoðunin átt sér stað meira í gegnum orðanotkun,“ segir hún og tekur dæmi: „Þegar samtökin '78 voru að verða til, fyrir tæpri hálfri öld, þá var bannað að nota orð eins og hommi og lesbía í útvarpinu og sjónvarpinu og það er meðal annars ástæðan fyrir því að samtökin heita Samtökin '78 í dag en ekki eitthvað aðeins beinskeyttara,“ segir Mars.

Hún segir að þrátt fyrir að þetta heyrir að vissu leyti fortíðinni til sé þessi hugsun enn til staðar.

„Við sjáum eima eftir af þessum púrítanisma í mörgum ríkjum þar sem bækur bæði innan hinsegin bókmennta en líka ákveðnar pólitískar bókmenntir eru bannaðar, eða ákveðnar rithöfundar sem eru bara ekki fáanlegir í landinu,“ segir Mars og tekur Kína sem dæmi.

„Þar er erfitt að finna einhvern tæmandi lista yfir bækur sem eru bannaðar og yfirleitt eru bækurnar sjálfar ekki bannaðar heldur bara svona umræðan um bækurnar. Þannig getur þú fundið úti í búið bók eins og 1984 eftir George Orwell, ef þú ætlar þér það. En þú getur samt ekki skrifað um hana ritgerð og birt á netinu.“

Mars segir að aðrar aðferðir séu meðal annars að taka bækur út sem kennslufni, en sú aðferð hefur verið vinsæl meðal annars í Bandaríkjunum.

„Þar væri erfitt að banna bækur



Mars Proppé mun fara yfir mismunandi boð og bönn í bókaheiminum á viðburði sínum í bókaþilnum Höfðingja.

MYND/ADSEND



Af hverju er það áróður þegar ég tala um mitt kyn en ekki þegar sík konan við hliðina á mér gerir það? Af hverju er það bara eðlilegt?

heilt yfir landið eða heilt yfir hvert ríki. Þá er tekinn sá póll að taka bækurnar úr skólakerfinu. Þá ertu í rauninni að minnka sjóndeildarhringinn sem börnin sjá,“ segir Mars, sem telur að þetta sé einmitt hinn raunverulegi tilgangur

bannstefnu. „Að reyna að móta hugmyndir fólks um heiminn með afþreyingarefninu sem það tekur inn. Þá ertu í raun að koma þeim skilaboðum á framfæri að stjórnvöldum eða fólkinu sem stjórnar finnst óæskilegt að tala um hinseginleika og vera eitthvað öðruvísi en þessi hetero normatíva staðalmynd sem við höfum leift að verða til í vestrænu samfélagi,“ segir Mars.

Aðspurð um það hvers vegna hún ákvað að taka fyrir bannaðar hinsegin bækur, segir Mars endurtekið viðmót hafa ýtt sér af stað. „Mér finnst alltaf ótrúlega áhugavert þegar ákveðið viðmót birtist á móti mér í mínum aktivisma, en það gerist mjög reglulega, að jú, fólk vill að ég fái mín réttindi, en geti ég ekki bara gert það svoltið svona þar sem það er ekki fyrir því? En þessi hugmynd er náttúrulega í grunninn fordómafull. Af hverju er það

áróður þegar ég tala um mitt kyn en ekki þegar sík konan við hliðina á mér gerir það? Af hverju er það bara eðlilegt?“

Þannig sé bann á bókum og ritaskoðun að vissu leyti af sama meði. Að það sé ákveðin andstaða gegn öðruvísi og hinsegin hlutum sem ekki megi færa inn í meginstrauminn.

„Það er þetta sem kom mér út í að vilja skoða þetta málefni, hvers vegna fólk finnst þetta svona óþægilegt. Af hverju finnst fólk svona óþægilegt að ég sé opinberlega hinsegin? Af hverju finnst fólk það óþægilegt að ég innbyrði efni opinberlega sem er hinsegin? Af hverju finnst fólk svona óþægilegt að þessir hlutir séu til?“ spyr Mars og tekur fram: „Þannig vildi ég skoða þetta frá sjónarhorni þeirra sem eru að banna. Það er að segja hvað liggur á bak við bannið.“ ■

Nýpvegnum lakkplötum snúið í 12 tónum

arnartomas@frettabladid.is

Það er hægt að vænta ljúfra tóna í 12 Tónum í kvöld þar sem Ingi Garðar Erlendsson, einnig þekktur sem Herra Hljóðgeymir, mun spila 78 snúninga plötur eins og honum einum er lagið.

„Ég hef verið með tólfsvona kvöld og þetta verður tólfsta kvöldið í 12 Tónum,“ segir Ingi Garðar. „Þetta verður bara rokk og ról.“

78 snúninga plötur eru lakkplötur sem geyma að jafnaði tvö lög, stundum eitt og stundum þrjú.

„Venjulegar plötur snúast á 33, þessar 7 tommu plötur snúast á 45 og gömlu lakkplöturnar snúast á 78,“ útskýrir Ingi Garðar. „Þetta eru brothættar plötur en þetta verður mikið fjör.“

Þrátt fyrir að vínilæði hafi gengið yfir Ísland sem og nágrannabjórinnar bíður Ingi Garðar enn þá eftir lakkplötuæðinu.

„Það er svo sem erfitt að eignast margar af þessum plötum – þessar



Lakkplötuæði hefur enn ekki gengið yfir Ísland og Ingi Garðar segir hægara sagt en gert að sanka að sér plötum af því tagi.

MYND/ADSEND



Það er svo sem erfitt að eignast margar af þessum plötum.

ákveðnu plötur frá Íslandi og svo þarf að eltað við sumar til útlanda til þess að eiga ágætis safn til að geta haldið svona kvöld,“ segir hann. „Þetta er músík sem ég hef sankað að mér hëðan og þaðan, bæði íslenskur og erlendur sem ég hef safnað hérna heima og svo hef ég verið að kaupa svoltið að utan líka.“

Ingi Garðar á von á því að einhver innri þúki muni spretta fram úr Herra Hljóðgeymi í kvöld.

„Nú er maður orðinn of gamall fyrir Innipúkann, en ég vona að sjá sem flesta,“ segir hann.

Herra Hljóðgeymir hefur snúning á plötunum klukkan 21 í kvöld. ■

ÚTSALA

LOKADAGAR

SPARIÐ ALLT AÐ 70%



GARÐHÚSGÖGN SPARIÐ ALLT AÐ 70%

FRÁBÆR HELGARTILBOÐ!

SPARIÐ 20-30%

AF ÖLLUM HÚSGÖGNUM

GILDIR 30.07-31.07



XXX Rottweilerhundar, Blaffi og Villi Neto sparka upp fyrir sig og gera grín í glænýju lagi. Sveitin frumflytur það á Þjóðhátíð í Eyjum um helgina og Erpur Eyvindarson er spenntur.

odduarvar@frettabladid.is

„Það verður náttúrulega ekkert gert í Eyjum af viti nema á sviðinu,“ segir rapparinn og rommgæðingurinn Erpur Eyvindarson, ekki síður þekktur sem Blaz Roca. Sveitin frumflytur þar sitt nýjasta lag, Gera grín, þegar sveitin stigur á svið á besta tíma á hápunkti Þjóðhátíðar á sunnudagskvöldinu.

Villi varð anakonda

Ljúfasti maður landsins, grínistinn Vilhelm Neto, leggur sveitinni lið í laginu ásamt tónlistarmanninum Blaffa. Rottweilerhundum tekst á ótrúlegan hátt að gera Villa að harðasta manni landsins, eins og heyra má í laginu.

„Hann á þetta til. Ég þurfti bara að löðruna hann, svona eins og menn væru að fara í hringinn,“ segir Erpur. „Þá kom upp í honum Brassinn. Það er Portúgali í honum en þarna var hann kominn í Brasíliumanninn. Hann var farinn að snákast um stúdíóið eins og anakonda og byrjaður að gelta. Þetta er náttúrulega fyndnasti og skemmtilegasti gaurinn í geiminu.“

Þá er lagið ekki síst merkilegt fyrir þær sakir að þetta er fyrsta lag Rottweiler í fimm ár þar sem sveitin er með gest með sér, í Blaffa, rapparanum Hafþóri Orra Harðarsoni. Þá er lagið framleitt af Mími Bodinaud. „Við gerum þetta mjög sjaldan! Hann er íslenskur Frakki og svo erum við með Neto. Þetta er ekkert eðlilega alþjóðlegt.“

Rappa fyrir alþjóðna

Í laginu rantar Villi Neto meðal annars um Samband ungra Sjálfstæðismanna, Garðabæinn og Eng-eyjarsleikjur. „Við Rottweiler erum alþjóðuband. Við erum fyrir fólk. Þannig að einhverjir sultupardusar, einhverjir skyrtuhnappatappar sem halda að þeir geti bara keypt sig sexi.“

„Þú ert bara vinnan sem þú leggur í hlutinn og ef pabbi þinn tók á sig vaktina, hrærði í einhverjum kvóta til að djassa þig upp, hipp hoppið er ekki þar,“ útskýrir Erpur, sem fellst



Erpur segist hafa þurft aðeins að löðruna Villa til að koma honum í girinn fyrir tókur.

FRÉTTABLAÐIÐ/ANDRI

Rottweilerhundar gelta og glefsa í gríni í smjörkúkana

á að þetta sé stór hluti þemans í nýja laginu.

„Við erum úthverfastrákar, skilurðu. Við erum úr Kópavogi og Árbæ og Njarðlem. Við erum að djöflast í liðinu,“ segir Erpur. „Þetta lag byrjaði að þróast fyrir svolitlu síðan og Mímir og Blaffi voru búnir að koma með alls konar þælingar fyrir svolitlu síðan og svo vatt þetta upp á sig.“

Smjörkúkarnir finna fyrir því

„Þetta er mjög mikið Rottweiler. Við erum allir fyndnir og það skiptir máli ef þú ert að gera grín að sparka upp fyrir þig en ekki niður fyrir þig og þá þurfa smjörkúkarnir að finna fyrir því.“

Erpur segir hundana hafa djöflast í öllum fjandanum. „Við höfum kastað mjög random drullu í gegnum tíðina. Þetta er bara Ísland. Við þekkjum alls konar lið og þeir verða bara að lifa með þessu,“ segir Erpur og á þar við unga Sjálfstæðismenn. „Ef þú ætlar að kúra hjá valdinu, þá skvettist á þig.“



Hann var farinn að snákast um stúdíóið eins og anakonda og byrjaður að gelta.

„Smjörkúkarnir verða bara að dansa með, annars þurfa þeir bara að fá Gumma Gonzales til að dj-djeija oní sig, eða ég veit ekki hvað þeir gera. Landið er okkar, liðið á færibandinu – og liðið er alltaf með okkur, enda erum við alþjóðuband.“

Ekki nóg að vera með autotune

Erpur er ánægður með lagasmíð Mímis. „Þessi taktur sem hann galdrar þarna fram. Það er svona Memphis/Grime breskt í þessum hráa takti. Við erum að fara að gera fleiri lög og þau verða kannski stór, með brú og uppbyggingu. En okkur vantaði þetta, þetta hráa. Það er það sem Rottweiler er,“ segir rapparinn og Kópavogsbúinn.

Okkur fannst líka vanta þessa fimleika sem við erum í textalega. Við erum allir geðveikir rapparar og það er ekki nóg að eiga einhverja autotune maskínu. Textinn skiptir máli og línurnar eru allar geðveikt snjallar, sem er það sem fólk filar við Rottweiler. ■

Alls ekki svona harður



Vilhelm Neto segir grínistinn og nýjasti

rappari landsins, Vilhelm Neto, í gríni í upphafi samtals.

Grínistinn, sem meðal annars hefur verið með uppi-stand í Tívoli í Köben í sumar, segist hafa þurft að gíra sig upp í annan karakter fyrir Rottweilerhundana.

Villi er svo til í aðalhlutverki í lagi raphljóm-sveitarinnar en hann heilsar hlustendum í upphafi lags og kveður þá svo að lokum. Hann rappar meðal annars um Garðabæinn, SUS og Eng-eyjarsleikjur.

„Ég er nú alls ekki svona harður. Það var mjög skritið að koma út í svona hörðu lagi. Ég vona að þetta séu ekki vörusvik hjá mér að vera svona ótrúlega harður,“ segir Villi og skellihlær.

Hann útskýrir að Erpur hafi komið að máli við sig um lagið og svo hafi hann þekkt Blaffa, Hafþór Orra Harðarson, í gegnum kærustuna sína. „Svo hef ég furðulega oft spjallað við Erp áður. Og þegar hann spurði mig þá sagði ég bara „Auðvitað! Það fyrsta sem ég lærði þegar ég flutti hingað var að Erpur væri nettastur, þannig að það var ógeðslega skritið að hann vildi allt í einu fá mig með í lag.“

Villi segir upptökurnar hafa verið skrautlegar. „Ég var eitt-hvað á fullu að reyna að skrifa einhverjiss. Þetta var eiginlega mjög mikið úr karakter að taka svona kast,“ segir Villi á léttu nótonum. Hann segist hafa þurft að leita djúpt innra með sér að reida Villa Neto.

„Við prófuðum okkur áfram í þessari diss-maskínu og þetta tók alveg sinn tíma, í nokkrum tókum.“

Dungeons and Dragons æðið er komið til að vera

odduarvar@frettabladid.is

Dungeons and Dragons spunaspilið hefur aldrei verið vinsælla og þess sjást merki í nýjustu mynd Paramount-kvikmyndavarsins með Hollywood-stórleikaranum Chris Pine, sem mun bera heiti spilsins. Ný stikla úr myndinni kom út á dögunum sem hefur vakið athygli en myndin er væntanleg í kvikmyndahúsi í mars á næsta ári.

Bíómyndin er reyndar ekki sú fyrsta til að bera merkið en Gísli Gunnar Didriksen Guðmundsson segir nýja stiklu bera þess merki að metnaðurinn hafi aldrei verið eins mikill.

Enn brenndur eftir Irons

Gísli hefur undanfarin ár boðið upp á Dreka- og dýflissubjónustu á Facebook þar sem hann bregður sér í hlutverk dýflissumeistara og tekur þar með að sér leikstjórn og taumhald á hinum ótrúlegustu skrímslum Dungeons and Dragons heimsins.

Heimurinn er enda þekktur fyrir að bjóða spilurum upp á að leysa ímyndunaraflíð úr læðingi og setja

Flokkar leikmanna í D og D:

- Barðinn (e. bard)
- Barbarinn (e. barbarian)
- Kempan (e. fighter)
- Klerkurinn (e. cleric)
- Kuklarinn (e. warlock)
- Munkurinn (e. monk)
- Rekkinn (e. ranger)
- Seiðskrattinn (e. sorcerer)
- Vitkinn (e. wizard)
- Drúidinn (e. druid)
- Rógurinn (e. rogue)
- Templarinn (e. paladin)

sig í spor hinna ótrúlegustu persóna, sem spilarar fá að móta eftir eigin höfði.

„Maður hefur alltaf varann á sér þegar svona kemur út en ég er hrifinn,“ segir Gísli um stíkluna úr bíómyndinni sem að hluta sýnir íslenskt landslag.

Hann rifjar upp Dungeons and Dragons myndina frá árinu 2000 með Jeremy Irons í aðalhlutverki. „Það var einhvers konar stórmeistarafremmistaða í ofleik. Það



Gísli Gunnar segir vinsældir D og D heimsins síst að dala.

MYND/ADSEND

er þess virði að sjá hana bara til þess eins að sjá Jeremy Irons vera drullusama um það sem hann er að gera. Þetta er fáránleg mynd,“ segir Gísli hlæjandi.

Allt í smáatriðin

„En mér sýnist á öllu að metnaðurinn sé töluvert meiri núna. Ég veit að fólk á bak við myndina, handritshöfundur og framleiðendur

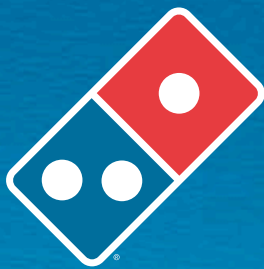
fóru á fund með helstu hönnuðum D og D leiksins og fengu svona aðeins að grugga í þeirra hugmyndum og vita um hvað þetta snýst allt saman.“

Þannig verða söguvið myndarinnar og heimsfrægir flokkar leikmanna til staðar í myndinni. „Ein senan mun til dæmis gerast í ákveðnu fangelsi sem var hannað frá A til Ö af D og D fólkinu og kom

fram í einni af nýrri bókunum. Þannig að fólk sem hefur verið að spila það ævintýri getur farið í bíó og séð fangelsið þar með eigin augum. Það virðist mikil áhersla á þessi smáatriði og alls konar skrímsli sem maður kannast við í stíklunni, svo ég leyfi mér bara að vera mjög vongóður.“

Þá segir Gísli að af stíklunni að dæma eigi myndin ekki bara að verða enn ein fantasíubíómyndin. „Það er mikil D og D ára yfirprómóteringunni. Hver og ein persóna er augljós erkítýpa úr spilinu. Þarna er barðinn, þarna er barbarinn, þarna er vitkinn, drúidi og rógurinn og þetta er heldur ekkert látið liggja á milli hluta, þetta er bara skrifað í handritið og svo sett upp í kynningarefninu fyrir myndina.“

Gísli segir áhugann á Dungeons and Dragons heiminum síst á undanhaldi og segist hafa nóg að gera sem dýflissumeistari. „Í hvert sinn sem maður minnst svo á þetta við fólk sem hefur ekki spilað þetta, þá segja allir, eða í hið minnsta mjög fáir, að þeir hafi engan áhuga og væru ekki til í að minnsta kosti prófa þetta.“ ■



FYRIR SVANGA FERÐALANGA

OPIÐ ALLA HELGINA

DOMINOS.IS | DOMINO'S APP | 58 12345



Rennblautt fréttafólk besta sjónvarpsefnið

Frétt vikunnar

Laufey Haraldsdóttir

odduaevar@frettabladid.is

Veðrið er stöðugt fréttæfni, enda síbreytilegt. Það er auðvitað öryggisatriði að fólk viti hvernig veðrið verður, en það er líka mikil stemning í veðurfréttum. Sjaldan tekur veðrið jafn mikið pláss í fréttum

og vikuna fyrir verslunarmannahelgi, nema kannski vikuna fyrir jólfegarætt er hvort jólin verði hvít eða rauð.

Ég hef sjálf ekki lagt það í vana minn að taka þátt í útihátíðum um verslunarmannahelgina en ég hef samt gaman af fréttunum í aðdraganda helgarinnar. Fréttakona stendur í polli og tekur viðtal við rennblautt fólk sem segist ekki ætla að láta það hafa neikvæð áhrif á sig



Það verður spennandi að sjá hvort spáin rætist.

að tjaldsvæðið sé á floti. Betra sjónvarpsefni get ég ekki hugsað mér.

Það er óneitanlega ekki góð veðurspá fyrir helgina þetta árið en allir sem fréttamiðlar tala við hafa litlar áhyggjur af veðrinu. Gul viðvörðun hefur verið í gildi víða en íslenska þjóðin kippir sér lítið upp við það. Enda er veðurfræði vísindi byggð á spádómum og veðurspár geta breyst. Það verður spennandi að sjá hvort spáin rætist. ■

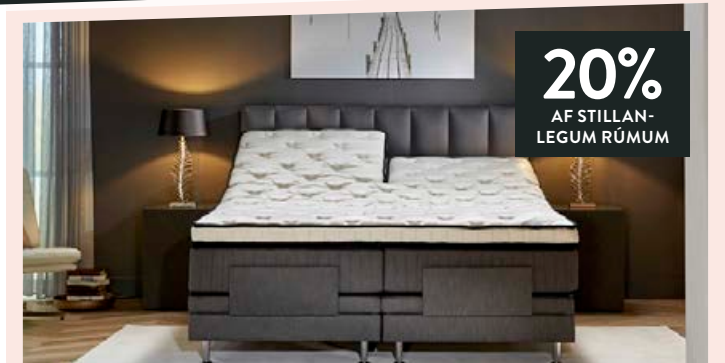


Laufey Haraldsdóttir, leikari.



SUMARÚTSALA BETRA BAKS

ALLT AÐ **60%**
AFSLÁTTUR



EXCLUSIVE TOPPER
Gæsadúnn. 90 x 200 cm.
Verð: 30.900 kr.
Nú 12.360 kr.

10-40%
AF HEILSUINNISKÓM

LOKAÐ MÁNUDAGINN 1. ÁGÚST - FRÍDAG VERSLUNARMANNA

Verð og vöruupplýsingar í auglýsingunni eru birtar með fyrirvara um prentvillur.



VEFVERSLUN
www.betrabak.is

OPIN ALLAN SÓLARHRINGINN

FAXAFENI 5
Reykjavík
588 8477

DALSBRAUT 1
Akureyri
588 1100

SKEIÐI 1
Ísafirði
456 4566

**Betra
BAK**



Kristinn segist býsna ánægður með dagsverkið á Þingeyri.

MYND/ADSEND

Ekki of seint að ná í Soðveislu í hlöðu á Þingeyri

Listamaðurinn Kristinn Guðmundsson kenndur við Soð er með matarvagn á Þingeyri fram á sunnudag. Þar galdrar hann fram kræsingar í gamalli skemmu.

odduaevar@frettabladid.is

„Ég er bara að vaska upp, það er ekkert á pönnunni eins og staðan er núna,“ segir listakokkurinn Kristinn Guðmundsson, sem haldið hefur úti matreiðsluþáttunum Soð í Sjónvarpi Símans, YouTube og í Ríkisútvarpinu.

Einn matargesta Kristins hafði samband við blaðið vegna matarvagnsins í Skelinni, gamalli skemmu á Þingeyri, og var mjög í mun að það sem þar ætti sér stað teldist fréttu. Kristinn býr alljafna í Belgíu en hefur fyrir löngu fest sig í sessi sem einn skemmtilægasti matreiðslumaður landsins.

„Ég er mjög ánægður með þennan viðskiptavin, að hafa gert þetta fyrir mig,“ segir Kristinn og skellir upp úr. „Við höfum ekki farið hátt með þetta. Það er alltaf einhvern veginn þannig með okkur listafólkið, að við gleymum alltaf markaðssetningunni. Það er alltaf seinast á listanum og svo náttúrulega kemur enginn!“ segir Kristinn enn hlæjandi.

Heimamenn hrifnir

Kristinn býður upp á fisk, kjöt og grænkerarétti í samstarfi við samfélagið á Vestfjörðum, en matarvagninum hefur Kristinn haldið úti í skemmum síðan þann 20. júlí og fer hver að verða síðastur að gæða sér á kræsingunum, því síðasti dagur matarvagnsins er á sunnudag. „Það gleður mig mest hvað heimamenn eru duglegir að kíkja á okkur,“



Fólk af fjölmörgu þjóðerni hefur lagt leið sína til Kristins á Þingeyri, þar á meðal Ítalir.

MYND/ADSEND



Ég áttaði mig á því að þetta væri nú bara ferlega huggulegt það sem við erum að gera hérna.

oftast og þegar ég var að ræða við þá, þá hugsaði ég bara: „Ef ég myndi lenda í einhverju svona löguðu einhvers staðar á Ítalíu þá myndi ég bara tala um þetta að eilífu. Þá hvarf heilkennið og ég áttaði mig á því að þetta væri nú bara ferlega huggulegt það sem við erum að gera hérna.“

Austurlandið næst

Kristinn segir ekki of seint fyrir lesendur í nágrenni Þingeyrar að kíkja á sig. „Við erum að vinna svolítið með dropin-ið núna. Það má taka séns!“ segir Kristinn sem tekur fram að Símbahöllin bjóði upp á ljúffengt lamba tajine um helgina.

„Þannig að það er gott plan B og það er enginn að fara svangur frá Þingeyri!“ segir Kristinn, sem skellir upp úr og viðurkennir að hann lifi og hrærist í því að elda fyrir aðra.

„Það leiðinlegasta sem ég geri er að elda fyrir sjálfan mig. En að elda fyrir aðra, ég elska það!“ segir Kristinn, sem hyggur næst á að leggja Austfirðina undir fót. „Það tekur við í ágúst,“ segir Kristinn, sem kveðst spenntur að segja betur frá þeirri ferð í haust. ■

Auglýsingaábyrgð: AUGLÝSINGASTJÓRI: Guðmundur Örn Jóhannsson guðmundur@torg.is, ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050: Andrés Bertelsen andres@frettabladid.is, Auður Hünfjörð audur@frettabladid.is, Reynir Elís Þorvaldsson reynir@frettabladid.is, Örn Geirsson orn@frettabladid.is, FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5078: Arnar Magnússon arnarm@frettabladid.is, Jóhann Waage johannwaage@frettabladid.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@frettabladid.is, Ruth Bergsdóttir ruth@frettabladid.is, FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI: Elin Albertsdóttir elin@frettabladid.is, RADAUGLÝSINGAR/FASTEIGNIR SÍMI 550 5056: Hrannar Helgason hrannar@frettabladid.is, TÍMAMÓTA- OG ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055: Arna Rut Kristinsdóttir arnarut@frettabladid.is



Stuðlaðu að góðu fríi!

Veldu þínar **4 ferðavikur** og tankaðu með **26 kr. afslætti** vítt og breitt um landið með Orkulyklinum! Allir sem skrá sig fá ferðapakka fyrir sumarið sem einfaldar lífið á ferðalaginu. Skráðu þig á orkan.is.

Orkan — fyrir ferðalagið



70%



BOSCH

**GRAS- OG
HEKKSNYRTIR**

ISIO 3,6 V Li, hleðslutími 3.5 klst.
vinnutími 50 mín, klippibreidd
grasklippu 80mm, kippibreidd
hekkklippu 120mm, klippir allt að
8 mm sverar greinar.

Vnr. 74897861

5.039

Almennt verð: 16.795

Pú sparar: 11.756

**Meiri
lækkun**

SUMAR

MARKAÐS-

DAGAR 25-70%
afsláttur af völdum vörum

*SAMAN Í
60 ÁR*

BYKO

70%

SINTESI

VEGGFLÍS

Dream veggflís 20x50cm, slétt. Litur Smoke - dökkgrá. 16 stk í pakka

Vnr. 17900218

1.580 kr./m²

Almennt verð: 5.300kr./m²



GROHE

40%



BAÐTÆKI

Hitastýrt baðtæki Grohterm 1000. Krómað hitastýrt baðtæki með 1/2" niðurstút og CoolTouch® tækni sem kælir yfirborð tækisins, hentar sérstaklega vel þegar börn eru nálægt.

Vnr. 15334780

28.377

Almennt verð: 47.295

Þú sparar: 18.918

30%



TACTIX

VERKFÆRABOX

Svart og appelsínugult verkfærabox / -geymsla með handfangi. Stærð: 50 x 26 x 24 cm. Hólf fyrir smáhluti á lokinu, hilla fyrir smáhluti í aðalhölfinu.

Vnr. 72320100

2.587

Almennt verð: 3.695

25%



GIRÐINGAEINING

Salvia Espale girðingaeining, 1800x900 mm.

Vnr. 0291394

8.396

Almennt verð: 11.195

GROHE

STURTUSETT

Grohe sturtuset sem inniheldur hitastýrt baðtæki, vegghengda krómaða sturturstöng, 260 mm höfuðúðara með 3 stillingum og handúðara með barka.

Vnr. 15327475

99.146

Almennt verð: 132.195

Þú sparar: 33.049

25%

25%



Einhell

BÚTSÖG

Öflug bútsög með 1600 W mótör og stóru 250 mm sagarblaði. Sögin er einföld í notkun og útbúin laser til að auðvelda nákvæma sögun. Snúa má söginni til beggja hliða og halla henni í 45° til vinstri.

Vnr. 74808265

36.071

Almennt verð: 48.095

Þú sparar: 12.024

25%



BOSCH

LASERKROSS

Laser frá Bosch með grænar láréttar og lóðréttar línur fyrir betri sýnileika. Festing með klemmu fylgir. Tilvalinn til að ná rétttri línu fyrir heimilið eða vinnustaðinn.

Vnr. 74869802

14.996

Almennt verð: 19.995

Þú sparar: 4.999

BOSCH

RYKSUGA

Afkastamikil vatns og þurr ryksuga með blásara og sjálfvirku on/off kerfi fyrir tengd tæki..

Vnr. 74861227

28.646

Almennt verð: 38.195

Þú sparar: 9.549

25%



25%

BOSCH

RAFHLÖDUBORVÉL

GSR 12v-15 2,0/4,0 AH. Vélin hefur 12v Lithium-lon rafhlöðu sem hefur lengri líftíma en aðrar rafhlöður, engin minnisáhrif. Vélin er létt og þægileg í hendi og hentar því vel til vinnu í erfiðum eða þröngum aðstæðum.

Vnr. 748740902

29.546

Almennt verð: 39.395

Þú sparar: 9.849



Broil King
Great Barbecues Every Time

GASGRILL

SIGNET 390 er öflugt gasgrill með fimm brennurum og grillgrindum úr pottjárn.

Vnr. 50657502

112.496

Almennt verð: 149.995

Þú sparar: 37.499

25%



Kílóvött
18,5
Brennarar
3+2

25%

FERÐAGASGRILL

Elegant Union ferðagasgrill G-600 2,93KW. Létt og þægilegt, frábært í útileguna. Hillur og sambrjótanlegir plastfætur undir grillinu, hægt er að taka hillurnar af.

Vnr. 50632100

20.096

Almennt verð: 26.795

Þú sparar: 6.699



Lokað mánudaginn 1. ágúst
Góða skemmtun um
verslunarmannahelgina!



Skannaðu kóðann og
skoðu tilboðin á byko.is



Bakþankar

Óttars
 Guðmundssonar



Fögur borg en tóm torg

Íslendingar hafa dáðst að götu-
 menningu á torgum og íðandi
 mannlífi í erlendum stórborgum.
 Fólki situr á útikaffihúsum eða
 bekkjum og nýtur sólar og veður-
 blíðu. Menn hafa lengi reynt að
 skapa slíka stemningu í Reykjavík.
 Lækjartorg var stundum fjölsótt
 en aðallega vegna þess að strætis-
 vagnar borgarinnar höfðu þar við-
 dvöl. Aldrei hefur tekist að koma
 upp eiginlegri kaffihúsastemningu
 á íslenskum torgum. Veðrið ræður
 mestu um. Stóran hluta ársins
 ganga lögðir yfir landið með til-
 heyrandi suðaustanátt og rign-
 ingu. Fólki endist ekki til lengdar
 að sitja úti á torgi með kaffibolla í
 hraglanda.

Það er synd að skipulags-
 fræðingar borgarinnar hafi ekki
 áttað sig á þessu. Verið er að byggja
 fjölmörg torg úti um alla borg þar
 sem reiknað er með fjölskrúðugu
 mannlífi. Nú á að byggja nýtt torg
 við Hlemm sem bætist við Hjarta-
 torgið, Hörputorgið, Káratorgið,
 Vitatorgið og Óðinstorgið sem öll
 eru í pósthúsi 101. Kaffiþyrstir
 Reykvíkingar og ferðamenn hafa
 næg tækifæri til að njóta útmark-
 aða, tónlistarmanna og íðandi
 mannlífs. Einkabilnum er úthýst
 enda eiga gestir að ganga eða hjóla
 léttklæddir milli torga.

Vorst er að öll þessi torg eru að
 öllu jöfnu auð og tóm. Hvergi hefur
 tekist að skapa einhverja úti-
 stemningu eins og skipuleggjendur
 borgarinnar þekkja frá útlöndum.
 Íslenska veðráttan lætur ekki að
 sér hæða. Nú þyrfti borgarráð
 að álykta að veðurfar verði að
 breytast á Íslandi tafarlaust svo að
 hægt sé að spranga um nýju torgin
 á stuttbuxum með bros á vör. Það
 er óþolandi að þessi duttlungafulla
 veðráttu skuli gera háleita skipu-
 lagningu að engu. ■

GRÆJU SUMAR

Nýjar sjóðheitar græjur og tilboð

**SUMAR
 PAKKINN**
 7* SPJALDÖLVU,
 TASKA OG PRÁÐLAUS
 HEYRNARTÖL

**3
 LITIR**

24.990

Spjaldtölvupakki

TÖLVUTEK

Reykjavík • Mörkín 31 Akureyri • Undirhlíð 2

26 kr.

AFSLÁTTUR

4 VIKUR

Skráðu þig á orkan.is

Vertu með afsláttinn í áskrift

Veldu þínar **4 vikur** og tankaðu með **26 kr. afslætti*** með Orkulyklinum í sumar.

Orkan — Ódýrasti hringurinn



*Gildir ekki á Orkuni Bústaðavegi, Dalvegi, Reykjavíkurvegi og Mýrarvegi, en þar gildir okkar allra lægsta verð.