

Ferðumst um Ísland

KYNNINGARBLAÐ

FIMMTUDAGUR 23. júní 2022

Kynningar: VÍS, Lyfjaver, Iceland Travel



Sigrún Þorsteinsdóttir, sem starfar sem sérfræðingur í forvörnum hjá VÍS, segir að hugmyndin með Ökuvísi sé að fækka slysum í umferðinni. Það hefur komið í ljós að þau sem nota Ökuvísi keyra betur en ella og eru því ólíklegri til að lenda í slysi í umferðinni. Væri því ekki kjörið að fá sér Ökuvísi fyrir ferðalögin innanlands í sumar?

MYND/SAGA SIG

Láttu áhyggjuleysið elta þig í sumar

Fram undan er ein stærsta ferðahelgi ársins og ljóst er að margir leggja land undir fót. Það er ekki úr vegi að staldra við og huga að örygginu því öll viljum við auðvitað áhyggjulaust frí. **2**



Sigrún segist vera afar stolf af Ökuvísi enda lifir hún og hrærist í forvörnum. Vegna færri slysa og tjóna hefur VÍS getað lækkað verð á tryggingum enn frekar til þeirra sem keyra vel. MYND/SAGA SIG

„Við hjá VÍS viljum að viðskiptavinir okkar lendi síður í slysum og tjónum. Þess vegna leggjum við mikla áherslu á að hjálpa fólki að tryggja öryggi sitt. Við erum stolt af því að eiga langa sögu um forvarnir og höfðum til dæmis mikil áhrif á notkun barnabílstóla hér á landi. Við getum öll gert svo margt til þess að koma í veg fyrir slysin,“ segir Sigrún A. Þorsteinsdóttir, sérfræðingur í forvörnum hjá VÍS. Þegar kemur að öryggi í umferðinni segir Sigrún að það fyrsta sem komi upp í huga sér sé hraði og athygli. „Það er mikilvægt að vera úthvildur og horfa til aðstæðna hverju sinni og passa auðvitað að allir séu með öryggisbeltin spennt og að börnin séu í góðum bílstól sem hæfir aldri.

VÍS er kraftmikið hreyfiafl með öflugar forvarnir í broddi fylkingar. Þess vegna er ég mjög stolt af Ökuvísi, sem er byltingarkennd nýjung í ökutækjatrýggingum hér á landi. Viðskiptavinir fá aðgang að appi sem veitir virka endurgjöf um hvað megi gera betur og verða enn öruggari í umferðinni. Ökuvísir er eina bílatryggingin hér á landi þar sem einungis tveir þættir hafa áhrif á verðið, það er, hversu mikið þú keyrir og aksturs-einkunn, eða hvernig þú keyrir. Aksturseinkunn byggir á fimm þáttum; hraða, hröðun, beygjum, hemlun og símanotkun. Markmiðið er að fækka umferðarslysum á Íslandi, auðvitað í samstarfi við viðskiptavinir okkar. Því betur sem þú keyrir – því minna borgar þú. Svo einfalt er það!

Undanfarið höfum við sýnt fram á að öryggisvörur geta verið flottar sem gaman er að hafa sýnilegar, í stað þess að geyma þær í skápum og geymslum. Við verðum nefnilega að láta öryggið passa. Ég vil vekja athygli á því að viðskiptavinir okkar fá afslætti á fjölbreyttum öryggisvörum, jafnt fyrir bilinn,

heimilið og útivistina hjá mörgum fyrirtækjum. Við hvetjum alla til þess að nýta sér þessa afslætti og hafa öryggið í lagi,“ segir Sigrún.

Fækkum umferðarslysum
Sigrún segir Ökuvísi klárlega hafa áhrif á hvernig fólk keyrir og þar af leiðandi áhrif á fjölda umferðarslysa. „Rúmt ár er síðan við kynntum Ökuvísi til leiks og á þeim tíma höfum við séð að viðskiptavinir okkar, sem eru með Ökuvísi, hafa bætt akstur sinn umtalsvert meira en upphaflegar áætlanir okkar gerðu ráð fyrir. Betri akstur leiðir til færri slysa og tjóna. Þar sem ég lifi og hrærist í forvörnum, er ég alveg virkilega stolt af Ökuvísi. Endurgjöfin í Ökuvísi hefur gert mig að mun betri og afslappaðri ökumanni og nær allir sem fá sér Ökuvísi verða öruggari í umferðinni, það sýnir tölfraðin okkur.

Vegna þessa sáum við svigrúm í upphafi ársins til að lækka verð enn frekar til þeirra sem keyra vel. Að auki fer góður akstur betur með bílinn. Ég mæli því sterklega með kaupum á bíl sem hefur haft Ökuvísi. Svo má ekki gleyma umhverfinu, því betri akstur felur í sér minni losun.“

Ökuvísir fyrir pyngjuna
Ökuvísir hefur ekki bara góð áhrif á aksturinn heldur líka budduna. „Verðið byggir á aksturseinkunn. Ef þú ert með 100 í einkunn, með kaskó fyrir bíl sem kostar fimm milljónir og ekur meira en 500 km á mánuði þá borgar þú um 11.000 kr. í Ökuvísi á mánuði eða um 130.000 kr. á ári.

Þeir sem eru fæddir í kringum aldamótin og eru með hefðbundnar ökutækjatrýggingar eru að borga um 50% herra verð en þeir sem tryggja bilinn með Ökuvísi. Með því að tryggja með Ökuvísi og keyra vel er því hægt að spara veru-

”Ef við tökum dæmi um að þú keyrir á 90 km hraða og kíkir á símann í fimm sekúndur, þá ertu búin að keyra vegalengd sem jafngildir því að keyra yfir Laugardalsvöllinn endilangan.

Sigrún A. Þorsteinsdóttir

legar fjárhæðir. Ég hvet alla áhugasama til að skoða reiknivélina á vis.is þar sem hægt er að sjá verðin. Verðskrá fyrir tryggingu hefur því aldrei verið jafn gagnsæ og því þarf ekki að biðja um sérstakt tilboð. Allir fá sama verðið út frá aksturs-einkunn, óháð aldri.

Þess má geta að tryggingar í Ökuvísi hækka ekki ef þú lendir í tjóni, hvort sem það er af þínum völdum eða annars. Þetta snýst einfaldlega um að keyra betur, sem gerir þig líka ólíklegri til að valda eða lenda í umferðarslysi.

Bíla sem standa óhreyfðir stóran hluta árs eða eru keyrðir mjög lítið er líka tilvalið að tryggja með Ökuvísi, að sögn Sigrúnar. „Þar sem billinn stendur nær óhreyfður í marga mánuði tikkar hann því í boxið að keyra minna en 500 km á mánuði, þá borgarðu minna í tryggingar,“ segir hún.

Áhyggjulaust fri
„Áður en lagt er af stað í frið góða, þá er afar mikilvægt að skilja vel við húsið, til dæmis að ganga úr skugga um að slökkt sé á öllum rafmagnstækjum, að allir gluggar séu vel lokaðir sem og allar hurðir læstar. Það er líka góð regla að aug-

lýsa ekki, til dæmis á samfélagsmiðlum, að húsið sé mannlaust. Óprúttnir aðilar eiga það til að fylgjast með slíku og nota þá tækifærið til að láta til skarar skriða.

Svo þarf að huga að því hvernig pakkað er í bílinn, en mikilvægt er að pakka þyngstu hlutunum neðst og léttustu hlutunum efst. Einnig er mikilvægt að skorða hlutina af og best er að draga farangursnetið yfir farangurinn. Við verðum að hafa það í huga að lausir munir í bílnum geta valdið alvarlegum áverkum, til dæmis getur léttur farsími margfaldað þyngd sína í árekstri.

Áður en lagt er af stað, þá er gott að kynna sér veðurspána þar sem akstur í miklu roki getur verið varhugaverður. Svo þegar sólin fer að skína, þá er nauðsynlegt að hafa nægt rúðupiss, hreinar framrúður og sólgleraugu við höndina. Ef svo óheppilega vill til að steinn lendi á framrúðunni og valdi skemmdum, þá er gott að setja sérstakan framrúðulímmiða á sárið til þess að auka líkurnar á því að hægt sé að gera við hana. Slík viðgerð kostar þig ekki neitt, en ef skipta þarf um framrúðuna þarf að borga 20% af kostnaðinum sem getur hlaupið á tugum þúsunda. Svo er líka miklu umhverfisvænna að gera við rúðuna en að skipta henni út. Þess vegna mælum við með því að hafa límmiðann alltaf til taks í hanskahólfinu en þá er hægt að fá heimsenda. Einfaldlega með því að senda póst á vis@vis.is.

Ég vil ítreka mikilvægi þess að vera með athyglina í lagi, hvort sem þú ert að keyra, hjóla eða labba. Best er að láta símann bara vera. Ef við tökum dæmi um að þú keyrir á 90 km hraða og kíkir á símann í fimm sekúndur, þá ertu búin að keyra vegalengd sem jafngildir því að keyra yfir Laugardalsvöllinn endilangan. Við skulum vera með athyglina á réttum stað.

Þegar þú ert komin á leiðarenda og ætlar að njóta fegurðarinnar á fjöllum landsins er gott að kynna sér svæðið og leiðina sem á að fara. Best er ef leiðin er stíkuð og ekki má klikka á góðum göngu-skóm og skjólgóðum fatnaði ásamt nesti. Ekki gleyma heldur að skoða veðurspána og vera viðbúin því veðri sem spáð er og vera frekar betur búin en vanbúin.“

Viðtækari reiðhjólatrýgging
Reiðhjól eru orðin staðalbúnaður hjá mörgum ferðalöngum og á næstu dögum mun VÍS bjóða upp á viðtækari reiðhjólatrýggingu en þá sem er nú til staðar í F plús. „Ef þú átt reiðhjól sem er dýrara en 250.000 krónur þá hvetjum við þig til þess að kynna þér málið. Þess ber að geta að þeir sem eru með F plús fá þessa nýju tryggingu á betri kjörum. Svo er mikilvægt að huga að öryggi sínu með því að nota hjálm, tryggja sýnileika með áberandi litavali í fatnaði og passa endurskinið. Svo verðum við að muna að aukinn hraði eykur líkur á falli og saklaus sandur á stíg getur verið varasamur.

Að sjálfsögðu minnum við á mikilvægi þess að fara reglulega yfir tryggingarnar. Sérstaklega ef eitthvað hefur breyst á árinu til dæmis nýtt húsnæði, ef fjölskyldan hefur stækkað, nýr pallur við húsið eða gæludýr bæst við fjölskylduna þá þarf að huga að tryggingum. Að gefnu tilefni viljum við sérstaklega minna á húseigendatrýgginguna. Alltof margir gleyma henni þegar flutt er úr fjölbýli í sérbýli.

Við erum að sjálfsögðu til staðar til þess að aðstoða og fara vel yfir tryggingarnar. Ekki hika við að slá á þráðinn til okkar í síma 560 5000 eða senda okkur línu á vis@vis.is. Við viljum nefnilega að allir séu rétt tryggðir. Látum áhyggjuleysið elta okkur í sumar og siglum örugglega í frið.“ ■

Þægileg leið innanlands



icelandair.is

Fyrirhafnarlítið ferðalag

Er ferð um landið á næsta leiti? Innanlandsflug er fljótlegur og þægilegur ferðamáti úr einum landsfjórðungi í annan. Það tekur innan við klukkustund að fljúga hvert á land sem er. Einfalt er alltaf best.

Skelltu þér í skemmtiferð innanlands — njóttu Íslands í allri sinni dýrð.



Hrafnagilshátíð

16.-17. júlí

Hrafnagilshverfi, Eyjafjarðarsveit

Komið og fáid ykkur rölt í hverfinu.

Markaðir og margt fleira.

Nánar auglýst á esveit.is

Kvenfélagið lðunn

Opnar áætlunarferðir eða einkaferðir

Southcoast Adventure, staðsett á Hvolsvellir sérhæfir sig í sérsniðnum einka- og lúxusferðum og alls kyns dagsferðum um Ísland.

Upplifðu Ísland á nýjan og einstakan hátt. Southcoast Adventure býður uppá sérferðir fyrir hópa sem eru sérsniðnir til að hæfa öllum. Ferðirnar sem við bjóðum uppá geta verið hluti af viðameiri hópeflis- eða hvata-ferð í samstarfi við önnur fyrirtæki eða staðið einar og sér sem stuttar dagamuns ferðir.

Engir dagar eru eins og það er alltaf spennutilfinning fyrir næsta degi og hvaða ævintýrum hann kann að hafa í för með sér.

SOUTHCOAST
ADVENTURE
WWW.SOUTHADVENTURE.IS



Hornbjarg séð frá Höfn í Hornvík. Fjöldi göngugarpa leggur leið sína á Hornstrandir á sumrin að njóta náttúrunnar.

Besta sumarstarf í heimi

Hornstrandir eru vinsæll áfangastaður göngugarpa á sumrin. Þangað er einungis hægt að komast á bát og mikil kyrrð og friðsæld ríkir þar í falletgri náttúru.

sandragudrun@frettabladid.is

Lydía Ósk Óskarsdóttur stendur vaktina á Hornströndum í sumar ásamt þremur öðrum. Hún stendur einnig vaktina í Hornstrandastofu, nýrri gestastofu á Ísafirði, sem er upplýsingamiðstöð um Hornstrandir og sýning um svæðið. „Við erum tvær sem skiptumst á að vera á gestastofunni og fara á svæðið sem landverðir. Svo eru tvö sem eru bara á svæðinu. Við sem skiptumst á erum í tvær vikur í einu á Hornströndum. Við erum með hús á Hesteyri, en ríkið keypti nýlega húsið sem var verslunarhús á staðnum. Við erum búin að innrétta búðina sem móttöku fyrir gesti,“ segir Lydía. „Við erum líka búin að útbúa vatnssalerni fyrir gesti sem ekki var áður. Við erum komin með einstaklega flotta og fina aðstöðu á Hesteyri. En svo erum við með aðra aðstöðu í Höfn í Hornvík. Þar erum við með hús og vatnssalerni og við aðstöðum líka gesti þar. Svo eru tjaldstæði og kamrar á fleiri stöðum á Hornströndum,“ útskýrir hún.

Lydía segir að það sé alltaf fullt af fólki sem komi á Hornstrandir á sumrin en landverðirnir eru þar frá 1. júní og út ágúst. „Þetta er á sama tíma og bátarnir eru að fara yfir. Við fylgjumst að,“ segir Lydía. Þrátt fyrir að það sé alltaf eitthvað fólk á Hornströndum ríkir þar mikil friðsæld að sögn Lydíu. „Þetta er það stórt svæði. Þú mætir kannski 4-5 á leiðinni frá Hesteyri og alla leið yfir í Hornvík. Allir eru meðvitaðir um að fólk er bara að njóta náttúrunnar,“ segir hún. „Það er ekki mikið af Íslendingum á svæðinu í júní. Þeir ferðast meira í júlí þegar það er orðið hlýrra og minni snjór. En landvörður sem gekk frá Hesteyri yfir í Hornvík á mánudaginn var mjög hissa að sjá hvað það var mikið af tjöldum í Hlöðuvík. Það var líka fullt af fólki á tjaldstæðinu í Hornvík, en það eru fáir í dag. Veðrið hefur mikið að segja. Íslendingar fara frekar ef veðrið er gott.“

Fjölbreytt starf
Lydía segir starfið á Hornströndum



Sældarlíf landvarðarins í kyrrðinni á Hornströndum. Lydía segir að þrátt fyrir fjölda ferðamanna sé landsvæðið stórt og því ríki þar mikil ró og friður.

fjölbreytt. Á Hesteyri taka landverðirnir á móti gestum í fjörunni, leiðbeina göngufólki og kynna því reglur friðlandsins. „Við kennum þeim til dæmis hvernig á að umgangast refinn og yrðlingana en þeir eru að skriða út úr grenjunum sínum í júní,“ segir hún. „Við erum líka að slá og gera fínt á Hesteyri. Svo göngum við gönguleiðirnar reglulega. Við förum kannski í dagsferðir frá Hesteyri yfir í Aðalvík til að þrifa kamra og athuga með tjaldsvæðið.“ Lydía segir landverðina einnig vera í góðu sambandi við heima-fólkið. „Það er mikið af sumarhúsum hér. Þessum gömlu húsum sem voru hér hefur verið vel við haldið og fólk notar þau á sumrin, svo hafa líka verið byggð ný hús. Fólk er hér sumt allt sumarið,“ segir Lydía. Á gestastofunni á Ísafirði veita landverðirnir göngufólki upplýsingar um svæðið, selja göngukort, aðstoða gesti við að skipuleggja ferðirnar sínar og fleira.

„Við förum sjálf inn á svæðið og tökum út göngustíga og skoðum aðstæður. Það er til dæmis mikill snjór núna og við bendum fólki á hvar það á að vara sig. Hvar eru ár og hvar eru snjóskaflar og hvar er bratt að fara upp og niður. Við hvetjum fólk til að fylgja göngukortinu,“ segir Lydía. „Við erum líka með sýningu hér á gestastofunni sem er tileinkuð fólkinu sem bjó á Hornströndum og lífinu þar. Við leggjum áherslu á fuglabjörgin og hvernig farið var þangað að sækja björg í bú.“ Lydía segir landvarðarstarfið vera besta sumarstarf í heimi. „Ég held að hinir landverðirnir séu algjörlega sammála því. Ég er ættuð úr Jökulfjörðum svo þetta er svona mitt heima. Mér finnst frábært að fá að vera inni á svæðinu. Hugsa um það, skoða það og kynnst því betur, og líka hitta fólk og segja því frá því sem við vitum um svæðið. Við brennum fyrir þessu og langar að halda svæðinu góðu og gera vel við gestina okkar.“ ■

Sjáumst á fjöllum



SUMARLEYFISFERÐIR FÍ

www.fi.is

Ferðafélag Íslands • Mörkinni 6 • www.fi.is • 568-2533



Útilegubakterían er dásamleg



Ferðavagnahópur einhleypra 50-70 ára er Facebook hópur þar sem einhleypir eigendur ferðavagna skipuleggja ferðalög, kynnast nýju fólki og njóta náttúrunnar saman.

Facebook-hópurinn Ferðavagna-hópur einhleypra 50-70 ára var settur á fót vorið 2021. Hugmyndin að stofnun hans kviknaði heima hjá Hildi Mariu Herbertsdóttur á fallegu vorkvöldi þar sem hún hugleiddi hvort hún ætlaði að ferðast að mestu ein komandi sumar eins og sumarið áður, þar sem hún er einhleypp. „Mér hugnaðist það reyndar ekki vel. Þá kviknaði hugmyndin um að stofna hóp fyrir einhleypt fólk á mínum aldri sem hefði brennandi áhuga fyrir því að fara í útilegur í ferðavagninum sínum og langaði í ferðafélaga af báðum kynjum. Það er auðvitað mun skemmtilegra að hafa félagsskap, þó ekki væri nema fáeina féлага hverju sinni til að spjalla við, skreppa með í sund, ganga um nágrennið og grilla saman á kvöldin. Svo gætum við líka hjálpast að ef upp kæmu viðfangsefni tengd ferðavögnunum og deilt lausnum.“

Þrír útgangspunktur
Fyrsta skrefið var að stofna sérstakan Facebook-hóp en það kunni hún ekki á þessum

Hluti hópsins í útilegu síðasta sumar. Hildur María er fremst á myndinni.
MYNDIR/ÆSENDAR



tímamarki. „Ég vissi að ég vildi hafa þrjá útgangspunkta. Markhópurinn ætti að vera einhleypt fólk á tilteknu aldursbili og það yrði að eiga ferðavagn eða ferðabil en tjaldferðalangar ættu hins vegar ekki heima í þessum hópi. Út frá því ákvað ég að hafa þrjár viðeigandi spurningar sem fólk þyrfti að svara, umsækjendur þyrftu að samþykkja reglur hópsins ásamt því að vera með mynd af sér á Facebook svo við sæjum hver væri að sækja um inngöngu. Ég birti svo einfaldlega auglýsingu í nokkrum opnum Facebook hópum og fékk einnig leyfi til birtingar í einhverjum lokuðum hópum.“

Umsóknir hrúguðust inn
Á þessum tímamarki kom Sigur-



Í dag telur hópurinn 115 meðlimi og er konur í meirihluta.

Útivist í íslensku landslagsmálverkki

Velkomin heim.
Hvolsvöllur
Rangárþing eystra

hvolsvollur.is/
velkominheim



Það er alltaf létt og góð stemning hjá hópnum yfir sumartímann.

björg Þorláksdóttir til sögunnar. „Ég var svo stálheppin að hún var meðal þeirra fyrstu sem sóttu um en ég þekkti hana ekkert á þeim tímamarki. Við höfum síðan oft gert grín að því okkar í milli að vegna þess að hún svaraði ekki spurningunum hafnaði ég umsókninni hennar strax. Fljótlega kom í ljós að ástæðan var ágalli í forritinu og því sá hún ekki spurningarnar þegar hún sótti um inngöngu. Sigurbjörg spurði hvort hún gæti ekki aðstoðað mig og þar með var hún orðin meðstjórnandi sem er frábært, því hún er mun klárari í tölvumálum en ég. Á þessum tíma hrúguðust umsóknirnar inn og því frábært hafa hana með.“

Vantar fleiri karla
Viðtökurnar voru mjög góðar strax í byrjun. „Það er greinilega mikil þörf og áhugi meðal einhleypra á hópi eins og þessum og við erum stoltar af framtakinu. Í dag eru meðlimirnir 115 og konur eru í meirihluta í hópnum. Okkur finnst hins vegar eðlilegt að hafa sem jafnast kynjahlutfall og viljum því nota tækifærið og hvetja karla sem uppfylla skilyrðin til að sækja um inngöngu þó að konur séu auðvitað velkomnar líka.“
Fyrsta sumarið og fram á haust fór nýstofnaður hópurinn í margar ferðir um suður- og vesturluta



Sigurbjörg Þorláksdóttir (t.v.) hefur hjálpað Hildi Mariu með skipulagið.

landsins, að sögn Hildar. „Við dvöldum á tjaldsvæði í Hvalfirði, á Borg í Grímsnesi, í Reykholti, á Faxa, á Þorlákshöfn og heimsóttum sum þeirra oftar en einu sinni. Við höfum ekki farið lengra en í tveggja klukkustunda akstursleið frá Reykjavík fram að þessu og vitum ekki enn hvort við gerum það. Af því leiðir að margir í hópnum sem búa úti á landi taka ekki þátt en við höfum hvatt alla meðlimi hópsins til þess að efna til ferða hvar sem er á landinu og láta okkur hin vita af þeim.“

Stundum gripið í gítarinn
Fyrsta ferð sumarsins í ár var farin síðustu helgina í maí, en þá fór hópurinn í Árnes. „Venjan er að skoða veðurspána dagana áður en ákveðið er hvert stefnan skuli tekin hverju sinni. Þess vegna erum við ekki með fyrirfram ákveðna ferðaáætlun fyrir sumarið.“
Hún segir einstaklega heilandi og ánægjulegt að vera í svo mikilli nánd við náttúruna í hópi vina sem finnst það líka. „Mikil stemmning hefur oft skapast og stundum hefur einhver gripið í gítarinn. Við hvetjum bæði nýja féлага og eldri til að skella sér í sem flestar útilegur með okkur. Útilegubakterían er dásamleg og við vonum að sem flestir smitist af henni. Svo hefur verið afar gefandi og skemmtilegt að kynnast mörgu sómafélki í þessum ferðalögum okkar.“ ■

Nánar á Facebook undir Ferðavagnahópur einhleypra 50-70 ára.



Ingibjörg Kolbeinsdóttir, markaðs- og sölustjóri Lyfjavers, hefur notað Mygga-vörnina með góðum árangri.

FRÉTTABLAÐID/ERNIR

Mygga er öflug vörn gegn bitmýi

Mygga mýflugnafælan veitir þér frelsi til að geta verið úti í náttúrunni án mikillar truflunar frá bitmýi. Hvort sem þú ert í garðinum heima, í göngu, fjallgöngu, golfi, veiðitúr eða annarri útivist, þá er gott að hafa Mygguna með í för.

Ingibjörg Kolbeinsdóttir, markaðs- og sölustjóri Lyfjavers, þekkir Mygga vel af eigin reynslu. „Við fjölskyldan bjuggum í Noregi í sex ár. Þar kynntumst við nokkrum tegundum af bitmýi og notuðum Mygga DEET til varnar með góðum árangri, “ greinir Ingibjörg frá. „Eftir þetta er ég alltaf tilbúin með Mygga-vörnina þegar vargtímabilið hefst í byrjun júní ár hvert, enda vill enginn á heimilinu verða fyrir barðinu á bitvarginum.“

Mygga DEET
Mygga er áhrifarík mýflugna- og skordýrafæla sem vinnur meðal annars gegn bitmýs- og moskitóbiti. Mygga hefur hlotið góðar viðtökur og reynslu á Norðurlöndunum.
Mygga inniheldur sæfiefnið DEET (N,N-dietýl-meta-tólúamíð) sem er fæliefni sem hefur áhrif á lyktarskyn flugunnar og veitir þannig góða vörn gegn mýflugna- og skordýrabiti. DEET er jafnframt eitt algengasta virka efni sem notað er í skordýrafælni í dag.

Ekki láta mýið skemma fyrir þér fríið
Bitmý hefur verið mjög fyrirferðarmikið hér á landi undanfarin ár og svo virðist sem lúsmý sé að ná hér fótfestu. Fólk getur orðið fyrir talsverðum óþægindum frá



Ingibjörg nýtur útivistar og er hér að ganga Laugavegin.

MYND/ADSEND

bitmýi, það getur til að mynda orðið til þess að sumarfríið taki óvænta stefnu. Ein leiðin til að koma í veg fyrir bit frá þessum vargi er að nota fæliefni sem inniheldur virka efnið DEET sem borið er á húð.
Mygga DEET veitir meðal annars vernd gegn bitmýs- og moskitóbiti sem varir í allt að níu klukkustundir. Þættir eins og hita-

stig, raki og svitamyndun geta haft áhrif á virkni vörunnar. Embætti landlæknis og Heilsgæslan hafa gefið út að áhrifaríkustu fæliefni gegn bitmýi séu þau sem innihalda virka efnið DEET og má kynna sér það á vefsíðunni heilsuvera.is.
Til að geta selt vöru sem inniheldur sæfiefnið DEET þarf að sækja um markaðsleyfi frá

Umhverfisstofnun, en Mygga er eina vörumerkið á Íslandi sem inniheldur DEET sem er með gilt markaðsleyfi frá Umhverfisstofnun.

Mygga vöruúrval
Mygga DEET er fáanlegt í þremur mismunandi umbúðum og af mismunandi styrkleika, þar með talið sem „roll-on“ og í úðaformi. Styrkur DEET sker úr um heimila notkun vörunnar miðað við aldur en finna má Mygga DEET sem hentar öllum aldurshópum, allt frá tveggja ára aldri.
Þar sem DEET er sæfiefni, ber að meðhöndla það á öruggan hátt. Mygga DEET er einungis leyfilegt til notkunar á mannfólki, sem vörn gegn mýflugna- og skordýrabiti.
Helstu eiginleikar áburðarins er að hann virkar vel og lengi og hefur komið vel út í rannsóknum þar sem hann var borinn saman við aðrar tegundir af sambærilegum áburði. Mygga áburðurinn er ofnæmisprófaður og lyktar vel, auk þess sem hann klístrar ekki.
Áriðandi er að farið sé eftir leiðbeiningum og ábendingum framleiðanda fyrir notkun vörunnar. Mygga-vörunnar hafa unnið til fjölda verðlauna og undirgengist prófanir á rannsóknarstofum og í vettvangsrannsóknum. ■

Mygga er framleitt af lyfjaframleiðandanum Omega Pharma í Þýskalandi. Mygga fæst á völdum stöðum um land allt, hægt er að finna nánari upplýsingar um vörunar og sölu staði á mygga.is. Lyfjaver ehf er með markaðsleyfi fyrir MYGGA hér á Íslandi.



Mygga 9,5% DEET Sprey 75ml ætlað fyrir fullorðna og börn frá 2 ára aldri.



Mygga 20% DEET Rollon 50ml ætlað fyrir fullorðna og börn frá 12 ára aldri



Mygga 50% DEET Sprey 75ml ætlað fyrir 18 ára og eldri.



Mygga After Bite 50ml gel og krem 50ml, veita skjótan og árangursríkan árangur gegn kláða og ertingu í húð eftir bit frá lús/bitmýi, mýflugum og mörgum öðrum skordýrum. Það hefur kælandi áhrif, dregur úr kláða og ertingu í húð eftir bit, mýkir, veitir raka og endurnærir húðina. Virkar einnig vel við ertingu í húð af völdum brenni-netlu og marglyttu.

Iceland Travel sinnir viðburðum og ráðstefnum að öllu leyti

Iceland Travel er elsta ferðaþjónustufyrirtækið á Íslandi og sinnir erlendum ferðamönnum að miklu leyti. En það er líka með afar öfluga ráðstefnu- og viðburðadeild sem sér um viðburði og ráðstefnur fyrir hópa og fyrirtæki af öllum stærðum og gerðum um allt land.

„Iceland Travel var stofnað árið 1937 og er elsta ferðaþjónustufyrirtækið á Íslandi. Það kemur inn á allar tegundir ferðaþjónustu, allt frá einstaklingum upp í hvata- og ráðstefnuferðir og yfir í skemmtiferðaskip,“ segir Sesselja Dagbjört Gunnarsdóttir, yfirmaður hvata- og ráðstefnudeildar. „Þessi fjölbreytta þjónusta, áratugalöng reynsla okkar og fjöldi tungumálanna sem starfsmenn tala, er það sem gefur fyrirtækinu sérstöðu á markaðnum.“

„Það má segja að við höfum verið fremst í flokki í áratugi,“ segir Heiður Dögg Sigmarsdóttir, kerfisstjóri ráðstefnudeildar. „Við erum líka hluti af svo stóru ferðaþjónustufyrirtæki að við erum vel sett til að bjóða upp á sérupplifanir fyrir okkar gesti sem önnur fyrirtæki eiga erfitt með að veita. Ef þú vilt búa til sérupplifun, hvort sem það er viðburður, gala-dinner, parti eða ferð út á land, getum við gert það á einstakan hátt, nokkuð sem önnur fyrirtæki eiga erfitt með að skapa, því við höfum bæði þessa gríðarlegu reynslu og mjög sterka innviði.“

Glænýtt og nútímalegt stjórnerfi

„Við erum líka komin með glænýtt og mjög öflugt viðburðastjórnunarkerfi sem heldur utan



Starfsfólk ráðstefnudeildar Iceland Travel hefur séð um innlendar og erlendar ráðstefnur í áratugi og getur skapað sérupplifanir sem önnur fyrirtæki eiga erfitt með að veita. MYND/ADSEND

um ráðstefnur að öllu leyti fyrir þátttakendur, en kerfið var tekið í gagnid í fyrra,“ segir Sesselja. „Það heldur meðal annars utan um skráningu þátttakenda, notendavirkni og ágríp sem er hægt að móttaka ef svo ber undir. Kerfið býður upp á APP, skoðunarkannanir og einnig þann möguleika að hafa ráðstefnuna stafræna, í persónu, eða blöndu af hvoru tveggja.“

„Það er það nýjasta í bransanum að hafa ráðstefnur bæði á netinu og í persónu. Með þessu nýja kerfi getum við boðið upp á alla þjónustu sem fylgir ráðstefnum, hvernig sem þær eru haldnar, á mjög þægilegan og aðgengilegan hátt,“ bætir Heiður við.

Sjá um allt frá A-Ö

„Ráðstefnu- og viðburðadeild Iceland Travel hefur séð um innlendar og erlendar ráðstefnur í áratugi, margar hverjar innan heilbrigðis- og vísindageirans. Við höfum til að mynda séð um loftslagsráðstefnuna Arctic Circle, Læknadaga, ýmiss konar norrænar ráðstefnur og Sjávarútvegs-sýninguna í Laugardalshöll, ásamt smærri viðburðum fyrir ráðuneyti og aðra aðila. Sem dæmi má nefna alls kyns vísindaráðstefnur fyrir Veðurstofuna, sem fjalla um allt sem viðkemur jöklum, loftslagsbreytingum, jarðhræringum og eldgosum,“ segir Sesselja.

„Við teljum okkur vera eina fyrirtækið sem getur boðið allt frá

A-Ö. Við getum skipulagt allt sem viðkemur verkefnastjórn svo sem: skráningu, þátttöku, bókun á mat og drykk, ferðir, bókanir á innanhússrýmum, ásamt flugi og gistingu fyrir gestafyrirlesara en nefndir sjá um faglega tengingu,“ segir Sesselja. „Fyrirtækið í heild hefur mikið verið að þjóna erlendum gestum, en ráðstefnu- og viðburðadeildin á meira erindi við Íslendinga.

Við tökum á móti beiðnum af öllum stærðum og gerðum og það skiptir í raun engu máli hver á í hlut, þó við höfum helst verið að þjónusta hópa innan heilbrigðis-, mennta- og vísindageirans. Við störfum ekki einungis í Reykjavík, heldur erum við til dæmis að sjá

um viðburði á Akureyri og Siglufirði í haust og svo á Egilsstöðum á næsta ári,“ segir Sesselja. „Við getum boðið þjónustu okkar um allt land og kappkostum að veita bestu, mögulegu þjónustuna á sem hagstæðasta verði hverju sinni.“

„Við bjóðum líka upp á almenna viðburði fyrir fyrirtæki og alls konar hópa, ársfundir, vorferðir, árshátíðir og slíkt. Alls konar hóp-efli og húllumhæ,“ segir Heiður. ■

Hægt er að hafa samband við Iceland Travel í gegnum heimasíðu fyrirtækisins, www.icelandtravel.is eða í netfangið mice@icelandtravel.is



Iceland Travel getur sett saman viðburði af öllum stærðum, en hefur helst þjónustað hópa innan heilbrigðis-, mennta- og vísindageirans. MYND/ADSEND

Að vera túristi í eigin landi

Glögg er gests augað og stundum getur verið gaman að vera túristi í eigin landi og reyna að sjá heimaland sitt með augum erlendra gesta.

oddurfreyr@frettabladid.is

Þetta eru þeir tíu staðir sem útlendingar eru hrifnastir af að heimsækja á Íslandi, samkvæmt erlendu ferðasiðunni TripAdvisor, þar sem ferðalangar gefa ólíkum upplifunum og stöðum einkunn.

Perlan

Perlan býður upp á ýmsar skemmtilegar upplifanir og sýningar. Þar er hægt að læra mikið um náttúru Íslands og njóta frá-bærs útsýnis.

Hringvegurinn

Að fara hringinn er klassísk upplifun sem flestir Íslendingar hafa einhvern tímann notið. Það er margt að sjá á okkar fallega landi og það er um að gera að fara reglulega hringinn og drekka í sig fjölbreytta upplifun.

Kerið

Kerið er mikilfenglegur gígur í Grímsnesi sem er alltaf gaman að heimsækja. Talið er að það sé leifar frá eldgosi sem átti sér stað fyrir um 6.500 árum.

Gunnhver

Gunnhver er fallegur hver á



Perlan er efst á lista TripAdvisor yfir staði til að heimsækja á Íslandi. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR

Reykjanesi. Það er áhugavert að hann sé í þriðja sæti þrátt fyrir að vera almennt ekki mjög umtalaður. Þangað er stutt að fara frá höfuðstaðnum og Keflavíkflugvelli.

Harpa

Tónleika- og ráðstefnuhöllin Harpa er einstaklega falleg bygging í hjarta Reykjavíkur. Þar fara alls kyns tónleikar og viðburðir fram og þar eiga Sinfóníuhljómsveit Íslands, Íslenska óperan og Stórsveit Reykjavíkur heima.

Reynisfjara

Reynisfjara hefur aðallega fengið umfjöllun að undanfögnu vegna mannskæðra slysa en fjaran er einn vinsælasti og fallegasti ferðamannastaður landsins. Dýralífið, bergið og öldurnar mikilfenglegu eru öll þessi virði að skoða.

Geysir

Geysir er einn þekktasti ferðamannastaður landsins og kannski bara skritið að hann sé ekki ofar á listanum, því okkur Íslendingum finnst svo klassískt að fara með

ferðalanga í dagsferð þangað og á Gullfoss, sem er ekki einu sinni á topp 10 lista TripAdvisor.

Goðafoss

Fossinn er þægilega staðsettur við hringveginn, skammt frá Akureyri. Hann er er einn af vatnsmestu fossum landsins og án vafa einn sá fallegasti. Hann er ólíkur í útliti eftir vatnsmagni, veðurfari og árstíð og sumum finnst hann jafnvel fallegri á veturna en sumrin.

Hallgrímskirkja

Kirkjan, sem er sú stærsta á landinu, er eitt þekktasta kennileiti landsins og vel staðsett í miðborginni. Frá 73 metra háum turninum er frábært útsýni og fjöldi manns kemur þangað daglega til að njóta þess.

Þjóðminjasafnið

Safnið var stofnað árið 1863 og geymir um 2.000 menningar-sögulega dýrgrip, meðal annars Valþjófsstaðahurðina frá því um 1200 og Þórslikneskið, sem var gert í kringum árið 1000. ■



Geysir er mikilfenglegur staður sem öllum finnst gaman að heimsækja. FRÉTTABLAÐIÐ/EYÞÓR

REGNJAKKAR - PEYSUR & REGNBUXUR

Mikið úrval í stærðum 42-60

Sjáðu úrvalið í netverslun www.curvy.is
eða komdu í verslun Curvy í Hreyfilshúsinu við Grensásveg

Afgreiðslutímar

Alla virka daga frá kl. 11-18

Laugardaga frá kl. 11-16

Curvy



Frí heimsending ef
verslað er yfir
10.000 kr



Zizzi Fleece peysa
10.990 kr
Stærðir 42-58

Klara regnjakki
16.990 kr
Stærðir 42-60



Klara regnbuxur
10.990 kr
Stærðir 42-60



Regnkápa
11.990 kr
Stærðir 42-60



Peysukjöll
11.990 kr
Stærðir 14-26

Jogging Peysa
6.990 kr
Stærðir 42-60



Jogging Buxur
6.990 kr
Stærðir 42-60



Göngubuxur
18.990 kr
Stærðir 42-60

Nú geta ferðalangar á Héraði heimsótt hreindýrskálfana Garp og Mosa í fyrsta hreindýragarði lýðveldisins á Vínlandi.

thordisg@frettabladid.is

„Hann pabbi minn, Björn Magnússon, hefur verið áhugamaður um hreindýr í árafjöld. Hann er auðvitað í skýjunum með hreindýrskálfana á heimilinu, þá Garp og Mosa, og dæsti einn daginn stundarhátt: „Já, draumar geta ræst“. Hann sótti eitt sinn um leyfi til að halda grænlenka hreindýrahjörð á Íslandi, en fékk neitun. Svo kom þetta upp í hendurnar á honum og víst að kálfarnir hefðu aldrei lifað af án hans.“

Þetta segir Ásdís Sigríður Björnsdóttir, ferðaþjónustubóndi og átta barna móðir á bænum Vínlandi í Fellabæ, vestan Lagarfljóts.

Ásdís hefur verið hreindýramamma síðan í fyrravor.

„Þá var systir mín í vélsleðaferð uppi á heiði og rakst á tvo agnar-smáa og móðurlausa hreindýrskálfa. Engin önnur hreindýr voru nærri og þegar vélsleðafólkið kom aftur að kálfunum um klukkustund síðar voru ekki heldur nein hreindýr í auglýn. Því var brugðið á það ráð að hringja í pabba og leita ráða. Sá var ekki lengi að hugsa sig um og sagði: „Komið með kálfana til mín og sjáum hvort okkur takist að halda í þeim lifinu“. Þessir umkomulausu hreindýrskálfar voru svo þínulitlir að þeir komust fyrir í bakpoka ferðalanganna og strax var ljóst að þeir voru ekki sammæðra, því Garpur var um þriggja daga gamall og Mosi um viku eldri,“ upplýsir Ásdís.

Broddur og saltaður rjómi

Fyrstu nóttina voru hreindýrskálfarnir litlu í bílskúrnum hjá Birni en það gekk nú ekki vel.

„Þar sem við hjónin keyptum jörð með skóglendi hér á Vínlandi fyrir fjórum árum var ákveðið að koma með kálfana til okkar og við höfðum líka húsaskjól sem ég hafði hugsað fyrir kálfina og til að sitja við eld, en því var snarlega breytt í hreindýrahús. Við tók svo óskapleg vinna,“ greinir Ásdís frá.

Hún segir hreindýr með eindæmum viðkvæmar skepnur og algengt að þau drepist úr hræðslu þegar þau óttist um líf sitt, eins og þegar þau eru elt á vélsleða, en búið sé að finna lyf sem kemur í veg fyrir slíkt sé því sprautað strax í dýrin.

„Það er erfitt að segja hvað varð um mæður kálfanna, en ekki er óalgengt að hreindýrskálfar finnist einir og yfirgefnir af einhverjum orsökum. Í tilviki Mosa og Garps eru líkur á að snjóleðafólk hafi

Já, draumar geta ræst



Hreindýrapabbinn Björn Magnússon með Garp og Mosa sem hér maula rügbrauð úr hendi hans.

MYNDIR/ÁÐSENDAR



Ásdís Sigríður Björnsdóttir varð óvænt hreindýramamma í fyrravor.



Pétur, sonur Ásdísar, knúsar hér litla Garp sem þurfti mikla umhyggju.

fælt hjörðina og kálfarnir ekki getað hlaupið á eftir, en eftir á kom í ljós að kálfarnir voru sýktir af mjög slæmum hnýsli og mæðurnar gætu hafa drepist úr því, því nýfæddir hreindýrskálfar drekka af spena og hafa fengið hnýsilinn í meltingarkerfið með móðurmjólkinni,“ segir Ásdís.

Fyrstu mánuðina stóð líf kálfanna Garps og Mosa oft tæpt.

„Til að byrja með þurfti að finna út úr því hvað ætti að gefa þeim að drekka. Þá var hringt á kúabú og athugað hvort til væri broddur, sem er feit og fyrsta mjólkinn úr nýbornum kúm. Síðan var broddi safnað saman á bæjunum og meira að segja keyrt alla leið í Skagafjörð eftir broddi. Allt gekk það vel og kálfarnir bröggðuðust um tíma,

en svo fóru þeir að veikjast og fá drullu. Var þá brugðið á það ráð að gefa þeim lamba- og kálfaduft og blanda gæsaeggjum út í, sem og ýmislegt fleira, en þeir Garpur og Mosi hressust lítið af því. Á endanum hafði pabbi samband við Sama sem hann hafði kynnst í Lapplandi og þeir ráðlögðu honum að gefa kálfunum lambaduft og saltaðan rjóma að drekka, því hreindýramjólkinn er sölt,“ útskýrir Ásdís sem gaf þeim lýsi upp á hvern dag og sýklalyf þegar í ljós kom að þeir væru með hnýsil.

„En svo versnaði þeim enn og aftur og þá reyndust þeir vera með hnýsil sem er tiltölulega nýkominn í íslensk hreindýr og talinn koma úr gæsum. Þá þurftu þeir tíu sinnum sterkari sýklalyfjakammt.“

Mega ekki fara út í náttúruna

Á tímabili leist dýralækninum á Héraði svo á að Mosi hefði það varla af. Hann var lengi óþroskaðri og minni vöxtum en Garpur, og horn hans voru minni.

„En svo tók Mosi vaxtarkipp og nú eru þeir svipað stórir. Okkur tókst að hjúkra þeim til bata og losa þá við hnýsilinn og þeir virðast hafa það mjög gott.“

Ásdís segir stundum spurt hvers vegna Garpi og Mosa sé ekki sleppt út í náttúruna, nú þegar þeir eru orðnir frískir, en sannleikurinn sé sá að ekki megi sleppa villtum dýrum í náttúruna sem verið hafa í eldi hjá mannfólki.

„Við vissum alltaf að kálfarnir yrðu aflifaðir ef við fengjum ekki leyfi til að hafa þá, en á sama tíma

eru lögin þannig að ekki má fanga hreindýr, sem við gerðum ekki; önnur lög banna að ganga í burtu frá deyandi dýri, og einnig er bannað að sleppa dýrum aftur út í náttúruna. Allt var þetta því á gráu svæði en nú höfum við leyfi fyrir því að hafa kálfana og einbeitum okkur að því að láta þeim líða sem allra best, förum með þá í göngutúra og bjóðum þeim góða aðstöðu til beitar í skóglendi okkar. Þeir eru fyrir löngu orðnir hluti af heimilishaldinu og óborganlegt þegar Garpur var lítill og elti pabba alla leið inn í stofu til mín,“ segir Ásdís og hlær.

Tvö börn úr óvæntri átt

Í sumarbyrjun var Hreindýragarður opnaður í Vínlandi sá fyrsti sinnar tegundar á Íslandi.

„Hér kemst fólk í návígi við kálfana. Þeir eru ljúfir og geðgöðir og koma þegar kunnuglegar raddir kalla. Við höfum leyft fólki að gefa þeim Cheerios úr lófa og spari fá þeir rügbrauð sem er í uppáhaldi. Við vitum auðvitað ekkert hvernig þeir verða um kynþroskaaldurinn en finnum þá lausn á því. Það væri draumur að vera með hreindýrasteltu og sorglegt að annar kálfur sem við fengum í vor drapst, en hann var stelpa,“ segir Ásdís, sem á sér fleiri hreindýradrauma.

„Það er eins og fallett jólakort að horfa á hreindýrskálfana í snjónum. Við erum að byrja að venja þá á múla og draumurinn að kenna þeim á sleða og fara með þá í jólaferð niður í bæ.“

Ásdís er borinn og barnfæddur Vopnfirðingur. Maður hennar, Ólafur Björnsson, stöðvarstjóri Bílaleigu Akureyrar, var bóndi undir Eyjafjöllunum þegar þau kynntust og þau bjuggu lengi á Selfossi.

„Við eigum átta börn saman en nú eru flest börnin að verða uppkomin og þrjú eftir heima. Það er tómlegt á bænum þegar börnin tínast úr hreiðrinu og erfitt. Ég veit ekki hversu lengi ég var að læra að elda minni matarskammta og sat þá uppi með mat sem dugði alla vikuna. Það má segja að ég hafi fengið Garp og Mosa í sárabætur; tvö börn úr óvæntri átt sem þurftu á móður að halda. Þeir þekkja raddirnar okkar og gaman að geta kallað á þá: „Komiði strákar!“ og þeir koma eins og hlýðin börn.“

Hreindýragarðurinn er opin allra daga frá klukkan 11 til 17, en ferðalöngum er einnig velkomið að hringja í síma 842 2519 ef þeir eru í nágrenninu og langar að koma við. Hreindýragarðurinn er líka á Facebook og Instagram @icelandreindeers og @vinland_guesthouse. ■

Reykjavík Excursions

HÁLENDISRÚTAN

ÞÓRSMÖRK | FIMMVÖRÐUHÁLS | SKÓGAR
LANDMANNALAUGAR | HÁLENDISPASSI

FARÐU Í DAGSFERÐ, VERTU YFIR NÓTT
EÐA LABBAÐU LAUGAVEGINN!

Hálendisrútan keyrir daglega inn í Landmannalaugar, Þórsmörk, að Skógum og til baka. Því er hægt að fara í dagsferð, vera yfir nótt, ganga Fimmvörðuháls eða Laugavegin, allt eftir hentugleika!

BÓKAÐU Á RE.IS



OGLEYMANLEG UPPLIFUN
ÞITT
ÆVINTÝRI
#REYEX
HÁLENDIÐ Á ÞÍNUM TRÁDA

DEKKJASALAN

Dekk og flottar felgur



ALLT Á EINUM STAÐ



Miðjustýringar



Felgurær og felguboltar fyrir flestar gerðir bíla



Forritanlegir loftþrýstingsskynjarar

DUFTLÖKKUM FELGUR

Lánum dekk og felgur á meðan
Verðskrá, upplýsingar og myndir á www.dekkjasalan.is

Dalshrauni 16, 220 Hafnarfirði

587 3757

dekkjasalan@dekkjasalan.is



Brákarhátíð er ein fjölmargra
bæjarhátíða sem fara fram næstu
vikurnar. **FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR**

Bæjarhátíðir haldnar aftur

starri@frettabladid.is

Lítið hefur farið fyrir bæjarhá-
tíðum hér á landi undanfarin tvö
sumur vegna heimsfaraldursins.
Nú eru þær komnar á fullt aftur og
tilvalið fyrir ferðalanga að heim-
sækja þær á ferðalagi um landið
næstu vikurnar.

Næstu helgi, 25.-26. júní, verða margar bæjarhátíðir haldnar. Á Humarhátíðinni á Höfn í Hornafirði verður boðið upp á humar-súpu og fjölbreytta dagskrá og í Borgarnesi verður haldin Brákarhátíð til heiðurs Brák, kvenhetjunni miklu frá vikingatímum. Þar verður meðal annars boðið upp á bílasýningar, markaði og Lata-bæjarsafnið verður opið.

Sömu helgi verða Lummudagar haldnir í Skagafirði, Hamingjudagar fara fram á Hólmavík og bæjarhátíðin Hofsóss heim verður haldin á Hofsósi, þar sem boðið verður upp á vardeld, sjósund, markaði og fleira.

Meðal hátíða sem haldnar verða helgina 2.-3. júlí má nefna Markaðshelgina í Bolungarvík sem er blanda af öflugum markaðs-torgi og tónlistar- og fjölskyldu-skemmtun og Gosloka hátíð Vestmannaeyja en þar er endalokum eldgossins á Heimaey 1973 fagnað. Á þingeyri fara fram sömu helgi Dýrafjardardagar og á Stokkseyri verður Bryggjuhátíð haldin, þar sem verður boðið upp á varðeld og bryggjusöng ásamt fjölbreyttri fjölskyldudagsskrá. ■



Þarna væri lúxus að gista.

Lúxusútilega

sandragudrun@frettabladid.is

Það er alltaf gaman að prófa eitt-hvað nýtt á ferðalagi um landið. Bæði að sjá nýja staði en líka að prófa nýjungar í gistingu. Fyrir þau sem vilja fara í útilegu en nenna ekki stússinu sem fylgir því að setja upp tjald, eða draga ferðavagn á eftir sér er hægt að prófa gistingu í lúxustjaldi. Það eru nokkrir aðilar hér á landi sem bjóða upp á slíka gistingu. Til dæmis eru slík tjöld í Húsadal í Þórs mörk og á Suður-landi eru gegnsæjar uppblásnar kúlur þar sem hægt er að gista og horfa á stjörnur.

Lúxustjöldin er upphituoð og notaleg og upplifunin er einskonar blanda af útilegu og hótelligistingu. Með því að gista í lúxustjaldi er hægt að njóta náttúrunnar en um leið að njóta þæginda eins og hlýs rúms og upphitaðs svefnrýmis. Með því að slá orðinu “Glamping” inn á Google leitarvélina er hægt að sjá hvaða staðir á Íslandi bjóða upp á lúxustjaldgistingu. Það er um að gera að prófa! ■

Götubiti á ferð um landið í sumar

oddurfreyr@frettabladid.is

Götubittinn verður á ferð um landið í sumar og um helgina verða þrír viðburðir á ólíkum stöðum, á Selfossi, í Reykjavík og í Borgarnesi, og verða ólíkir matarvagnar í boði. Aðdáendur götumatar geta því notið þess að gæða sér á slíku góðgæti á nýjum stöðum og íbúar í nágrenninu fá smá tilbreytingu í heimsókn.

Götubittinn sérhæfir sig í viðburðum og annarri þjónustu tengdri mat, hátíðum, matarmörkuðum, matarvögnum og „pop up veitingastöðum“.

Götubittinn fer næst í heimsókn á Selfoss föstudaginn 24. júní. Þá verður hann við bílastæðin hjá Byko frá klukkan 17 til 19.30. Á svæðinu verða matarvagnar, hoppukastalar og létt götubita-hátíðarstemning.



Götumatur nýtur mikilla vinsælda.

Á laugardaginn 25. júní verður
Götubítinn svo með nokkra
matarvagna, hoppukastala og
götubita-hátíðarstemmningu við
Norðlingaskóla í Norðlingaholti
milli klukkan 17 og 19.30.

Á sunnudag fer Götubitin
síðan í heimsókn í Borgarnes
þar sem nokkrir matarvagnar
verða með dýrindis matkrásir við
Hjálmaklett, aftur milli klukkan
17 og 19.30. ■

NIVEA SUN

TREYSTU Á

SÓLAR-VÖRN NR. 1*

- UVA** UVA vörn sem virkar lengi
- UVB** UVB vörn sem virkar strax
- 48h** 48 tíma raki
- Vatnspolin**
- Virðir sjávarlíf**

Vottað af Húðlæknum

NIVEA SUN

protect & moisture

immediate protection & 48h moisture

30 **UVA UVB HIGH**

- Skin Microbiome Balance
- Water Resistant
- Ocean Respect

* Source: Euromonitor International Limited; Beauty and Personal Care 2021 edition; NIVEA as per umbrella brand name classification; all retail channels; retail value terms, 2020 data.