

STERKARI SAMAN

Tvær af öflugustu prentsmiðjum landsins
Prentmet og Oddi hafa nú tekið
höndum saman undir nafninu



Við tökum vel á móti þér



Umbúðir



Almenn
prentun



Bækur



Límmiðar



Bréfpokar



Lyngháls 1, 110 Rvk ☎ 5 600 600

Eyravegi 25, 800 Selfoss ☎ 482 1944

Glerárgötu 28, 600 Akureyri ☎ 4 600 700

📧 prentmetoddi.is





KJARNABORUN STEINSÖGUN MÚRBROT

Hafsteinn Daníelsson ehf.
Sími: 862 8874 - 433 8949

pósturinn

Vikulegt Auglýsingablað

Sími: 5 600 633

Netfang: posturinn@prentmetoddi.is

Heimasíða: posturinn.prentmetoddi.is

Ábm.: Guðmundur R. Guðmundsson

Pósturinn kemur út á fimmtudögum og er dreift inn á öll heimili og fyrirtæki á Vesturlandi, Kjalarnesi og Kjós með Íslandspósti hf.

Upplag: 7.000 eintök

Prentun: Prentmet Oddi

Vínagátur - höf. Páll Jónsson - Útg. Bókaútgáfan HÓLAR

Gáta vikunnar

*Á henni standa hús ég sá,
hana leggur trillukall.
Stofuklukkum áður á,
einn í plús er sjávarfall.*

Svar við gátu í 30. tbl. Póstsins 2021: **GJÖRD**

1. lína: **Gjörð á reiðhjóli** 2. lína: **Tunnugjörð**
3. lína: **(G)jörð** 4. lína: **Hnakk- eða söðulgjörð**

Sjónvarpsdagskráin fimmtudaginn 5. ágúst 2021



07.50 ÓL 2020: Handbolti (karla)
09.50 ÓL 2020: Frjálsíþróttir
12.45 ÓL 2020: Handbolti (karla)
14.25 ÓL 2020: Hjólábretti (karla) e.
15.15 ÓL 2020: Körfubolti (karla) e.
17.10 Sumarlandinn e.
17.40 Íþróttafrek e.
17.50 Táknaálsfréttir
18.00 KrakkarÚV
18.50 Bækur og staðir e.
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Sumarlandabrot
19.45 Ólympíukvöld
20.25 Tareq Taylor og miðaur-
lensk matarhefð (2:6)(Tareq
Taylors matresa)
21.05 Skuggaleg skógarferð (6:6)
(Picnic at Hanging Rock)
22.00 Týufréttir
22.15 Veður
22.20 Glæpahneigið (10:10)
(Criminal Minds XV)
23.05 Leyndarlíf Marilyn Monroe (1:2)
(The Secret Life of Marilyn Monroe) e.
00.30 Skammastu þín, Emma
(Skam dig, Emma) e.
01.10 Ólympíukvöld e.
01.50 ÓL 2020: Fótbolti
(Úrslitaleikur kvenna)
04.30 ÓL 2020: Körfubolti
(Undanúrslit kvenna)
06.30 ÓL 2020: Blak
(Undanúrslit kvenna)



08:00 Heimsókn (2:10)
08:20 The Mentalist (16:23)
09:05 Bold and the Beautiful
09:25 The Good Doctor (20:20)
10:10 Gilmore Girls (17:22)
10:50 Blíndur bakstur (1:8)
11:25 Friends (14:24)
11:45 Nettir kettir (6:10)
12:35 Nágrannar (8554:250)
12:55 Friends (19:24)
13:20 Friends (5:24)
13:40 God Friended Me (8:22)
14:25 Lodgers For Codgers (5:5)
15:10 Shipwrecked (4:15)
15:55 Making It (6:6)
16:35 Temptation Island (10:11)
17:35 Bold and the Beautiful
18:00 Nágrannar (8554:250)
18:26 Veður (214:365)
18:30 Fréttir Stöðvar 2 (214:365)
18:45 Sportpakinn (211:365)
18:55 Hell's Kitchen (5:16)
19:40 The Titan Games (9:9)
20:25 Timber Creek Lodge (4:8)
21:10 NCIS: New Orleans (9:20)
21:55 Real Time With Bill Maher
22:50 War of the Worlds (4:8)
23:45 The Pembroke Murders
00:35 The Righteous Gemstones (2:9)
01:05 The Mentalist (17:23)
01:45 The Good Doctor (1:20)
02:25 Gilmore Girls (17:22)
03:10 Friends (14:24)
03:30 Shipwrecked (4:15)



06:00 Síminn + Spotify
12:30 Dr. Phil (113:170)
13:15 The Late Late Show (175:208)
14:00 The Block (11:46)
15:05 90210 (6:22)
15:50 American Housewife (15:23)
16:15 Black-ish (12:24)
16:50 The King of Queens (5:22)
17:10 Everybody Loves Raymond
17:35 Dr. Phil (114:170)
18:20 The Late Late Show (176:208)
19:05 The Block (12:46)
20:10 Læknirinn í Frakklandi (1:2)
Ragnar Freyr Ingvarsson leggur
nú land undir fóð og verður með
okkur í Frakklandi þar sem hann
eldar fráberan mat og drekkur með
því unaðssleg vín og aðra drykki.
Ákaflega vandaðir þættir þar sem
Læknirinn í eldhúsinu sýnir okkur
allt það sem okkur dremmir um í
ferðalögum, mat og drykk.
20:45 Hver ertu? (5:6)
21:15 Venjulegt fólk (6:6)
21:45 Systarbönd (6:6)
22:30 Love Island (25:57)
23:20 The Royals (8:10)
00:05 The Late Late Show (176:208)
00:50 New Amsterdam (3:22)
01:35 Skandall (4:4)
02:20 Penny Dreadful:
City of Angels (9:10)
03:20 Love Island (25:57)
04:10 Síminn + Spotify



09:00 Pepsi Max Stúkan - 4. ágúst
09:35 Valur - KR
11:15 Annáll: Sportið í ár - Erlent
12:30 Manstu 2
13:05 Þróttur R. - FH
(Mjólkurbíkar kvenna 2021)
14:45 Breiðablik - Valur
(Mjólkurbíkar kvenna 2021)
16:25 Valur - KR
17:55 Pepsi Max Stúkan - 4. ágúst
18:45 Valur - Haukar
(Ólís deild karla 2020/2021)
20:15 Haukar - Valur
(Ólís deild karla 2020/2021)
21:40 Haukar - Breiðablik
(Dominos deild kvenna 2020/2021)
23:05 Valur - Skallagrímur
(Dominos deild kvenna 2020/2021)



10:25 A Dog's Way Home
11:55 About Time
13:55 Dolittle
15:40 A Dog's Way Home
17:15 About Time
19:15 Dolittle
21:00 Deadpool
22:45 The Hangover 3
00:20 All I See Is You
02:10 Deadpool

LÁTTU FAGFÓLK SELJA ÞÍNA EIGN

- ◆ Hjá okkur starfar sterkt teymi löggiltra fasteignasala, lögfræðinga og viðskiptafræðinga
- ◆ Bókaðu söluverðmat þér að kostnaðarlausu



Aron Þór Kristjánsson
Löggiltur Fasteignasali

aron@domusnova.is

Sími: 661 4464

DOMUS **NOVA**
Fasteignasala

Verndarhjúpur:

5500 kr. stakar 30 mín

6500 kr. stakar 45 mín

50 þús 10 tíma kort (30 mín)

42 þúsund 12 tíma kort (30 mín, gildir í mörkuð)

60 þús 10 tíma kort (45 mín)

15% afsláttur fyrir eldri borgara og öryrkja



Kostir:

Róandi vöðvaslakandi hitanudd

Vökvalosun

Eykur brennslu

Afeitrar

Endurnærir húðina

Eykur blóðflæði

Tónar líkamann

Streitulosandi

Veitir húðinni raka

Keppur jafnvægi á kortisól magn

Bætur svefn

S. 788-5410, Smiðjuvellir 32

STARFSMAÐUR ÓSKAST

Óskum eftir að
ráða starfsmann
á skrifstofu,
við ýmis
afgreiðslustörf.

Umsóknir sendist
á netfangið
trukkan@bifreidastod.is



heildarlausnir í prentun



Lynghæls 1, 110 Reykjavík ☎ 5 600 600
Eyravegí 25, 800 Selfoss ☎ 482 1944
Glerárgötu 28, 600 Akureyri ☎ 4 600 700

prentmetoddi.is

Sjónvarpsdagskráin laugardaginn 7. ágúst 2021



07.15 KrakkaRÚV
09.40 Landakort
(Hasarblöð) e.
09.50 ÓL 2020: Frjálsþróttir
13.00 ÓL 2020: Blak
(Úrslitaleikur karla)
14.30 Soð í Dýrafirði (4:6)
(Núpur) e.
14.45 Poppkorn - sagan á bak við myndbandið (Sálin hans Jóns mín - Undir þínum áhrifum) e.
15.00 Íslandsmótíð í golfi
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.45 Landakort (Um þúsund skip á hafsbotni við Ísland) e.
18.54 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Ólympíukvöld
20.25 Hátíðardagskrá Hinsegin daga
21.50 ÓL 2020: Marabon
(Marabon karla)
00.15 ÓL 2020: Körfubolti
(Úrslitaleikur karla)
02.20 ÓL 2020: Körfubolti
(Úrslitaleikur kvenna)
04.20 ÓL 2020: Blak
(Úrslitaleikur kvenna)
05.50 ÓL 2020: Handbolti
(Úrslitaleikur kvenna)
07.30 Dagskrárlok



08:00 Morgunsjónvarp barnanna
11:55 Friends (3:24)
12:20 Bold and the Beautiful
(8151-8154:749)
13:45 10 Years Younger in 10 Days (2:23)
14:30 Jamie: Keep Cooking and Carry on (2:5)
14:50 Rax - augnablik (3:8)
15:15 The Titan Games (9:9)
15:55 The Masked Dancer (1:7)
18:26 Veður (216:365)
18:30 Fréttir Stöðvar 2 (216:365)
18:45 Sportpakkinn (213:365)
18:53 Lottó (77:100)
18:55 Impractical Jokers (16:26)
19:15 Hoodwinked Too! Hood vs. Evil
20:40 Stonewall
Myndin fjallar um óeirðirnar í Stonewall í New York árið 1969, en þær hrítu af stað réttindabaráttu samkynhneigðra í borginni.
22:50 The Big Lebowski
Kostuleg mynd frá hinum óborganlegu Coen-bræðrum sem fjallar um Jeff Lebowski er tekinn í misgripum fyrir forríkan nafna sinn. Hann flækist þar með í flökinn blekkingarvef ósvífinna manna sem hafa nafna hans að fépífu.
00:45 The Mule
02:35 Hunter Street (7:20)
03:00 Friends (3:24)
03:20 10 Years Younger in 10 Days



06:00 Síminn + Spotify
10:30 Dr. Phil (112:170)
11:15 Dr. Phil (113:170)
11:20 The Block (13:46)
13:05 Pabbi skoðar heiminn (5:7)
14:00 Askurum (4:6)
14:30 Vinátta (5:6)
15:00 Aldrei ein (3:4)
15:30 Læknirinn í Frakklandi (1:2)
16:00 Hver drap Friðrik Dór? (5:5)
16:50 The King of Queens (7:22)
17:10 Everybody Loves Raymond
17:35 Lífum lengur (4:4)
18:05 Með Loga (1:6)
19:05 The Block (14:46)
20:10 The Extraordinary Journey of the Fakir
21:45 Blood Father
23:20 Before I Go to Sleep
Á hverjum morgni vaknar Christine algjörelga minnislaus um hvað á daga hennar hefur drifið. Hver er hún og hvað kom fyrir hana? Er maðurinn sem hún vaknar við hlöðina á að segja henni sannleikann?
00:55 Hounds of Love
Myndin fjallar um par sem rænir ungru konu og heldur henni í gíslingu. Vicky Maloney áttar sig á því að eina leiðin til að sleppa úr prisundinni er að komast upp á milli mannræningjana.
02:40 Indiana Jones and the Raiders of the Lost Ark
04:35 Síminn + Spotify



09:00 Pepsi Max Mörkin - 6. ágúst
09:55 Valur - Fram
(Olís deild kvenna 2020/2021)
11:05 Haukar - Keflavík
(Dominos deild kvenna 2020/2021)
12:30 Keflavík - Valur
(Dominos deild kvenna 2020/2021)
13:35 Þór - Grindavík
(Mjólkurbíkar karla 2021)
15:15 KA - Breiðablik
(Pepsi Max deild karla 2021)
16:55 Valur - ÍBV
(Pepsi Max deild kvenna 2021)
18:35 Keflavík - Fylkir
(Pepsi Max deild kvenna 2021)
20:15 Fram - Afturelding
(Olís deild karla 2020/2021)
21:40 Valur - ÍR
(Olís deild karla 2020/2021)
23:00 Stjarnan - KA
(Mjólkurbíkar karla 2021)



10:40 Five Feet Apart
12:35 Meet My Valentine
14:00 Riot
15:50 Five Feet Apart
17:40 Meet My Valentine
19:10 Riot
21:00 The Art of Self-Defense
22:40 Jumanji: The Next Level
00:40 Joker
02:40 The Art of Self-Defense

Sjónvarpsdagskráin föstudaginn 6. ágúst 2021



07.50 ÓL 2020: Handbolti
(Undanúrslit kvenna)
09.40 Ólympíuafrek - Sydney 2000
(Unforgettable Olympic Moments) e.
10.10 Ólympíuafrek - Aþena 2004
(Unforgettable Olympic Moments) e.
10.40 ÓL 2020: Frjálsþróttir
13.55 ÓL 2020: Körfubolti
(Undanúrslit kvenna)
15.45 ÓL 2020: Golf
(Dagur 3 kvenna) e.
17.50 Táknmálsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.50 Bækur og staðir e.
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Sumarlandabrot
19.45 Ólympíukvöld
20.20 Stella í framboði e.
21.10 Shakespear og Hathaway (3:10)
(Shakespeare and Hathaway: Private Investigators)
22.35 Endeavour
(Endeavour IV)
00.05 Ísalög (2:8)
(Tunn is) e.
00.50 Albatross e.
02.20 ÓL 2020: Körfubolti
(Úrslitaleikur karla)
04.35 ÓL 2020: Strandblak
(Úrslitaleikur karla)
05.50 ÓL 2020: Dýfingar
(Dýfingar karla)
07.30 Dagskrárlok



08:00 Heimsókn (3:10)
08:20 The Mentalist (17:23)
09:05 Bold and the Beautiful
09:25 The Good Doctor (1:20)
10:05 Shark Tank (21:22)
10:50 Tribe Next Door (1:4)
11:55 Golfarinn (4:8)
12:05 Friends (8:24)
12:35 Nágrannar (8555:250)
12:55 First Dates Hotel (5:6)
13:40 Framkoma (5:8)
14:10 Lóa Pind: Bara geðvek (2:6)
14:45 BBQ kóngurinn (1:6)
15:05 Grand Designs: Australia
15:55 The Goldbergs (21:23)
16:20 Real Time With Bill Maher
17:35 Bold and the Beautiful
18:00 Nágrannar (8555:250)
18:26 Veður (215:365)
18:30 Fréttir Stöðvar 2 (215:365)
18:45 Sportpakkinn (212:365)
18:55 Bara grín (5:6)
19:20 Tónlistarmennirnir okkar (4:6)
20:00 The Masked Dancer (1:7)
21:10 Last Knights
23:05 Neighbors
Par með ungabarn búa við þær hræðilegu aðstæður að hafa bræðrafélag í næsta húsi. En þau eru tilbúin að gera hvað sem er til að losna við þá.
00:40 American Assassin
02:25 The Mentalist (18:23)
03:05 The Good Doctor (2:20)
03:50 First Dates Hotel (5:6)
04:35 Friends (8:24)



06:00 Síminn + Spotify
12:30 Dr. Phil (114:170)
13:15 The Late Late Show (176:208)
14:00 The Block (12:46)
15:05 90210 (7:22)
15:50 American Housewife (16:23)
16:15 Black-ish (13:24)
16:50 The King of Queens (6:22)
17:10 Everybody Loves Raymond
17:35 Dr. Phil (115:170)
18:20 The Late Late Show (40:208)
19:05 The Block (13:46)
20:10 Hver drap Friðrik Dór? (5:5)
20:40 The Bachelorette (9:10)
22:10 Love Island (26:57)
23:00 Love Island (27:57)
23:50 Rain Man
Charles Sanford "Charlie" Babbitt er sjálfumgláður bílasali, kvennamaður og veðmangari, sem á í innri baráttu með sjálfan sig. Sem unglingur notaði Charlie bíl föður síns, Buick blæjubíl ágerð 1948 án leyfis. Eftir dauða föðursins, þá erfir hann Charlie að rösom og bílnum, en allt annað, eða þrjár milljónir dala, fara í styrktarsjóð sem er ætlaður öðrum. Charlie reiðist þessu og ákveður að kanna málið.
02:00 Ömurleg brúðkaup 2
03:35 Love Island (26:57)
04:25 Love Island (27:57)
05:15 Síminn + Spotify



08:50 KR - Njarðvík
(Dominos deild karla)
09:50 ÍR - Valur
(Dominos deild karla)
11:15 Þór Þ. - Grindavík
(Dominos deild karla)
13:00 Haukar - FH
(Olís deild kvenna 2020/2021)
14:20 Þróttir R. - Keflavík
(Pepsi Max deild kvenna 2021)
16:05 Stjarnan - Selfoss
(Pepsi Max deild kvenna 2021)
17:50 Valur - ÍBV
(Pepsi Max deild kvenna 2021)
19:50 Keflavík - Fylkir
(Pepsi Max deild kvenna 2021)
22:00 Pepsi Max Mörkin - 6. ágúst
23:00 Breiðablik - Víkingur R.
(Pepsi Max deild karla 2021)



12:25 Captain Morten and the Spider Queen
13:45 2 Years of Love
15:10 Impractical Jokers: The Movie
16:40 Captain Morten and the Spider Queen
18:00 2 Years of Love
19:25 Impractical Jokers: The Movie
21:00 Paradise Hills
22:30 Light of My Life
00:25 The Mustang
02:00 Paradise Hills

Sjónvarpsdagskráin sunnudaginn 8. ágúst 2021



07.35 KrakkaRÚV
10.35 Íþróttatæfref Íslendinga e.
11.00 ÓL 2020: Lokahátíð
 Bein útsending frá lokahátíð Ólympíuleikanna í Tókýó.
14.00 Eldhugar íþróttanna e.
14.30 Íslandsmótíð í golfi
 Bein útsending frá Íslandsmóttinu í golfi á Jaðarsvelli á Akureyri.
17.35 Mómmusó (7:10) e.
17.50 Táknafréttir
18.00 KrakkaRÚV
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Ólympíukvöld
20.25 Sumarlandinn (8:9)
21.00 Fjölskyldubúðin (1:8)
 (MotherFatherSon)
 Spennubátaröð í átta hlutum frá BBC um eiganda fjölmíðlaveldis og brotna fjölskyldu hans sem neyðist til þess að standa saman þegar áfall dýnur yfir.
22.05 Spænska drottningin
 (La reina de Espana)
 Nærri 20 árum eftir að spænska leikkonan Macarena Granada flúði Þýskalund nasista er hún orðin stjarna í Hollywood. Hún snýr heim til Spánar til að leika Isabelu I frá Castille. Framhald myndarinnar La niña de tus ojos.
00.10 Ófærð (8:10) e.
01.05 Dagskrárlök



08:00 Morgunsjónvarp barnanna
11:30 Top 20 Funniest (2:20)
12:10 Nágrannar (8552-8555:250)
13:40 Jokers (2:24)
14:05 Bump (4:10)
14:35 Impractical Jokers (16:26)
15:00 Cyrus vs. Cyrus Design and Conquer (4:6)
15:25 First Dates (20:27)
16:50 60 Minutes (46:52)
17:35 Supernanny (7:11)
18:26 Veður (217:365)
18:30 Fréttir Stöðvar 2 (217:365)
18:40 Sportpakkinn (214:365)
18:45 Rax - augnablik (4:8)
19:10 Grand Designs: Australia (6:8)
20:00 The Heart Guy (3:10)
20:55 War of the Worlds (5:8)
21:45 Prodigal Son (13:13)
22:30 Timber Creek Lodge (4:8)
23:15 Queen Sugar (8:10)
23:55 Ballers (5:8)
00:25 Ballers (6:8)
00:55 Empire (16:18)
01:35 Top 20 Funniest (2:20)
02:15 Friends (2:24)
02:40 Bump (4:10)
03:10 Impractical Jokers (16:26)
03:30 Cyrus vs. Cyrus Design and Conquer (4:6)



06:00 Síminn + Spotify
10:30 Dr. Phil (114:170)
11:00 The Block (14:46)
11:15 Dr. Phil (115:170)
12:20 Bachelor in Paradise (10:13)
13:45 The Bachelorette (9:10)
15:10 The Biggest Loser (6:18)
15:55 The Biggest Loser (7:18)
16:50 The King of Queens (8:22)
17:10 Everybody Loves Raymond
17:35 Ný sýn (2:5)
18:05 Með Loga (2:6)
19:05 The Block (15:46)
20:10 Pabbi skoðar heiminn (6:7)
Special Victims Unit (12:16)
21:35 Yellowstone (5:10)
22:25 Love Island (28:57)
23:15 Penny Dreadful: City of Angels (9:10)
00:15 Black Monday (8:10)
00:50 New Amsterdam (4:22)
03:50 Love Island (28:57)
04:45 Síminn + Spotify



08:35 Stjarnan - HK
 (Ólíf deild kvenna 2020/2021)
09:50 ÍBV - Valur
 (Ólíf deild kvenna 2020/2021)
11:05 Manstu 2
11:45 Valur - Leiknir R.
 (Mjólkurbíkar karla 2021)
13:25 KA - Breiðablik
 (Pepsi Max deild karla 2021)
15:05 Breiðablik - Víkingur R.
 (Pepsi Max deild karla 2021)
16:45 Valur - KR
18:30 Pepsi Max Upphitun
 (Pepsi Max Upphitun 2021)
19:05 Víkingur R. - KA
 (Pepsi Max deild karla 2021)
21:15 Pepsi Max Stúkan - 8. ágúst
22:15 Atvinnumennirnir okkar (3:8)
 (Guðjón Valur Sigurðsson)
22:45 Atvinnumennirnir okkar (4:8)
 (Grétar Rafn Steinsson)
23:15 Víkingur R. - KA
 (Pepsi Max deild karla 2021)



11:10 Love at First Bark
12:35 Cats
14:25 Holy Lands
16:00 Love at First Bark
17:25 Cats
19:20 Holy Lands
21:00 Bad Moms
22:35 Jojo Rabbit
00:20 1917
02:15 Bad Moms

Sjónvarpsdagskráin mánudaginn 9. ágúst 2021



11.00 Heimaleikfimi e.
11.10 Sumarlandinn (8:9) e.
11.45 Fólkið í landinu e.
12.10 Spaugstofan 2009-2010 (11:24) e.
12.35 Grænir fingur (38:48) e.
12.50 Fagur fiskur (8:8) (Eldfiskur) e.
13.20 Ævi (1:7) (Bernska) e.
13.50 Nautnir norðursins (1:8) e.
14.20 Páll á Húsafelli e.
15.15 Veröld sem var (1:6) e.
15.40 Græni slátrarinn (6:6)
 (Den gröne slaktaren) e.
16.10 Átök í uppeldinu (4:6)
 (Ingen styr på ungerne) e.
16.50 Hundalíf (Ett hundlíf)
17.00 Siglufjörður - saga bæjar (1:5) e.
17.50 Táknafréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.50 Bækur og staðir (Reykholar) e.
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Sumarlandabrot
19.40 Hvað getum við gert? (20:25)
19.50 Framtíðarveröld (10 Things You Need to Know about the Future)
20.45 Attenborough: Furðudýr í náttúrunni (David Attenborough's Natural Curiosities II)
21.10 Fiðrildi (1:3) (Butterfly)
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Sumartónleikar í Schönbrunn
 (Summer Night Concert Schönbrunn)
23.55 Dagskrárlök



08:00 Heimsókn (4:10)
08:15 The Mentalist (18:23)
09:05 Bold and the Beautiful
09:25 The Good Doctor (2:20)
10:05 One Born Every Minute (9:10)
10:55 Lodgers For Codgers (5:5)
11:40 Love in the Wild (6:8)
12:30 Nágrannar (8556:250)
12:50 Friends (10:24)
13:10 The Office (1:6)
13:35 Mom (1:18)
13:55 FC Ísland (4:4)
14:30 First Dates (17:25)
15:20 Matarboð með Evu (3:8)
16:00 Saved by the Bell (6:10)
16:30 The Goldbergs (2:22)
16:50 Suits (9:10)
17:35 Bold and the Beautiful
18:00 Nágrannar (8556:250)
18:26 Veður (218:365)
18:30 Fréttir Stöðvar 2 (218:365)
18:45 Sportpakkinn (215:365)
18:55 Ísland í dag (124:265)
19:35 Your Home Made Perfect (1:9)
19:55 Cyrus vs. Cyrus Design and Conquer (5:6)
20:35 Bump (5:10)
21:10 Pembrokeshire Murders: Catching The Game Show Killer
21:55 Queen Sugar (9:10)
22:40 60 Minutes (46:52)
23:30 Next (2:10)
00:10 Krypton (3:10)
00:55 A Black Lady Sketch Show (6:6)
01:20 The Mentalist (19:23)



06:00 Síminn + Spotify
12:30 Dr. Phil (115:170)
13:15 The Late Late Show (41:208)
14:00 The Block (15:46)
15:05 90210 (8:22)
15:50 American Housewife (17:23)
16:15 Black-ish (14:24)
16:50 The King of Queens (9:22)
17:10 Everybody Loves Raymond
17:35 Dr. Phil (116:170)
18:20 The Late Late Show (177:208)
19:05 The Block (16:46)
20:10 Áskorun (5:6)
20:45 Love Life (10:10)
21:15 Seal Team (11:16)
22:05 Love Island (29:57)
22:55 The Royals (9:10)
23:40 The Late Late Show (177:208)
00:25 New Amsterdam (5:22)
02:00 Younger (11:12)
02:30 Bull (9:16)
03:50 Love Island (29:57)
04:35 Síminn + Spotify



08:35 Pepsi Max Stúkan - 8. ágúst
09:35 KR - Breiðablik
 (Dominos deild kvenna 2020/2021)
11:00 Haukar - ÍBV
 (Ólíf deild karla 2020/2021)
12:20 Stjarnan - Haukar
 (Ólíf deild karla 2020/2021)
13:40 Valur - ÍBV
 (Pepsi Max deild kvenna 2021)
15:20 Víkingur R. - KA
 (Pepsi Max deild karla 2021)
17:00 Keflavík - Fylkir
 (Pepsi Max deild kvenna 2021)
18:45 Pepsi Max Upphitun
 (Pepsi Max Upphitun 2021)
19:05 KR - FH
 (Pepsi Max deild karla 2021)
21:15 Pepsi Max Stúkan - 9. ágúst
21:45 Víkingur R. - KA
 (Pepsi Max deild karla 2021)



11:35 Woody Woodpecker
13:05 Batman vs. Teenage Mutant Ninja Turtles
14:30 How To Be Single
16:15 Woody Woodpecker
17:45 Batman vs. Teenage Mutant Ninja Turtles
19:10 How To Be Single
21:00 Bombshell
22:45 Cold Pursuit
00:40 Backdraft 2
02:20 Bombshell

Sjónvarpsdagskráin þriðjudaginn 10. ágúst 2021



11.00 Heimaleikfimi e.
11.10 Hraðfréttir e.
11.20 Pricebræður bjóða til veislu (3:4) (Spise með Price) e.
11.55 Fyrstu Svíarnir (1:2) e.
12.55 Í 50 ár (1:9) (Höfn í 50 ár) e.
13.35 Steinsteypuöldin (4:5) e.
14.05 Tobias og sætabrauðið (4:4) e.
14.35 Gleðin í garðinum (8:12) e.
15.05 Rick Stein og franska eldhúsið (5:6) (Rick Stein's Secret France) e.
16.05 Átta raddir (4:8) e.
16.45 Andri á flandri - Í Vesturheimi (4:6) (Winnipeg fyrsti hluti) e.
17.20 Á götumni (4:7) (Karl Johan) e.
17.50 Táknaáfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.50 Bækur og staðir (Reykjavík) e.
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Sumarlandabrot
19.45 Út í alheiminn með Stephen Hawking (1:3) (Into The Universe with Stephen Hawking)
20.30 Innlit til arkitekta (6:6)
21.05 Líffærbrask (Exposing the Illegal Organ Trade)
21.40 Hamingjuleit (1:5) (Hvor ligger Løkken?)
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Skylduverk (7:7) (Line of Duty)
23.20 Þýskaland '86 (10:10) e.
00.10 Dagskrárlok



08:00 Heimsókn (5:10)
08:15 The Mentalist (19:23)
09:05 Bold and the Beautiful
09:25 The Good Doctor (3:20)
10:05 Logi í beinni (13:14)
11:05 Út um víðan völl (4:6)
11:35 NCIS (20:20)
12:30 Nágrannar (8557:250)
12:50 Friends (21:24)
13:10 The Good Doctor (20:20)
13:55 Ísskápastríð (5:10)
14:30 Lögreglan (3:6)
14:50 Dagbók Urriða (4:6)
15:15 Feðgar á ferð (10:10)
15:40 The Masked Singer (7:8)
16:45 Veronica Mars (10:22)
17:35 Bold and the Beautiful
18:00 Nágrannar (8557:250)
18:26 Veður (219:365)
18:30 Fréttir Stöðvar 2 (219:365)
18:45 Sportpakkinn (216:365)
18:55 Ísland í dag (125:265)
19:10 Einkalíf (7:10)
19:50 Saved by the Bell (7:10)
20:20 The Goldbergs (3:22)
20:45 Next (3:10)
21:30 The Girlfriend Experience (10:10)
22:05 Last Week Tonight with John Oliver (20:30)
22:40 The Wire (5:12)
23:40 Pennyworth (3:10)
00:30 Blinded (5:8)
01:15 LA's Finest (10:13)
02:05 The Mentalist (20:23)
02:45 The Good Doctor (4:20)



06:00 Síminn + Spotify
12:30 Dr. Phil (116:170)
13:15 The Late Late Show (177:208)
14:00 The Block (16:46)
15:05 90210 (9:22)
15:50 American Housewife (18:23)
16:15 Young Rock (4:11)
16:50 The King of Queens (10:22)
17:10 Everybody Loves Raymond
17:35 Dr. Phil (117:170)
18:20 The Late Late Show (178:208)
19:05 The Block (17:46)
20:10 Vinátta (6:6)
20:40 The Moodys (8:8)
21:10 Younger (12:12)
21:40 Bull (10:16)
22:30 Love Island (30:57)
23:20 The Royals (10:10)
00:05 The Late Late Show (178:208)
00:50 New Amsterdam (6:22)
02:00 Normal People (11:12)
02:30 Nurses (2:10)
03:50 Love Island (30:57)
04:35 Síminn + Spotify



08:25 Pepsi Max Stúkan - 9. ágúst
08:50 Þór - Grindavík (Mjólkurbikar karla 2021)
10:30 Stjarnan - KA (Mjólkurbikar karla 2021)
12:10 Keflavík - Breiðablik (Mjólkurbikar karla 2021)
14:20 Valur - Leiknir R. (Mjólkurbikar karla 2021)
16:05 KR - FH (Pepsi Max deild karla 2021)
17:50 Fjölnir - ÍR (Mjólkurbikar karla 2021)
19:55 Breiðablik - Tindastöll (Lengjubikar kvenna 2021)
21:30 KR - FH (Pepsi Max deild karla 2021)
23:10 Pepsi Max Stúkan - 9. ágúst
23:40 Fjölnir - ÍR (Mjólkurbikar karla 2021)



11:05 Annie
13:00 So B. It
14:35 Love's Last Resort
16:00 Annie
17:55 So B. It
19:30 Love's Last Resort
21:00 Blinded by the Light
22:50 Elizabeth Harvest
00:40 Happytime Murders
02:05 Blinded by the Light

Sjónvarpsdagskráin miðvikudaginn 11. ágúst 2021



11.00 Heimaleikfimi e.
11.10 Manstu gamla daga? (4:16) (Trúbadúrar) e.
11.50 Flíkk flakk (4:4) (Höfn í Hornafirði - seinni hluti) e.
12.30 Inndjúpið (1:4) e.
13.10 Brautryðjendur (8:8) e.
13.35 Á meðan ég man (8:8) e.
14.05 Heilabrot (8:10) (Fuckr með dn hjme II) e.
14.35 Söngvaskáld (4:9) (Lay Low) e.
15.15 Veðikoffinn (2:6) (Háfurinn) e.
15.40 Á tali við Hemma Gunn (2:12) e.
16.25 Síting (2:6) e.
16.55 Maðurinn og umhverfið (2:5) e.
17.20 Örkin (6:6) e.
17.50 Táknaáfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.54 Vikinglöttó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Sumarlandabrot
19.45 Með okkar augum (1:6)
20.15 Leitinn að nýju nýra (2:2) (Jagten på en nyre)
21.15 Neyðarvaktin (11:21) (Chicago Fire VII)
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Vígamadur í felum (Lost Warrior)
23.20 Saman að eilífu (1:3) (Din for altd) e.
23.50 Dagskrárlok



08:00 Heimsókn (6:10)
08:15 The Mentalist (20:23)
09:05 Bold and the Beautiful
09:25 The Good Doctor (4:20)
10:05 Lífið utan leiksins (5:6)
10:40 All Rise (6:21)
11:20 MasterChef Junior (10:16)
12:00 Sporðaköst 6 (3:6)
12:35 Nágrannar (8558:250)
12:55 Hvar er best að búa? (3:3)
13:30 Bomban (2:9)
14:15 Gulli byggir (5:12)
14:40 Besti vinur mannsins (5:10)
15:05 The Goldbergs (19:23)
15:25 Á uppleið (6:6)
15:50 Who Do You Think You Are?
16:50 Last Week Tonight with John Oliver (20:30)
17:35 Bold and the Beautiful
18:00 Nágrannar (8558:250)
18:26 Veður (220:365)
18:30 Fréttir Stöðvar 2 (220:365)
18:45 Sportpakkinn (217:365)
18:55 Ísland í dag (126:265)
19:00 Víkingalöttó (28:50)
19:05 Skreyting húsi (5:6)
19:20 First Dates (21:27)
20:10 10 Years Younger in 10 Days
21:00 Family Law (1:10)
22:00 Pennyworth (4:10)
23:00 Sex and the City (7:8)
23:35 Hell's Kitchen (5:16)
00:20 NCIS: New Orleans (9:20)
01:00 Tin Star: Liverpool (6:6)
01:50 The Mentalist (21:23)



06:00 Síminn + Spotify
12:30 Dr. Phil (117:170)
13:15 The Late Late Show (178:208)
14:00 The Block (17:46)
15:05 90210 (10:22)
15:50 American Housewife (19:23)
16:15 Black-ish (15:24)
16:50 The King of Queens (11:22)
17:10 Everybody Loves Raymond
17:35 Dr. Phil (118:170)
18:20 The Late Late Show (179:208)
19:05 The Block (18:46)
20:10 Aldrei ein (4:4)
20:45 Young Rock (5:11)
21:10 Normal People (12:12)
21:40 Nurses (3:10)
22:30 Love Island (31:57)
23:20 The Royals (1:10)
00:05 The Late Late Show (179:208)
00:50 New Amsterdam (7:22)
02:00 Hver ertu? (5:6)
02:30 Venjulegt fólk (6:6)
03:00 Systrabönd (6:6)
03:45 Love Island (31:57)
04:35 Síminn + Spotify



09:00 Valur - KR (Lengjubikar karla 2021)
10:55 Þróttur R. - FH (Mjólkurbikar kvenna 2021)
12:35 Breiðablik - Valur (Mjólkurbikar kvenna 2021)
14:15 Valur - IBV (Pepsi Max deild kvenna 2021)
16:00 Keflavík - Fylkir (Pepsi Max deild kvenna 2021)
17:45 Keflavík - KA (Mjólkurbikar karla 2021)
19:50 Fjölnir - ÍR (Mjólkurbikar karla 2021)



12:00 Justice League vs. the Fatal Five
13:15 The Big Sick
15:10 Matters of the Heart
16:25 Justice League vs. the Fatal Five
17:45 The Big Sick
19:40 Matters of the Heart
21:00 Charlie's Angels
22:55 Bennett's War
00:25 Greta
02:00 Charlie's Angels



Við gerum **stimpla**



heildarlausnir í prentun
S: 5 600 600 • sala@prentmetoddi.is

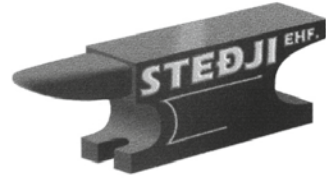
Getum
við
aðstoðað
þig?



Fjölritunar- og
útgáfubjónustan

Hönnun
Prentun
Ljósritun
Frágangur
Pappír

Kveldúlfsgötu 23 - 310 Borgarnes
Sími: 437 2360 Fax: 437 2361
EMAIL: olgeirhelgi@islandia.is



Vélsmiðjan Steðji ehf.

óskar eftir að ráða
vélvirkja til starfa.

Upplýsingar á
staðnum eða í síma
898 8423, Guðjón.

Steðji ehf.
Ægisbraut 17 - 300 Akranes

SOS Tölvuhjálp

Komum • Skoðum • Metum
Gerum tilboð í öll verkefni - stór sem smá

Sími 864 0931, 777 0003

sos@sostolvuhjalp.is • www.sostolvuhjalp.is



Við erum sérfræðingar í prentun
bóka, almennu prentverki
og framleiðslu umbúða.
Öll framleiðsla fer fram á Íslandi.

Leyfðu okkur að finna
bestu, hagkvæmstu og
umhverfisvænustu leiðina fyrir þig.



Umbúðir



Almenn
prentun



Bækur



Límmiðar

📍 Lyngháts 1, 110 Reykjavík 📞 5 600 600
Eyravegi 25, 800 Selfoss 📞 482 1944
Heiðargerði 22, 300 Akranes 📞 431 1127

📧 prentmetoddi.is



posturinn.prentmetoddi.is



Kristín Jónsdóttir



Hjalti Rósinkrans Benediktsson



Til staðar á Vesturlandi

Pú færð tryggingaráðgjöf og þjónustu
á persónulegum nótum í útibúum okkar.

Borgarnes | Borgarbraut 61 | 440 2390 | borgarnes@sjova.is

Akranes | Þjóðbraut 1 | 440 2360 | akranes@sjova.is

Ólafsvík | Sandholt 22 | 436 1617 | kristjana.hermannsdottir@sjova.is



Haraldur Ingólfsson



Harpa Hrönn Finnbogadóttir

SJÓVÁ