

pósturinn

Vikulegt auglýsingablað

Fimmtudagur 30. júní 2022 • 26. tbl. 25. árg. • Auglýsingasími: 5 600 633 • Netfang: posturinn@prentmetoddi.is



Dagskráin í heild sinni er inná skagalif.is

Viðburðir geta tekið breytingum.



Best skreytta

gatan

Viltu taka þátt í keppninni Raudhærdasti Íslendingurinn?

Er metnaður í skreytingum í þinni götu?

Láttu okkur vita irskirdagar@akranes.is



Raudhærdasti

Íslendingurinn?



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 eina blaðið með fría dreifingu á Vesturlandi. Dreifingarsvæði Póstsins er Akranes og Borganes.

Upplag: 3.900 eintök

Prentun: Prentmet Oddi

Vísnaðgur - höf. Páll Jónasson - Útg. Bókauktgáfan HÓLAR

Gáta vikunnar

*Orðið haft um montinn mann,
að morgni snemma vaknar hann.*

*Í götu vatnið geymir sá,
hann galar sínum kellum hjá*

Svar við gátu í 25. tbl. Póstsins 2022: BER

Sjónvarpsdagskráin fimmtudaginn 30. júní 2022



13.00 Heimaleikfimi e.
13.10 Sumarlandabrot e.
13.15 Útsvar 2012-2013 (3:27) e.
14.10 Árni Magnússon og handritin e.
14.50 Sumarævintýri Húna (4:4) e.
15.15 Á tali hjá Hemma Gunn e.
16.30 Framapöt (3:6) e.
16.55 Bækur og staðir e.
17.00 Opnun (4:6) e.
17.35 Veidikofinn (5:6) e.
18.00 KrakkaRÚV
18.50 Lag dagsins
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Sumarlandabrot
19.45 Ómurleg mamma (2:4)
(Lortemor)
20.15 Sætt og gott
(Det søde liv)
20.35 Haltu mér, slepptu mér (5:6)
(Cold Feet VIII)
21.25 Aldur og yndisþekki (8:8)
(Stolthet og forfall)
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Förm á EM (3:4) e.
22.50 Neyðarvaktin (2:19)
(Chicago Fire VIII)
23.30 Flateyjargátan (1:4)
Leikin íslensk þáttaröð í fjórum hlutum. Arið 1971 ferðast Jóhanna á æskuslóðir sínar í Flatey til þess að ganga frá málum eftir andlát föður síns. e.
00.25 Dagskrárlok



07:55 Heimsókn (34:40)
08:20 The Mentalist (2:23)
09:05 Bold and the Beautiful
09:25 The Great British Bake Off
10:20 Einfalt með Evu (6:8)
10:45 Besti vinur mannsins (3:10)
11:10 X-Factor Celebrity (5:8)
12:35 Nágrannar (8780:70)
12:55 30 Rock (4:21)
13:15 Cyrus vs. Cyrus (4:6)
13:35 Grand Designs: Sweden (2:6)
14:25 The Heart Guy (2:10)
15:10 Wipeout (12:20)
15:50 Matarbill Evu (2:4)
16:10 Making It (7-8:8)
16:50 Making It (8:8)
17:40 Bold and the Beautiful
18:00 Nágrannar (8780:70)
18:26 Veður
18:30 Fréttir Stöðvar 2
18:45 Sportpakkinn
18:50 Sex í forgjöf (3:6)
19:05 Listing Impossible (1:8)
19:50 The Titan Games (5:12)
20:35 Girls5eva (5:8)
21:05 NCIS: New Orleans (14:16)
21:45 Real Time With Bill Maher
22:40 Conversations with Friends
23:15 Grantchester (2:6)
00:00 Pandore (3:10)
00:45 The Mentalist (2:23)
01:30 The Great British Bake Off
02:25 30 Rock (4:21)
02:45 Cyrus vs. Cyrus (4:6)
03:10 Making It (7-8:8)



06:00 Tónlist
12:30 Dr. Phil (33:170)
13:15 The Late Late Show (156:208)
14:00 The Block (31:47)
15:00 Black-ish (3:15)
16:30 Spin City (3:23)
16:55 The King of Queens (1:25)
17:15 Everybody Loves Raymond
17:40 Dr. Phil (34:170)
18:25 The Late Late Show (157:208)
19:10 Family Guy (10:20)
19:40 MakeUp (1:6)
Glæný íslensk þáttaröð í umsjón Kristínar Péturs þar sem sex efnilínur förðunarfræðingar taka frumlegum áskorunum og leysa fjölbreytt verkefni úr heimi förðunar. Keppendur leggja allt í sölnurnar til að ganga í augun á álitsgjöfum og sérfræðingum sem fylgjast grannt með öllu sem gerist.
20:15 Ræktum garðinn (10:13)
20:30 How We Roll (5:11)
21:00 Impeachment (4:10)
21:50 The L. Word: Generation Q (3:10)
22:45 Love Island (18:58)
23:30 The Late Late Show (157:208)
00:15 Tell Me a Story (10:10)
01:00 Law and Order:
Special Victims Unit (16:22)
01:45 Dexter: New Blood (10:10)
02:40 Pose (4:7)
03:30 Love Island (18:58)
04:15 Tónlist



07:15 FH - Valur
(Besta deild karla)
08:55 KR - KA
(Besta deild karla)
10:45 Leiknir R. - Víkingur R.
(Besta deild karla)
12:35 Breiðablik - KA
(Besta deild karla)
14:15 Stúkan karla
15:00 ÍA - FH
(Besta deild karla)
16:40 Stúkan karla
17:55 TM mótió Sumarmótin 2022
18:25 Lindex mótió Sumarmótin 2022
19:10 Norðurálmótió Sumarmótin 2022
20:00 Orkumótió Sumarmótin 2022
20:45 Kóngur um stund (7:16)
21:05 Kóngur um stund (8:16)
21:35 Haukar Liðið mitt (8:15)
22:00 Njarðvík Liðið mitt (9:15)
22:35 Stjarnan - ÍBV



18:30 Fréttavaktin
19:00 Mannamál (e)
Sigmundur Ernir ræðir við þjóðþekktu einstaklinga um líf þeirra og störf.
19:30 Suðurnesja-magasín Víkurfréttar
20:00 Vísindin og við (e)
Vísindin og við er þáttaröð um fjölbætt fræða- og rannsóknarstarf innan Háskóla Íslands.
20:30 Fréttavaktin (e)
21:00 Mannamál (e)

Írskir Dagar

15% afsláttur

af ÖLLUM fatnaði og snyrtivörum.

Taska fylgir Ralph Lauren og
handklæði fylgir Giorgio Armani
ef keypt er fyrir 9.500,-

Sértilboð:

40% afsláttur BIOTHERM AQUASOURCE LÉTT RAKAKREM:

- CONCOON fyrir normal/þurra húð
 - Gel SPF15 fyrir normal/blandaða húð
- TAKMARKAÐ MAGN

30% afsláttur LASH IDOLE maskarinn frá Lancome.

Auk fleiri sértilboða

VERZLUNIN
Bjarg
SÍMI 431 2007
STILLHOLT
AKRANESI 14

Nýtt húsnæði er tilbúið!

Kæru Akurnesingar og nærsveitingar.

Undanfarna mánuði hefur Rauðakrossdeildin á Akranesi staðið í stórræðum við að endurbæta nýtt húsnæði deildarinnar. Nú er endurbótum lokið og við bjóðum sjálfboðaliða, mannvini og aðra velunnara velkomna að líta við á Kirkjubraut 12.

Rauðakrossbúðin verður opin á írskum dögum á **fimmtudag kl. 13-16, föstudag kl. 13-18 og laugardag kl. 13-18** Eins og áður seljum við notaðar lopapeysur, nýja þrjónasokka, vettlinga, húfur og ýmislegt fleira. Einnig seljum við fatnað frá Fataflokkun Rauðakrossins. Allur ágóði rennur til hjálparstarfs Rauðakrossins.

Hlökkum til að sjá ykkur.
Stjórnin



HAFÐU pósturinn VIÐ HÖNDINA

Vikulegt auglýsingaálag á Væturlanáti

Sjónvarpsdagskráin föstudaginn 1. júlí 2022



13.00 Heimaleikfimi e.
13.10 Sumarlandabrot e.
13.15 Útsvar 2012-2013 (4:27) e.
14.10 Hrefna Sætran grillar (2:6) e.
14.35 Út og suður e.
15.00 90 á stöðinni (11:14) e.
15.20 Hið sæta sumarlíf (5:6)
(Det søde sommerliv) e.
15.50 Með okkar augum (5:6) e.
16.25 Úti (5:6) e.
16.55 Stíklur e.
17.30 Tónstofan (11:23) e.
18.00 KrakkaRÚV
18.50 Lag dagsins
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Sumarlandabrot
19.50 Förum á EM (4:4)
20.20 Dýrin mín stór og smá (6:7)
(All Creatures Great And Small II)
21.10 Stöðuuppfersla
(Status Update)
Rómantísk gamanmynd frá 2018 um unglingsdreg sem á erfit með að aðlagast lífinu í nýjum bæ og nýjum skóla eftir skilnað foreldra sinna. Dag einn uppötvar hann töfrasmáforrit sem lætur allar stöðuuppfærslur sem hann deilir á samfélagsmiðlum rætast og líf hans breytist á svipstund. e.
22.55 Barnabyrðaræður gátuna
(Midsomer Murders)
00.25 Flateyjargátan (2:4) e.
01.20 Dagskrárlok

07:55 Heimsókn (35:40)
08:15 The Mentalist (3:23)
09:00 Bold and the Beautiful
09:20 Supernanny (10:11)
10:00 Shipwrecked (12:15)
10:50 Hvar er best að búa? (3:3)
11:25 10 Years Younger in 10 Days
12:10 It's Always Sunny in
Philadelpha (8:8)
12:35 Nágrannar (8781:70)
12:55 The Great British Bake Off
13:50 Bump (7:10)
14:20 First Dates Hotel (7:12)
15:10 The Dog House (6:9)
15:55 Making It (1:8)
16:40 Real Time With Bill Maher
17:40 Bold and the Beautiful
18:00 Nágrannar (8781:70)
18:26 Veður
18:30 Fréttir Stöðvar 2
18:45 Sportpakkinn
18:50 Britain's Got Talent (11:14)
20:20 Sand Collar Cove
Fyrirtækið sem Elli vinnur hjá sendir hana til að athuga eignauna sem þau hafa valið sem nýjan dvalarstað þeirra við ströndina. Brody, aðlaðandi heimamaður, vill hins vegar koma í vega fyrir að hin ástsæla bryggja þegarins verði fyrir skaða.
21:40 The Nest
23:25 Sorry for Your Loss (2:10)
23:55 The Jesus Rolls
01:15 Line of Duty
02:55 The Mentalist (3:23)

06:00 Tónlist
12:30 Dr. Phil (34:170)
13:15 The Late Late Show (157:208)
14:00 The Block (32:47)
15:00 Bachelor in Paradise (6:11)
16:30 Spin City (4:23)
16:55 The King of Queens (2:25)
17:15 Everybody Loves Raymond
17:40 Dr. Phil (35:170)
18:25 The Late Late Show (47:208)
19:10 The Unicorn (9:13)
19:40 Black-ish (4:15)
20:10 The Truman Show
21:50 Airplane!
Ted Striker er fyrrum herflugmaður, en hefur verið flughræddur alveg síðan ÞETTA slys varð í stríðinu. Hann er samt staðráðinn í að ná í stúlku sinna drauma, Elaine, og eltir hana um borð í flugvél þar sem hún er að vinna sem flugfreyja. Elaine hefur hins vegar engan áhuga á Ted lengur, en þegar áhöfn vélarinnar og farþegar veikjast vegna matareitrunar, þá treysta allir á Ted. Myndin er skopstæling á flugslysamyndum.
23:20 Love Island (19:58)
00:05 Love Island (20:58)
00:50 The Gift
The Gift er spennutryllir um hjónin Simon og Robyn sem flytja inn í nýtt hús í nýju hverfi.
02:30 The Fifth Estate
04:35 Tónlist

08:00 Orkumótið Sumarmótin 2022
08:45 Valur - ÍA
(Besta deild karla)
10:20 Breiðablik - Stjarnan
(Besta deild karla)
12:10 Keflavík - Leiknir R.
(Besta deild karla)
14:00 Stúkan karla
15:05 Orkumótið Sumarmótin 2022
15:50 Valur - Þróttur R.
(Besta deild kvenna)
17:30 Breiðablik - Þór/KA
(Besta deild kvenna)
19:10 Bestu mörkin kvenna
20:10 Breiðablik - KR
(Besta deild karla)
21:50 1 á 1
22:15 1 á 1: Rúnar Kristinsson
22:50 Skallagrímur Liðö mitt (10:15)
23:15 ÍR Liðö mitt (11:15)
23:40 Grindavík Liðö mitt (12:15)
00:10 Dagskrárlok
 HRINGBRAUT
18:30 Fréttavaktin
19:00 Lengjudeildin í beinni
Bein útsending frá leik í Lengjudeildinni
19:30 Lengjudeildin í beinni
20:00 Lengjudeildin í beinni
20:30 Lengjudeildin í beinni
21:00 Bærinn minn (e)
Bærinn minn segir frá sjarma og sérstöðu þjarfálaganna hringinn í kringum Ísland.

Sjónvarpsdagskráin laugardaginn 2. júlí 2022



07.05 Smástund
07.10 Tikk Takk (13:52)
07.15 KrakkaRÚV
10.00 Hvað getum við gert? e.
10.15 Sumarlandabrot e.
10.20 Fiskur á disk - Lax (2:3)
(Fisk & Skips)
11.05 Börn hafsins e.
11.55 Harpa - Úr draumi í veruleika e.
13.10 Taka tvö II (7:10) e.
13.55 Hvað er svona merkilegt við það?
15.10 Ella kannar Suður-Ítalíu - Basilikata (3:4)
(Resa með Ella: Syditalien) e.
15.40 Sumarlandinn (2:9) e.
16.10 Bækur og staðir e.
16.15 Íslendingar e.
17.00 Ómurleg mamma (2:4)
(Lortemor) e.
17.30 Förum á EM (4:4) e.
18.00 KrakkaRÚV
18.52 Lottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.35 Veður
19.45 Horfna rafterbergið (6:8)
(Det forsvudne ravkammer)
20.15 Goðsögnin Pelé
22.00 Brúkaupsgesturinn
(The Wedding Guest)
23.45 Nöldurseggurinn
(The Grump)
01.25 Dagskrárlok

08:00 Morgunsjónvarp barnanna
12:10 Impractical Jokers (21:26)
12:30 Bold and the Beautiful
(8376-8380:749)
14:15 30 Rock (1:21)
14:40 Jamie & Jimmy's Food
Fight Club (9:10)
15:25 Backyard Envy (8:8)
16:10 Ísskápastríð (3:8)
16:50 Kviss (13:15)
17:40 Franklin & Bash (1:10)
18:26 Veður
18:30 Fréttir Stöðvar 2
18:45 Sportpakkinn
19:00 Top 20 Funnist (17:18)
19:40 Finding You
21:40 The Secrets We Keep
Noomi Rapace fer með aðalhlutverk í þessum höskuspennandi trylli frá 2020. Í Bandaríkjunum á árunum eftir seinni heimstyrjöldina er kona að byggja upp líf sitt að nýju ásamt eiginmanni sínum. Hún rætur nágranna sínum til að hefna sín fyrir víðurstyggilega ströfslæpi sem hún telur hann hafa framið gegn sér.
23:15 Three Billboards Outside
Ebbing, Missouri
Verðlaunúð dramatísk mynd frá 2017 með stórgóðum leikurum í fararbroddi.
01:05 Queen & Slim
03:15 Bob's Burgers (18:22)
03:40 Impractical Jokers (21:26)
04:00 30 Rock (1:21)

06:00 Tónlist
12:30 The Bachelor (9:12)
14:00 The Block (33:47)
15:00 Young Rock (1:12)
15:25 This Is Us (12:18)
16:30 Spin City (5:23)
16:55 The King of Queens (3:25)
17:15 Everybody Loves Raymond
17:40 Extreme Makeover:
Home Edition (5:10)
18:25 One Chance
20:05 Flashdance
Alex Owens er algjör orkubolti. Hún vinnur í stálverksmiðju á daginn. Draumur hennar er að komast í alvöru dansskóla, og með stuðningi yfirmanns hennar og kærasta, þá gæti það tekist.
21:40 The Sweet Life
Ástarsaga um Kenny Parker og Lolita Nowicki, en bæði gíma þau við erfiðleika í sínu lífi. Þau hittast fyrst af tilviljun í Chicago og gera með sér samning um að ferðast þvert yfir Bandaríkinn, að Golden Gate brúnni í San Francisco, til að fremja þar sjálfsmorð ... saman.
23:10 Footloose
00:55 Miss Julie
03:00 Love Island (19:58)
03:45 Love Island (20:58)
04:30 Tónlist

06:45 Stjarnan - Valur
(Besta deild karla)
08:25 Víkingur R. - Breiðablik
(Besta deild karla)
10:15 Breiðablik - KA
(Besta deild karla)
11:55 Stúkan karla
12:40 ÍA - FH
(Besta deild karla)
14:25 Stúkan karla
15:45 KR - Víkingur R.
(Besta deild karla)
18:00 Stúkan karla
18:45 Orkumótið Sumarmótin 2022
19:30 1 á 1 með Tómasi Þór:
Glódis Perla Viggðóttir (2:6)
19:55 Sara Björk Gunnarsdóttir (2:6)
20:20 Eiður Smári Guðjónsson (6:7)
20:55 Bestu mörkin - EM upphitun
(Besta deild kvenna)
21:35 KR - Víkingur R.
 HRINGBRAUT
18:30 Leikskólar (e)
Þátaröð í umsjón Helga Jónssonar.
19:00 Undir yfirborðið (e)
19:30 Saga og samfélag (e)
Málefni líðandi stundar rædd í sögulegu samhengi og vikið á nýjustu rannsóknum fræðimanna á margvíslegum sviðum.
20:00 Sir Arnar Gauti (e)
20:30 Leikskólar (e)
21:00 Undir yfirborðið (e)

Sjónvarpsdagskráin sunnudaginn 3. júlí 2022



07.15 KrakkaRÚV
 10.00 Uppreisnarseggir í náttúrunni (Natural Born Rebels)
 10.55 Kaupmannahöfn - höfuðborg Íslands (4:6) e.
 11.20 Mann dómsár Mikkos (5:6) (Peltsis tuffa ár) e.
 11.50 Keramik af kærleika (1:6) e.
 12.20 Biðin e.
 13.15 Barnið mitt er með downs heilkenni (Akuten - Mitt barn har Downs) e.
 13.45 Til Búrma með Simon Reeve (Burma With Simon Reeve) e.
 14.45 Fjárskjöldur framfíðar (1:5) e.
 15.15 Popp- og roksaga Íslands e.
 16.15 Sjóndeildarhringur e.
 17.40 Sætt og gott
 18.00 KrakkaRÚV
 18.25 Innlit til arkitekta e.
 19.00 Fréttir
 19.25 Íþróttir
 19.35 Væður
 19.45 Sumarlandinn (3:9)
 20.20 Íslendingar
 21.25 Sæluríki (6:8) (Lykkeland II)
 22.15 Hjartasteinn
 Saga um vinátta tveggja drengja sem alast upp í litlu sjávarþorpi á Íslandi. Þegar annar þeirra verður hrifinn af stúlku uppgötvur hinn að hann ber ástarhug til vinar síns. e.
 00.20 Ísland: biólönd (2:10) e.
 01.30 Dagskrárlok



08:00 Morgunsjónvarp barnanna
 11:00 Alex from Iceland (5:6)
 11:15 Nágrannar (8777-8781:70)
 13:05 Sex í forgjöf (3:6)
 13:25 Top 20 Funniest (17:18)
 14:05 Britain's Got Talent (11:14)
 17:40 60 Minutes (43:52)
 18:26 Væður
 18:30 Fréttir Stöðvar 2
 18:45 Sportpakkinn
 18:55 Ísskápastríð (4:8)
 19:35 Grand Designs: Sweden (3:6)
 Sænsk útgáfa af þessum glæsilegu þáttum þar sem fylgst er með stórkostlegum endurbótum á heimilum.
 20:20 The Heart Guy (3:10)
 21:10 Grantcheur (3:6)
 22:00 Pandore (4:10)
 22:55 Shameless (1:12)
 Ellefta og jafnframt síðasta þáttaröðin um snarugluðu og bráðfyndu Gallagher fjölskylduna. Núna er allt í gangi og það kemur ekkert annað til mála en að berjast allt til endaloka. Með aðalhlutverk fara William H. Macy og Emmy Rossum.
 23:50 Brave New World (7:9)
 00:30 Hunter Street (5:20)
 00:50 Hunter Street (6:20)
 01:15 Simpson-fjölskyldan (20:22)
 01:35 30 Rock (2:21)
 02:00 Family Law (10:10)
 02:45 Britain's Got Talent (11:14)



06:00 Tónlist
 12:30 The Bachelor (10:12)
 14:00 The Block (34:47)
 15:00 PEN15 (2:7)
 15:25 Top Chef (12:15)
 16:30 Spin City (6:23)
 16:55 The King of Queens (4:25)
 17:15 Everybody Loves Raymond
 17:40 A Million Little Things (11:17)
 18:25 Ordinary Joe (6:13)
 19:10 State of the Union (5:10)
 19:25 Ræktum garðinn (10:13)
 19:40 Young Rock (2:12)
 20:10 This Is Us (13:18)
 21:00 Law and Order: Special Victims Unit (17:22)
 21:50 Station Eleven (1:10)
 Dulmögnuð þáttaröð um banvæna influensu sem herjar á heiminn og þeir sem lifa af þurfa að byggja upp betri veröld.
 22:50 Love Island (21:58)
 23:35 Pose (5:7)
 Skemmtileg þáttaröð þar sem söngur og dans spilar stórt hlutverk. Sögusviðið er New York árið 1987 þar sem skrautlegur klæðnaður og dans spilaði stórt hlutverk í menningunni.
 00:35 FBI (1:15)
 01:20 The Rookie (12:20)
 02:05 FBI: International (20:22)
 02:50 Blue Bloods (17:20)
 03:35 Love Island (21:58)
 04:20 Tónlist



07:25 KR - Víkingur R (Besta deild karla)
 09:05 Stúkan karla (Besta deild kvenna)
 09:50 Þór/KA - Breiðablik (Besta deild kvenna)
 11:25 Keflavík - KR (Besta deild kvenna)
 13:05 Stjarnan - ÍBV (Besta deild kvenna)
 14:45 Bestu mörkin kvenna
 15:40 Bestu mörkin - EM upphitun (Besta deild kvenna)
 16:25 KR - Víkingur R (Besta deild karla)
 18:10 Stúkan karla
 19:00 Keflavík - Fram (Besta deild karla)
 21:05 Kóngur um stund (9:16)
 21:25 Kóngur um stund (10:16)
 21:50 KR - Víkingur R (Besta deild karla)



18:30 Mannamál (e)
 19:00 Suðurnesja-magasín Vikurfréttar (e)
 19:30 Útkall (e)
 Útkall er sjónvarpsútgáfan af sviðsáætlun og samnefndum bókaflökki Ottars Sveinssonar.
 20:00 Matur og heimili (e)
 20:30 Vöggustofumálið - fyrri hluti (e)
 Samantekt á Vöggustofumálinu í umsjón Elinar Hirst og Péturs Fjeldsted.
 21:00 Vöggustofumálið - seinni hluti (e)

Sjónvarpsdagskráin mánudaginn 4. júlí 2022



13.00 Heimaleikfimi e.
 13.10 Fólkið í landinu e.
 13.35 Útsvar 2012-2013 (5:27) e.
 14.35 Persónur og leikundur (6:6) e.
 15.15 Hvað er svona merkilegt við það? e.
 16.30 Út og suður (9:12) e.
 16.55 Paradísarheimt (1:6) e.
 17.25 Steinsteypuöldin (3:5) e.
 18.00 KrakkaRÚV
 19.00 Fréttir
 19.25 Íþróttir
 19.30 Væður
 19.40 Sumarlandabrot
 19.45 Attenborough: Furðudýr í náttúrunni (1:2) (David Attenborough's Natural Curiosities)
 20.10 Steve Backshall ræðst á brattann - Fyrri hluti (1:2) (Steve Backshall)
 Heimildarmynd í tveimur hlutum frá BBC þar sem við fylgjum ævintýramanninum Steve Backshall eftir er hann reynir að klífa hinn alræmda norðurvegg Eiger-fjalls í Sviss.
 21.00 Ridley Road (3:4) (Ridley Road)
 22.00 Tíufréttir
 22.15 Væður
 22.20 Lífshlaup í tíu myndum - Amy Winehouse (6:6) (A Life in Ten Pictures)
 23.15 Flateyjargátan (3:4) e.
 00.10 Dagskrárlok



07:55 Heimsókn (36:40)
 08:20 The Mentalist (4:23)
 09:05 Bold and the Beautiful
 09:25 NCIS (24:24)
 10:05 The Great British Bake Off
 11:00 Last Man Standing (7:21)
 11:20 Netfír kettir (4:10)
 12:05 The Goldbergs (5:22)
 12:35 Nágrannar (8782:70)
 12:50 30 Rock (12:21)
 13:10 30 Rock (6:15)
 13:30 The Greatest Dancer
 14:40 Um land allt (1:6)
 15:15 Robson & Jim's Icelandic Fly Fishing Adventure (3:3)
 16:00 Finding Alice (4:6)
 16:50 Hell's Kitchen (2:16)
 17:25 Bold and the Beautiful
 18:00 Nágrannar (8782:70)
 18:26 Væður
 18:30 Fréttir Stöðvar 2
 18:45 Sportpakkinn
 18:50 Helvíttis kokkurinn (4:8)
 19:00 Alex from Iceland (6:6)
 19:20 Making It (2:8)
 20:05 Best Room Wins (2:10)
 20:50 Conversations with Friends
 21:15 Sorry for Your Loss (3:10)
 21:50 The Cleaner (1:6)
 22:20 60 Minutes (43:52)
 23:05 Magnus P.I. (19:22)
 23:50 La Brea (1:10)
 00:30 The Mentalist (4:23)
 01:10 NCIS (24:24)
 01:55 Last Man Standing (7:21)



06:00 Tónlist
 12:30 Dr. Phil (35:170)
 13:15 The Late Late Show (47:208)
 14:00 The Block (35:47)
 15:00 Ghosts (4:18)
 15:25 Good Sam (13:13)
 16:30 Spin City (7:23)
 16:55 The King of Queens (5:25)
 17:15 Everybody Loves Raymond
 17:40 Dr. Phil (36:170)
 18:25 The Late Late Show (158:208)
 19:10 Broke (13:7)
 19:40 PEN15 (3:7)
 Bandarískir gamanþættir með Maya Erskine og Anna Konkle sem leika sjálfa sig árið 2000 þegar þær eru þrettán ára. Lífið getur verið flókið þegar þú táníngur og getur besti dagur lífs þíns orðið þinn allra verst á einu augabragði.
 20:10 Top Chef (13:15)
 Stórskemmtilegir bandarískir raunveruleikþættir þar sem leitað er að næsta meistarakokki.
 21:00 FBI: International (21:22)
 21:50 Blue Bloods (18:20)
 22:40 Love Island (22:58)
 23:25 The Late Late Show (158:208)
 00:10 FBI (2:15)
 00:55 The Rookie (13:20)
 01:40 FBI (22:21)
 02:25 FBI: Most Wanted (22:22)
 03:15 Love Island (22:58)
 04:00 Tónlist



07:30 Stúkan karla
 08:15 Keflavík - Fram (Besta deild karla)
 09:55 KR - Víkingur R (Besta deild karla)
 11:35 Stúkan karla
 12:20 Keflavík - Fram (Besta deild karla)
 14:40 Evrópuleikar íslenskra félagsliða
 15:40 Bestu mörkin - EM upphitun (Besta deild kvenna)
 16:25 Stúkan karla
 17:15 Keflavík - Fram (Besta deild karla)
 19:00 FH - Stjarnan (Besta deild karla)
 21:15 Stúkan karla
 22:30 KR - Víkingur R (Besta deild karla)
 00:10 FH - Stjarnan (Besta deild karla)



18:30 Fréttavaktin
 19:00 Lengjudeildamörkin
 Úrslit og mörk í Lengjudeildinni.
 19:30 Undir Yfirborðið
 Ásdís Olsen fjallar hispurslaus um mennskuna, tilgang lífins og leitina að hamingjuinni og varpar ljósi á allt sem er falið og fordæmt. (e)
 20:00 Fjallaskálar Íslands (e)
 20:30 Fréttavaktin
 21:00 Lengjudeildamörkin (e)
 Úrslit og mörk í Lengjudeildinni.

Sjónvarpsdagskráin þriðjudaginn 5. júlí 2022



13.00 Heimaleikfimi e.
13.10 Sumarlandabrot e.
13.15 Útsvar 2012-2013 (6:27) e.
14.10 Sænskar krásir
(Bepes smakresa) e.
14.20 Ísbjöldin með Ragnhildi (2:8) e.
14.45 Matarmenning – Ofuræði (2:8)
(Madmagasinet) e.
15.15 90 á stöðinni (12:14) e.
15.35 Í garðinum með Gurrý III e.
16.05 Lífsins lystisemdir (4:9)
16.35 Rætur (1:5) e.
17.05 Íslendingar e.
18.00 KrakkaRÚV
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Sumarlandabrot
19.45 Lausafé (1:4)
(Cash)
Dönsk heimildarþáttaröð um áhrif
heimsfaraldurs af völdum COVID-19
á lífsviðurveru fólks víða um heim.
20.30 Fiskilíf (1:8)
(Fiskeliv)
21.05 Leigjendur óskast (2:6)
(Stath Lets Flats II)
21.30 Lífið heldur áfram (1:6)
(Mum II)
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Njósmin í Berlín (10:10)
(Berlin Station III)
23.15 Flateyjargátan (4:4) e.
00.05 Dagskrárlok

07:55 Heimsókn (37:40)
08:20 The Mentalist (5:23)
09:00 Bold and the Beautiful
09:20 Claws (1:10)
10:05 Call Me Kat (11:18)
10:25 Shark Tank (17:25)
11:10 Home Economics (2:22)
11:30 Sporðakást 7 (1:6)
12:10 30 Rock (2:22)
12:35 Nágrannar (8783:70)
12:55 The Great British Bake Off
13:50 The Masked Singer (4:8)
14:55 The Greatest Dancer (3:10)
16:10 Grey's Anatomy (3:20)
16:50 The Good Doctor (13:18)
17:25 Bold and the Beautiful
18:00 Nágrannar (8783:70)
18:26 Veður
18:30 Fréttir Stöðvar 2
18:45 Sportpakkinn
18:50 Hell's Kitchen (3:16)
19:30 Jamie's Easy Meals (16:24)
20:00 Saved by the Bell (2:10)
20:30 Last Man Standing (8:21)
20:50 The Goldbergs (6:22)
21:15 Magnum P.I. (20:22)
22:00 Æði (4:8)
22:20 Unforgettable (2:22)
23:00 Coroner
23:40 The Pact (4:6)
00:35 Supernatural (21:21)
01:20 The Mentalist (5:23)
02:00 Claws (1:10)
02:45 Shark Tank (17:25)
03:30 Home Economics (2:22)

06:00 Tónlist
12:30 Dr. Phil (36:170)
13:15 The Late Late Show (158:208)
14:00 The Block (36:47)
15:00 The Neighborhood (15:18)
15:25 George Clarke's Old House,
New Home (4:5)
16:30 Spin City (8:23)
16:55 The King of Queens (6:25)
17:15 Everybody Loves Raymond
17:40 Dr. Phil (37:170)
18:25 The Late Late Show (159:208)
19:10 mixed-ish (3:13)
19:40 Ghosts (5:18)
20:10 Amazing Hotels (1:6)
21:05 Bull (1:22)
Dr. Jason Bull rekur ráðgjafafyrir-
tæki sem sérhæfir sig í að ráða til sín
sérfræðinga í hinum ýmsu málaflökk-
um til að hjálpa skjólstæðingum sín-
um sem verid er að sækja til saka.
21:55 Evil (1:13)
Spennandi þáttaröð um sálfræðing
og prest sem taka höndum saman og
ramsaka óleyt mál sem Kirkjan hefur
talið tengjast kraftaverkum, illum önd-
um eða öðrum óútskýrðum atvikum.
22:40 Love Island (23:58)
23:25 The Late Late Show (159:208)
00:10 FBI (3:15)
00:55 The Rookie (14:20)
01:40 Chicago Med (22:122)
02:25 Rules of the Game (3:4)
03:25 Love Island (23:58)
04:10 Tónlist

08:00 FH - Stjarnan
(Besta deild karla)
09:40 Stúkan karla
10:55 KR - Víkingur R
(Besta deild karla)
12:35 Keflavík - Fram
(Besta deild karla)
14:15 FH - Stjarnan
(Besta deild karla)
15:55 Stúkan karla
17:10 Bestu mörkin - EM upphitun
(Besta deild kvenna)
17:55 KR - Víkingur R
(Besta deild karla)
19:35 Keflavík - Fram
(Besta deild karla)
21:15 FH - Stjarnan
(Besta deild karla)
22:55 Stúkan karla
00:10 Dagskrárlok



18:30 Fréttavaktin
19:00 Lengjudeildin í beinni
Bein útsending frá leik í
Lengjudeildinni
19:30 Lengjudeildin í beinni
20:00 Lengjudeildin í beinni
20:30 Lengjudeildin í beinni
21:00 Matur og heimili (e)
Sjónfróðar fjallar um matargerð
í bland við íslenska hönnun og
fjölbreyttan lífsstíl.

Sjónvarpsdagskráin miðvikudaginn 6. júlí 2022



13.00 Heimaleikfimi e.
13.10 Sumarlandabrot e.
13.15 Útsvar 2012-2013 (7:27) e.
14.20 Söngvaskáld (1:9) e.
15.00 Lamandi ótti – Caroline
(Fanget af angst) e.
15.15 Sumarlandinn (3:9) e.
15.50 Í garðinum með Gurrý II e.
16.20 Augnablík – úr 50 ára sögu e.
16.35 Nýjasta tækni og vísindi (5:8) e.
17.00 Orlofshús arkitekta (6:6)
(Arkitektens hytte) e.
17.30 Orðbragð (6:6) e.
18.00 KrakkaRÚV
18.52 Víkinglottó
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.40 Sumarlandabrot
19.45 Keramik af kærleika (2:6)
(Dreja - en kärlekshistoria)
20.15 Fiskur á disk – Makrill (3:3)
(Fisk & Skips)
21.00 Versalir (4:10)
(Versailles III)
Þriðja þáttaröð þessara frönsku þáta
um hirð Loðvíks konungs fjórtánda.
Loðvík varð einráður 28 ára gamall
og fyrirskipaði byggingu Versala.
22.00 Tíufréttir
22.15 Veður
22.20 Lífið í Írak (4:5)
(Once Upon a Time in Iraq)
23.20 Ráðherrann (1:8) e.
00.10 Dagskrárlok

07:55 Heimsókn (38:40)
08:15 The Mentalist (6:23)
09:00 Bold and the Beautiful
09:20 The Great British Bake Off
10:20 Manifest (3:13)
11:00 Shipwrecked (14:15)
11:50 Um land allt (9:9)
12:35 Nágrannar (8784:70)
12:55 30 Rock (15:21)
13:15 Ísskápastríð (1:8)
13:45 Gulli byggir (1:4)
14:20 Matargleði Evu (9:10)
14:50 Flúr & fólk (5:6)
15:10 Á pleiðó (1:5)
15:45 Fósturbörn (1:7)
16:05 Lóa Pind: Örur íslendingar
16:50 Flirty Dancing (1:6)
17:25 Bold and the Beautiful
18:00 Nágrannar (8784:70)
18:26 Veður
18:30 Fréttir Stöðvar 2
18:45 Sportpakkinn
18:50 Æði (5:8)
19:05 Backyard Envy (1:8)
19:50 The Good Doctor (14:18)
20:30 Coroner
21:15 Unforgettable (3:22)
21:55 The Sinner (6:8)
22:40 Girls5eva (5:8)
23:05 NCIS: New Orleans (14:16)
23:45 Animal Kingdom (4:13)
00:30 The Mentalist (6:23)
01:15 The Great British Bake Off
02:15 Manifest (3:13)
02:55 Shipwrecked (14:15)

06:00 Tónlist
12:30 Dr. Phil (37:170)
13:15 The Late Late Show (159:208)
14:00 The Block (37:47)
15:00 How We Roll (5:11)
15:25 Ræktum garðinn (10:13)
16:30 Spin City (9:23)
16:55 The King of Queens (7:25)
17:15 Everybody Loves Raymond
17:40 Dr. Phil (38:170)
18:25 The Late Late Show (160:208)
19:10 Kenan (4:10)
19:40 The Neighborhood (16:18)
20:10 George Clarke's Old House,
New Home (5:5)
21:05 Chicago Med (22:22)
21:55 Rules of the Game (4:4)
Bresk spennuþáttaröð. Þegar
Maya tekur við sem mannaútsjóri
hjá Fly reynir hún að innleiða
nýja vinnustaðamenningu þar
sem menningin þar er orðin mjög
úrelt og karlæg. Hins vegar þegar
vinnustaðamenningin byggir á
lygum og leyndarmálum getur reynst
lífshættulegt að reyna að breyta því.
22:55 Love Island (24:58)
23:40 The Late Late Show (160:208)
00:25 FBI (4:15)
01:10 The Rookie (15:20)
01:55 Impeachment (4:10)
02:40 The L Word: Generation Q
03:35 Love Island (24:58)
04:20 Tónlist

18:30 Fréttavaktin
Farið yfir fréttir dagsins í opinni
dagskrá
19:00 Hafnir Íslands (e)
19:30 Veðin með Gunnari Bender (e)
20:00 Sir Arnar Gauti
20:30 Fréttavaktin
21:00 Hafnir Íslands (e)



Glói AK

ALMENN TRÉSMÍÐI

upplýsingar í síma:

893 8647

eða í maili:

gisligeirs@gmail.com



Víð gerum
stimpla



heildarlausnir í prentun

S. 5 600 600

stimplar@prentmetoddi.is



Fasteignamiðlun

Íbúðaeignir

Síðumúli 13
108 Reykjavík
ibudaeignir.is

Ertu í söluhugleiðingum?

- Frítt söluverðmat
- Persónuleg ráðgjöf
- Fagmennska í verki



Ólafur Ingi Guðmundsson
stjórnsýslufræðingur
löggiltur fasteignasali
olafur@ibudaeignir.is
sími: 847 7700



Marikó
Verslun og spa

Opið frá kl. 16 - 21 alla virka daga!

s. 788-5410 - Smidjuvellir 32

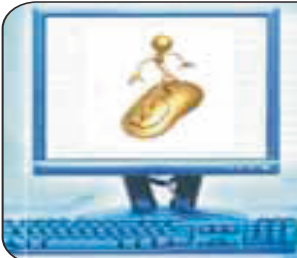
SOS Tölvuhjálp

Komum • Skoðum • Metum

Gerum tilboð í öll verkefni - stór sem smá

Sími 864 0931, 777 0003

sos@sostolvuhjalp.is • www.sostolvuhjalp.is





HÚSASMÍDJAN

FYRIR ÞIG

ÍRSKIR DAGAR

Í Húsasmiðjunni á Akranesi
fimmtudaginn 30. júní

Birt með fyrirvara um prentvillur og myndavíxl. Úrval getur verið misjafnt milli verslana. Afsalættur gildir ekki af tilboðsvörum og „Lægsta lága verði Húsasmiðjunnar“.



**Við grillum
pylsur**

fyrir gesti
frá kl. 16 á
fimmtu-
dag



Sumarútsalan hefst á fimmtudaginn

ÚTSALA

Köttum niður verðið