



Frá sýningu „Iceland Crucible“ að Kjarvalsstöðum. Sýningunni lýkur á sunnudagskvöld.

Iceland Crucible á Kjarvalsstöðum lýkur á sunnudagskvöld

Iceland Crucible, hinn fjölpættu kynningu á gróandanum í listalífi hérlendis, sem hófst 13. júlí, lýkur nk. sunnudagskvöld á Kjarvalsstöðum í Reykjavík.

Sýningargestir skipta nú þúsundum og hafa undirtektir þeirra verið mjög góðar. Hér er um að ræða nýlundu í landkynningarstarfi, þar sem blómlegu lista- og menningarlífi eru gerð skil á þrennan hátt: með ljósmyndum, kvikmynd og bók.

Margir sýningargesta hafa haft á orði að hugsanlega marki sýningin þáttaskil í landkynningarstarfi Íslendinga, þar sem meiri áhersla verði lögð á menningu og listir, en minni á einhliða kynningu á náttúruferum og landslagi.

Vert er að minna á að kvikmyndin „Icelandic Crucible“, ein þáttur kynningarinnar, eftir Emmy-verðlaunahafana Hal Colbom og Phil Davies, er sýnd þrisvar á dag á Kjarvalsstöðum, klukkan 15.00, 18.00 og 20.00.

Auk kvikmyndarinnar eru sem kunnugt er á sýningunni á fjórða hundrad ljósmyndir af íslenskum listamönnum, eftir hinn heimskunna ljósmyndara Vladimir Sichov og glæsileg myndabók um allar listgreinar nútímans á Íslandi með texta eftir Sigurð A. Magnússon rithöfund og ljósmyndum Sichovs.

Sýningin á Kjarvalsstöðum er eins konar for-sýning kynningarrefnisins, sem fara mun um þver og endilöng Bandaríkin og Kanada á næstunni, auk Asíu- og Evrópulanda.

vikudegi til sunnudags. Meðlimir hljómsveitarinnar eru Ágúst Ragnarsson, Bobby Harrison, Pálmi Sigurhjártarson og Rafn Sigurbjörns-son.

Hótel Borg:

Orator með dansleiki

Hótel Borg hefur tekið stakka-skiptum og þar fara nú aftur fram dansleikir á vegum Orators. Það verður bryddað upp á ýmsum nýj-ungum, en andi síðastliðins vetrar mun svífa yfir vötnum.

SÖFN

Þjóðminjasafnið:

Íslenskar hannyrðir í Bogasal

Nú stendur yfir í Bogasal Þjóð-

minjasafns Íslands sýning á verkum íslenskra hannyrðakvenna og nefnist hún „Með silfurbjarta nál“. Þar gefur að líta verk eftir rúmlega 40 konur sem uppi voru frá því á 12. öld og fram undir síðustu aldamót. Á sýningunni er leitast við að draga fram helstu einkenni hinnar íslensku út-saumshefðar. Mjög vegleg sýning-arskrá hefur verið gefin út og er í henni meðal annars að finna ævi-ágríp allra þeirra kvenna sem verk eiga á sýningunni.

Sýningin er opin daglega frá kl. 13.30 til 16.00 fram í október.

Arbæjarsafn:

Sumarsýning

Sumarsýning Arbæjarsafns stendur nú yfir. Hér er um að ræða farandssýningu frá Þjóðminjasafni Grænlandinga í Nuuk. Sýndir eru grænlandsku bátarnir frá Quajaq og Umiaq.

Sýningin er opin á opnunartíma

safnsins sem er frá kl. 13.30 til 18.00 alla daga nema mánudaga.

Sædýrasafnið:

Dýrin mín stór og smá

Sædýrasafnið verður opið um helgina, eins og alla daga, frá kl. 10.00 til 19.00.

Meðal þess sem er til sýnis eru háhyrningar, ljón, ísbjörn, apar, kindur og fjöldi annarra dýra, stórra og smárra.

FERDIR

Ferðamálasamtök Suðurnesja:

Tvær ferðir á sunnudag

Ferðamálasamtök Suðurnesja

gangast fyrir ferðum nk. sunnudag. Klukkan 10.00 verður ekið upp að Höskuldavöllum og síðan farin gönguferð þaðan til Selsvalla, Grænavatnsegga, Djúpvatns.

Klukkan 13.00 sama dag verður farin Bláfjallaleið, Kleifarvatn, Krísvík, Djúpvatnsleið og Hrutagjá, og er sú ferð ökuferð.

Brottför í báðar ferðirnar er frá BSÍ. Verð er 400 krónur fyrir fullorðna, 200 krónur fyrir 12 til 15 ára börn. Frítt er fyrir börn innan 12 ára aldurs í fylgd með fullorðnum. Leiðsögumaður verður í báðum þessum ferðum og áætluð koma til Reykjavíkur er rúmlega 17.00.

Útivist:

Helgar- og dagferðir

Útivist fer í helgarferðir í kvöld í Þórsmörk, Eldgjá og Landmannalaugar. Í Þórsmörkinni er gíst í Úti-staðarskálunum í Básun og farið í gönguferðir um Mörkina.

Í Eldgjáferðinni verður gíst í húsi sunnan Eldgjár. Ekið verður heim um Fjallabaksleið syðri.

Dagsferð verður farin í Þórsmörk klukkan 8.00 á sunnudagskvöld. Þórsmörkurferð er einnig á miðvikudag. Klukkan 13.00 á sunnudag er svo gönguferð á Skálafell á Hellisheiði.

Brottför í ferðirnar er frá BSÍ, bensinsölunni.

Ferðafélag Íslands:

Þórsmörk, Eldgjá, Landmannalaugar og fleira

Í kvöld mun Ferðafélag Íslands gangast fyrir helgarferðum til Landmannalauga, Eldgjár, Þórsmörkur og Alftavatns.

Á sunnudaginn, 28. júlí, er ráðgerð dagsferð í Þórsmörk. Farið verður klukkan 8.00 úr Reykjavík. Klukkan 10.00 verður ekið á Krísvíkurbjarg og genginn Ræningjastígur og klukkan 13.00 er gengið frá Lækjarvöllum um Ketilstíg að Sel-túni.

Þingvellir:

Þjónusta við ferðafólk

Í sumar verður farið í skipulagðar gönguferðir á vegum Þjóðgarðsins og verður leiðsögumaður hafður með í för. Gönguferðirnar verða með þeim hætti að á föstudögum og laugardögum klukkan 13.00 verður farið í svokallaða Skógarkots-göngu. Föstudaga, laugardaga og sunnudaga klukkan 16.30 verður farin svonefnd Lögbergsganga; lagt af stað frá Flosagjá og gengið um þinghelgina.



Úr höggmyndagerði Einars Jónssonar.

LISTASAFN EINARS JÓNSSONAR:

Safnahús og höggmyndagerður

Safnahús Listasafns Einars Jónssonar við Njarðargötu er opið laugardaga og sunnudaga frá klukkan 13.30 til 16.00 og höggmyndagerðurin, sem í eru 24 eirafsteypur af verkum listamannsins, er opin sömu daga frá klukkan 10.00 til 17.00.

Ólafur Kvaran, forstöðumaður safnsins, sagði í samtali við Morgunblaðið að aðsókn í safni hefði verið mjög góð það sem af er sumri. „Aðallega eru það erlendir ferðamenn, sem koma hingað, og síðan koma auðvitað Íslendingar við og við líka.“

HEIMILISHORN



Maski fyrir húðina

Ef að hægt er að taka sér góða hvíld eftir hárvott eða bað, getur verið gott að setja á sig andlitsmaska. Vel að merkja, ef einhver vottur af ofnæmi er í húð er ekki ráðlegt að eiga við neitt slíkt sjálfur heldur leita aðstoðar sérfræðinga.

Í snyrtivöruverslunum er til urmull af allskyns efnum, sem

nota á í andlitsmaska og ekki gott að segja hvað best er á því sviði. Margir aðhyllast notkun á ýmsum náttúruæfnum til að hressa upp á ásjónuna og skal hér minnst á jóгурtmaska og ölgersmaska.

Jóгурtmaski

Ætlað fyrir feita húð. Blandað er saman hreinni sjúrt og ferskri klipptri steinseljú, smurt á hreina húðina og látið liggja í ca 30 mín. Þvegið af með volgu vatni og síðan aðeins klappað yfir með köldu vatni.

Ölgersmaski

Saman við ölgersduft er hrært einni eggjarauðu, eða ef húðin er of þurr eru settir nokkrir dropar

af jurtaolíu út í gerið. Maskinn láttinn liggja á í 10–15 mín. en síðan þvegið af með volgu vatni.



Á augnlokinn

Á meðan að maski er á andlitinu er tilvalið að gegnvæta bómull með soðnu, köldu vatni eða bórvatni og leggja á augnlokinn. Kamillute er líka gott fyrir þreytt augu, það er nú fánlegt í tepokum svo ekki þarf að laga það. Pokarnir eru látnir liggja í sjóðandi vatni í 10 mín. og svo kæld-

ir. Augun er hægt að skola úr tevatninu og leggja síðan pokana á augnlokinn og látnir liggja í 30 mín.

Kamillute fyrir hárið

Ljóst hár nýtur góðs af því að skola það uppúr kamillutei eftir þvott og skolon, sérstaklega er það gott ef hárið er þurrt.



Sitróna og safi

Það er alkurna að fátt gefst betur til að ná óhreinindum, sem sest hafa á hendur (eins og t.d. rákir eftir hreinsun grænmetis) en sitróna, sem nuddað er yfir blettina.

En sitrónusafinn gerir einnig höndunum gott, hann er hið besta mýkingarmeðal og aldin-kjötið er gott til að nudda með neglurnar. Ennfremur má geta þess að sitrónusafi gefur ljósu hári „extra“ glája, ef hann er settur út í síðasta skolvatnið.