



Um níu hundruð sýni voru tekin í gær af farþegum sem komu með sex flugvélum frá Evrópu og markaði það upphafskimana fyrir COVID-19 hjá þeim sem koma til landsins. Ekki fengust upplýsingar um það í gærkvöld hvort smit hefði greinst en meðal þeirra úr hópnum sem Fréttablaðið ræddi við reyndist enginn smitaður. „Þetta er mikill léttir. Hjúkkit,“ sagði Gísli Galdur Þorgeirsson, sem reyndist ósmitaður. Gísli flaug heim til að vera á verðlaunahátíðinni Grímunni þar sem hann var tilnefndur til tveggja verðlauna. Sjá síðu 6 FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Högnuðust á fullnustueignum

Dæmi eru um að félög sem keyptu fullnustueignir Íbúðalánasjóðs á sínum tíma hafi selt þær áfram skömmu síðar með miklum hagnaði. Þorsteinn Sæmundsson óskar eftir hjálp þeirra sem misstu eignir.

STJÓRNSÝSLA Þorsteinn Sæmundsson, þingmaður Miðflokksins, hefur barist fyrir því að fá upplýsingar um hverjir keyptu fullnustueignir Íbúðalánasjóðs um árabíl.

„Ég óskaði fyrst eftir þessum upplýsingum árið 2017 og fyrirspurn sem nú var loks svarað er sú sjöunda sem ég hef lagt fram,“ segir Þorsteinn. Hann segir að undanbrögð og feluleikur hafi einkennt vinnubrögð Ásmundar Einars Daðasonar, félags- og jafnréttismálaráðherra.

„Ég tel fullt tilefni til þess að rannsaka gaumgæfilega hverjir hafa hagnast á sölu þessara eigna,“



Þorsteinn Sæmundsson

segir Þorsteinn. Þar sem listi yfir eignirnar er nú aðgengilegur á vef Alþingis óskar þingmaðurinn eftir liðsinni allra sem til þekkja við að rannsaka sölua. „Ég myndi fagna skilaboðum um eignir sem seldar hafa verið á óeðlilegu verði. Það vita best þeir sem áttu þær,“ segir hann. Þorsteinn segir að ráðherra hafi

fullyrt að eignirnar hafi verið seldar á markaðsvirði en í mörgum tilfellum haldi það ekki vatni.

Sem dæmi má nefna Leigufélagið Stefni ehf. sem keypti 31 íbúð á Suðurnesjum af Íbúðalánasjóði í tveimur þökkum. Fyrst 23 íbúðir um mitt ár 2016 og síðan átta íbúðir í febrúar 2017.

Fyrir íbúðirnar átta í seinni pakkanum greiddi fyrirtækið 163 milljónir króna. Fasteignirnar voru þegar fluttar yfir í annað félag í eigu sömu aðila, Tjarnarverk ehf., og hófst sala þeirra áfram fljótlega. Í maí 2018 voru sjö eignir seldar en sú síðasta seldist í byrjun þessa

árs. Aðeins sex kaupsamningar eru aðgengilegir en samkvæmt þeim var söluandvirði eignanna 227 milljónir króna. Átla má að söluverð hinna tveggja íbúðanna, sem ekki var gefið upp, hafi ekki verið undir 40 milljónum króna og því hagnaðist leigufélagið um rúmlega 100 milljónir króna á eignum Íbúðalánasjóðs á skömmum tíma. – bp

FRÉTTABLAÐIÐ

Meira á frettabladid.is

Segir meirihluta misbjóða fólki

STJÓRNMÁL „Ráðherrar og valdhafar geta ítrekað misboðið siðferðiskennd almenningi og haldið svo áfram eins og ekkert sé,“ segir Þórhildur Sunna Ævarsdóttir, þingmaður Pírata, sem sagði af sér formennsku í stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd Alþingis í gær.

Þetta gerði Þórhildur Sunna til að mótmæla því að meirihluti nefndarinnar stöðvaði athugun á hæfi Kristjáns Þórs Júlíussonar sjávarútvegsráðherra vegna tengsla við Samherja. „Ég vil svipta hulunni af því sem er í gangi.“ – ilk / sjá síðu 4



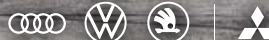
Þórhildur Sunna Ævarsdóttir alþingismaður.

Njóttu sumarsins á vel smurðum bíl.
Smelltu bílnum í smurþjónustu HEKLU.

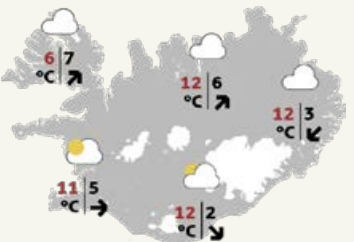
Pantaðu tíma
á www.hekla.is/smur



HEKLA • Laugavegur 170 • Sími 590 5000



Veður



Suðvestan 3-8 og stöku skúrir en suðlægari og rigning með köflum austan til. Suðvestlæg eða breytileg átt 3-10 á morgun. Hiti 8 til 17 stig, hlýjast um landið austanvert.

SJÁ SIÐU 16



Íris Róbertsdóttir, bærarstjóri og oddviti H-lista í Vestmannaeyjum.

Bæjarfulltrúum fjölgað í Eyjum

VESTMANNAEYJAR Bærarstjórn Vestmannaeyja hefur ákveðið að fjölga bæjarfulltrúum úr sjö í níu frá sveitarstjórnarkosningum 2022. Tillagan er frá Eydalistanum, sem myndar meirihluta með Fyrir Heimae. Sjálfstæðismenn voru á móti.

Bæjarfulltrúum var fækkað úr níu í sjö árið 1993. Sagði Sigurður Einarsson, þáverandi formaður bæjarráðs, að verið væri að spara peninga og gera stjórnsýsluna skilvirkari. Samfara því var nefndarmönnum og nefndarfundum fækkað.

Sjálfstæðismenn halda sig enn við sömu rök. „Það hefur aldrei áður komið til tals hin síðari ár að fjölga launuðum fulltrúum, hins vegar hefur verið stefna Sjálfstæðisflokksins að hagræða í stjórnsýslunni, með því að fækka fagnefndum og milli-stjórnendum,“ segir í bókun þeirra.

Meirihlutinn benti hins vegar á að íbúum hefði fjölgað í bænum og að hlutfallslega færri bæjarfulltrúar væru miðað við sambærileg sveitarfélög. Eða 622 á hvern fulltrúa, samanborið við 466. Þrátt fyrir fjölgun væru Vestmannaeyjar enn þá yfir meðaltalinu, með 483 á hvern íbúa.

„Fjölgun bæjarfulltrúa hefur það einnig í för með sér að réttari mynd er gefin af vilja kjósenda sem styrkir betra og sterkara lýðræði,“ segir í bókun meirihlutans og er því hafnað að horfa eigi of mikið í krónur og aura. „Ekki er hægt að setja verðmiða á lýðræðið.“ – khg

Uppskeruhátíð sviðslistanna



Verðlaunahátíðin Gríman fór fram með glæsibrag í Hörpunni í gærkvöldi. Af verðlaunum sem voru orðin ljós áður en Fréttablaðið fór í prentun má nefna að Kristbjörg Kjeld var útnefnd leikkona ársins í aukahlutverki fyrir sýninguna Er ég mamma mín? í sviðsetningu Kvenfélagsins Garpus í samstarfi við Borgarleikhúsið og Hilmir Snær Guðnason er leikari ársins í aukahlutverki fyrir Vanja frænda í Borgarleikhúsinu. FRÉTTABLAÐID/ERNIR



Ein 193 skimunarstöðva. MYND/EPA

Peking í ströngu samkomubanni

KÍNA Strangt samkomubann er nú í Peking, höfuðborg Kína, eftir að kórónaveiran gerði vart við sig á ný.

Samkvæmt opinberum tölum greindust 36 tilfelli af COVID-19 í gær. Höfðu þá 79 tilfelli verið staðfest frá því á föstudag. Öll má rekja til Xinfadi-markaðarins sem selur grænmeti í heildsölu ásamt því að selja kjöt. Markaðnum var lokað í skyndi á laugardag sem og ellefu nærliggjandi fjölbýlishúsum.

Alls voru settar upp 193 skimunarstöðvar og sýni tekin úr meira en 76 þúsund manns á sunnudag. – ab

Heimilisfang: Mjög gamalt hús, Ísafjörður

Björgvin og Satu búa á Ísafirði ásamt dætrum sínum tveimur. Dag einn barst Satu bréf frá Finnlandi og komst það á leiðarenda þrátt fyrir að vera ekki merkt með heimilisfangi, einungis að viðtakandi byggi í gömlu húsi í bænum.

SAMFÉLAG „Árið 2006 hittumst við á Kaffibarnum í miðbæ Reykjavíkur, eitt skiptið sem Satu var á Íslandi að hitta vini sína, eitt leiddi svo af öðru,“ segir Björgvin Hilmarsson, ljósmyndari og fjallaleiðsögumaður, um fyrstu kynni sín og eigin-konunnar, Satu Rämö, rithöfundar og frumkvöðuls frá Finnlandi.

Björgvin og Satu búa á Ísafirði ásamt dætrum sínum tveimur, Sögu og Sælu. Fjölskyldan bjó áður í 101 Reykjavík og naut sín vel, en þau tóku svo þá ákvörðun að flytja til Ísafjarðar. Upphaflega ætluðu þau að búa þar í eitt ár en líkar veran vel og vilja nú hvergi annars staðar búa.

„Veturinn 2018 kviknaði sú hugmynd að prófa að flytja út á land og Ísafjörður kom fyrst upp í hugann. Þar þekktum við fyrir eitthvað af fólki og við vissum að þar væri nóg að gera í sportinu,“ segir Björgvin en bæði hann og Satu hafa mikinn áhuga á hreyfingu og útivist.

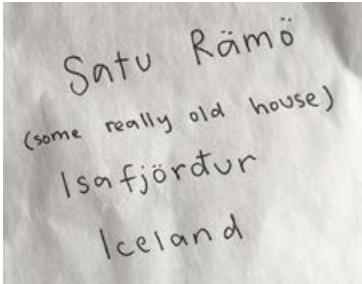
Dag einn barst Satu bréf í pósti alla leið frá Finnlandi sem væri ekki í frásögu ferandi nema að framan á bréfinu var ekkert heimilisfang. „Satu er nokkuð þekkt í Finnlandi, heldur úti vinsælu bloggi, er virk á samfélagsmiðlum sem eru fyrir hana mikilvægt vinnutæki. Hún er með marga fylgjendur á finnskan mælikvarða allavega,“ útskýrir Björgvin.

Einn fylgjandi Satu hafði séð húsið sem fjölskyldan býr í á Ísafirði á samfélagsmiðlum og vildi senda henni gjöf. „Hún vissi ekki heimilisfangið og skrifaði því bara: Satu Rämö, mjög gamalt hús, Ísafjörður,“ heldur hann áfram, en fjölskyldan býr í rúlega 200 ára gömlu húsi í bænum.

Bréfið skilaði sér í réttar hendur



Björgvin, Satu, Saga og Sæla eru ánægð með lífið á Ísafirði. MYND/ADSEND



Bréfið sem Satu barst kom frá Finnlandi og innihélt fallega eyrnalokka.

og innihélt fallega eyrnalokka sem sendandinn hafði búið til. „Mjög sniðugt Instagram-trikk í raun, hún vissi eflaust að Satu myndi segja frá gjöfinni og tala um kortið. Sem hún og gerði og þetta vakti auðvitað allt mikla athygli. Vonandi hefur hún selt fullt af eyrnalokkum,“ segir Björgvin og brosir.

Síðasti vetur var bæði kaldur og harður á Ísafirði en Björgvin segir

Hún vissi ekki heimilisfangið og skrifaði því bara: Satu Rämö, mjög gamalt hús, Ísafjörður.

Björgvin Hilmarsson

fjölskylduna sátta við snjó og kulda á veturna svo þau hyggist halda sig fyrir vestan. „Það var mikið mokað og stundum þurftum við nánast að grafa okkur út úr húsinu. Svo kom COVID svo það hefur ýmislegt gengið á,“ segir hann.

„Hér er góður andi og góð þjónusta á allan hátt. Dætur okkar eru mjög ánægðar og gáfu það út skömmu eftir að við fluttum hingað að þær vildu bara ekkert fara til baka,“ segir Björgvin. birnadrofn@frettabladid.is



Rafhlöðu-sláttuvélar

**PÓR**

Reykjavík: Krókahlis 16
110 Reykjavík
Sími 568-1500

Akureyri: Baldursnesi 8
603 Akureyri
Sími 568-1555

Opnunartími:
Opilið alla virka daga
Lokað um helgar

Vefsíða og netverslun:
www.thor.is


TOYOTA

 ALWAYS A
BETTER WAY

ÁVÍSUN Á UPPLIFUN

Láttu sólina elta þig í sumar


 Dráttarbeisli fyrir ævintýri
 sumarsins **fylgir með RAV4**


AYGO

Yaris

Corolla

Toyota C-HR

Camry Hybrid

Núna er tíminn til að gera góð kaup á nýjum AYGO, Yaris, Corolla, Toyota C-HR, Camry Hybrid eða RAV4.

 Hverjum slíkum nýjum bíl fylgir 100 til 200 þúsund króna gjafabréf sem þú átt val um að leysa út hjá Ellingsen, Líflandi eða Veiðihorninu. Að auki færðu dráttarbeisli með RAV4 fyrir ævintýri sumarsins. **Kíktu í heimsókn.**
Lífland selur hágæðavarning tengdan hestamennsku.

Veiðihornið er sérsverslun veiðimannsins.

Ellingsen býður upp á allt fyrir útivistina og meira til.

Komdu við hjá næsta viðurkennda söluaðila Toyota og kannaðu hvernig landið liggur.

Sjá nánar á toyota.is

GLÆSILEGT
GJAFABRÉF
 að andvirði
100.000 til 200.000 kr.
 hjá einhverri af eftirtöldum
 verslunum:


Toyota Kaupúni
 Kaupúni 6
 570 5070

Toyota Akureyri
 Baldursnesi 1
 460 4300

Toyota Reykjanesbæ
 Njarðarbraut 19
 420 6600

Toyota Selfossi
 Fossnesi 14
 480 8000

ELLINGSEN
LÍFLAND
VEIÐIHORNIÐ

Gjafabréfið fylgir ekki með öðrum tilboðum. Bílarnir í þessari auglýsingu endurspeglar ekki endilega þann búnað sem tilgreindur er. Fyrirvari við 7 ára ábyrgð: Ökutækinu skal viðhaldið samkvæmt vörulýsingu og leiðbeiningum framleiðandans og ber eigandi kostnaðinn við slíkt viðhald. Sé það ekki gert getur það valdið ógildingu ábyrgðar varðandi hluti sem þarfnast viðhalds. Gildir eingöngu um bíla sem fluttir eru inn af Toyota á Íslandi ehf. Birt með fyrirvara um villur.



Stafrænt ökuskrirteini. MYND/EPA

Ökuskrirteini í síma síðar í júní

STJÓRNSÝSLA Stefnt er að því að hægt verði að sækja stafræn ökuskrirteini í síma nú í júní. Sigurður Ingi Jóhannsson samgönguráðherra hefur undirritað reglugerð sem heimilar útgáfuna. Þau verða jafngild hefðbundnum ökuskrirteinum á Íslandi en ekki utan landsins.

Sigurður Ingi segir þetta mikið framfaraskref. „Þetta er stefna ríkisstjórnarinnar að hið opinbera bjóði upp á fleiri stafrænar lausnir og betra er vart hægt að hugsa sér. Við hvetjum fólk til að sækja sér ökuskrirteini í símann um leið og hafa það þannig alltaf meðferðis á ferðum um landið í sumar.“

Unnið hefur verið að tæknilausninni í samstarfi Stafræns Íslands, ríkislögreglustjóra og dómsmálaráðuneytisins. Nálgað má stafræna skirteinin í gegnum island.is með notkun rafrænna skilríkja.

Norðmenn tóku upp stafræn ökuskrirteini síðastliðið haust og eru notendur þar rúmlega 1,3 milljónir talsins. – sar



Hækkanir á höfuðborgarsvæðinu.

Leiga hækkaði um 4,3 prósent

VÍÐSKIPTI Leiguverð hefur hækkað um 4,3 prósent á milli ára. Þetta kemur fram í skýrslu hagdeildar Húsnæðis- og mannvirkjastofnunar fyrir júnímánuð.

Á höfuðborgarsvæðinu nam 12 mánaða hækkan leiguverðs 5,3 prósentum að nafnvirði, sem er meiri árshækkun en síðan í júlí í fyrra. Í nágrenni höfuðborgarsvæðisins og á landsbyggðinni hefur leiguverð nokkurn veginn staðið í stað.

Þinglýstum leigusamningum fækkaði nokkuð á milli ára miðað við sama tíma í fyrra, en mögulegt er að afleiðingar COVID-19 faraldursins skýri lengri afgreiðslutíma þinglýsinga. – ab

Íslendingar áttu samtals 385.448 ökutæki í fyrra

BÍLAR Um 35 prósent færri bílar voru nýskráðir í fyrra en árið á undan, á sama tíma stækkaði þó heildarbílafloti landsins og nam heildarfjöldi skráðra ökutækja 385.448.

Ökutækjum hér hefur fjölgað samfelld síðastliðinn áratug. Þetta kemur fram í Árbók bílagreina sem tekin er saman af Bílgreina-sambandinu og Rannsóknarsetri verslunarinnar.

Tekjur ríkissjóðs vegna bifreiða-



Þung umferð. FRÉTTABLAÐID/ANTON

gjalda hækkuðu árið 2019 sé miðað við árið á undan. Í fyrra skiluðu bifreiða- og úrvinnslugjöld tæpum 7,7 milljörðum í ríkissjóð sem er 0,7 prósent hækkan frá árinu 2018. Skráningargjöld vegna nýskráninga bifreiða drógust saman um 32 prósent á sama tímabili, þær námu á síðasta ári 95 milljónum og hafa ekki verið lægri síðan árið 2014.

Störfum í bílgreinum fækkaði um rúmlega 900 milli árunum 2018 og 2019. Í lok síðasta árs störfuðu rúm-

lega þrjú þúsund manns í greininni. Það er fækkun um 22 prósent sé miðað við árið á undan. Í fyrra voru 1,6 prósent alls vinnuafls í landinu starfandi í bílgreinum.

Nemendum sem stunduðu nám í bílgreinum fjölgaði í fyrra líkt og árið á undan. Mun fleiri karlar sækja í námið en konur en árið 2018 voru 254 karlar við nám í bílgreinum og 42 konur. Flestir nemendur voru í bifvélavirkjun og þar á eftir í grunnnámi bíliðnar. – bdj

Vill afhjúpa vond vinnubrögð

Þórhildur Sunna Ævarsdóttir er hætt sem formaður stjórnskipunar- og eftirlitsnefndar Alþingis og segist vilja svipta hulu af tilraunum til að draga úr eftirlitshlutverki minnihlutans í máli sjávarútvegsráðherra.

STJÓRNMÁL „Ráðherrar og valdhafar geta ítrekað misboðið siðferðiskennd almenning og haldið svo áfram eins og ekkert sé,“ segir Þórhildur Sunna Ævarsdóttir, þingmaður Pirata, sem sagði af sér formennsku í stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd Alþingis í gær.

Þetta gerði Þórhildur Sunna til að mótmæla fordæmalausri niðurstöðu á athugun á hæfi Kristjáns Þórs Júlíussonar sjávarútvegsráðherra vegna tengsla hans við Samherja. Meirihluti nefndarinnar komst að þeirri niðurstöðu, eftir að hafa neitað minnihlutunum um frekari gagnaöflun og gesti, að ekkert væri athugavert í máli ráðherrans. Málinu var lokið með bókun í ósætti sem Þórhildur Sunna segir setja hættulegt fordæmi.

„Meirihlutinn sér engan tilgang í að hafa eftirlit með sjálfum sér. En til þess er minnihlutinn, til þess að hafa eftirlit með framkvæmdavaldinu og ráðherrum sem sitja í skjóli meirihlutans. Þau eru að sýna fram á það að þau geta, með meirihluta-valdi, traðkað á rétti minnihlutans með því að loka frumkvæðisathugun þegar þær eru ekki fullkláraðar.“

Þórhildur Sunna segir meirihlutann hafa reynt frá upphafi að teyja rannsóknina. Rétt eftir að þáttur Kveiks fór í loftið og ráðherra greindi frá því að hann hefði hringt í Þorstein Má Baldursson, forstjóra Samherja, til að athuga hvernig honum liði, lagði Þórhildur Sunna til að kalla ráðherra á opin fund.

Meirihlutinn hafi lagst gegn því. Þegar hún hafi lagt til að hefja frumkvæðisathugun fyrir jólafrí hafi meirihlutinn einnig tekið verulega illa í þá tillögu. Meirihlutinn hafi gert mikið mál úr því að þetta væru „svo margir fundir, svo margir gestir og svo margar spurningar“, en enginn sérstakur kvóti sé á því hversu



Þórhildur Sunna segir meirihlutann þurfa að virða eftirlitshlutverk minnihlutans. FRÉTTABLAÐID/VALLI

Það er það sem ég er að mótmæla; að nota persónurög og árásir til þess að skýla því sem raunverulega á sér stað.

Þórhildur Sunna Ævarsdóttir, þingmaður Pirata

margra spurninga minnihlutinn megi spyrja.

„Meirihlutinn gerir mjög lítið úr rétti okkar til að spyrja spurninga; hvort sem það eru fyrirspurnir, skýrslubeiðnir eða frumkvæðisathugun,“ segir Þórhildur Sunna.

Málið er miklu stærra að mati hennar vegna þess hvernig meirihlutinn ákvað að ljúka því. „Ég vil svipta hulunni af því sem er í gangi. Þetta er ekki í boði lengur. Annaðhvort læra þau af þessu og bera meiri virðingu fyrir minnihlutunum eða það verður almenningi æ ljósara hvernig þessi meirihluti kys að fara með sitt dýrmæta vald.“

Kveðst Þórhildur Sunna ekki vilja taka lengur þátt í þessu „hringleikahúsi fánánleikans“ eins og hún lýsir ástandinu. „Ég upplifði þetta líka sem ákveðna leið til þess að skýla sér bak við til að þurfa ekki að sæta eftirliti. Það er það sem ég er að mót-

mæla; að nota persónurög og árásir til þess að skýla því sem raunverulega á sér stað, sem er að standa gegn eftirliti fullum fetum.“

Til stendur að Jón Þór Ólafsson, flokksbróðir Þórhildar Sunnu, taki við formennskunni. „Ég held að meirihlutinn hafi fengið þann formann sem hann þarf akkurat núna,“ segir hún um eftirmann sinn. ingunnlara@frettabladid.is

FRÉTTABLAÐID

Meira á frettabladid.is

ÍS BAND UMBOÐSAÐILI JEEP® OG RAM Á ÍSLANDI

VERÐUM Á BÍLADÖGUM Á AKUREYRI 17. JÚNÍ MEÐ BREYTTA BÍLA, 35" GRAND CHEROKEE, 40" WRANGLER OG 40" RAM.

BJÓÐUM UPP Á REYNSLUAKSTUR 18.-20. JÚNÍ. BÓKIÐ Í SÍMA 620-2321.

BÍLL Á MYND RAM 3500 LARAMIE SPORT MEGACAB MEÐ 35" BREYTINGU

Tilvalið
í tjaldinu

Glaðningar
ALLAN
hringinn

ICELANDAIR
Aðalvinningur
milljón
Vildarpunktur
Icelandair

Eldsneytis-
úttektir

Char-Broil
grill

Hver er hæsti
tindur á Íslandi?



SEC
10.0

Herðubreið

Hvannadalshnjúkur

Hekla

Esja

FRÓÐLEIKUR
Á FERÐINNI

VINNINGAR
BEINT Í
BÍLINN

SUMAR KVIZZ

GLEÐI, SPENNA OG GLAÐNINGAR Í ALLT SUMAR

Skemmtilegar, fisléttar og fræðandi spurningar um allt mögulegt sem tengist Íslandi. Keppendur leysa út þáttökuglaðninga á Olís-stöðvum um allt land. Vinningar dregnir út vikulega. **Glæsilegur aðalvinningur í lok sumars.**

TAKTU ÞÁTT Á **OLIS.IS**

Vinur við veginn



Lítill samdráttur í fiskafla

SJÁVARÚTVEGUR Landaður afli íslenskra fiskiskipa var þremur prósentum meiri í maí en í sama mánuði í fyrra. Í ár var landaður afli 125,6 þúsund tonn í maí en 122,6 þúsund tonn á síðasta ári. Þetta kemur fram á vef Hagstofunnar.

Skel- og krabbadýraafli dróst saman um 50 prósent í maí 2020 miðað við í fyrra og botnsjávarafla dróst saman um tólf prósent.

Í mars á síðasta ári var botnsjávarafla rúm 42 þúsund tonn

en í ár 48,3 þúsund tonn. Af botn-fisktegundum var þorskafla tæp 27 þúsund tonn, ýsa 3,4 þúsund tonn og ufsi fjögur þúsund tonn, en ufsafla dróst saman um 47 prósent á milli ára.

Heildarafla síðustu tólf mánaða, frá júní 2019 til maí 2020, var 969 þúsund tonn sem er tólf prósent samdráttur sé miðað við sama tímabil árið á undan. Þá var afli í maí metinn á föstu verðlagi 8,9 prósentum minni en í maí 2019. – bđj



GÓÐA FERÐ INNANLANDS

TAX FREE*

af förðunarvörum, ilmvötnum og völdum húðvörum

19,35% verðlækkun

Gildir 15. júní - 27. júlí 2020
í verslunum og í netverslun Lyfju

LYFJA



KRONAN

Vingardíum CHILI-SÓSA!

TÖFRABRAGÐ

CHILISÓSA

SNILLD Á FRANSKARNAR

Fáðu töfra innblástur á kronan.is/ töfrar

Vamos a la playa



Lífvörðurinn Lara Ferraz er komin í turn sinn á Levante-ströndinni á Benidorm sem er nú opin gestum – með takmörkunum þó. Sérstakt svæði er fyrir 70 ára og eldri og ekki mega fleiri en 26 þúsund vera þar á sama tíma. Þá er spurning hvort fólk flykkist á ströndina eða Vamos a la playa eins og segir í laginu. MYND/GETTY

Farþegar ánægðir með skimunina í Leifsstöð

Skimun fyrir COVID-19 hófst í gær í Leifsstöð á farþegum með flugi að utan. Breskur ferðalangur frá London og Íslendingur sem flaug frá Kaupmannahöfn sögðu allt hafi gengið vel fyrir sig og voru ánægðir með fyrirkomulagið.

COVID-19 „Þetta var auðvitað ekkert venjulegt flug,“ sagði Bretinn Mark Cairns er hann var að ganga út úr Leifsstöð í gærmorgun eftir að hafa verið skimaður fyrir COVID-19.

Fyrstu flugvélarnar komu til landsins í gær þar sem farþegar geta komið án þess að fara í sóttkví vegna COVID-19. Farþegar þurfa þá að undirgangast skimun í Leifsstöð og virtust ferðalangar almennt hafa valið þann kostinn í gær.

„Allir voru með grímur og allir þurftu að þvo sér og þess háttar. En þetta var ágætis flug og gekk allt vel,“ lýsti Cairns sem flaug hingað frá London. Hann sagði þó einhverja hnökra hafa verið með tækid sem tók við lendingar-spjöldum. „Það fór að lokum svo að upplýsingarnar voru stimplaðar inn handvirkt.“

Skimunin í Leifsstöð gekk að sögn Cairns skjótt og örugglega fyrir sig. „Ég er mjög spenntur að

Ég er mjög spenntur að vera kominn.

Mark Cairns



Þetta er mikill léttir. Hjúkkitt.

Gísli Galdur Þorgeirsson



vera kominn. Ég er hingað kominn í skemmtiferð. Ég hef hugsað mér að aka hringveginn og skoða mig um,“ sagði Bretinn og hélt sína leið gláður í bragði.

„Þetta gekk allt ótrúlega hnökra-laust fyrir sig,“ segir Gísli Galdur Þorgeirsson tónlistarmaður sem kom með flugi frá Kaupmannahöfn til þess að vera viðstaddur afhendingu Grímuverðlaunanna enda var hann tilnefndur fyrir tónlist í tveimur leikverkum.

„Ég var búinn að fylla út sérstakt

eyðublað áður en ég lagði af stað. Svo bara rann þetta allt þægilega áfram. Sýnin voru tekin úr nefi og hálsi. Það tók enga stund,“ útskýrði Gísli Galdur.

„Nú þarf ég bara að hlaða niður rakningarappinu og svo fæ ég tilkynningu um niðurstöðurnar úr skimuninni,“ sagði Gísli Galdur sem síðan fékk að vita klukkan sex í gærkvöldi í miðju næsta spjalli við blaðamann að hann væri ekki með kórónaveiruna. „Þetta er mikill léttir. Hjúkkitt.“ sigtryggur@frettabladid.is

Telja umhverfisáhrif kísilvers neikvæð

REYKJANESBÆR Umhverfis- og skipulagsráð Reykjaneshæjar gerir fjölmargar athugasemdir við frummatsskýrslu Stakksbergs um umhverfisáhrif endurbóta á kísilverksmiðju í Helguvík. Ráðið samþykkti fyrir helgi umsögn um skýrsluna.

Í umsögninni segir að ráðið efast um að breytingar sem lagt er til að gerðar verði á verksmiðjunni séu raunhæfar án breytts deiliskipulags. Þá muni neikvæð umhverfisáhrif fylgja breytingunum.

„Í ljósi forsögunnar er umhverfis- og skipulagsráð ekki sannfært um að áætlaðar mótvægisáðgerðir, sem eiga að auka rekstraröryggi verksmiðjunnar og minnka óþægindi íbúa vegna hennar, reynist fullnægjandi,“ segir í umsögninni.

Ráðið er ósammála niðurstöðum frummatsskýrslunnar um loftgæði, samfélag, atvinnulíf og heilsu. Það



Kísilverksmiðjunni í Helguvík var lokað haustið 2017. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

sé mjög ólíklegt að efnahagsleg áhrif vegi á móti neikvæðum áhrifum þannig að áhrifin verði jákvæð fyrir samfélagið.

Frummatsskýrslan var kynnt í maí. Þá var talið ólíklegt að endurbætur verksmiðjunnar hefðu umtalsverð umhverfisáhrif að teknu tilliti til mótvægisáðgerða.

Rekstur verksmiðjunnar var stöðvaður í september 2017 eftir mikla erfiðleika og kvartanir íbúa yfir lykt og slæmum áhrifum á heilsu. Stakksberg, sem er dótturfélag Arion banka, hefur um nokkurt skeið unnið að sölu hennar.

Frestur til að gera athugasemdir við skýrsluna er til 26. júní. – sar

SUMARTILBOÐ

20% AFSLÁTTUR



CORINNA

-20%



VERÐ 120.077 KR

VERÐ ÁÐUR 150.096 KR

INNIFALIÐ Í VERÐI DÝNA BOTN OG FÆTUR

Svæðaskipt heilsurúm, sérstýrktir kantar, 5 svæðaskipt pokagormakerfi, engin hreyfing milli svefnsvæða, góður toppur með hitajöfnun. Stífur, mjög sterkur botn, möguleiki á yfir 20 mismunandi litum áklæðum.

AVIANA

-20%



VERÐ 150.244 KR

VERÐ ÁÐUR 187.780 KR

INNIFALIÐ Í VERÐI DÝNA BOTN OG FÆTUR

Svæðaskipt þrýstijöfnunar heilsurúm (gefur góða aðlögun og þyngdardreyfingu), sérstýrktir kantar, engin hreyfing milli svefnsvæða. Stífur, mjög sterkur botn, möguleiki á yfir 20 mismunandi litum áklæðum.

ALEXA

-20%



VERÐ 187.840 KR

VERÐ ÁÐUR 234.800 KR

INNIFALIÐ Í VERÐI DÝNA BOTN OG FÆTUR

Svæðaskipt heilsurúm, sérstýrktir kantar, 5 svæðaskipt pokagormakerfi (gefur góða aðlögun og þyngdardreyfingu) framleitt úr sérvöldi tvihertu hágæðastáli, engin hreyfing milli svefnsvæða, góður toppur sem gefur enn betri aðlögun og þyngdardreyfingu með hitajöfnun, einstök tilfinning. Stífur, mjög sterkur botn, möguleiki á yfir 20 mismunandi litum áklæðum.

-20%



FORTE

RAFSTILLANLEGUR HÆGINDASTÓLL
MEÐ HALLANDI BAKI OG FÓTASKEMLI

VERÐ 79.840 KR

VERÐ ÁÐUR 99.800 KR

EINSTAKLEGA VANDAÐUR STÓLL
Á FRÁBÆRU VERÐI



-20%

SÆBJÚGNAHYLKI FYRIR HEILSUNA



Nýjar umbúðir



Arctic star sæbjúgnahylki innihalda yfir fimmtíu tegundir af næringarefnum, og eru þekkt fyrir:

- Hátt próteininnihald og lágt fituinnihald
- Að minnka verki í liðum og liðamótum
- Að byggja upp brjós og draga úr tíðni liðskemmda
- Að bæta ónæmiskerfið
- Að auka blóðflæði
- Að koma í veg fyrir æðakölkun
- Að auka orku líkamans, stuðla að myndun húðpróteins og insúlíns

ÍSLENSK FRAMLEIÐSLA, Framleiðandi er Arctic Star ehf. Allar nánari upplýsingar fást á www.arcticstar.is

Arctic Star sæbjúgnahylki Varan fæst í flestum apótekum, heilsubúðum og hagkaupum.

info@arcticstar.is - www.arcticstar.is

Síðumúli 31 - 108 Reykjavík - S: 562-9018 / 898-5618

Startaðu ferðasumarið með TUDOR

Rafgeymar í húsbíla og hjólhýsi fyrir ferðalagið í sumar

TRAUST OG FAGLEG ÞJÓNUSTA - ALLA LEIÐ

SKORRI

SÉRFRÆÐINGAR Í RAFGEYMUM

Bíldshöfða 12 • 110 Rvk • 577 1515 • skorri.is

DAG HVERN LESA

93.000

ÍSLENDINGAR FRÉTTABLAÐIÐ AÐ MEÐALTALI

Samkynhneigðir fagna dómi í Bandaríkjunum

BANDARÍKIN Stórsigur vannst í réttindabaráttu samkynhneigðra í Bandaríkjunum í gær er dómur voru kveðnir upp í hæstarétti í málum tveggja samkynhneigðra manna og einnar transkonu sem sögðust hafa misst vinnuna vegna kynhneigðar.

Meirihluti réttarins komst að þeirri niðurstöðu að bæði samkynhneigt fólk og transfólk njóti verndar laga frá 1969 sem banna mismunun á vinnumarkaði.

Í lögnum er kveðið á um bann við mismunun á grundvelli kynþáttar, uppruna, trúarbragða og

» Í dóminum segir að ef samkynhneigðir og transfólk er rekið á grundvelli kynhneigðar tengist það óhjákvæmilega kyni.

kynferðis og fyrir dóminum lá að taka afstöðu til þess hvort bann við mismunun á grundvelli kynferðis verndaði einnig samkynhneigða og transfólk.

Það kom mörgum á óvart að hæstiréttur teldi lögin gilda um umrædda hópa og ekki sist að hinn umdeildi

dómari Neil M. Gorsuch, sem er skipaður af Trump og talinn til íhaldsarms dómsins, skuli hafa ritað niðurstöðu meirihlutans. Í dóminum segir að ef samkynhneigðir og transfólk er rekið á grundvelli kynhneigðar tengist það óhjákvæmilega kyni. Sex dómara standa að niðurstöðunni. Tveir skiluðu minnihlutaálitum. Í séráliti Bretts Kavanaugh segir að samkvæmt stjórnarskránni sé hlutverk dómara að túlka og fylgja lögum eins og þau eru skrifuð en hvorki að setja lög né laga þau lög sem sett hafi verið. -aa

Dæmdur fyrir njósnir

Paul Whelan var í gær dæmdur í 16 ára fangelsi fyrir njósnir í Rússlandi. Utanríkisráðherrann Lavrov segir Whelan hafa verið gripinn glóðvolgan.

RÚSSLAND Paul Whelan, sem handtekinn var 28. desember árið 2018, var í gær dæmdur til 16 ára fangelsisvistar fyrir njósnir. Mál Whelans, sem er fyrrverandi landgönguliði í bandaríska hernum, hefur vakið mikla athygli enda telja margir að handtaka hans hafi verið liður í harðnandi deilum Bandaríkjanna og Rússa.

„Þessi leynilegu réttarhöld, þar sem engin haldbær sönnunargögn voru lögð fram, eru alvarlegt brot á mannréttindum og venjum í alþjóðlegum réttarkerfum,“ var haft eftir John J. Sullivan, sendiherra Bandaríkjanna í Rússlandi.

Ákveðið hefur verið að áfrýja dóminum en samkvæmt honum mun Whelan taka út hluta refsingar sinnar í vinnubúðum.

Whelan var handtekinn þegar hann sótti brúðkaup hjá vinafólki sínu en hann hefur margsinnis heimsótt landið vegna vinnu. Hann var ákærður fyrir að geyma ríkisleynarmál þann 3. janúar árið 2019.

Bandaríska leynipjónustan, CIA, hefur hafnað því að Whelan stundi njósnir. Maður með hans feril í hernum myndi aldrei koma til greina. Whelan gekk í landgöngu-lið flotans árið 1994 og tók þátt í innrásinni í Írak árið 2003. Árið 2008 var hann dæmdur í herrarétti fyrir slæma hegðun og tilraun til að stela 10 þúsund dollurum, nærri 1,5 milljónum króna.

Whelan hefur starfað í upplýsinga- og öryggisgeiranum síðan þá, meðal annars fyrir bílapartaframleiðandann BorgWarner, frá heimafylki hans Michigan. Whelan er reyndar fæddur í Kanada og hefur auk þess breskt og írskt vegabréf.

Ein helstu sönnunargögnin sem



Whelan telur sig vera það í deilum stórveldanna. MYND/EPÁ

Þessi leynilegu réttarhöld, þar sem engin haldbær sönnunargögn voru lögð fram, eru alvarlegt brot á mannréttindum og venjum í alþjóðlegum réttarkerfum.

John J. Sullivan, sendiherra Bandaríkjanna í Rússlandi

notuð voru gegn Whelan var USB-lykill sem samkvæmt dómnum innihélt ríkisleynarmál. Vladimir Zherebenkov, verjandi Whelans, sagði að honum hefði verið réttur þessi lykill án þess að vita hvað væri á honum. Sergey Lavrov, utanríkisráðherra Rússlands, sagði Whelan hafa verið gripinn glóðvolgan við njósnir.

Whelan hefur gagnrýnt hversu langan tíma rannsóknin tók en alls liðu 17 mánuðir frá handtöku til dómssuppkvaðningar. Whelan hefur

kvartað undan vist sinni og sagst hafa átt við margvísleg heilsufarsvandamál að stríða, til að mynda kvíðslit. Í desember síðastliðnum sagði Lavrov að allt væri gert til að tryggja heilsu Whelans og að honum hefði verið boðin skurðaðgerð við kvíðslitinu, sem hann hefði hins vegar hafnað. Lavrov sagði að Whelan hefði sýnt af sér mjög slæma hegðun í varðhaldi og meðal annars hótad starfsfólki fangelsisins líkamlegu ofbeldi.

Whelan hefur sagt að eina ástæðan fyrir handtökunni hafi verið til að Rússar gætu skipt á honum fyrir rússneska njósnara í haldi Bandaríkjanna. Rússar sökuðu Bandaríkjamann um það sama, en aðeins viku eftir handtöku Whelans var Rússinn Dmitry Makarenko handtekinn fyrir njósnir á bandarísku Mariana-eyjunum, og fluttur til Flórída. Honum var hins vegar sleppt í ágúst 2019.

kristinnhaukur@frettabladid.is

Þekkirðu lyfin þín?

Fáðu faglega aðstoð lyfjafræðings

Komdu eða pantaðu tíma í síma

515 5500 eða sendu póst á

lyfsalinn@lyfsalinn.is



LYFSALINN

GLÆSIBÆ

OPNUNARTÍMI

Mán.- fös.

kl. 08:30-18:00

LYFSALINN GLÆSIBÆ

Álfheimur 74 104 Reykjavík

Sími 517 5500

www.lyfsalinn.is

lyfsalinn@lyfsalinn.is

Libby's®

Þetta verður grillað sumar



SKOÐUN

Lærdómur



Sighvatur Arnmundsson
sighvatur@frettabladid.is

Hlutirnir eru smátt og smátt að komast í eðlilegt horf þótt vissulega sé enn langt í land. Nú mega fimm hundruð manns koma saman og íslenska fótboltasumarið er loksins hafið eftir langa bið. Í gær hófust einnig sýnatökur á Keflavíkurflugvelli en um sex hundruð farþegar komu þá til landsins. Landamæri innan Evrópu eru að opnast og víða er verið að draga úr sóttvarnaaðgerðum.

Áhrif heimsfaraldursins á daglegt líf jarðarbúa hafa verið ótrúleg á undanförunum mánuðum. Lokun landamæra, viðtæk útgöngubönn og nánast algjört stopp í ferðum milli landa hefði raunar þótt óhugsandi áður en veiran tók að breiðast út um heiminn. Skortur á samhæðum viðbrögðum og aðgerðum á alþjóðavettvangi voru vonbrigði og munu leiða til þess að lengri tími mun líða en ella þar til ástandið verður orðið gott.

Jafnvel á svæði eins og Norðurlöndunum birtist slík ósamstaða. Það er að vissu leyti skiljanlegt að við krísuáðstæður hugsi stjórnvöld fyrst og fremst um hag eigin ríkis og þegna þess. Góður árangur hefur hins vegar takmarkað gildi ef staðan í nágrennalöndunum er mun verri. Norrænt samstarf á sér bæði langa og farsæla sögu en einn af hornsteinum þess er sameiginlegur vinnumarkaður sem stofnað var til fyrir rúmum sextíu árum.

Þess vegna er ánægjulegt að sjá yfirlýsingu stjórnsýsluhindranaráðsins til norrænu forsætisráðherranna. Þar eru ríkin hvött til þess að móta norræna stefnu fyrir hattuástand í framtíðinni. Þá er hvatt til þess að upplýst verði með góðum fyrirvara ef stjórnvöld hyggjast hindra frjálst flæði yfir landamæri Norðurlandanna.

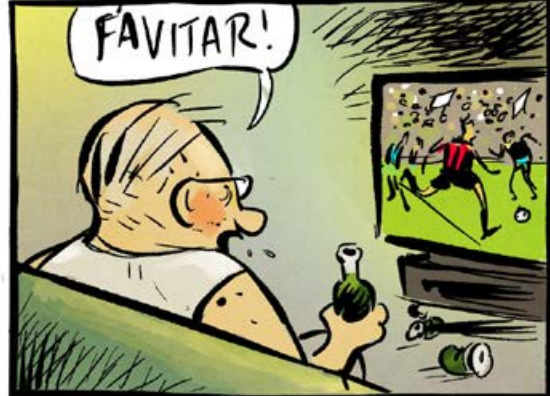
Norræna ráðherranefndin hefur sett sér það metnaðarfulla markmið að Norðurlöndin verði sjálfbærasta og samþætta svæði heims árið 2030. Heimsfaraldurinn og afleiðingar hans hafa verið bakslag á þeirri vegferð. Þannig hafa Danir opnað landamæri sín fyrir Íslendingum og Norðmönnum en ekki fyrir Svíum og Finnum. Þá mega Íslendingar, Danir, Finnar, Færeyingar og Grænlandingar ferðast til Noregs án takmarkana en ekki Svíar.

Svíar völdu að fara aðra leið en hinar Norðurlandþjóðirnar og hefur veiran verið mun útbreiddari þar og dauðsföll umtalsvert fleiri. Staðan er þó mismunandi milli svæða og er til dæmis betri á Skáni en á Kaupmannahafnar-svæðinu. Úrlausnarefnið er því ekki einfalt og hér blandast saman hagsmunir stjórnmálanna, efnahagslífsins og sóttvarna. Mestu máli skiptir hins vegar að lærdómur verði dreginn af núverandi krísu. Þannig geta Norðurlöndin í framtíðinni verið betur í stakk búin til að takast sameiginlega á við þær áskoranir sem kunna að verða á vegi þeirra.



Þannig geta Norðurlöndin í framtíðinni verið betur í stakk búin til að takast sameiginlega á við þær áskoranir sem kunna að verða á vegi þeirra.

Halldór



Frá degi til dags

Samkvæmt bestu vitneskju Margir söknuðu þess að fjármála- og wikipedia-ráðherra héldi ekki glærusýningu fyrir stjórnskipunar- og eftirlitsnefnd yfir allar nasistatengdar athugasemdir Þorvaldar Gylfasonar um Sjálfstæðisflokkinn síðustu ár. Gefur þetta sterklega til kynna að aðstöðunni fyrir glærusýningar sé ábótavant á nefndarsviði þingsins. Þrátt fyrir skort á sjónrænum hjálpartækjum var niðurstaða fundarins afgerandi, Þorvaldur er ekki kona (samkvæmt bestu vitneskju innan ráðuneytisins).

Íþrótafréttamannaleiðin Nú er ljóst að fræðimenn hafa gengið í þann stóra hóp sem má helst ekki segja skoðanir sínar opinberlega án þess fá á sig stimpil sem litíð er til þegar sótt er um vinnu. Eru þeir boðnir hjartanlega velkomnir á vinnu-markaðinn árið 2020. Er þó vert að benda þeim á að það dugar ekki einu sinni að þegja um skoðanir sínar, heldur er meira að segja litíð til hvað þeir hafa gert í vinnunni. Fyrirverandi íþrótafréttamaður Stóðvar 2 er talinn hafa fundið fullkomna leið fram hjá þessum vanda, það er að búa til gerviaðgang á Twitter til að hrauna yfir óvini sína og líka vini sína. Getur vel verið að athugasemdakerfi DV sé vettvangur okkar virtustu fræðimanna og embættismanna. arib@frettabladid.is

Mótum velferðarstefnu



Heiða Björg Hilmisdóttir
varaformaður
Samfylkingarinnar



Ég vil hvetja alla borgarbúa, sem láta sig velferð og lýðheilsu varða, til að segja skoðun sína og taka þannig þátt í mótun velferðarstefnu til framtíðar.

Hraðar breytingar í samfélaginu og auknar kröfur til þjónustu kalla á endurskoðun á verklagi hjá velferðarsviði. Sjálfsögð krafa um notendasamráð á öllum stigum kallar á grundvallarbreytingar í samskiptum, viðmóti og samræði við notendur og aðstandendur þeirra. Ákall er um breyttar vinnuaðferðir í takt við nýjustu tækni og þekkingu og það viljum við nýta okkur. Áskoranir velferðarþjónustu á 21. öldinni eru því margar og fannst okkur í velferðarráði tímabært að setja af stað vinnu við gerð heildstæðrar velferðarstefnu. Við ætlum að ná fram heildarmynd af þeim mismunandi málaflokkum sem heyra undir velferðarráð en þegar eru til stefnur í einstaka málaflokkum, s.s. varðandi málefni eldri borgara, fatlaðs fólks og heimilislausra en þessi stefna verður fyrsta heildstæða velferðarstefna Reykjavíkur.

Tilgangur velferðarþjónustu er að veita íbúum þjónustu, stuðning og ráð til að jafna tækifæri þeirra til að taka þátt í samfélaginu, nýta hæfileika og auka sín lífsgæði. Til að stefnan verði góð viljum við fá sjónarmið íbúa og þjónustuþega og því höfum við nú opnað íbúagátt á vef Reykjavíkurborgar þar sem öllum Reykvíkungum gefst tækifæri til að segja sína skoðun á velferðarþjónustu borgarinnar og koma með tillögur að úrbótum og hugmyndir. Við munum einnig nota rýnihópa, viðtöl og leita til starfsmanna og hagsmunaaðila. Allt til að fá fram sem flest sjónarmið og festa verklag notendasamráðs í sessi bæði við stefnumótun og veitingu þjónustu í framhaldinu.

Skipulag á þjónustu verður endurskoðað með það að leiðarljósi að ná heildstæðri sýn á málefni fjölskyldna og að aðgengi að þjónustu verði auðveldað, til að mynda með rafrænum möguleikum til að sækja um eða fá ráð. Þjónustumiðstöðvar, fjöldi þeirra, kjarnastarfsemi og staðsetning verður tekið til endurskoðunar sem og samspil þeirra við Barnavernd, skóla- og fristundasvið og skrifstofu sviðsins til að tryggja flæði þekkingar og verklags.

Ég vil hvetja alla borgarbúa, sem láta sig velferð og lýðheilsu varða, til að segja skoðun sína og taka þannig þátt í mótun velferðarstefnu til framtíðar.

Erum með mikið úrval af allskonar bílaverkfærum á frábæru verði!



Verkfæralagerinn

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

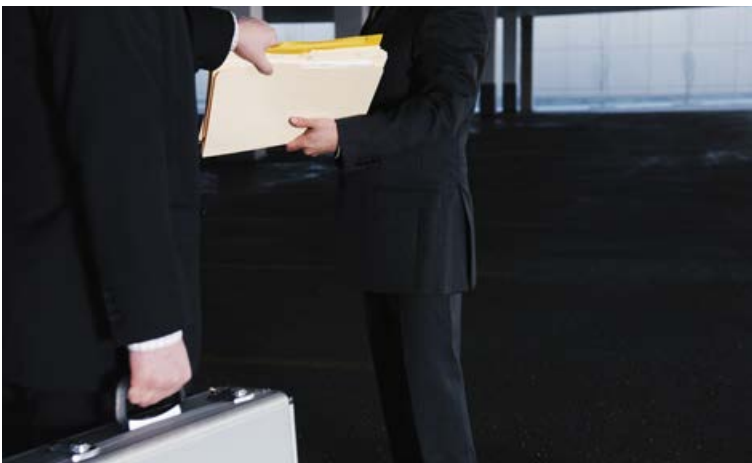
Aðhald og eftirlit skiptir öllu máli



Dóra Björt
Guðjónsdóttir
oddviti Pirata
í Reykjavík

Dýrmætir eftirlitsaðilar Reykjavíkurborgar hafa lagt grunn að fjölmörgum bráðnaðsýnlegum breytingum og þjónað borgarbúum vel. Í erfiðum málum sem upp hafa komið hafa þeir teiknað upp skýra og rétta mynd af atburðum og þær upplýsingar hafa reynst ómetanlegar við breytingar sem hafa fylgt í kjölfarið. Eftirlitseiningarnar styðja við eftirlitshlutverk okkar kjörinna fulltrúa sem vinnum fyrir íbúa Reykjavíkur og hjálpa okkur að taka á málum af festu. Við Piratar leggjum mikla áherslu á vönduð og góð vinnubrögð og þar með gagnsæi og eftirlit sem hefur sýnt sig að byggja undir þessi markmið. Þetta eykur traust á kerfunum okkar.

Reykjavíkurborg ætlar að styrkja eftirlitsumhverfi borgarinnar, skýra og bæta réttarstöðu borgarbúa og standa vörð um vernd uppljóstrara. Verið er að sameina eftirlitsaðila borgarinnar í eina óháða og öflugra eftirlitseiningu. Með þessu fyrirkomulagi nýtast innviðir borg-



arinnar betur og hægt er að tryggja að brýn verkefni nái fram að ganga með öruggum hætti hvort sem það eru verkefni umboðsmanns borgarbúa, innri endurskoðanda eða á vettvangi persónuverndar. Áætlun um þetta var kynnt á síðasta borgarráðsfundi.

Fyrirhugað er að auka enn frekar réttaröryggi borgarbúa með því að einfalda úrvinnslu kvörtunarmála og auka yfirsýn yfir þarfir borgarbúa með því að beina kvörtunarmálum beint í samræmdan og raf-rænan farveg. Þar verður hægt að greina þær út frá efni og eðli, vinna tölfraði, fylgja þeim betur eftir og hafa samvinnu innan stjórnsýslunnar um meðferð þeirra. Með

þessu verður komið í veg fyrir of hátt flækjustig og tvíverknað í verk-lagi til þess að tryggja góða og skjóta úrlausn mála. Munu þessi nýju gögn nýstast í markvisst fræðslustarf innan borgarkerfisins til að stuðla að betrumbótum borgarbúum í hag.

Í breytingunni felst einnig innleiðing nýrrar og betri uppljóstrun-argáttar, sem mun uppfylla skilyrði um fyllsta gagnageymsluöryggi til þess að tryggja þá nafnleynd uppljóstrara sem ný lög um vernd uppljóstrara kveða á um. Þau lög taka gildi um næstu áramót. Reykjavík er metnaðarfull þegar kemur að vernd uppljóstrara. Því verður mikil vinna lögð í að innleiða nýju lögin



Fyrirhugað er að auka enn frekar réttaröryggi borgarbúa með því að einfalda úrvinnslu kvörtunarmála og auka yfirsýn yfir þarfir borgarbúa.

snemma svo starfsfólk og borgar-búar allir njóti góðs af. Markmiðið er að auka traust á Reykjavíkurborg, styðja við að hlutir séu í góðum og eðlilegum farvegi innan borgarinnar og auðvelda viðbragð ef eitthvað bregst í þeim efnum.

Við höfum séð hvernig gagnsæi getur breytt hegðun fólks og ýtt undir vönduð vinnubrögð og að reglum sé fylgt, þess vegna leggjum við mikið kapp á aukið gagnsæi með meðal annars þróun Gagnsjár Reykjavíkur, breyttu fyrirkomulagi styrkveitinga og opnu bókhaldi. En sama á við um tilvist öflugra eftirlitsaðila og tækifæri einstaklinga til að blása í flautu og ljóstra upp um misbresti. Allt þetta getur skipt sköpum þegar kemur að nýtingu opinbers fjármagns. Allt þetta getur skipt sköpum þegar kemur að trausti á hinu opinbera. Allt þetta getur skipt sköpum þegar kemur að því að stoppa í göt og laga kerfin. Þess vegna skiptir þetta öllu máli.

Í dag veljið þið baráttukonu fyrir betri lífsgæðum



Ingibjörg
Sverrisdóttir
frambjóðandi
til formanns
FEB

umræðunni og sérlega þessa dagana vegna uppgjörðs frá Tryggingastofnun ríkisins sem barst um sl. mánaðamót.

Sem liðsmaður Gráa hersins og í hópi þeirra sem eru í málaferlum við ríkið vegna skerðinganna, mun ég halda málefnum ykkar á lofti og baráttunni áfram fyrir réttlæti og bættum hag eldri borgara.

Húsnæðismál

Húsnæðismálin eru mér ofarlega í huga og þar er umræðan aðallega um dýrt húsnæði fyrir eldri borgara. Sama hvort talað er um leigu-húsnæði eða til kaups. Það þarf að mæta kröfum og þörfum stærri hóps sem minna hefur á milli handanna. Gera þarf hagstæða samninga við Reykjavíkurborg um lóðir og gjöld og byggingaraðila til að byggja húsnæði á viðráðanlegu verði. Það er sama hvort það er leiguhúsnæði



Það eru mörg fleiri brýn mál sem varða eldri borgara sem ég vil berjast fyrir.

eða til kaups, verðið verður líka að miðast við forsendur eldri borgara eins og tekið er tillit til námsmanna. Horfa þarf bæði til þeirra sem eru að undirbúa sitt ævistarf og þeirra sem eru að ljúka því.

Hjúkrunarheimili og heimilisaðstoð

Skortur á hjúkrunarheimilum er tilfinnanlegur og mikil þörf á viðbótum svo þeir einstaklingar sem

þurfa talsverða hjúkrun þurfi ekki að búa á sjúkrahúsi við gjörólikar aðstæður en bjóðast á hjúkrunarheimilum.

Heimilisaðstoð, sjúkraþjálfun og jafnvel hjúkrunarþjónusta í heima-húsum á að vera sjálfsögð mannréttindi fyrir eldri borgara. Það léttir jafnframt á hjúkrunarheimilum og sjúkrastofnunum og bætir líðan og lífsgæði eldri borgara. Mín áherslu-mál snúa að skerðingum og kjaramálum, húsnæðismálum og hjúkrunarheimilum og heimilisaðstoð.

Það eru mörg fleiri brýn mál sem varða eldri borgara sem ég vil berjast fyrir. Í stórum hópi eldri borgara eru mismunandi þarfir og líta þarf til fjölmarga einstaklinga og mæta þörfum flestra. Við viljum öll fá að lifa við sómasamlegar aðstæður seinni hluta ævinnar og eiga áhyggjulaust ævikvöld. Fyrir því mun ég berjast.

Fylgstu með á Hringbraut



Vestmannaeyjar

Náttúruundrið Vestmannaeyjar

nýtur sín til fullnustu í heimsókn

Sigmundar Ernis, enda veðrið eins

og best verður á kosið.

Perlurnar glitra þegar siglt er inn

í hella eyjanna og **prílað** upp á efstu

eggjar. Nýtt, íslenskt á Hringbraut,

í kvöld kl. 21:30.

FRÉTTIR, FÓLK, MENNING & NÁTTÚRA á
Hringbraut og hringbraut.is

hey

RARIK

KJÖRBÚÐIN

h

Bókakaffið

LAGERSALA
ÁRMÚLA 42

Nýtt og notað
á tilboði

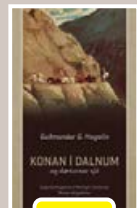
Þúsundir titla
fyrir alla
fjölskylduna



1.490



3.299



990



4.980



990



3.299



990



2.990



1.290



3.299

Velkomin!

OPIÐ
mán.-lau. kl. 13-18



SPORT



Stórt hestamannamót verður á Selfossi dagana 18.-21. júní og er búist við fjölmenni. FRÉTTABLAÐID/ANTON

Árborg borgar dómarakostnað

HESTAIÞRÓTTIR Bæjarráð Árborgar hefur samþykkt að greiða dómarakostnað við Íslandsmót barna og unglinga í hestaiþróttum sem fram fer á Selfossi 18.-21. júní.

» Félagið óskar eftir fjárhagslegum stuðningi sveitarfélagsins til að standa straum af kostnaði vegna mótsins sem er áætlaður 1-1,5 milljónir króna.

Sigríður Magnea Björgvinsdóttir, formaður Sleipnis, sótti um fjárhagslegan stuðning sveitarfélagsins til að standa straum af kostnaði vegna mótsins sem er áætlaður 1-1,5 milljónir. Dómarakostnaður er 600 þúsund, matarkostnaður um 400 þúsund krónur og verðlaunapeningar og bikarar kosta um 400 þúsund.

Í bréfi Sigríðar segir að mótið muni draga að sér mikinn fjölda fólks en ætla má að um 100 börn og unglingar taki þátt í mótinu og meirihluti þeirra keppi í mörgum greinum.

Bæjarráð Árborgar samþykkti á fundi sínum í síðustu viku að styðja verkefnið um 600 þúsund krónur en óskaði eftir yfirliti yfir rekstraruppgjör vegna mótsins þegar það liggur fyrir. – bb

Krafðist þess að kallaðir yrðu út mun fleiri sjálfboðaliðar

Fjöldatakmarkanir voru á leikjum í fyrstu umferðum Íslandsmótsins í knattspyrnu karla og kvenna. Sigurður Hlíðar Rúnarsson, verkefnastjóri hjá Breiðabliki, segir að framkvæmd leikjanna hjá kvenna- og karlaliðum félagsins um síðustu helgi hafi gengið vel. Fólk hafi fylgt fyrirmælum og verið samvinnuþýtt.

FÓTBOLTI Takmarkanir voru á fjölda fullorðinna einstaklinga sem máttu mæta á leiki fyrstu umferða Íslandsmótsins í knattspyrnu. Þannig máttu einungis 200 manns fæddir fyrir árið 2005 vera saman á leikjum helgarinnar og svo var miðað við 500 á leikjum gærkvöldsins. Félög brugðu á það ráð að hólfskipta áhorfendasvæðum sínum til þess að koma eins mörgum áhorfendum að og mögulegt var.

Sigurður Hlíðar Rúnarsson, verkefnastjóri knattspyrnudeildar Breiðabliks, segir að framkvæmd leikja liða félagsins hafi gengið vel en Breiðablik lagði FH að velli í fyrstu umferð Íslandsmóts kvenna og Blikar höfðu betur gegn Gróttu karlamegin. Uppselt var á leik Breiðabliks og Gróttu um það bil fjórum klukkustundum fyrir leik og því ljóst að færri komust að en vildu.

„Við fundum strax fyrir miklum áhuga á leikjum liðanna, það var þétt setið á kvennaleiknum og svo varð uppselt á leikdegi á karlaleiknum. Það hefði verið óskandi að geta selt fleiri miða á þann leik en það verður bara að hafa það. Við hólfskiptum áhorfendasvæðinu þannig að við gátum tekið við 1.300 fullorðnum og við það bættust 800 börn. Við tókum þau sóttvarnafyrirmæli sem í gildi voru alvarlega og það krafðist þess að við þurftum að hafa fleiri sjálfboðaliða til taks en á hefðbundnum leik,“ segir Sigurður Hlíðar.

„Það voru 35 starfsmenn í gæslu á karlaleiknum í stað tíu á venjulegum leik og þá þurftum við fleiri sjálfboðaliða til þess að manna veitingasölu en vaninn er. Breiðablik er sem betur fer stórt félag með marga félagsmenn innanborðs sem



Flestir fóru eftir góðum og gildum fyrirmælum sóttvarnalæknis þó að sumir hafi stolist til að kíkja á félagana sem sátu í öðru hólfi eins og hér sést á Origo vellinum í opnunarleik efstu deildar karla. FRÉTTABLAÐID/ANTON BRINK

●● Það voru 35 starfsmenn í gæslu í stað tíu á venjulegum leik og þá þurftum við fleiri sjálfboðaliða til þess að manna veitingasölu en vanalegt er.

Sigurður Hlíðar Rúnarsson

eru boðnir og búnir að leggja sitt af mörkum þegar þess þarf. Þetta gekk allt smurt fyrir sig og ég var ekki var við nein vandkvæði við framkvæmd leiksins.

Fólk virti öll þau fyrirmæli sem fyrir það voru lögð með bros á vör. Það einfaldaði málin fyrir okkur hvað fólk var jákvætt og spennt fyrir því að komast á fótboltaleik á nýjan leik,“ segir verkefnastjórinn enn fremur.

„Einn af jákvæðu punktunum sem hægt er að taka úr þessum leikjum, fyrir utan sigrana, var

að það var flott að sjá setið allan hringinn á karlaleiknum. Það er langt síðan það var svona þétt setið í gömlu stúkunnni og það væri gaman að sjá fullan völl allan hringinn síðar í sumar.

Þá var einnig gleðilegt að sjá hversu hratt það gekk að safna saman sjálfboðaliðum til þess að aðstoða okkur. Við getum svo tekið við fleiri áhorfendum á næstu heimaleikjum hjá okkur og svo verður þessum takmörkunum vonandi aflétt að öllu leyti fljótlega,“ segir hann. hjorvaro@frettabladid.is

Ríkisstjórnin ætlar að svara bréfi Rashfords

FÓTBOLTI Marcus Rashford, leikmaður Manchester United, skrifaði hjartnæmt bréf til ríkisstjórnar Bretlands og allra þingmanna landsins um að taka U-beygu varðandi matarþögnun í grunn-skólum landsins. Rashford, sem er 22 ára gamall, hefur fengið mikið hrós fyrir bréfið sem hann birti á Twitter.

Rashford safnaði 20 milljónum punda, um þremur milljörðum króna, fyrir góðgerðarsamtökin FareShare í COVID-19 faraldrinum og er farinn að láta til sín taka utan vallar í auknu mæli.

Mörg börn í Bretlandi treysta á heita máltíð í skólanum en ríkisstjórnin tilkynnti fyrir skömmu að hún ætlaði að hætta stuðningi sínum í sumar. Það fer illa í Rashford sem sjálfur kemur af fátæku heimili. Í bréfi sínu bendir hann á að 850 þúsund fleiri sóttu um atvinnuleysisbætur í apríl en mars. Fátæktin mun aðeins versna.

Sir Keir Starmer, leiðtogi Verkamannaflokksins og leiðtogi bresku stjórnarandstöðunnar, segir á Twitter að Rashford hafi lög að



Rashford biðlar til ríkisstjórnarinnar að hætta við áform um að stöðva matargjafir. MYND/GETTY

mæla. Það gangi ekki að rúmlega milljón breskra barna svelt. Talsmaður Boris Johnson forsætisráðherra sagði við breska fjölmiðla að ríkisstjórnin myndi bregðast við bréfinu þegar hann hefði tíma til þess. – bb

Gildi – lífeyrissjóður Ársfundur 2020

Grand Hótel Reykjavík, í dag 16. júní kl. 17:00

Dagskrá:

- Venjuleg ársfundarstörf samkvæmt samþykktum sjóðsins

Vakin er athygli á að allir sjóðfélagar eiga rétt til setu á ársfundinum með málfrelsi og tillögurétti.

Stjórn Gildis-lífeyrissjóðs



Lífeyrissjóður

www.gildi.is



PRÍÐJUDAGUR 16. JÚNÍ 2020

Heimili og fjölskylda

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:
Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is
Viðar Ingi Pétursson, vip@frettabladid.is



Árni Freyr Magnússon og Álfrún Perla Baldursdóttir eru að koma sér fyrir í innfluttu einingahúsi á Starhaga við Skerjafjörð. Húsið er að rísa við hliðina á húsi sem tilheyrir pöbbum Álfrúnar. Það er verið að reisa húsið og þau vonast til að geta flutt inn í seinasta lagi fyrir júl. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Glænýtt en um leið samt líka gamaldags

Álfrún og Árni eru að reisa einingahús úr timbri við Skerjafjörðinn sem fylgir ströngum skilyrðum til að vernda gömlu götumyndina. Þau segja mikilvægt að halda gleðinni og fagna litlu sigrunum í svona langtímaverkefni. ➔2

Framhald af forsiðu ➔

Oddur Freyr Þorsteinsson
oddurfreyr@frettabladid.is

Þau Álfur Perla Baldursdóttir og Árni Freyr Magnússon eiga von á barni saman í lok mánaðar og eru að hreiðra um sig í Vesturbænum í Reykjavík. Þau réðust ekki á garðinn þar sem hann er lægstur heldur skuldbundu þau sig því að halda í gömlu götummyndina á Starhaga við Skerjafjörðinn og fluttu því inn einingahús frá Eistlandi til að fá rétta útlitið. Það er nú að rísa á milli húss sem Minjavernd flutti nýlega í götuna og gamalgróins húss sem pabbar Álfur, Baldur Þórhallsson og Felix Bergsson, búa í.

„Við komumst að því að það væri hagstæðast til langframa að byggja frekar en að leigja eða stækka litla íbúð og vorum svo rosalega heppin að detta niður á þessa lóð,“ segir Álfur. „Okkur fannst spennandi að fara í það verkefni að reisa hús sem viðhéldi götummyndinni. Annars hefðum við ekki gert þetta.“

Spennandi verkefni

„Við erum að koma okkur fyrir við hliðina á tengdapöbbunum,“ segir Árni. „Þeir búa í Starhaga 5 og keyptu lóðina við hliðina árið 2010 og í framhaldi fóru þeir að velta fyrir sér framkvæmdum á lóðinni.“

„Þeir spurðu okkur systkinin hvort við hefðum áhuga á því að byggja en bróðir minn var ekki jafn spenntur fyrir þessu verkefni og við,“ segir Álfur. „Árni vann hjá múrara í tíu ár og getur reddað hinu og þessu, svo hann var spenntur fyrir verkefninu. Okkur finnst þetta skemmtilegt og sáum tækifæri til að halda gleðinni í þessu, á meðan bróðir minn sá þetta frekar sem langtímahausverk.“

„Það eru tvær lóðir á enda götunnar, Starhagi 1 og 3. Við erum með 3 og Minjavernd er með Starhaga 1,“ segir Árni. „Þangað var flutt hús sem var áður á Laugavegi 36b, fyrir aftan Sandholtsbakari. Það var byggt á síðasta áratug 19. aldar, þannig að það er rúmlega 100 ára gamalt.“

„Við vorum alveg sammála kröfunni um að halda í götummyndina og lentum meira að segja í smá baráttu við arkitektana, því þegar við mættum á fyrsta fundinn vorum við með myndir frá Árbæjarsafni og vorum rosa spennt fyrir að hafa þetta gamaldags, en þau sögðu okkur bara að maður byggði ekki hús árið 2019 eins og árið 1919,“ útskýrir Álfur.

Sama aðferð og fyrir öld

„Þar sem deiliskipulagið er svo



Húsið verður svipað húsum sem voru byggð í Reykjavík í byrjun 20. aldar. Gula húsið er einingahús frá árinu 1925. FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Okkur finnst þetta skemmtilegt og sáum tækifæri til að halda gleðinni í þessu, á meðan bróðir minn sá þetta frekar sem langtímahausverk.

strangt þurftum við að finna aðila sem gat framleitt hús eftir mjög ströngum teikningum,“ segir Árni. „Það eru ekki margir sem geta það og því enduðum við á eistneska fyrirtækinu Seve, sem hefur áður flutt hús til Íslands. Margir sem ég talaði við sögðu sig frá þessu því þeir höfðu ekki burði til að framfylgja hugmyndum okkar og nokkrir smíðir bentu mér á að þetta væri ódýrari lausn.“

„Það kom okkur á óvart hvað teikningarnar og öll undirbúningsvinnan var flókin og löng. Ég hélt að það yrði hratt ferli og svo tækju við endalaugar framkvæmdir,“ segir Álfur. „Við vorum svo sem ekki að flýta okkur, en það tók alveg tvö ár að klára teikningarnar og fá þær samþykktar.“

Þetta kemur hingað eins og í Ikea-kassa, það er allt tilbúið í gámum og það koma fimm menn með sem rigga þessu upp á 30 dögum og þá er húsið tilbúið að utan, en ekki innan,“ segir Álfur. „Það verður 260 fermetrar og í gamaldags stíl, svipað húsum sem voru byggð í Reykjavík í byrjun 20. aldar. Þá voru norsk timburhús flutt inn og reist og við erum að gera það sama núna 100 árum síðar. Hús pabbanna, Starhagi 5, er einmitt norskt tilniðað einingahús sem var reist árið 1925.“

„Við höfðum svo frjálsar hendur við að velja innréttinguna og þær verða allar íslenskar og koma frá Brúnás fyrir austan,“ segir Árni. „Kjallarinn er kominn, en húsið



Þessi tölvuteikning sýnir hvernig húsið á eftir að koma út að lokum. Það verður 260 fermetrar og mun smellpassa inn í gamaldags götummyndina.

sjálft ætti að vera risið í lok júlí og þá ætti götummyndin að vera nokkurn veginn komin,“ segir Álfur.

„Það er svo nóg eftir, en ekki mjög langur tími eftir samt,“ segir Árni. „Ég vil flytja inn í október en Álfur er ekki jafn bjartsýn og vill ná þessu fyrir júl.“

Fagna litlu skrefunum

„Þetta er miklu skemmtilegra en fólk heldur. Það er auðvitað fullt til að tuða yfir en þetta er samt mjög gaman,“ segir Álfur. „Það er mjög mikilvægt að láta engan taka af sér ánægjuna við að byggja svona hús, en það hafa margir reynt,“ segir Árni. „Það þarf að fagna litlu hlutum. Þetta er svo langt tímabil að ef maður ætlar bara að fagna seinasta naglanum verður þetta þreytt og langt ferli,“ segir Álfur. „Það þarf að muna að fagna litlu skrefunum og öllum áföngum í þessu eins og öllu öðru.“

Margt mætti auðvelda

„Allt þetta ferli hefur gengið rosalega vel, fyrir utan að samstarfið við Veitur hefur ekki verið mjög gott. Viðhorf þeirra er þannig að maður veit ekki hvort þau séu til fyrir borgarbúa eða borgarbúar til fyrir þau,“ segir Árni. „Ferlið hefur gengið að mestu leyti mjög vel og samstarf við Reykjavíkurborg hefur verið gott en auðvitað má alltaf gera betur. Allt ferlið hjá Reykjavíkurborg og eftirlitsaðilum miðast rosalega við verktöku og þá sem hafa atvinnu

af því að búa til hús en ekki einstaklinga,“ segir Álfur. „Þannig að maður fær ekki endilega blíðar viðtökur sem miða að því að upplýsa mann um ferlið eða næstu skref.“

Hið opinbera er núna í stefnumótunartölvunni við að gera Stafrænt Ísland, sem gengur út á að tæknivæða almannabjónustu og ég er rosalega spennt fyrir þessu. Það er margt sem mætti auðvelda þannig,“ segir Álfur. „Það sparar öllum pening og tíma. Til dæmis mætti leyfa húsbyggjendum að skila teikningum inn rafrænt, sem myndi spara öllum tíma, peninga og vera umhverfisvænni lausn. Það er mjög mikill kostnaður við að skila inn prentuðum teikningum og það kallar á mikla vinnu og skutl.“

Parketleggur í fæðingarorlofi

Það sem er fram undan núna hjá Álfur og Árni er að taka á móti sínu fyrsta barni, en Álfur á að eiga dóttur undir lok mánaðar, ásamt því að klára húsið.

„Vonandi á met tíma,“ segir Árni. „Við erum að reyna að velja innréttingar og gólfefni áður en hún kemur svo vinnan verði auðveldari eftir það,“ segir Álfur. „Draumurinn var að vera búinn að þessu áður en barnið kæmi,“ segir Árni. „En það eru bara spennandi hlutir að gerast.“

„Sumir læra að þrjóna í fæðingarorlofinu, en ég læri að parketleggja,“ segir Álfur létt að lokum.

Álfur segir að í svona löngu ferli dugi ekki að fagna bara seinasta naglanum og því þurfi að muna að fagna litlu skrefunum og öllum áföngum. Það tók þau um tvö ár að ganga frá teikningunum og fá öll leyfi en það verður tiltölulega fljótlegt að reisa húsið.

FRÉTTABLAÐIÐ/
SIGTRYGGUR ARI

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarféni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgafandi: Ábyrgðarmaður: Torg ehf. Jóhanna Helga Viðarsdóttir

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 550 5657, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656,

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Hjördís Erna Þorgeirsdóttir | hjordiserna@frettabladid.is s. 550 5767 | Oddur Freyr Þorsteinsson, oddurfreyr@frettabladid.is s. 550 5768 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

abel heilsuvörur

www.abelheilsuvorur.is



Ég hef alla tíð verið mjög viðkvæm í maganum og var búin að prófa ýmislegt. Ég fann fljótt mikinn mun þegar ég byrjaði að nota Probi Mage mjólkursýrugerla. Það er frábært að hafa loksins fundið eitthvað sem virkilega hjálpar mér og ég tek 1 hylki á dag og mun svo sannarlega halda því áfram því þetta bjargar mér algjörlega. - Sigríður Ríta Ragnarsdóttir

Húð og hár

ÞRIÐJUDAGUR 16. JÚNÍ 2020

Kynningar: Bpro, Náttúrusmiðjan, Húðin, Sigurborg, Regalo, Icepharma, Saga Natura



Baldur Rafn Gylfason, eigandi Bpro, hefur fagmennsku að leiðarljósi í starfi sínu. Honum er umhugað um að bjóða góðar og umhverfisvænar vörur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Umhverfisvænar og sjálfbærar gæðavörur fyrir húð og hár

Fyrirtækið Bpro var stofnað stuttu eftir bankahrunið og heldur upp á tíu ára afmæli síðar á þessu ári. Bpro er heildverslun sem leggur metnað í að bjóða hárgreiðslu-, snyrtistofum og spa hágæða vörur með fagmennsku að leiðarljósi. Bpro flutti nýlega í stærra húsnæði að Smiðsbúð 2. ➔2



Bpro leggur áherslu á há-gæðavörur fyrir húð og hár. Á myndinni má sjá sólarlínuna fyrir hár frá Davines og einnig Essential línuna.

Hjónin Baldur Rafn Gylfason hársnyrtimeistari og Sigrún Bender flugstjóri reka Bpro. Þau lögðu af stað í upphafi með fyrirtækið við eldhúsbordið heima en það hefur síðan vaxið mikið og dafnað. Bpro flutti nýlega í stórt og hentugt húsnæði að Smiðsbúð 2 í Garðabæ. Baldur segir að þau leggi áherslu á faglega þjónustu og halda námskeið reglulega fyrir hárgreiðslufólk og snyrtifræðinga. Þau hafi skapað sér mjög góða aðstöðu fyrir námskeið og aðrar upptökur í nýja húsnæðinu.

Umhverfisvænar lúxusvörur
Baldur rak um árabíl tvær af stærstu hárgreiðslustofum landsins, Monroe og Mojo. Hann opnaði sína fyrstu hárgreiðslustofu árið 1999. „Á þeim árum sem ég rak stofurnar fann ég að það vantaði ýmsar gæðavörur á markaðinn og frekari og dýpri kennslu í notkun þeirra. Ég vil líta svo á að ég sé í samstarfi með hár- og snyrtistofum og ég hef alla tíð lagt mikla áherslu á að bjóða vandaðar lúxusvörur sem jafnframt eru umhverfisvænar,“ útskýrir hann. „Vandaðar fagvörur þarfnast þjálfunar og þekkingar og þeim þarf að sýna kærleik og alúð. Til að þetta sé hægt þarf maður að hafa frábært fagfólk með sér til að vörurnar nýtist viðskiptavininum sem best en hjá Bpro starfa 11 manns.

Gæðavörur fyrir húð og hár
Bpro er fyrst og fremst fagverslun sem býður margvíslegar gæðavörur fyrir húð og hár,“ segir Baldur. „Ég lít á fyrirtækið sem gourmet verslun fyrir fagfólk og er stoltur af öllum þeim vörumerkjum sem við bjóðum. Viðskiptavinir geta treyst þeim þar sem þetta eru gæði frá A-Ö. Mér finnst mjög mikilvægt að halda kynningar og námskeið en með því get ég komið á framfæri hvernig varan virkar best fyrir hvern og einn,“ segir Baldur en fyrirtækið hefur fengið erlend verðlaun og viðurkenningar. „Ég hef verið heppinn því fyrirtækið hefur gengið vel og vörunum hefur verið frábærlega tekið hér á landi. Sjálfur er ég krófuharður á þau



Davines notar 25% minna plast í sínar vörur þegar hægt er og allt er í endurnu plasti eða til endurvinnslu.



Kjarnaoliur sem viðskiptavinum er boðið að leika sér með og blanda eigið sjampó í heimsóknum.

merki sem ég tek í sölu. Það er ekki kappsmál að vera með mörg vörumerki heldur einungis gæðavöru,“ útskýrir hann. Ein af stærstu vörulínum Bpro er Davines. „Við erum stolt af því að vera með þessar vörur en hjá Davines snýst allt um sjálfbærni.

Allar vörur eru vegan og umhverfisvænar, en einnig er kolefnisspor jafnað. Það hefur höfðað sterkt til okkar enda höfum við sett upp okkar eigin skóg, Þorláksskóg, sem er rétt utan við Þorlákshöfn. Þar ætlum við að leggja umhverfinu lið í framtíðinni með trjárækt. Við fengum mörg hundruð erlenda sjálfbóðaliða okkur til hjálpar við að útbúa þennan reit og gróður-setja.

Meðfram Davines erum við með Comfort Zone sem eru hágæða húðmeðferðarvörur. Þetta er afar sérhæfðar vörur sem eru notaðar á snyrtistofum og spa. Þessar vörur eru eingöngu notaðar og seldar á snyrtistofum og fagfólk ráðleggur um notkun þeirra. Við erum líka með Skin Regimen sem eru nýjar húðmeðferðarvörur frá Davines samsteypunni og eru einnig sérhæfðar og faglegar húðvörur. Skin Regimen vörurnar er hægt að kaupa á netinu undir skinregimen.is og nokkrum útsölustöðum sem koma fram á netsíðunni.

Þekktar hárvörur
Eitt af okkar aðalmerkjum er hið heimsþekktá hárvörumerki label.m sem hefur verið lengi á markaði hjá okkur. Label.m býður

“Ég lít á fyrirtækið sem gourmet verslun fyrir fagfólk og er stoltur af öllum þeim vörumerkjum sem við bjóðum.

upp á ýmsar lausnir, þar á meðal sjampó, næringu auk mótunarvöru sem tengist götutísku og tískuheiminum sem getur reddað fólk á hraðferð, til dæmis hefur þurrsjampóið Dry Shampoo Brunette bjargað mörgum en það hylur rót og kom sér þess vegna vel í samkomubanninu. Það eiginlega mokaðist út í COVID,“ segir Baldur.

Sóttþreinsir mýkir hendur
„Þess má geta að í COVID-faraldrinum kynntist ég Disicide-sóttþreinsivörum. Það eru umhverfisvænar vörur sem einnig eru vegan og alkóhólfriar. Disicide sóttþreinsivökvinn þurrkar ekki hendurnar heldur gerir þær silki-mjúkar. Disicide framleiðir einnig þvottaefni ásamt alls kyns öðrum sóttþreinsivörum. Ég lít þannig á að fólk muni áfram nota sóttþreinsiefni og sýna aðgát. COVID hefur kennt okkur aðra hegðun varðandi allt hreinlæti. Þess vegna er mikilvægt að nota vörur sem eru góðar fyrir húðina og ekki síður umhverfið. Á netversluninni marcinbane.is er hægt að nálgast sumar vörurnar en við erum að vinna í því að koma þeim á fleiri sölustaði,“ segir Baldur. „Við erum með fleiri merki í sóttþreinsivörum sem skoða má á heimasíðunni okkar.“

Sjálfbhrunkuvörur sem virka
Þá bjóðum við gríðarlega vinsælar sjálfbhrunkuvörur frá hinu þekktá merki Marc Inbane. Þær eru seldar á marcinbane.is og á sölustöðum víða um land. Sjálfbhrunkuvörurnar hafa verið gríðarlega vinsælar og enn þá meira undanfarið og hafa örugglega komið í staðinn fyrir Tenerife,“ segir Baldur.

„Þessar vörur hafa vakið mikla athygli og eru orðnar vel þekktar hér á landi. Sjálfbhrunkuvörurnar vinna með náttúrulegum húðlit og gefa þar afleiðandi náttúrulega og fallega sjálfbhrunku. Ég hef tekið eftir því í samkomubanninu hversu vel fólk hefur hugsað um húð og hár. Það hefur verið öðruvísi verslun hjá okkur, mikil sala í lúxus-djúpnæringu og andlitsmöskum sem fólk lét kannski sitja á hakanum áður, en hafði núna meiri tíma til að dekra við sig. Með því að kaupa vandaðar húð- og hárvörur finnur fólk fljótt muninn. Ég tel að eftir að hafa kynnst þessum vörum vilji fólk halda sig við þær. Sömuleiðis hefur orðið aukning í sölu á raftækjum eins og blásurum, krullu- og sléttu-járnnum en við erum með mögnuð tæki frá HH Simonsen sem lengi hafa verið á gjafalista fermingarstúlkna. Flestar konur hafa þráð að eignast HH Simonsen tæki og sumar eru jafnvel að safna þeim og vilja eiga öll.

Nýtt húsnæði og barn
Um þessar mundir erum við að skipuleggja viðburð til að kynna vörur okkar fyrir viðskiptavinum, velunnurum og nágrönnum. Þar ætlum við að gefa Good hope sóttþreinsigelið frá Davines sem þeir fóru að framleiða í samkomubanni þegar lokað var á aðra framleiðslu, ásamt fleiri vörum. Með því viljum við minna fólk á að fara varlega áfram. Það eru búnir að vera erfiðir tímar undanfarna mánuði á meðan á samkomubanninu stóð en nú lítum við til framtíðar með bros á vör enda allt komið í gang aftur,“ segir Baldur en þau hjónin eignuðust dóttur 4. apríl svo það hefur verið nóg að gera undanfarið hjá fjölskyldunni. „Það má segja að það hafi verið mikið stuð í samkomubanni hjá okkur, flutningar og nýtt barn.“

Á heimasíðunni bpro.is er hægt að skoða allar vörur fyrirtækisins og sölustaði þeirra. Bpro er staðsett í Smiðsbúð 2 í Garðabæ, sími 552 5252.



Ertu með flösu?

**dr.organic
coffee
flösusjampó
og hárnæring
innihalda
einstaka blöndu
af lífrænum
innihaldsefnum
sem að vinna
á flösu
á mildan hátt.**



dr.organic vörurnar fást í apótekum, heilsubúðum,
Fjarðarkaup, Hagkaup og á Heimkaup.is

Náttúruleg og kröftug virkni og glóandi fögur húð í sumar

Bætiefnin Húð, hár og neglur, og Astaxanthin frá ICEHERBS eru vinsæl bætiefni í sumar. Þau eru framleidd á Íslandi úr hreinum og náttúrulegum hráefnum.

Sögu vörumerkisins ICEHERBS natural supplements má rekja til ársins 1993 þegar félagið Íslensk fjallagrös hf. var stofnað af sveitarfélögum á Norðurlandi. Hugmyndin var að nýta íslenskt hráefni, fjallagrös, sem höfðu þá alltaf verið flutt úr landi óunnin.

„Félagið tók svo fljótlega að nota vörumerkið ICEHERBS natural supplements fyrir vörurnar sem það framleiddi,“ segir Katrín Amni Friðriksdóttir, meðeigandi og framkvæmdastjóri Náttúrusmiðjunnar ehf., sem á vörumerkið ICEHERBS natural supplements.

„Árið 2012 hófst vöruþróun



Katrín Amni Friðriksdóttir er framkvæmdastjóri Náttúrusmiðjunnar.

og framleiðsla á hreinum bætiefnum í jurtahylkjum. Síðan hefur framboðið hjá ICEHERBS vaxið jafnt og við erum alltaf að leitast eftir því að geta svarað eftirspurn markaðarins og á sama tíma nýtt afurðir náttúrunnar.“

Hrein virkni

ICEHERBS natural supplements leggur áherslu á hreinar og virkar vörur.

„Þegar hugmynd kviknar að nýrri vöru leggjum við áherslu á það í öllu ferlinu að varan sé bæði hrein og að virknin sé sönn,“ segir Katrín. „Við viljum að viðskiptavinir njóti betri lífsgæða þegar þeir

nota vörurnar okkar og það gleður okkur að geta bætt lífsgæði fólks.“

Glóandi og heilbrigð húð

„Nú erum við að kynna vörurnar Astaxanthin og Húð, hár og neglur,“ segir Katrín. „Hvað er betra en glóandi og heilbrigð húð á sumrin? Við inntöku réttra og náttúrulegra bætiefna getur þú séð gríðarlegan mun á húðinni. Það skiptir nefnilega jafn miklu máli hvað þú setur utan á þig og inn í þig. Þeir sem nota Astaxanthin-ið í Húð, hár og neglur finna gríðarlegan mun á húð sinni og verður hún glóandi og heilbrigðari með náttúrulegri virkni,“ upplýsir Katrín.



Bætiefnin Astaxanthin og Húð, hár og neglur eru hrein náttúruafurð.

Húð, hár og neglur eru öflugar og náttúrulegar þaratöflur úr íslenskum þörungum. Töflurnar eru stútfullar af steinefnum og vítamínum sem hafa ríkuleg áhrif á húð, hár og neglur.

„Við fáum að heyra það reglulega frá ánægðum viðskiptavinum að hár og neglur styrkist til muna þegar þeir nota Húð, hár og neglur frá okkur og verður húðin heilbrigðari og þéttari. Sæþörungar eru taldir hafa góð hreinsandi áhrif

á líkamann og þeir eru einnig mjög jöðríkir. Húð, hár og neglur varan okkar er formúleruð með það í huga að jöðinntakan fari ekki yfir það hámarks magn sem mælt er með,“ útskýrir Katrín.

Astaxanthin er eitt öflugasta andoxunarefnið sem fyrirfinnst. Það hefur frábæra og styrkjandi virkni fyrir húðina og eykur náttúrulega eiginleika hennar til þess að verjast sólinni og útfjöbláum geislum hennar.

„Astaxanthin bætir raka-stig, mýkt og teygjanleika húðar og dregur úr finnum hrukkum, blettum og freknum. Sumir vilja meina að húðin verði fyrr brún og að brúnkan viðhaldist lengur. Það eru fjölmargir söldýrkendur sem finnst ekki leiðinlegt að geta átt kost á því, sérstaklega búandi hér á landi,“ segir Katrín.

„Þessar húðvörur hentar öllum og við mælum sérstaklega með þeim í sumar. Við erum ótrúlega stolt af því hvað viðskiptavinir okkar finna mikinn mun og það er alltaf okkar lokamarkmið í enda dagsins að finna að vörurnar okkar og virkni þeirra skila sér í ánægðum viðskiptavinum,“ segir Katrín að lokum.

ICEHERBS fæst í öllum betri mat-vöruverslunum, apótekum og heilsuvöruverslunum.

Vil ekki leggja þetta kjaftæði á aðra

Rithöfundurinn, skáldið og skipstjórinn Bragi Páll Sigurðarson hefur átt í flóknu sambandi við hárið á sér frá því að hann man eftir sér. Bað hann til guðs að börnin sín fengju ekki eins hár.

Hjördís Erna

Þorgeirsdóttir

hjordiserna@frettabladid.is



Ég vildi alltaf óska þess að ég væri með venjulegt hár þegar ég var litill, eins og hinir krakkarnir. Svo var einhver mis-skilningur á milli mín og mómmu þar sem ég hélt að það væri hægt að taka pillu og fá slétt hár en þegar hún útskýrði að það væri ekki hægt þá trylltist ég úr harmi. Ég hef verið svona fjögurra ára þarna og er enn að jafna mig á vonbrigðunum,“ segir Bragi alvörugefinn.

Misstórar útgáfur af jew-fro

„Nú á ég tvö börn og ég hef í báðum tilfellum beðið til guðs að þau fái ekki hárið mitt og þeim bænum virðist hafa verið svarað. Ég vil bara ekki leggja þetta kjaftæði á aðra manneskju, að eini möguleikinn á hárgreiðslum séu misstórar útgáfur af jew-fro.“

Bragi segir hárið hafa spröttið fram í allri sinni dýrð upp úr tveggja ára aldri. „Ég fæddist skóllóttur og er bara með svona ung-barna-dún fyrstu tvö árin. En eftir það var allt niður í móti og ég var strax kominn með rautt grínhár.“

Bragi rekur hárið til bæði föður- og móðurfjölskyldunnar. „Pabbi er með þessar rosaugu krullur, foreldrar hans báðir með liðað hár og bræður hans líka, en það fékk enginn svona teppi nema hann. Í móðurættinni er svo talsvert af rauðu hári sem kemur frá Vopnafirði en þeir eru frægir fyrir



Hár Braga er tilkomumikið. MYND/KRISTINN MAGNÚSSON (FYRIR STUNDINA)

rauðkuna. Langamma mín var þaðan, amma er rauðhærð, líka mamma, svo fékk ég þetta og dóttir mín er eins. Ekkert af systkinum mínum hins vegar er svona, sú sem er mér samfedra er með slétt ljóst hár, sammæðra dökkt og frekar slétt frá pabba sínum þannig að ég er eini með trúðahár.“

Valdi ekki að fá grínhár

Það gat reynst erfitt fyrir ungan Braga að vera frábrugðinn hinum krökkunum. „Mér var talsvert

strítt í grunnskóla, þaðan kemur þessi löngun til að vera eins og hinir, að það sé bara einhver hárpilla sem geti lagað þetta ástand og það er líka ástæðan fyrir því að ég óska börnunum mínum alls ekki að fá svona hár. Þó ég segi þetta í gríni þá er mun flóknara að standa svona mikið út úr og þurfa stöðugt að svara fyrir eitthvað sem er alls ekki val.“

Þó kom tímabil þar sem hárið kom sér vel. „Eina skiptið sem hárið hefur unnið með mér var í



Skammlíf hárgreiðsla til heiðurs kvikmyndinni House Party frá 1990.

kringum 2000 þegar nu-metallinn var upp á sitt besta, og þeir allra hörðustu voru með dredda, sem eru sérlega glæsilegir í mosh-pyttinum. Ég hætti einhvers staðar í níunda bekk að nenna að greiða á mér hárið með þeim afleiðingum að það breyttist í dredda af sjálfu sér og í harðkjarnasenunni er ekkert sem gefur meira félagslegt kapítal en glæsilegur hárvöxtur. Síðan þá hef ég hins vegar ekki lagt í dreddana aftur, erfitt að púlla þá utan þungarokks og unglingsára.“

Hárið heillaði Bergþóru

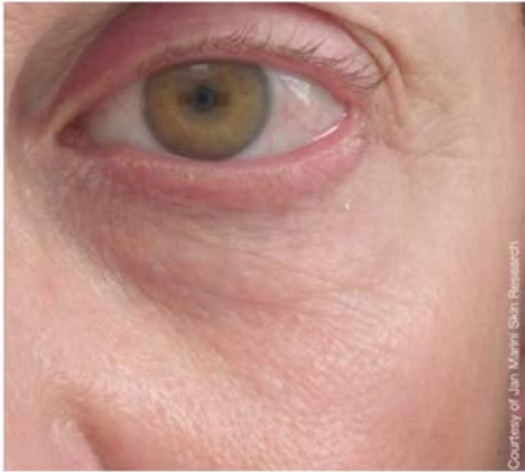
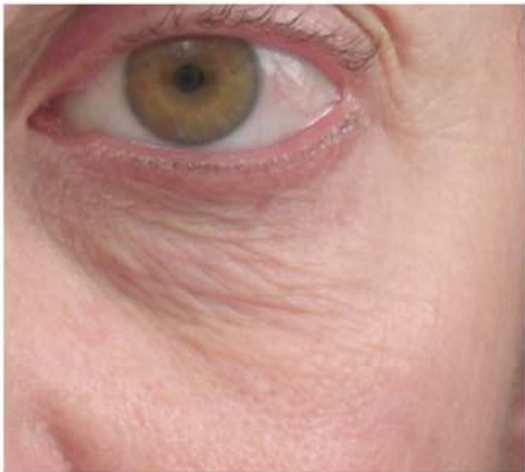
Hár Braga hefur vakið mikla eftirtekt í gegnum tíðina. „Fólk hefur gríðarlega þörf fyrir að tjá sig um hárið á mér, litinn á því, áferðina og fá að snerta það, stundum án þess að spyrja leyfis, ókunnugt fólk. Þældu í hversu fráleitt það er, að



Hárið reyndist kjörið fyrir dredda sem vöktu lukku í heimi nu-metal.

einhver manneskja sem þú hefur aldrei átt orðaskipti við, gangi upp að þér og fari að snerta á þér hárið. Á útihátíðum hér í gamla daga lét ég fólk borga mér í drykkjum ef það endilega vildi snerta á mér hárið svo ég væri í það minnsta að fá eitthvað fyrir ónæðið.“

Þá virðist sem hárið hafi á endanum verið ein helsta gæfa Braga í lífinu en kona hans, rithöfundurinn Bergþóra Snæbjörnsdóttir, féll kylliflöt fyrir lubbanum. „Bergþóru finnst hárið á mér æði og segir fólk reglulega að hárið sé ástæða þess að hún valdi mig til undaneldis. Þannig að það er kannski það besta sem hefur komið út úr því að vera með trúðahár, að þessi dásamlega kona gaf mér séns út á það, þó að börnin okkar virðist blessunarlega ætla að sleppa að mestu.“



Meðferðirnar frá Jan Marini og Perfect Derma minnka finar og djúpar andlitslínur, minnka bólgu í húð og vinna meðal annars á bólum, þurrki og litabreytingum. Þær örva endurnýjun ysta húðlagsins, þétta húðina og minnka slappleika, gefa góðan raka og minnka sólar-skemmdir.

Húðlína sem blæst nýju lífi í húðina

Það eru spennandi tímar á HÚÐINNI. Þar bjóðast nú nýjar ávaxtasýrur og húðlína frá einu virtasta merki meðal fagfólks í húðmeðferðargeiranum. Báðar vörurnar koma frá Kaliforníu.

Jan Marini-húðlína frá Kísildalnum er sú sem lýta- og húðlæknar í Kaliforníu velja á sínar stofur en nú fæst hún í fyrsta sinn á Íslandi hjá Húðinni. „Vörurnar frá Jan Marini eru byggðar á ítarlegum rannsóknum og innihalda virk efni sem vinna meðal annars á bólum, þurrki, andlitslínunum og litabreytingum,“ segir Lára G. Sigurðardóttir, læknir og annar eigandi Húðarinnar, en meðeigandi hennar er Sigríður Arna Sigurðardóttir, hjúkrunar- og förðunarfræðingur. Lára nefnir sem dæmi virku innihaldsefnin í Jan Marini-húðlínunni, meðal annars glycolic-sýru (AHA) sem örvar endurnýjun ysta húðlagsins, vinnur á litabreytingum og minnkar filapensla og salicylic-sýru (BHA) sem minnkar olíumyndun og bólguviðbrögð í húðinni og vinnur þar afleiðandi á svitaholum. „Í Jan Marini-vörum er einnig azeilaic-sýra sem hemur vöxt baktería í hársekkjum og minnkar sólarskemmdir, C-ESTA(C-vítamín) sem ýtir undir kollagen-framleiðslu og er eins og PacMan á sindurefni. Það þéttir húðina, minnkar slappleika og andlitslínur, gefur góðan raka og minnkar sólarskemmdir,“ upplýsir Sigríður Arna. Retinól eru líka mikið notuð í Jan Marini-húðvörurnar því þau hafa reynst gefa árangur á innan við tveimur til fjórum vikum og á því tímabili tóku 97 prósent

þátttakenda í rannsókn einni eftir fækkun andlitslína. „Þar sem efnin í kremunum eru virk er mikilvægt að ráðfæra sig við heilbrigðisstarfsmann áður en byrjað er að nota kremin og má til að mynda ekki nota ávaxtasýrur ef kona er þunguð eða með barn á brjósti. Við bjóðum einnig upp á ávaxtasýrumeðferð frá Jan Marini sem gefið hefur góðan árangur samhliða kremunum,“ segir Lára. **Perfect Derma ávaxtasýrur frá Beverly Hills** Hin nýjungin sem Húðin hefur nú tekið inn eru Perfect Derma-ávaxtasýrur sem notið hafa gríðarlegra vinsælda í Bretlandi og Bandaríkjunum. „Segja má að ávaxtasýrurnar blási nýju lífi í húð sem er farin að eldast, auki ljóma og minnki sólar-skemmdir. Allt að 90 prósent af öldrun húðar eru tilkomin vegna sólarskemmda. Ávaxtasýrurnar minnka finar og djúpar andlitslínur ásamt því að minnka bólgu í húð og svitaholur. Kosturinn við meðferðina er sá að hún inniheldur frábæra blöndu af sýrum sem hver og ein vinnur gegn ákveðnu húðvandamáli og þetta er eina mið-dýptar ávaxtasýran sem inniheldur glútaþjón sem gjarnan er nefnt meistari andoxunarefni,“ upplýsir Lára. Hún segir Perfect Derma örva frumskiptingu og framleiðslu á kollageni og elastíni, ásamt því að hafa bólgueyðandi eiginleika,



Dr. Lára G. Sigurðardóttir og Sigríður Arna Sigurðardóttir eru eigendur Húðarinnar Skin Clinic. MYND/SAGA SIG

hjúlpa húðinni að hreinsa sig og hafa bakteríuhamlandi eiginleika. „Perfect Derma-ávaxtasýrurnar þolast oftast vel og í mörgum tilfellum er hægt að skilja þær eftir á húðinni fram á næsta morgun þegar þær eru þvegnar af. Á þriðja degi byrjar húðin að flagna en ávaxtasýrunum fylgir bæði hreinsklútur og krem sem hjálpar til við endurnýjun húðarinnar og að ná sem mestum árangri. Mælt er með að taka þrjár meðferðir með 30 daga millibili til að sjá hámarksárangur en hver og ein meðferð skilar sínu,“ segir Sigríður Arna. **Viðurkenndar húðmeðferðir sem bæta hver aðra** Kosturinn við húðmeðferðirnar sem Húðin býður upp á er sá að þær vinna allar vel saman. „Við blöndum óhikað saman meðferðum enda virka sumar meira á ysta húðlagið á meðan aðrar styrkja miðlag húðarinnar. Eitt sinn fóru þeir sem vildu halda sér vel við í skurðaðgerð en með öllum þessum nýju meðferðarmöguleikum er hægt að halda húðinni hraustlegri og fallettri fram eftir öllum aldri, svo framarlega sem hugsað er vel um að verja

húðina gegn skaðlegum umhverfispáttum eins og sólþöðum og reykingum,“ segir Sigríður Arna. „Vissar húðmeðferðir, eins og laserlyfting (oft betur þekkt sem andlitslyfting án skurðaðgerðar), örnálameðferð (einnig nefnd dermapen), húðslípun, ávaxtasýrumeðferð og Restylane-fylliefni eru allt meðferðir sem hafa sannað gildi sitt í áraðir og eru ávallt vinsælar.“ **Við tökum vel á móti þér** Ef þig langar að fríska upp á útlitið en ert ekki viss um hvar þú átt að byrja er alltaf hægt að panta tíma í ráðgjöf hjá Húðinni. „Margir eru hræddir um að ganga út frá okkur óþekkjanlegir en líklega hafa samfélagsmiðlar eitthvað að gera með þá staðalímynd. Við hjá Húðinni leggjum áherslu á að meðferðirnar viðhaldi húð á heilbrigðan hátt án þess að breyta útliti. Þó svo að húðmeðferðir eigi ekki að vera feimnismál, og vera jafn sjálfsagðar og að fara í ræktina, eru viðskiptavinir okkar á þeirri línu að vilja sjá breytingarnar koma fram smám saman enda er árangur margra meðferða að koma fram í hálf t. á eftir hverja meðferð,“ útskýrir Lára.

„Okkar markmið er að fólk fari frá okkur sátta og fái athugasemdir um hversu vel það líti út eða sé úthvilt. Eins og með allt annað er mikilvægt að muna að því fyrr sem maður byrjar að hugsa vel um húðina, því betur eldist hún.“ Á vandaðri heimasíðu Húðarinnar, hudin.is, er að finna ítarlegar upplýsingar um allar meðferðir. Húðmeðferðarstöðin HÚÐIN skin clinic býður upp á fjölbreyttar húðmeðferðir, faglega þjónustu og notalegt andrúmsloft. Þar starfa dr. Lára G. Sigurðardóttir læknir, Sigríður Arna Sigurðardóttir, hjúkrunar- og förðunarfræðingur, Drífa Ísabella Davíðsdóttir hjúkrunarfræðingur, Arnís Ágústsdóttir hjúkrunarfræðingur, Margrét Pálmadóttir, móttökuritari og snyrtifræðingur, og Esther Helga Ólafsdóttir, móttökuritari og snyrtifræðingur.

Facebook: Húðin.is
Instagram: Húðin.is
Einnig eru veittar upplýsingar í síma 519 3223 eða timi@hudin.is. HÚÐIN skin clinic er í Hátúni 6b, 105 Reykjavík



Helga segir að farðarnir frá SENSAL eigi það sameiginlegt að setjast ekki í finar línur og séu náttúrulegir. „Ekki gleyma púðurfarðanum, hann er eins og photoshop í dós.“ FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

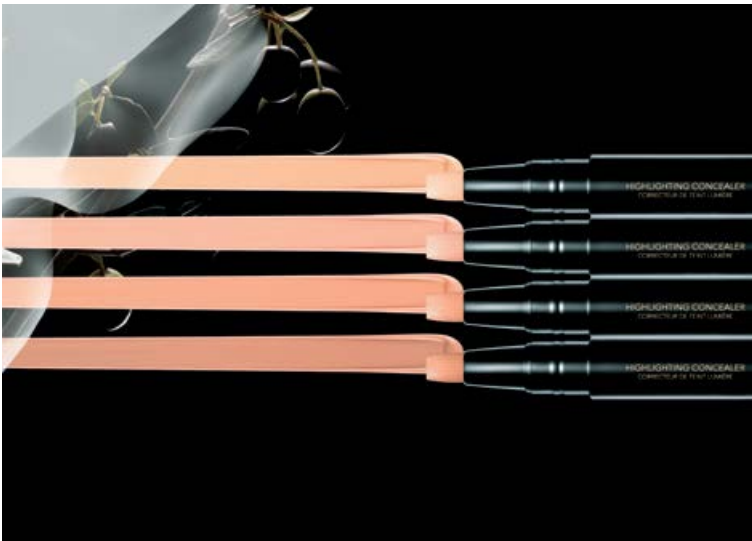
Silki fyrir húðina frá SENSAL

Helga Kristjáns, förðunarfræðingur og ritstjóri tísku- og lífsstílsvefsins HÉRER.IS, hefur unnið með SENSAL förðunarvörur um árabíl. Lillafjólublár og ljómandi húð verður áberandi í förðun í sumar.

Helga fylgist mjög vel með nýjum straumum og stefnum í snyrtivöruheiminum, horfir á tísku- og förðunar-myndbönd daglega og segist elska að fræðast um það nýjasta í bransanum. „Þegar áhugamál og vinna fer saman, verða til einhvers konar galdrar,“ segir Helga brosandi, en hún hefur notað SENSAL snyrti- og förðunarvörurnar um árabíl og segir að þær henti konum á öllum aldri.

„Yngri jafnt sem eldri konur eru sjúkar í Bronsing gelið og 38 gráðu maskarann. Ég byrjaði að nota augabráunablýantinn frá SENSAL þegar ég var 17 ára og hef notað hann síðan. Núna, þegar ég nálgast fertugt óðfluga, finn ég hvað mjúkir augnskuggar og vandaðir farðar eru ómissandi. Mér finnst vel þess virði að fjárfesta í einni góðri vöru, frekar en mörgum sem ég hef ekki reynslu af. Eins finnst mér mikill kostur að geta keypt áfyllingar í púðurfarðann og augabráunablýantinn frá SENSAL,“ segir Helga, sem starfaði sem blaðamaður á Vikunni um árabíl og var m.a. förðunarritstjóri hjá íslenska Glamour og Nýju Lifi.

En hvaða litir verða vinsælir í förðun í sumar og hvernig förðun? „Lillafjólublár er einn heitasti liturinn í förðun í sumar, samkvæmt tískuspekúlöntum. En stærsta og klæðilegasta trendið sem er þó varla trend, er ljómandi húð. Nú erum við ekki að tala um glimmer-eða púður highlighter heldur náttúrulegan ljóma. Ég elska Glowing Base-farðagrunninn frá SENSAL.



Sumarlitirnir frá SENSAL eru afar fallegir og henta öllum konum.

Hann gefur húðinni dýrðlegan en náttúrulegan ljóma. Svona eins og eftir góðan spa-dag.“

Gott krem og serum lykilatriði

Þegar Helga er spurð hvað gott sé að hafa í huga til að förðun sé sem náttúrulegust og dragi fram það besta hjá hverri konu segir hún mikilvægt að nota gott krem eða serum undir farða. „Það gefur húðinni raka og ljóma. Eins þykir mér fallegra að nota dökkbrúnan augnblyant dagsdaglega frekar en svartan og muna að blanda, blanda og blanda meira. Við viljum engar harðar línur. Svo má ekki gleyma að réttur kinna-litur, hátt upp á kinnbeinin, gefur

unglegt og hraustlegt yfirbragð. Mér finnst líka bráðnaðsynlegt að nota augabráunagel til að gera meira úr augabráunum.“

En hvað er gott að hafa í huga varðandi meik og púður þegar húðin fer að eldast? „Við erum allar með mismunandi húðtýpur en það sem farðarnir frá SENSAL eiga sameiginlegt er að þeir setjast ekki í finar línur og eru náttúrulegir, svo þeir eru sérstaklega hentugir fyrir þroskaða húð. Svo má ekki gleyma púðurfarðanum, hann er eins og photoshop í dós og ekkert líkur neinu öðru púðri sem ég hef prófað á löngum ferli. Púður frá SENSAL er hreinlega á stalli fyrir ofan flestönnur púður. Best er að forðast þurrkandi og púðurkennt

Okkar ástríða er að geta ráðlagt konum á vinalegum notum.

púður til að halda náttúrulegu útliti,“ segir Helga ákveðin.

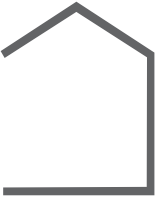
Hún bendir á að margar vörur frá SENSAL séu þannig að hægt er að nota þær á fleiri en einn hátt, sem geri notagildið enn meira. „Bronsing gelið, sem flestar íslenskar konur þekkja vel, er t.d. hægt að nota undir farða, eitt og sér, blandað út í farða eða til að fá sólkyss útlit í kringum andlitið og yfir nefið.“

Förðunarmyndböndin slógu í gegn

Undanfarnar vikur hefur Helga gert förðunarmyndbönd sem hafa fengið frábærar viðtökur. „Ég hef gengið með þessa hugmynd í maganum í þrettán ár eða svo, en hélt ég hefði ekki neitt nýtt fram að færa sem ekki var á Youtube-markaðnum fyrir. Síðan var ég líka mjög feimin við að setja andlitið á mér við myndböndin. Hins vegar ákvað ég að leika mér aðeins á Covid-tímabilinu og var þá að hugsa að nokkrar vinkonur gætu haft gaman af þessu og fengu finar ráðleggingar frá mér varðandi förðun og snyrtingu. Við Rannveig Sigfúsdóttir, hjá SENSAL, höfum þekkt í þó nokkur ár og hún hafði

fengið sömu hugmynd. Okkar ástríða er að geta ráðlagt konum á vinalegum notum. Myndböndin hafa fengið ótrúlega góðar viðtökur. Ég held að markaðurinn fyrir 35+ hafi svolítið gleymst hjá Youtube-kynslóðinni og þar vorum við að tala saman. Síðast þegar ég gáði var búið að spila fyrra myndbandið rúmlega 40 þúsund sinnum og því deilt af fimmtíu og þremur. Ég er enn að átta mig á þessum frábæru viðtökum, sem fóru fram úr okkar björtustu vonum. Ég stefni að því að koma reglulega með myndbönd, mæla með vörum og kenna réttu trixín og vona að það komi að góðum notum,“ segir Helga, og tekur því ljúflega þegar hún er beðin um að gefa konum leynitrix varðandi förðun að lokum.

„Mér finnst nauðsynlegt að hafa púðurfarðann alltaf í veskinu og klára förðunina mína þannig. Þá ber ég púðurfarðann undir augun, í kringum nefið og örlitið á ennið og í kringum munn. Mér finnst fallett að halda ljómanum á kinnbeinum og fyrir ofan augabráun en mikilvægt að púðra í kringum nef og munnvík, annars undirstrikar maður frekar línurnar þar í kring. Eins get ég ekki verið án nude varablyantsins og leyfi mér að ýkja varalínuna svolítið vel með honum. Á öðrum endanum er bursti sem gott er að nota til að dreifa línunni. Oft nota ég vara-blyantinn eingöngu eða bara með örlitlu glossi. Hann er nefnilega mjög mjúkur en helst fáránlega vel á vörum.“



LANDMARK

FASTEIGNAMIDLUN



Andri Sigurðsson
Lögg. fast. og eigandi

Sigurður Samúelsson
Lögg. fast. og eigandi

Sveinn Eylund
Lögg. fast. og eigandi

Pórey Ólafsdóttir
Lögg. fast. og eigandi

Július Jóhannsson
Lögg. fast. og eigandi

Monika Hjálmtýsdóttir
Lögg. fast. og eigandi

Þórarinn Thorarensen
Lögg. fast. og eigandi

Ingibjörg A. Jónsdóttir
Löggiltur fast.

Egbert Mariusson
Löggiltur fast.

Jón Óskar
Löggiltur fast.

Guðrún D. Lúðvicksdóttir
Löggiltur fast.

Helga Snorraddóttir
Skrifstofa/skjalavinnsla

Ása Þell Ragnarsdóttir
Skjalavinnsla/móttaka

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



Ingólfur Geir Gissurarson
Frámkvæmdastjóri, lögg.
fasteignasali og leigumíðari
896 5222

Heiðar Friðjónsson
Sölustjóri, Löggiltur
fasteignasali B.Sc
693 3356

Snorri Snorrason
Löggiltur Fasteignasali
895 2115



Úlfar F. Jóhannsson
hdl. Lögfræðingur, Löggiltur
Fasteignasali, Skjalagerð.
692 6906

Margrét Sigurgeirsdóttir
Skrifstofustjóri
margret@valholl.is
588 4477

Pétur Steinar Jóhannsson
Aðstand. fasteignasali
Snæfellsnesi
893 4718



Anna F. Gunnarsdóttir
Löggiltur Fasteignasali
Lista og innanhús Stílisti
892 8778

Sturla Pétursson
Löggiltur Fasteignasali.
899 9083

Rakel Arnadóttir
Lögg. fasteignasali, Mann-
fræðingur/alþjóðatengill.
895 8497

588 4477
Síðumúla 27
www.valholl.is

Reykjavík
Snæfellsbæ
Höfn Hornafirði



Fagleg þjónusta
Vönduð vinnubrögð

Nútímaleg, kraftmikil og framsækin fasteignasala sem byggir á áratuga reynslu starfsmanna!



Búseturéttir til sölu



Ferjuvaði 7

Til sölu er búseturéttur að Ferjuvaði 7, íbúð 203, 110 Reykjavík. Eignin er á 2 hæð í fjölbýlishúsi og er 3ja herbergja, 90,2 fm að stærð ásamt stæði í bílageymslu.

Ásett verð búseturéttarinn er kr.9.500.000,- og mánaðarlegt búsetugjald miðað við 1.júní er kr.193.112.

Innifalið í mánaðarlegu búsetugjaldi er afborgun skuldabréfa, fasteigna- og holræsagjöld, rekstur húsfélags, tryggingar, viðhaldssjóður og þjónustugjald.

Þeir sem hafa áhuga á að skoða eignina og/eða gera tilboð í búseturéttinn, vinsamlegast hafið samband við skrifstofu Búmanns í síma 552-5644 eða í gegnum netfangið bumenn@bumenn.is
Tilboðsfrestur er til og með 29.júní nk kl.12.00.

FRÉTTIR, FÓLK &
MENNING
á Hringbraut



Sjarmerandi hús

Fasteignamarkaðurinn ehf., sími 570-4500, kynnir virkilega fallegt og mikið endurnýjað einbýli í Þingholtunum.



Skemmtilegt hús við Bergstaðastræti er til sölu.

byggða verönd og þaðan á lóð. Baðherbergi, með rennihurð við gang og tveimur nýlegum þakgluggum. Svefnherbergi, rúmgott og með rennihurð við gang.

Innkeyrsla, stétt og verönd fyrir framan húsið er úr hoggnu grjóti og með hitalögnum undir. Tyrfd flöt

með gróðri og girðing í kringum húsið á lóðarmörkum.

Allar nánari upplýsingar veitir Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fasteignasali, í síma 570-4500 eða á netfanginu gtj@fastmark.is

Opið hús í dag 16.júní kl. 17:30 – 18:00



Gerðarbrunnur 2 fjölbýli. Nýtt í sölu í Úlfarsárdal

Nýtt fallegt tveggja hæða 6 íbúða fjölbýli í fjölskylduvænu umhverfi. Húsið er einangrað og klætt að utan með áklæðningu. Áklæddir timburgluggar. Stæði í opinni bílageymslu fylgja 3ja og 4ra herbergja íbúðunum. Góð staðsetning neðst í Úlfarsárdal, skóli, leikskóli og íþróttasvæði í næsta nágrenni. Afhending í júní 2020.



4ra herbergja íbúðir
121,9 fm
Verð frá 57,9 millj.
Bílastæði í bílageymslu

3ja herbergja íbúðir
93,1 fm
Verð 49,9 millj.
Bílastæði í bílageymslu

www.fjolhus.is Lágmúla 6 sími 511 1020



Guðbjörg Guðmundsdóttir
löggiltur fasteignasali
gudbjorg@fjolhus.is
sími: 899 5533

Thelma Víglundsdóttir,
löggiltur fasteignasali
thelma@fjolhus.is
sími: 860 4700

FJÖLHÚS

FASTEIGNASALA



TRAUST OG ÖRUGG ÞJÓNUSTA
SÍMI 533 4040
kjoreign@kjoreign.is

Opnunartími mán-fös kl. 9-17

Dan V.S. Wiium hdl., lögg. fasteignasali

FASTEIGNASALA • Ármúli 21, Reykjavík • www.kjoreign.is



Ásta María Benónýsdóttir
Löggiltur fasteignasali
asta@kjoreign.is
897-8061



Sigurbjörn Skarphéðinsson
Löggiltur fasteignasali,
skjalagerð.
sigurbjorn@kjoreign.is
533-4040



Dan Valgarð S. Wiium
Hdl, löggiltur fasteignasali.
dan@kjoreign.is
896-4013



Rakel Salóme Eydal
Löggiltur fasteignasali og
löggiltur leigumíðlari
rakel@kjoreign.is
533-4040

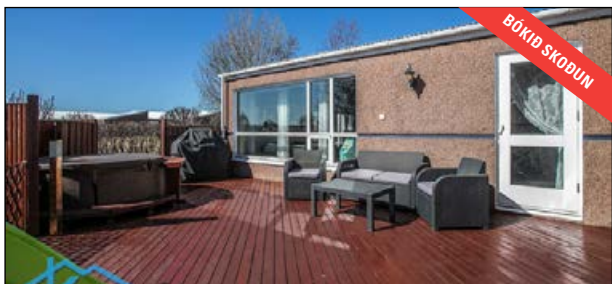


Þórarinn Friðriksson
Löggiltur fasteignasali.
thorarinn@kjoreign.is
844-6353



Jón Bergsson
lögmaður og löggiltur
fasteignasali
jon@kjoreign.is
777-1215

Einbýli



Viðarrimi 3 - Bókið skoðun

4ra herbergja einbýlishús á einni hæð með stórum sólpalli sem snýr til suðurs. Eignin skiptist í: forstofu, gang, stofu, eldhús, 3 svefnherbergi, baðherbergi, innbyggðan bílskúr og geymslu. Snýrtilgur sér garður sem snýr til suðurs með góðum sólpalli. Birt stærð eignarinnar er 152,3 fm. **Verð 75,9 millj.**

Raðhús



Birtingakvísl 10 - Bókið skoðun

4ra herbergja raðhús með sólpalli sem snýr til suðurs við Birtingakvísl 10, Reykjavík. Eignin skiptist í: forstofu, gang, gestasalerni, stofu, borðstofu, eldhús, 3 svefnherbergi, baðherbergi, risloft og geymslu. Góð afgirt verönd sem snýr til suðurs. Birt stærð íbúðarinnar er 105,3 fm. **Verð 51,9 millj.**

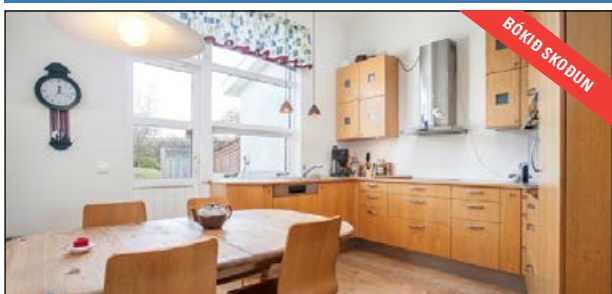
Raðhús



Hryggjarsel 17 endaraðhús m/aukaíbúð - Bókið skoðun

Gott 331,5 fm raðhús á 3 hæðum með 2 herb. aukaíbúð í kjallara og tvöföldum bílskúr á góðum stað í Seljahverfi. Fimm herbergi, eldhús með borðkrók, góðar stofur með arni, sólskáli, þvottahús, gufubað. Tvær innkeyrsludyr í bílskúrinn. Virkilega gott fjölskylduvænt hús og stutt í skóla og leiksóla. **Verð 98,8 millj.**

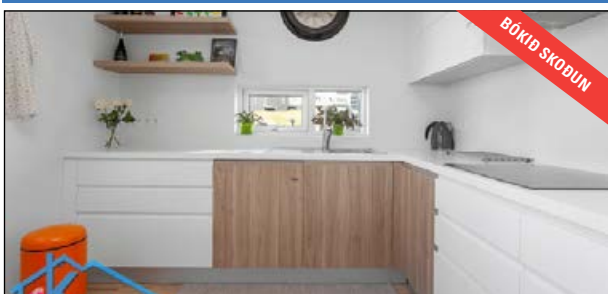
Raðhús



Hrafnshöfði 4 m/innbyggðum bílskúr - Bókið skoðun

Gott og vandað 175,1 fm 5 herb. raðhús á einni hæð ásamt efra lofti. Góð fjölskyldu væn staðsetning. Forstofa, stofa, eldhús, þvottahús, hjónaherbergi, tvö barnaherbergi, baðherbergi og bílskúr. Milliloft- herbergi/alrými. Stutt í skóla og leiksóla. **Verð 77,5 millj.**

4ja herbergja



Sjafnarbrunnur 2 - Bókið skoðun

stórglæsileg íbúð á 2. hæð með stæði í bílahúsi í lyftuhúsi við Sjafnarbrunn 2, Reykjavík, birt stærð 118,8 fm. Lýsing. Forstofa, gangur, þrjú svefnherbergi, baðherbergi, þvottahús, eldhús, stofa, svalir og geymsla í kjallara. Stæði í sameiginlegu bílahúsi. **Verð 60,4 millj.**

4ja herbergja



Barónsstígur 33 - Bókið skoðun

falleg 4ra herbergja endurnýjuð íbúð á 3. hæð. Íbúðin skiptist í forstofu, eldhús, svalir, baðherbergi, stofu, borðstofu, skrifstofu-herbergi og svefnherbergi. Geymsla í kjallara. Í sameign í kjallara er sameiginlegt þvottahús. Íbúðin var öll tekin í gegn árið 2008 risinu lyft. Ný baðtæki og tæki í eldhúsi. **Verð 56,5 millj.**

Traust og örugg þjónusta í 40 ár

Lind fasteignasala býður Boga Molby Pétursson, löggiltan fasteignasala, velkominn til starfa.

Bogi hefur starfað sem fasteignasali
í yfir 20 ár og býr yfir mikilli reynslu.



Bogi Molby
Pétursson
Lögg. fasteignasali
699 3444
molby@fastlind.is

LIND
FASTEIGNASALA
Hlíðasmári 6. Sími: 510 7900. www.fastlind.is

DOMUSNOVA
Fasteignasala

Hlíðasmára 4 • 200 Kópavogur • domusnova@domusnova.is • S 527 1717

Sökklar undir raðhús til sölu



Í boði eru sökklar undir átta glæsileg einnar hæðar raðhús.

Um er að ræða tvær sökullengjur undir fjórar raðhúsaíbúðir í hvorri lengju.

Búið að fylla inn í annan sökullinn.

Allar teikningar fylgja með í kaupverði, bæði bygginganefndarteikningar og verkfræðiteikningar.

Heimilt að staðsteypa eða reisa húsin úr forsteyptum einingum. Teikningar af hvorutveggja liggja fyrir.

Frábær hönnun með hagkvæmni og glæsileika í huga.

Við enda sökklanna er opið svæði sem ekki verður byggt á.

Nánari upplýsingar á vefslóðinni www.thelamorkin.is

www.domusnova.is

intellecta.is

RÁÐNINGAR



intellecta

Vantar allar gerðir eigna á söluskrá. Mikil sala. Skoðum og verðmetum samdægurs. Hafðu samband.



**FASTEIGNA
MARKAÐURINN ehf.**

Óðinsgötu 4, 101 Reykjavík

Sími 570 4500 • fastmark@fastmark.is • www.fastmark.is

Jón Guðmundsson lögg. fasteignasali

Guðmundur Th. Jónsson lögg. fasteignasali

Í TRAUSTUM HÖNDUM Í ÁRATUGI



Jón Guðmundsson
Lögg. fasteignasali
jon@fastmark.is



Guðmundur Th.
Jónsson
Lögg. fasteignasali
gtj@fastmark.is



Heimir Fannar
Hallgrímsson
hdl. og lögg. fast-
eignasali
heimir@fastmark.is



Elín D. Wyszomirski
Lögg. fasteignasali
elin@fastmark.is



Gísli Rafn
Guðfinnsson
Aðstoðarmaður
fasteignasala
gisli@fastmark.is



Hallveig
Guðnadóttir
Skrifstofustjóri
hallveig@fast-
mark.is

Kirkjusandur – Nýr borgarhluti við sjávarsíðuna Stuðlaborg og Sólborg – Nýjar og glæsilegar íbúðir í grónu hverfi. Leitið upplýsinga á skrifstofu.

Tjarnarbraut 15 – Hafnarfirði. Einbýlishús við Lækinn.



Eignin verður til sýnis í dag, þriðjudag
frá kl. 17.00 – 17.30

- Virkilega fallegt 203,5 fm. einbýlishús á tveimur hæðum auk kjallara við Tjarnarbraut í Hafnarfirði.
- Tvær stofur og er kámin í annarri. Hægt væri að nýta aðra stofuna sem svefnherbergi. Rúmgott eldhús. Endurnýjað gestasalerni. Fimm herbergi og eru svalir til suðvesturs út af einu þeirra.
- Lóðin er 589,0 fm. að stærð. Hellulögd stétt að húsi. Tyrfd flöt fyrir framan hús og fallegur gróður. Steyptir veggir á lóðarmörkum og hellu- lagt stæði. Vel væri hægt að koma fyrir bílskúr á lóðinni og liggur fyrir deiliskipulag þess efnis ásamt teikningum.

Um er að ræða frábæra staðsetningu.
Verð 84,9 millj.

Grenibýggð - Mosfellsbæ. Einbýlishús við opið og óbyggt svæði.



- Fallegt og vandað 230,3 fm. einbýlishús á einni hæð að meðtöldum bílskúr sem hefur verið inn- réttaður sem vinnustofa
- Verulega aukin lofthæð er í öllu húsinu, loft klædd upp og víða með innbyggðri lýsingu. Gert er ráð fyrir arni í stofu. Fjögur herbergi. Stórt rúmgott eldhús opið við hol og stofur.
- Eignin stendur á 1.119,0 fm. afar fallegri eignarlóð á gróðursælum stað við opið svæði þaðan sem m.a. er stutt í fallegar gönguleiðir og útivistarsvæði.
- Til norðurs nýtur útsýnis yfir til Helgafells og Esju og til suðurs er útsýni yfir til Úlfarsfells.

Verð 92,9 millj.

Bárugata . Glæsileg 3ja herbergja íbúð með séringngangi.



- Virkilega glæsileg 3ja herbergja íbúð á jarðhæð í steinsteyptu þríbýlishúsi við Bárugötu.
- Íbúðin er með aukinni lofthæð og stórum gluggum og er því mjög björt.
- Íbúðin var mjög mikið endurnýjuð fyrir þremur árum síðan m.a. voru gólf steipt upp á nýtt og lagðar gólfhitalagnir. Skipt var um rafagnir og gler og gluggar eru nýjir.
- Fallegir extra háir gólflistar, fallegur dyra- og gluggaumbúnaður og gíflistar og rósettur í loftum.
- Frábær staðsetning í gamla vesturbænum þaðan sem stutt er í skóla, leikskóla, verslanir og iðandi mannlíf miðborgarinnar.

Verð 43,9 millj.

Garðatorg 17 – Garðabæ. 3ja herbergja íbúð – 60 ára og eldri.



Eignin verður til sýnis í dag, þriðjudag
frá kl. 17.00 – 17.30

- Falleg og vel skipulögd 97,7 fermetra íbúð á efri hæð ásamt bílskúr. Íbúðin er með séringngangi. Utanáliggjandi lyfta er á milli hæða sem auð- veldar alla aðkomu.
- Fallegt útsýni er af svölum og úr stofum. Rúmgóð stofa með stórum gluggum til suðurs. Borðstofa opin við stofu. Tvö svefnherbergi með gluggum til norðurs.
- Húsið var málað að hluta s.l. sumar, norðurhlíð og bílskúrar. Íbúðinni fylgir eignarhlutur og af- notaréttur að samkomusal fyrir allt að 75 manns.
- Stutt er í alla verslun og þjónustu á Garðatorgi. Einnig er heilsugæslan í göngufæri.

Verð 55,9 millj.

Strikið 1 – Sjálandi Garðabæ. Nýjar íbúðir fyrir 60 ára og eldri



- Strikið 1 er fjölbýlishús í Sjálandinu fyrir 60 ára og eldri.
- Allar innréttingar eru frá Axis, AEG eldhústæki og hreinlætistæki frá Tengi. Íbúðirnar skilast með flisum á gólfi á baði og þvottaherbergi að öðru leyti skilast íbúðirnar án gólfefna.
- Íbúðirnar eru ýmist með svölum eða timburver- öndum. Stæði í upphitaðaðri bílageymslu fylgir öllum íbúðum.
- Innan hússins verður salur fyrir íbúa hússins til þess að halda fundi eða mannfagnaði.
- Íbúðirnar eru til afhendingar strax.
- Byggingarfélag Gyfla og Gunnars hf. www.bygg.is

Naustavör nr. 36-42. Nýjar íbúðir í Bryggjuhverfinu í Kópavogi.



- Naustavör 36-42 eru 3 – 4 hæða fjölbýlishús í Bryggjuhverfinu í vesturbæ Kópavogs.
- Íbúðirnar eru frá 88 fm. upp í 208 fm. , 2ja til 4ra herbergja. Til afhendingar október/nóvember 2020.
- Allar innréttingar er sérsmíðar af Brúnas, AEG eldhústæki og blöndunartæki frá Tengi. Íbúð- irnar sjálfar verða afhentar án gólfefna, nema á baðherbergi og þvottahúsi verða flisar frá Parka.
- Íbúðirnar eru með góðum svölum. Stæði í bíla- geymslu fylgja flestum íbúðum. Útsýni til sjávar eru úr flestum íbúðum.

Afhendingartími íbúða er á tímabilinu júní – júlí 2020. Byggingaraðili er Byggingarfélag Gyfla og Gunnars hf., www.bygg.is

Mýrargata 26. 2ja herbergja íbúð á 4. hæð.



- 86,8 fermetra íbúð á 4. hæð. Sér stæði í bíla- geymslu fylgir íbúðinni.
- Stofa er með gólfisólum gluggum og útgengi á svalir til suðurs. Svalaveggir og gólf eru klædd harðvöð og lýsing er í lofti yfir svölum. Svala- handrið er úr öryggisgleri.
- Eignin er með leyfi fyrir skammtímagistingu og hefur verið í útleigu sem slík. Frábær staðsetning í lyftuhúsi á þessum eftirsóttu stað við hafnar- svæðið í Reykjavík.

Verð 49,9 millj.

Laugavegur 86-94. 2ja herbergja íbúð.



- Vel skipulögd 70,4 fm. 2ja herbergja íbúð á 2. hæð að meðtöldri sér geymslu í fjölbýlishúsi við Laugaveg 86-94.
- Íbúðin er virkilega vönduð með svölum til suðurs og innréttað á smekkelegan hátt. Gólfhiiti er í íbúð og myndavéladyrasími.
- Stofa með stórum gluggum til norðurs. Þvottaher- bergi innan íbúðar. Baðherbergi með marmara- steini á gólum og veggjum.

Íbúðin getur verið laus til afhendingar við kaup- samning.

Verð 42,9 millj.

Ingólfsstræti. Parhús með tveimur íbúðum.



- Parhús með tveimur íbúðum í útleigu á 351,0 fermetra afgritri lóð með 8-10 sér bílastæðum á virkilega góðum stað í miðborginni.
- Tvær 2ja herbergja íbúðir eru í húsinu, ein á hvorri hæð, og eru þær báðar í útleigu. Góðir tekjumöguleikar til lengri tíma.
- Parhúsið er í þokkalegu ástandi að innan og utan, en þarfnast einhvers viðhalds og endur- bóta.
- Mögulegt væri að leigja út bílastæði á lóðinni til viðbótar, en nýtt rafmagnshlíð var sett upp á lóðina fyrir nokkrum vikum síðan og hún því lokuð fyrir óviðkomandi umferð.

Bergstaðastræti.



- Mjög mikið endurnýjað um 100,0 fm. einbýlishús að mestu á einni hæð í Þingholtunum. Eignin var verulega mikið endurnýjuð árið 2009.
- Mikil lofthæð er í stofurými og eru gluggar í stofu í þrjár áttir. Kámin í stofu. Eldhús með sérsníðnum innréttingum og eyju. Rúmgott svefnherbergi. Á inni svölum er rými sem er nýtt sem vinnuáðstaða, en hægt er að stúka af lítið herbergi.
- Húsið stendur á endurnýjaðri lóð með tveimur bílastæðum, stétt og verönd með hitalögnum undir og fallegri tyrírói afgirtri lóð með gróðri.

Verð 79,0 millj.

MIKLABORG



Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson
hdl. og löggiltir fasteignasalar



Jón Rafn Valdimars
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856



Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307



Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178



Elín Alfreðsdóttir
aðst. fasteignasala
Sími: 899 3090



Gunnar H. Einarsson
lögg. fasteignasali
Sími: 615 6181



Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000



Ásgrímur Ásmundsson
hdl. og lögg. fasteignasali
Sími: 865 4120



Þröstur Þórhallsson
lögg. fasteignasali
Sími: 897 0634



Jörunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958



Þóroddur S. Skaptas
lögg. fasteignasali
Sími: 868 4508



Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515



Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272



Óskar H. Bjarnasen
lögg. fasteignasali
Sími: 691 1931



Kjartan Í. Guðmunds
aðst. fasteignasala
Sími: 663 4392



Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232



Friðrik P. Stefánsson
hdl. og aðst. fasteignasala
Sími: 616 1313



Friðjón Ó. Magnúss.
aðst. fasteignasala
Sími: 692 2704



Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929



Ragnheiður Pétursd.
hdl. og löggiltur
fasteignasali

Hraunás 3 210 Garðabær

214 fm einbýlishús í Ásahverfinu í Garðabæ

- Fjögur svefnherbergi,
tvö baðherbergi
- Borðstofa, arinstofa,
eldhús og þvottahús
- Rúmgóðum bílskúr
- Eignin getur verið laus fljótlega

Verð: **114 millj.**



Nánari upplýsingar veitir:

Jason Kr. Ólafsson
lögg. fasteignasali
sími: 775 1515
jko@miklaborg.is



PANTIÐ SKOÐUN
hjá Jason í síma **775 1515**



Pverársel 20 109 Reykjavík



PANTIÐ SKOÐUN
hjá Ólafi í síma **822 2307**

300 fm einbýlishús á tveimur hæðum

- Vel viðhaldið hús
- Stórar stofur og
5 stór svefnherbergi
- Frábært fjölskylduhús
- Möguleiki á aukaíbúð



Nánari upplýsingar veitir:

Ólafur Finnbogason, lögg. fasteignasali
olafur@miklaborg.is sími: 822 2307

Verð: **105 millj.**

Eikjuvogur 27 104 Reykjavík



PANTIÐ SKOÐUN
hjá Jóni Rafni í síma **695 5520**

Glæsileg ný sérhæð í rótgrónu hverfi

- Efri hæð með sérinngöngi
- 113 fm og með þremur
svefnherbergjum
- Afhendist fullbúin
með gólfefnum
- Innfelld lýsing og tæki í eldhúsi
- Gólfhiti með Danfoss stýringu
- Vönduð vel byggð eign



Nánari upplýsingar veitir:

Jón Rafn Valdimarsson, lögg. fasteignasali
jon@miklaborg.is sími: 695 5520

Verð: **74,5 millj.**

Fasteignasalan

Miklaborg

Lágmúla 4

108 Reykjavík

sími

569 7000

www.miklaborg.is

Með þér alla leið

Nýr áfangi í sölu
Mikið úrval 2-4 herb íbúða á 40-65 millj.

102 Reykjavík

Glæsilegar nýjar íbúðir til sölu

Haukahlíð / Smyrilshlíð / Fálkahlíð / Valshlíð

OPIÐ HÚS

fimmtudaginn 18. júní
milli kl. 17.00-18.00

Glæsilegar 2ja, 3ja, 4ra og 5 herbergja íbúðir í 102 Reykjavík

- Vandaðar ítalskar innréttingar, fataskápar ná allir upp í loft, innbyggður ísskápur og uppþvottavél fylgir öllum íbúðum.
- Skoða má íbúðirnar á vefsíðunni 102reykjavik.is/miklaborg
- Húsin liggja umhverfis glæsilegan og skjólgóðan inngarð.
- Bílastæði í bílageymslu fylgir.
- Glæsilegt úrval lítilla, meðalstórra og stærri íbúða á þessum frábæra stað í Reykjavík.

Komið, skoðið og ráðfærið ykkur við sölumenn okkar!

	Verð frá	Verð til
2ja herb	37,9 m	48,9 m
3ja herb	50,9 m	89,9 m
4ra herb	56,5 m	130 m
5 herbergja	69,9 m	82,9 m



Ólafur Finnbogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is



Jason Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jao@miklaborg.is



Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is



Óskar H. Bjarnasen
lögg. fasteignasali
Sími: 691 1931
ohb@miklaborg.is



Svan E. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300
evan@miklaborg.is



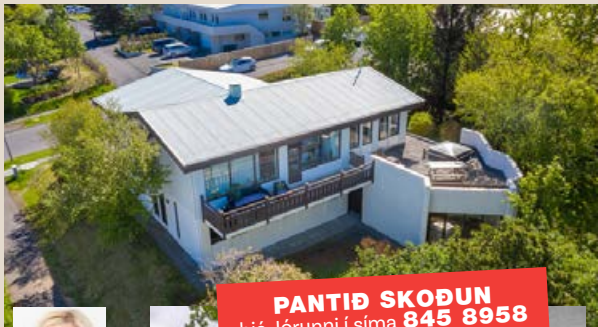
Páll Þórðarsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929
pall@miklaborg.is



Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178
atli@miklaborg.is



Þorhallur Blering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallur@miklaborg.is



Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is



Ásbúð 96

210 Garðabæ

Fallegt 320 fm einbýlishús með einstöku útsýni

- Paksvallir
- Arinn - mikil lofthæð
- Stórar bjartar stofur með útgengt á svalir
- Tvöfaldur bílskúr
- Auka íbúð m sérinngangi
- 52fm baðskáli m. þakglugga
- Fallegur garður

Verð: 112 millj.



Jórunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is



Urriðakvísl 12

110 Reykjavík

Glæsilegt 2 hæða einbýli með bílskúr í Ártúnsholti

- Stæði fyrir 7 bíla í innkeyrslu með snjóbræðslu
- 4 svefnherbergi
- Stofa með útgengt út í garð
- Stór vel hirtur garður með gróðurhúsi
- Frábær staðsetning

Verð: 104,5 millj.



Flóagata 9

105 Reykjavík

Fallega þriggja herbergja sérhæð

- Stærð 78,3 fm staðsett á 1 hæð
- Mikil endurbætt eign
- Frábært staðsetning

Verð: 45,9 millj.

Nánari upplýsingar:

s. 691 1931 Óskar H. Bjarnasen löggiltur fasteignasali



Bólstaðarhlíð 62

105 Reykjavík

Falleg 114,7 fm 4-5 herb endaíbúð

- Þrjú svefnherbergi, möguleiki á fjórða
- Geymsla 5,8 fm í kjallara
- Sameign ásamt húsi að utan lítur vel út
- Fjölskylduvæn og falleg íbúð í hverfi sem er mjög vinsælt
- Blómaskáli

Verð: 54,9 millj.

Nánari upplýsingar:

s. 845 8958 Jórunn Skúladóttir löggiltur fasteignasali



Viðimelur 46

107 Reykjavík

Rúmgóð og björt 83 fm 3ja herbergja íbúð á 1. hæð

- Möguleiki á 2 svefnherbergjum.
- Eldhús og baðherbergi hafa verið endurnýjuð.
- Góð eign á vinsælum stað.

Verð: 44,9 millj.

Nánari upplýsingar:

Friðrik P. Stefánsson hdl. og aðst. fasteignasala s. 616 1313 Ólafur Finnbogason löggiltur fasteignasali s. 822 2307



Strikið 8

210 Garðabær

Tveggja herbergja, 82,6 fm íbúð á 2 hæð fyrir 60 ára og eldri

- Íbúðin er með yfirbyggðum svölum
- Íbúðinni fylgir ekki stæði í bilgeymslu
- Í sameign er stór samkomusalur á jarðhæð með eldhúsi og salerni

Verð: 48,5 millj.

Nánari upplýsingar:

s. 778 7272 Axel Axelsson löggiltur fasteignasali



Mánatún 15

105 Reykjavík

Mjög falleg og rúmgóð 99,2 fm íbúð á 1. hæð

- Yfirbyggðar svalir til vesturs
- Stæði í bilageymslu
- Eldhúsið er opið inn í stofurýmið með fallegri innréttingu og vönduðum tækjum
- Pallur með séráfnótarétti til austurs, alls 24,7 fm

Verð: 55 millj.

Nánari upplýsingar:

s. 775 1515 Jason Kr. Ólafsson löggiltur fasteignasali



Lindargata 54

101 Reykjavík

Glæsileg íbúð í fallegu friðuðu húsi

- 2ja herbergja
- Stærð 58,9 fm
- Sérinngangur
- Vinsæll staður í 101

Verð: 34,5 millj.

Nánari upplýsingar:

s. 691 1931 Óskar H. Bjarnasen löggiltur fasteignasali



OPIÐ HÚS

Þriðjudaginn 16. júní kl. 16:30 - 17:00

Engjateigur 17

105 Reykjavík

Mjög skemmtileg 4ra herbergja á tveimur hæðum

- Sérinnangangur með suðursvölum
- Frábær staðsetning í Laugardalnum og stutt í miðborgina
- Björt með þakgluggum og mikilli lofthæð
- Tvö svefnherbergi og tvennar stofur

Verð: 49,9 millj.



OPIÐ HÚS

fimmtudaginn 18. júní kl. 18:00 - 18:30

Nýhöfn 3

210 Garðabæ

Glæsileg 161 fm íbúð með 25 fm bílskúr

- Innangengt í bílskúr úr sameign
- Stórar þaksvalir, frábært útsýni
- Frábær staðsetning í Sjálandshverfinu
- Tvö stór svefnherbergi
- Sólstofa m gólfhita, einnig eldhús og borðstofa
- Glæsileg eldhúsinnrétting

Verð: 89,9 millj.



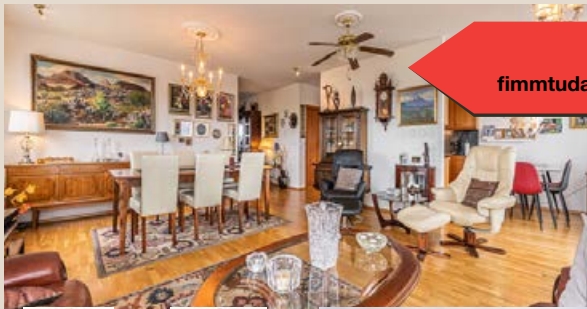
Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is



Jón Rafn Valdimars
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520
jon@miklaborg.is



Ólafur Finnogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is



OPIÐ HÚS

fimmtudaginn 18. júní kl. 17:00 - 17:30

Tröllakór 6-10

203 Kópavogi

Rúmgóða og fallega 120 fm 3ja til 4ra herbergja endaíbúð á efstu hæð

- Tvö sérlega rúmgóð svefnherbergi
- Fallegt útsýni til suðurs og vestur
- 30 fm bílskúr

Verð: 63 millj.



Jón Rafn Valdimars
lögg. fasteignasali
Sími: 695 5520
jon@miklaborg.is



Ólafur Finnogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is



OPIÐ HÚS

Þriðjudaginn 16. júní kl. 17:00-17:30

Hraunbæ 178

110 Reykjavík

Falleg og björt 105 fm íbúð á 3 hæð

- Gott skipulag 3-4 svefnherb
- Fjölskylduvænn staður í Árbænum
- Sólrikar suðursvalir með fallegu umhverfi
- Eignin afhendist við undirritun kaupsamnings

Verð: 41,9 millj.



Óskar H. Bjarnason
lögg. fasteignasali
Sími: 691 1931
ohb@miklaborg.is



OPIÐ HÚS

Þriðjudaginn 16. júní kl 17:30 - 18:00

Laugarnesvegur 89

105 Reykjavík

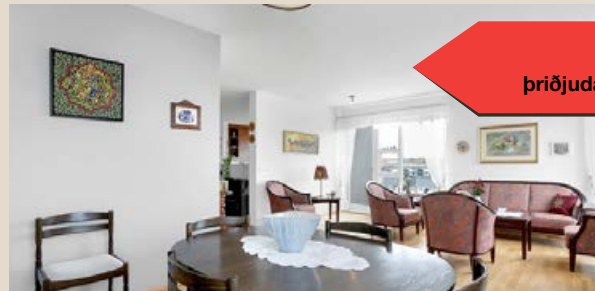
Vönduð og sérlega vel með farin 3ja herbergja 110,7 fm

- Stæði í bilageymslu
- 9,6 fm yfirbyggðar suðaustursvalir
- Tvö góð svefnherbergi og þvottahús innan íbúðar bjartur skemmtilegur eldhúskrókur

Verð: 62,9 millj.



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is



OPIÐ HÚS

Þriðjudaginn 16. júní kl. 17 - 17:30

Kristnibraut 79

113 Reykjavík

Vel skipulögð 163,7 fm íbúð á 4. hæð (efstu) í lyftuhúsi

- 125,1 fm íbúð og 38,6 fm bílskúr og tómsundaherb.
- Tvö rúmgóð svefnherbergi og möguleiki á því þriðja (skv. teikningu).
- Björt og falleg endaeign með gluggum á þrjá vegu.

Verð: 62,5 millj.



Axel Axelsson
lögg. fasteignasali
Sími: 778 7272
axel@miklaborg.is



SÓLBORG

105 Reykjavík

Nýtt hverfi í Laugarnesinu

- 2ja til 5 herbergja íbúðir
- Vandaðar íbúðir á frábæru verði
- Lyftuhús á 6 hæðum

Afhent sumars 2020

Verð frá : 39,5 millj.

www.105midborg.is/miklaborg

Bókið skoðun hjá sölumönnum og fáðu nánari upplýsingar:



Ólafur Finnogason
lögg. fasteignasali
Sími: 822 2307
olafur@miklaborg.is



Gunnar S. Jónsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 5856
gunnar@miklaborg.is



Jörunn Skúladóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 845 8958
jorunn@miklaborg.is



Páll Þórólfsson
lögg. fasteignasali
Sími: 893 9929
pall@miklaborg.is



Þórunn Pálsdóttir
lögg. fasteignasali
Sími: 773 6000
thorunn@miklaborg.is



Friðrik Þ. Stefánsson
hdl. og aðst. fasteignasali
Sími: 616 1313
fridrik@miklaborg.is



Svan G. Guðlaugsson
lögg. fasteignasali
Sími: 697 9300
svan@miklaborg.is



Jason Ólafsson
lögg. fasteignasali
Sími: 775 1515
jko@miklaborg.is



Atli S. Sigvarðsson
lögg. fasteignasali
Sími: 899 1178
atli@miklaborg.is

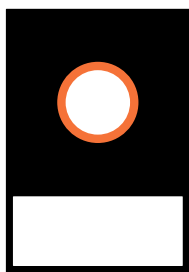


Þórhallur Biering
lögg. fasteignasali
Sími: 896 8232
thorhallurb@miklaborg.is

Fjármögnun hefur **aldrei verið hagstæðari** á Íslandi, lánshlutföll frá 65-90% eftir kaupendum. **Komið, skoðið** og ráðfærið ykkur **við sölumenn okkar!**

569 7000 • Lágmúla 4 • miklaborg.is

Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar



heimili

fasteignasala
á traustum grunni

Finnbogi Hilmarsson löggiltur fasteignasali.



Grensásvegur 3 • 2 hæð • 108 Reykjavík • Sími 530 6500 • heimili@heimili.is • heimili.is



LÁTTU FAGFÓLK SELJA ÞÍNA EIGN



Agnar

Nadia Katrín

Óskar Már

DOMUSNOVA
Fasteignasala



Ábendingahnappinn má
finna á www.barnaheill.is

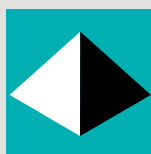


VALHÖLL

FASTEIGNASALA

S Í ð a n 1 9 9 5

Reykjavík–Snæfellsbæ–Höfn Hornafirði | Sími 588 4477 | www.valholl.is



FOLD

FASTEIGNASALA

Sóltún 20 • Sími: 552 1400
www.fold.is • fold@fold.is



Viðar Bððvarsson
viðskiptafr. og lögg. fast.
vidar@fold.is / 694-1401
Gústaf Adolf Björnsson
iþróttaráðgjafi og lögg. fast.
gustaf@fold.is / 895-7205
Kristín Pétursdóttir
lögg. fast.
kristin@fold.is / 8241965

Anna Ólafía Guðnadóttir
íslenskufræðingur
Rakel Viðarsdóttir
viðskiptalögfr. og i löggildingarnámi
rakel@fold.is / 699-0044
Einar Marteinnsson
lögg. fast.
einarm@fold.is / 893-9132

Skorradalur, fallegt sumarhús M/HITAVEITU Á EIGNARLÓÐ.



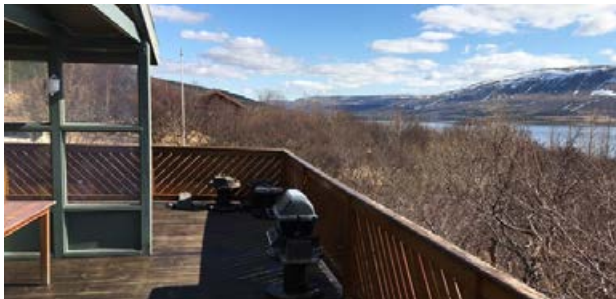
Stráskmýri 15, Skorradal. Samtals ca. 80 fm. fallegt, vel viðhaldið sumarhús á eignarlóð í landi Indriðastaða við Skorradalsvatn. Í húsinu er rúmlegt hjónaherbergi og tvö minni svefnherbergi auk ca. 18 fm. svefnlofts. Gott baðherbergi með sturtuklefa og tengi fyrir þvottavél. **Verð 24,8 millj.**

Kotabyggð, 601 Akureyri. STÓRGLÆSILEGAR EIGNIR Í VAÐLAHEIÐI.



Kotabyggð, 601 Akureyri: Um er að ræða fjórar eignir, þrjár þeirra sambyggðar (Kotabyggð 15 a,b, og c) og ein stök (Kotabyggð 16). Húsin eru öll til útleigu, selst sá rekstur með í sölu á eignunum. Gólfhiti er í öllum húsunum og er eitt hitakerfi fyrir allar íbúðirnar. Sólþallar eru við hverja eign með heitum potti.

Vatnsendahlíð, Skorradal: BÚSTAÐUR OG GESTAHÚS.



Sumarhús á frábærum stað í Skorradal með tveimur svefnherbergjum, baðherbergi m/sturtu og eldhúsi ásamt gestahúsi frá 2013 sem skiptist í stofu, svefnherbergi, baðherbergi m/sturtu og lítið eldhús. Frábær staðsetning með útsýni yfir vatnið og fjöllin. Sannkölluð sumarparadís fyrir fjölskylduna. **Verð aðeins 15,9 millj.**

Sumarhús við Galtalæk, 851 HELLA.



Ca. 90 fm. fallegt sumarhús á frábærum stað við Galtalæk með útsýni til Heklu. Um 100 fm pallur er í kringum bústaðinn. Eldhús er með nýlegri og fallegri innréttingu. Þrjú svefnherbergi. Stofa með kamínu og útgengt á pallinn sem er með mjög vönduðum heitum potti. Baðherbergi er snyrtilegt og rúmlegt. **Verð 24,9 millj.**

Dynjandisvegur, 801 Selfoss, HEILSÁRSHÚS NÁLÆGT SKÁLHOLTI.



Dynjandisvegur 23. Rúmlega 100 fm nýlegt heilsárshús á frábærum stað, nálægt Skálholti og Reykholti í Bláskógabyggð. Í húsinu eru þrjú góð svefnherbergi auk óskræðs svefnrýmis í risi. Hitaveita og heitur pottur. Húsið stendur hátt með miklu útsýni yfir Brúará og til fjalla. Vönduð eign. **Verð 39,9 millj.**

Óskum eftir

Sumarhúsin seljast á Fold.

Áratuga reynsla
í sölu sumarhúsa.

Skoðum fljótt,
fagljósmyndun.

Hvað kostar eignin mín?

Kíktu á www.fold.is – eða hafðu samband í síma 552 1400 / 694 1401

Þú finnur okkur á fold.is

Við erum þetta Félag fasteignasala fasteigna

Sjáðu alla 270 félagsmenn okkar inni á ff.is eða fasteignir.is

» Ráðningarþjónusta

Leitar þú að starfsmanni?

HH Ráðgjöf hefur vönduð vinnubrögð og fagmennsku að leiðarljósi. Við leggjum metnað okkar í að veita afburðarþjónustu og finna réttan einstakling fyrir þá aðila sem leita okkar aðstoðar við ráðningu starfsfólks.

» Kostir þess að nýta sér þjónustu HH Ráðgjafar eru m.a.:

■ Vinnusparnaður

Við vinnum úr umsóknum, leitum í gagnagrunni okkar, tökum forviðtöl og öflum umsagna.

■ Markviss leit

Sérskrifaður hugbúnaður gerir leit afar markvissa og tryggir að við finnum hæfasta einstaklinginn.

■ Þriggja mánaða ábyrgð

Ef starfsmaður hættir störfum innan þriggja mánaða er ráðning í hans stað án endurgjalds.

■ Ekkert staðfestingargjald

Við leggjum áherslu á að rækta árangursríkt og ánægjulegt langtímasamband við viðskiptavininn okkar og því greiðir þú ekkert ef ekki verður af ráðningu.

■ Fjöldi hæfra umsækjenda

Fjöldi umsækjenda er á skrá í almennum gagnagrunni okkar sem tryggir að við finnum rétta einstaklinginn fyrir starfið.

■ Fjölbreyttar þjónustuleiðir

Í boði eru fjölbreyttar þjónustuleiðir sniðnar að þörfum og væntingum viðskiptavina okkar. Þú finnur lausnina hjá okkur.

■ Reynsla og þekking

Hjá HH Ráðgjöf starfa sérfræðingar á sviði starfsmannamála sem búa m.a. yfir mikilli reynslu af ráðningum og hagnýtri menntun.

■ Sanngjarnt verð

Þjódum mjög hagstætt og samkeppnishæft verð á þjónustu okkar. Gerðu verðsamanburð!

HH Ráðgjöf er alhliða ráðningarþjónusta og við státum okkur af því að veita framúrskarandi þjónustu hvort sem um ræðir ráðningu ófaglærðra, faglærðra eða sérfræðinga.

» Ráðgjafar okkar veita fúslega frekari upplýsingar í síma 561 5900 eða sendu okkur tölvupóst: hhr@hhr.is





Total Finish
SENSAI var fyrsta snyrtivörumerkið í heiminum til þess að framleiða farða þar sem kremfarði og púður koma saman í einni órjúfanlegri heild. Silki-púðurfarðinn hentar hvort sem er, notaður einn og sér eða yfir fljótandi farða og til að fríska sig yfir daginn. Total Finish sameinar kosti fljótandi farða og púðurs, þekur húðina auðveldlega en samt á náttúrulegan hátt án þess að setjast í línur. Hann er með SPF15. Total Finish fæst í 8 litum. Leiðbeinandi verð: Fylling 5.990 kr. Askja með svampi 2.800 kr.



Total Lip Gloss
Varagloss með húðvörueiginleikum. Glossið er byggt á Total Lip Treatment – kreminu þar sem þræðir úr Koishimaru-silkinu, ásamt völdum efnum úr náttúrunni, gegna lykilhlutverki við rakagjöf. Einstök áferð sem bætir rakabúskap varanna og gefur þeim aukna fyllingu. Við reglubundna notkun dregur glossið úr hrukkumyndun á vörunum sem verða bæði sléttari og flottari. Glossið veitir fallegan glans um leið og það gefur litlausum vörunum heillandi perlugljáa. Hægt að nota eitt og sér eða yfir varalit, eða með varalitablýanti. Leiðbeinandi verð: 5.900 kr.



Eye Colour Palette
Fyrr á þessu ári komu á markað einstakar augnskugga-pallettur sem einfalt er að vinna með. Þær fást í fjórum mismunandi litasamsetningum. Sama tækni var notuð við þróun á þessum augnskuggum og á silkipúðrinu svo augnskugginn heldur frá svita og rennur ekki til yfir daginn. Ljósasti liturinn í hverri pallettu er hannaður sem grunnur yfir allt augnlokið, hann lýsir upp svæðið og auðvelt verður að blanda litina saman á eftir. Leiðbeinandi verð: 8.900 kr.



Eye Brow Pencil
SENSAI Eye Brow Pencil þarf vart að kynna, hann hefur fylgt okkur í áraraðir. Auðveldur í notkun til að skerpa á augabrúnunum eða fylla upp í þegar fastur litur byrjar að dofna. Blýanturinn er rúnnaður og passlega mjúkur, svo að auðvelt er að móta augabrúnirnar. Leiðbeinandi verð: Blýantur með fyllingu 4.900 kr. Fylling 2.700 kr.



Lip Pencil
Silkímjúkur varablýantur. Varalitablýantarnir frá SENSAL innihalda Koishimaru-silki sem gerir þá einstaklega mjúka en á sama tíma haldast þeir á. Hentar vel að nota einan og sér eða með Total Lip Gloss eða fallegum varalit. Yddari fylgir hverjum blýanti og á öðrum endanum er góður varalitabursti. Leiðbeinandi verð: 4.400 kr.



Lasting Eye Liner Pencil
Augnblyantarnir frá SENSAL koma í tveimur litum, svörtum og dökkbrúnum. Formúlan er örlítið gel-kennd svo hann togar ekki í augnlokið þegar hann er borinn á. Auðvelt er að dreifa úr honum með bursta sem fylgir á öðrum endanum. Leiðbeinandi verð: 4.500 kr.



LASH VOLUMISER MASCARA 38°C
Þessi maskari, sá nýjasti frá SENSAL, hefur algjörlega slegið í gegn. Hann hentar vel hvort sem þú vilt hafa augnumgjörðina náttúrliga eða stórfenglega. Burstinn er þrefaldur og spirallformaður svo augnhárin klessast ekki þegar þú setur fleiri umferðir til að byggja hann upp. Leiðbeinandi verð: 4.800 kr.



Highlighting Concealer
Ljómi og raki fyrir augnsvæðið. Hyljarinn er sérstaklega hannaður til þess að nota undir augun þar sem áferðin er bæði létt en kremuð og hann sest ekki í línur, heldur þvert á móti mýkir þær og gerir þær minna áberandi. Með sérstöku innihaldsefni, Koishimaru silk EX, og náttúrulegum olíum, möndlu, joboa og ólívu. Þetta einstaka innihaldsefni Silky Botanical EX endurheimtir raka og heldur honum inni fyrir sléttara útlit. Leiðbeinandi verð: 4.990 kr.



Bronzing Gel
Létt litað gel sem inniheldur 70% vatn og silki. Sveipar húðina bronsleitri hulu, rétt eins og þú hafir verið kysst af sólinni. Þrír litir í boði, ljósasti 61, inniheldur örlitlar agnir af ljómaperlum, litur 62 sem er langvinsælastur hentar bæði konum og körlum og litur 63 er gultóna. Má nota eitt og sér yfir rakakrem, undir farða, yfir farða eða blanda við farða eða rakakrem. Leiðbeinandi verð: 5.990 kr.



Glowing Base
Grunnur undir farða, með perlukenndum lit, leiðréttir húðlit og veitir hraustlegan ljóma, auk þess að veita raka og viðhalda fersku útliti. Glowing Base kemur í veg fyrir að farðinn setjist í línur og svita-holur. Glowing Base hentar einstaklega vel undir Total Finish silki-púðurfarðann eða undir aðra farða. Leiðbeinandi verð: 5.500 kr.

Ferskleiki og hugarró

Heilbrigð húð hefur innbyggðan varnarvegg til að koma í veg fyrir rakatap sem annars yrði í gegnum yfirborð hennar. Til að viðhalda fallegri húð skiptir mestu máli að veita raka til hennar.

Þegar fólk eldist minnkar eðlilegt rakainnihald húðarinnar því rakaheldni hennar minnkar. Húðin verður viðkvæmari fyrir köldu veðri, þurrki, útfjólubláum geislum og

öðrum neikvæðum áhrifum sem dekkja hana og gera hana hrjúfari. Silki er dularfullt efni sem hefur hrifið mannkynið frá alda öðli. Klassísk feegurð þess er ekta og óháð tíma, og nú er hægt að yfir-

færa fegurð silkis á húðina, fegurð sem sumir segja að taki janvel fram fegurð eðalsteina. SENSAL förðunarvörurnar innihalda allar hið dýrmæta Koishimaru-silki og gefa þannig húð þinni raka sem

endist yfir daginn. Þar má sérstaklega nefna, Glowing Base, Highlighting Concealer, Total Lip Gloss og Total Finish silkipúðurfarðann. Koishimaru-silki getur gefið allt að sjö sinnum meiri raka en nokkur

annar rakagjafi úr náttúrunni.

Myndböndin má sjá á Facebook og Instagram síðum SENSAL á Íslandi.

Verkfræðin kemur sér vel við sápugetu

Maria Solomatina býr til umhverfisvænar sápur úr ýmiss konar jurtum. Íslensk náttúra og móðurhlutverkið kveiktu áhugann á sápugetu.

Sandra Guðrún
Guðmundsdóttir
sandragudrun@frettabladid.is



Maria kemur frá Rússlandi en flutti til Íslands fyrir tveimur árum þar sem hún býr með ungum syni sínum og föður hans. Í Rússlandi starfaði Maria hjá stóru fyrirtæki í upplýsingatæknigeiranum en fyrir um það bil hálfu ári byrjaði hún að prófa sig áfram í sápugetu og varð hugfangin af ferlinu. Sápurnar kallar hún Skessusápur. Maria er mjög heilluð af Íslandi og íslenskri náttúru og notar því mikið af íslenskum innihaldsefnum í sápurnar sínar.

„Íslensk náttúra og móðurhlutverkið varð innblásturinn að því að ég fór að búa til sápur. Þær eru úr hreinum náttúrulegum innihalds-

efnum og ég bæti engu í þær til að tryggja að þær henti viðkvæmri húðinni á mér og líka barnsins míns,“ segir Maria.

„Ég fór að lesa bækur um sápugetu til að átta mig betur á virkni efnanna. Ég byrjaði á að nota svokallaða kalda aðferð sem er algengust í sápugetu. Ég komst svo seinna að því að það er líka til heit aðferð sem býður upp á þann möguleika að bæta við innihaldsefnum eftir að lúturinn hefur verið fullnýttur. Með þeirri aðferð nýtast virku náttúrulegu innihaldsefnin mun betur, það er að segja hinar ýmsu jurtir, mosar og jurtaþykki sem ég bæti út í sápurnar mínar. Græðandi eiginleikar náttúrulegu oliunnar varðveitast líka betur með þessari aðferð.“

Maria segir að þegar hún áttaði sig á því að meirihlutinn af þeim sápum sem hægt er að kaupa úti í



Maria Solomatina býr til sápur heima hjá sér. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

búð er ekki búinn til með þessari heitu aðferð varð hún enn áhugasamari um að búa sjálf til sápur.

Prófaði að nota lýsi í sápu

„Ég er núna nánast í fullu starfi við að búa til sápur og að þróa nýjar sápuuppskriftir. Af mörgum áhugaverðum séríslenskum innihaldsefnum nota ég tólg mikið. Tólginn líkist húðfitu mannsins og virknin helst vel í framleiðslu-

ferlinu. Tólginn gerir húðina mjúka og raka svo sápa úr tólg er mjög vinsæl hjá fólki með þurra og viðkvæma húð. Sérstaklega núna á tímum COVID þegar fólk er að þvo sér mjög mikið um hendurnar,“ útskýrir Maria.

„Hreindýramosi er uppáhalds innihaldsefnið mitt. Það er svo yndisleg og sérstök upplifun að fara út að safna mosanum og hann hefur bakteríudrepandi eiginleika.

Svo er hann líka svo góður fyrir húðina. En ég gæti trúað að djarfasta tilraunin mín í sápugetunni sé að nota Lýsi í sápu sem ég kalla „Fisherman's Wife“ (Sjómannskonan). Ég er ekki viss um að nokkur hafi gert það áður en sápan reyndist hafa ýmsa góða eiginleika. Hún var passlega hörð, rakagefandi og löðraði vel. En lyktin er líklega eitthvað sem þarf að venjast. Sápan hefur allavega verið vinsælli hjá Íslendingum en útlandinum.“

Maria byrjaði á að búa eingöngu til sápur til einkanota en eftir því sem sápugetaráhuginn jókst fór hún að gera sápur í stærra upplagi.

„Þegar ég lærði að búa til sápur nýttist verkfræðimenntunin mín vel. Ég safnaði upplýsingum meðal annars úr sérfræðibókum og prófaði mig svo bara áfram. Möguleikarnir eru endalausir og ég er enn að læra eitthvað nýtt á hverjum degi.“

Treystir á umsagnir notenda

Sápurnar sem Maria býr til ættu að henta flestum húðgerðum þar sem þær innihalda engin aukaefni sem geta ert húðina.

„Sem dæmi má nefna að maður í fjölskyldu sonar míns skipti algjörlega yfir í mínar sápur af því hann fékk útbrot og kláða þegar hann þvoði sér með sápum keyptum úti í búð. Hann finnur ekki fyrir slíku þegar hann notar mínar sápur. Ég er ekki með neina rannsóknarstofu eða innviði í líkingu við stór lyfjafyrirtæki svo ég treysti bara á það sem fólkið sem hefur notað sápurnar mínar segir mér. Þannig veit ég oft hvaða sápur henta fyrir ákveðin húðvandamál. Ég er með Facebook-síðu fyrir sápurnar mínar þar sem ég hvet fólk til að deila reynslu sinni og svo er ég með vefsíðuna skessusapur.is þar sem má skoða sápurnar.“

Höfuðlausn við hárlosi

Hárlos er hvítleiður kvilli sem getur valdið bæði körlum og konum miklu hugarangri.

Fríða Rut Heimisdóttir, hárgreiðslumeistari og eigandi Regalo ehf. heildsölu, segir hárlos oft valda fólki hugarangri. Hjá Kérastase Paris eru til meðferðir við hárþynningu fyrir bæði kynin og eins hármæðferðir við hárlosi.

„Lífsferill hárs er einfaldur, það vex, dettur svo af og nýtt hár tekur að vaxa,“ segir hún og bætir við: „Langofast detta hárin af jafnt og þétt og vaxa sömu-leiðis.“ Hún segir hárlosi hægt að skipta í tvennt, það að missa hár og fá það aftur og eða missa hár og fá það ekki aftur sem kallast skallamyndun. „Þættir sem ráða hárlosi geta verið margs konar, erfðir, hormónavandamál og öldrun. Eins geta áföll, slys og ýmsir sjúkdómar og meðferðir við þeim, t.d. geisla- eða lyfja-meðferðir valdið hárlosi.“ Hún segir að við mikil veikindi eða álag geti hárlos orðið meira en ella. „Hárlosið verður þó oft ekki beint í kjölfar veikindanna, heldur þremur til sex mánuðum seinna. Öðru máli gegnir ef hárlos dreifist ójafnt um höfuðið, þannig að há kollvík myndast eða skallatungl. Í þeim tilvikum ætti viðkomandi að leita læknis og ef um konu er að ræða að láta athuga hormónastarfsemina.“

Fríða bendir enn fremur á að hárlos geti tengst lífsstíl og svo tímabilum lífsins eins og meðgöngu. „Hárið er oft óvenju þykkt og ræktarlegt á meðgöngu vegna hormónabreytinga en um það bil hálfu ári eftir fæðingu verður mikið hárlos og hárið getur orðið rytjulegt. Það góða við þessa tegund af hárlosi er að það er tímabundið.“



Fríða Rut Heimisdóttir, hárgreiðslumeistari og eigandi Regalo, segist sjá mikinn mun á fólki eftir meðhöndlun. FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON BRINK

Hægt að að örva hárvöxt

Fríða Rut segir að það sé ýmislegt sem hægt sé að gera til að örva hárvöxt. „Hágæða hárvörurnar Kérastase Paris sem eru í eigu L'Oréal Group setti nýverið á markað sérhannaða línu sem hjálpar til við að sporna gegn hárlosi. Línan samanstendur af sjampói, næringu, djúpnæringu og sex vikna meðferðardropum sem eru notaðir daglega heima fyrir til að vinna á hárlosi og styrkja hár og hársvörð. Einnig inniheldur línan hitavörn til að verja hárið ásamt fagmeðferð sem hægt er að fá á Kérastase hárgreiðslustofum þar sem hár og hársvörður er hreinsaður vel með sérstöku dufti sem



blandað er í sjampó til að ná öllum umhverfisþáttum, efnaleifum og þess háttar úr svo meðferð geti hafist.“

Þá nefnir Fríða Rut enn fremur hársvarðar-meðferðina Cure Densifique fyrir karlmenn sem hafa hár sem er farið að þynnast. „Meðferðin stuðlar að því að viðhalda þéttleika hársins, þökk sé blöndu virkra efna sem auka umfang og þykkt hársins á einungis einum mánuði. Hárið verður fimm sinnum sterkara og teygjanleiki þess og þykkt þrefaldast.“

Fríða Rut og samstarfsfólk hjá Regalo vildi sýna virkni þessarar meðferðar og fékk til liðs við sig hressasta dansstjóra landsins, útvarpsmanninn Magnús Magnússon hjá Diskó-teknu Dísu, til að prófa vörurnar í þrjá mánuði en hann var farinn að

finna fyrir mikilli hárþynningu við hvírfilinn. „Hann trúði ekki eigin augum þegar niðurstöður lágu fyrir. Hann sagðist ekki hafa haft mikla trú á meðferðinni svo hún kom skemmtilega á óvart og var mikið gleðiefni.“ Magnús fékk sérstakt hárþynningarsjampó og svo notaði hann meðferðardropana einu sinni á dag í þrjá mánuði og kom svo mánaðarlega í myndatöku. Af myndunum má sjá mikinn árangur og það er því ljóst að baráttan við hárþynningu fer fram af fullum þunga hjá Fríðu Rut og félögum í Regalo.



Magnús var ánægður með hversu vel meðferðin gekk. Hér má sjá fyrir meðferð og stuttu síðar.

Nánari upplýsingar má finna á regalo.is. Við erum líka á Facebook: Kérastase á Íslandi.

VINNUR GEGN SÝNILEGUM ÁHRIFUM ÖLDRUNAR

NEOSTRATA Skin Active línan vinnur gegn sýnilegum áhrifum öldrunar með einstökum og háþrúðum aðferðum. Vörurnar innihalda efni sem kallast ávaxtasýrur, en rannsóknir sýna að þær hafi verulega bættandi áhrif á húðina. En hvað eru ávaxtasýrur? AHA- og PHA-sýrur eru einstakir rakagjafir og flýta fyrir endurnýjun húðfrumanna og vinna því gegn ótímabærri öldrun húðarinnar, þurrki og skemmdum í húð af völdum sólarljóss.

Rannsóknir sýna að NEOSTRATA húðvörur, sem innihalda glycolic-sýru (AHA) og eru notaðar í daglegri húðumhirðu, draga úr finum línum, hrukkum og gefa húðinni heilbriggt útlit. Glycolic-sýrur auka framleiðslu kollagens og gera húðina fyllri og stinnari.

Gluconolactone er önnur kynslóð af ávaxtasýrum, PHA-sýra sem er náttúrulegt andoxunarefni og einstakur rakagjafi. Gluconolactone ertir ekki húðina og hentar öllum húðgerðum, einnig viðkvæmri húð. NEOSTRATA húðvörur, sem innihalda gluconolactone, gefa húðinni jafnara og frísklegra yfirbragð. Sítrónusýra (e. citric acid) er sýra sem notuð er bæði í mat og snyrtivörur. Andoxunareiginleiki hennar hjálpar til við að minnka eyðileggjandi áhrif sólar og mengunar á húð. Rannsóknir sýna að sítrónusýra dregur úr öldrun húðarinnar og minnkar fínar línur og hrukkur.

NEOSTRATA húðvörur eru þróaðar af húðlæknum og framleiddar eftir ströngustu gæðakröfum. Húðvörurnar eru ekki prófaðar á dýrum, innihalda hvorki ilmefni né litarefni og eru ofnæmisprófaðar.

Í klínískri rannsókn sögðust 93% kvenna myndu velja Skin Active vörurnar sem hluta af daglegri umhirðu húðarinnar. 93% þátttakenda fannst yfirborð húðarinnar verða mýkra, húðliturinn jafnari og fínar línur og hrukkur minna sjáanlega.

VÖRURNAR Í SKIN ACTIVE LÍNUNNI

Skin Active vörulínan inniheldur 10 vörur sem henta þroskaðri húð, fyrir 35 ára og eldri. Vörurnar í línunni eru: andlitshreinsir (Exfoliating Wash), augnkrem (Intensive Eye Therapy), serum (Tri-Therapy Lifting Serum, Firming Collagen Booster & Antioxidant Defense Serum), dagkrem (Matrix Support), næturkrem (Cellular Restoration & Dermal Replenishment), Retinól krem (Retinol + NAG Complex) & hálskrem (Triple Firming Neck Cream).



Andlitshreinsir – Exfoliating Wash

Þessi sáþulausi, freyðandi hreinsir fjarlægir á árangursríkan hátt olíu og fitu af húðinni ásamt öllum farða, án þess að valda óþægindum og ertingu í húðinni. Einstök „SynerG“ samsetning slípar húðina á mjög varfærinn hátt án þess að þurrka hana og undirbýr þannig húðina vel fyrir virkni kremanna. Blanda af aloe-vera-, kamillu-, gúrkum- og rósmarín seiðum sefa og róa húðina. Hentar öllum húðgerðum.

Notkun: Rök húðin er þvegin kvölds og morgna með hæfilegu magni af hreinsinum og skoluð með vatni.



Augnkrem – Intensive Eye Therapy

Augnkrem ársins 2019 að mati Smartlands! Einstök „SynerG“ samsetning sem með margbættri verkun gerir viðkvæma húðina í kringum augnsvæðið fyllri og þéttari. Augnsvæðið virðist sléttara og hláturhrukkurnar í kringum utanvert augnsvæðið sléttast innan frá. Inniheldur koffín sem dregur úr þröta á meðan hýalúrónsýrur virka sem náttúrulegur rakagjafi.

Notkun: Borið mjúklega á augnsvæði kvölds og morgna, gott að dúmpa varlega með baugfingri yfir augnsvæðið.



Serum – Tri-Therapy Lifting Serum

Samsett blanda sem hjálpar til við að þétta húðina, vinna á finum línum og bætir frískleika húðarinnar. Hýalúrónsýra hjálpar til við að fá jafnari húðlit, frískara yfirbragð og mýkri húð.

Notkun: Borið á hreina húð, 3-5 dropar á andlit kvölds og morgna undir dag- og næturkrem. Eykur virkni kremanna.



Serum – Collagen Booster

Serum sem varðveitir og hámarkar náttúrulegt kollagen húðarinnar og skilur eftir sléttari, þéttari og sterkari húð. Gardenia Cell Culture hjálpar til við að varðveita núverandi kollagen með því að hindra ensímín sem brjóta niður kollagenið.

Notkun: Borið á hreina húð á andlit kvölds og morgna undir dag- og næturkrem. Eykur virkni kremanna.



Serum – Antioxidant Defense Serum

Einstök formúla sem inniheldur átta öflug andoxunarefni sem vinna gegn öldrun húðarinnar. Sítrónusýra, lilac, grænt te og chardonnay grape seed extract vinna saman og hjálpa til við að varðveita heilbrigða húð. Dregur úr ójöfnum hörundslit og gefur húðinni jafnara yfirbragð.

Notkun: Borið á hreina húð á andlit kvölds og morgna undir dag- og næturkrem. Eykur virkni kremanna.



Dagkrem – Matrix Support SPF 30

Dagkrem sem inniheldur einstaka „SynerG“ samsetningu, þrjú klínískt prófuð efni, sem hafa einstaka virkni á húðina. Sérstök peptíð ýta undir kollagenframleiðslu í dýpri lögum húðarinnar. NeoGlucosamine og retinól vinna saman að því að endurbýggja náttúrulegar stoðir húðarinnar, gera húðina stinnari og bæta heildar litbrigði húðarinnar. UVA og UVB (SPF30) verja húðina einnig gegn skaðsemi útfjólublárra geisla frá sólinni.

Notkun: Borið á andlit daglega eftir hreinsun, gott að bera serum á húðina áður til að auka virkni kremsins.



Næturkrem – Cellular Restoration

Einstakt næturkrem sem þróað er til að veita raka og vinna gegn öldrun húðarinnar. Einstök „SynerG“ samsetning er hönnuð til þess að örva og endurlífga virkni húðfrumanna og styrkja undirliggjandi stoðir húðarinnar. Inniheldur stofnfrumseyði úr eplum sem verndar og framlengir líftíma stofnfruma húðarinnar og hjálpar þannig til við að sporna gegn áhrifum öldrunar húðarinnar.

Notkun: Borið á andlit á kvöldin eftir hreinsun, gott að bera serum á húðina áður til að auka virkni kremsins.



Næturkrem – Dermal Replenishment

Krem sem styrkir og þéttir húðina og hjálpar til við að byggja upp náttúrulegt kollagen hennar. Dregur úr öldrun húðar. Auðgað með chardonnay grape seed extract til að koma í veg fyrir skemmdir sem eiga sér stað af umhverfisvöldum. Kremið vinnur vel með Retinól kreminu, hentar mjög þurrri húð.

Notkun: Borið á andlit á kvöldin eftir hreinsun, gott að bera serum á húðina áður til að auka virkni kremsins.



Retinol + NAG Complex

Lyftir, stinnir og dregur úr öldrunarblettum og finum línum. Virkar vel inn í innsta lag húðarinnar. Inniheldur 0,5% hreint retinól. Neo-Glucosamine veitir öflugan ávinning í samsetningu með retinóli og verndar kollagen húðarinnar. Gardenia cell culture varðveitir núverandi kollagenbyggingu húðarinnar og hjálpar einnig til við að örva nýmyndun kollagens. Amínósýrur og Matrixyl 3000 peptíð hjálpa einnig til við að byggja upp kollagenið.

Notkun: Borið á hreina húð andlits einu sinni til tvisvar í viku, á kvöldin. Aukið upp í daglega notkun eftir því sem húðin þolir. Dermal Replenishment næturkremið hentar vel með þessu retinól kremi, veitir mikinn raka.



Triple Firming Neck Cream

Hálskremið dregur úr sýnilegum einkennum öldrunar á hálsi og bringu, þar sem öldrunareinkenni koma í flestum tilfellum fyrst fram. Kremið er unnið úr blöndu þriggja innihaldsefna, hvert þeirra með einstaka virkni til að gefa húðinni fyllra og þéttara yfirbragð. Húðin á hálsi og bringu verður stinnari, þéttari og húðlitur jafnari.

Notkun: Borið á hreina húð á hálsi og bringu, kvölds og morgna.

Alltaf gaman að klippa hár

Söngvarinn Jógvan Hansen ætlaði að verða gullsmiður en varð hárskeri í staðinn. Skærin hafa þó að mestu verið lögð á hilluna fyrir sönginn. Jógvan klippir þó enn fjölskyldu og vini.

Elín
Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Jógvan lærði hárgreiðslu í heimabæ sínum Klakksvík í Færeyjum. „Ég var byrjaður að syngja á þeim tíma en hafði ekki miklar tekjur af tónlistinni. Maður var að vinna alls konar störf með, til dæmis vann ég í fiski og ýmislegt fleira sem var vel borgað. Mig langaði alltaf að vinna við eitthvað skapandi og gullsmíðin heillaði mig. Til þess að mennta mig á því sviði hefði ég þurft að fara til Danmerkur í skóla og það hentaði mér alls ekki. Ég var svolítið hrifinn af því umhverfi sem skapaðist á hárgreiðslustofum. Kona sem rak eina stærstu hárgreiðslustofuna í Klakksvík var oft að bjóða mér að koma sem lærlingur. Einn daginn spurði ég bara hvenær ég ætti að byrja. Ég var á samningi hjá henni í tvö ár en þá ákvað hún að láta af störfum. Tengdadóttir hennar tók við og ég hélt áfram náminu. Hún reyndar lokaði stofunni sem var staðsett í miðbænum og opnaði aðra sem var við hlið fjárhúsa hjá afa mínum. Það var mjög hentugt, ég gat gefið kindunum áður en ég labbaði í vinnuna,“ segir Jógvan.

Meðfram vinnunni á hárgreiðslustofunni tók hann annir í Tækniskólanum í Þórshöfn. Fyrst ók hann og sigldi á milli staða sem tók um tvær og hálfa klukkustund en gafst upp á því og dvaldi á heimavist. „Þetta var æðislega skemmtilegur tími. Mikið ævintyri. Starfið átti vel við mig. Ég er samt of mikill flakkar til að vera fastur á einum fermetra allan daginn. Ég er ekki týpan til að fá gullur eftir langt starf hjá sama vinnuveitanda. Það komu líka tækifæri í tónlistinni sem fóru að taka meiri tíma. Í dag get ég stjórnað tíma mínum og verkefnum. Mér finnst svo frábært að ferðast um Ísland á sama tíma og ég er að vinna að tónlist.“

Þegar Jógvan flutti til Íslands byrjaði hann að vinna sem hárgreiðslumaður hjá Tony & Guy en þaðan lá leiðin á hárgreiðslustofuna Júnik sem var þá á Laugavegi en flutti síðan í Borgartún. Jógvan keypti hlut í þeirri stofu. „Þetta var glæsileg stofa með fimmtán starfsmönnum. Það eru kominn ellefu



Jógvan Hansen lærði hárgreiðslu í Færeyjum og starfaði við hana hér á landi í nokkur ár áður en tónlistin tók allan hans tíma. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

ár síðan ég hætti og fór í nám hjá Keili. Mér fannst reyndar skritin tilfinning þegar ég lauk náminu að hafa ekkert að gera. Verkefnin síðan hafa verið fjölmörg og skemmtileg en þau koma ekkert endilega upp í hendurnar á manni, það þarf að hafa fyrir því að fá þau. Oft þarf maður að búa til verkefni til að fá fólk til að koma á tónleika og hlusta á mann,“ segir hann.

Jógvan viðurkennir að stundum komi vinirnir og biðji um klippingu og þá eru skærin tekin upp. „Ég hef lent í því á tónleikum að

“Ég hef lent í því á tónleikum að það þurfi að snyrta einhvern áður en hann stígur á svið og ég hef því haft þann vana að hafa skærin alltaf með.

Það þurfi að snyrta einhvern áður en hann stígur á svið og ég hef því haft þann vana að hafa skærin alltaf með. Ég sakna þess oft að vera ekki að klippa á stofu. Mér finnst það gaman. En ég klippi karlana í fjölskyldunni, nenni ekki konunum, það er meira vesen.“

Jógvan segir að íslenskir karlmenn séu yfirhöfuð mjög snyrtilegir um hárið. Ronaldo-klipping hefur verið vinsæl. „Karlmenntu voru mjög fegnar þegar þeir komust í klippingu aftur eftir samkomubannið,“ segir hann. „Það var nú

alveg skemmtilegt að sjá aðeins hár á þeim eftir bannið og sumir kunnu bara vel við það. Ég gæti alveg trúað að hárið fari að síkka á körlum aftur. Það komi svona samkomubannstíska, stutt að framan en síðara að aftan. Mér finnst líka svo frábært við íslenska karla að þeir eru duglegir að greiða hárið og jafnvel nota hárblásara. Það gerði starfið mitt skemmtilegt, ég var oft að kenna viðskiptavinum mínum að nota blásarann. Íslenskar konur eru líka duglegar að gera sig glæsilegar. Þær eru 100% flottar.“

Hair Volume – fyrir líflegra hár

Aldrei haft jafn þykkt hár

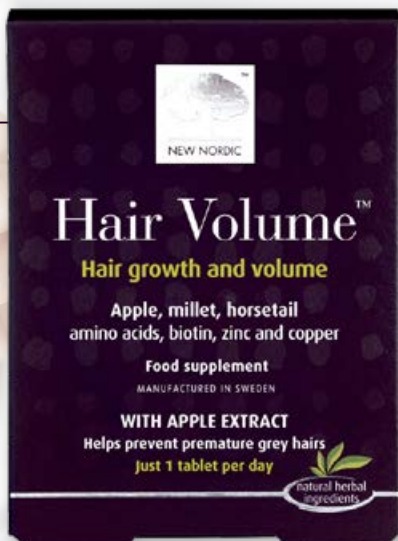
„Eftir að hafa misst allt hár í krabbameinsmeðferð byrjaði ég að taka **Hair Volume** frá New Nordic.

Eftir 4-6 vikur fór hárið að vaxa aftur og ég hef aldrei haft jafnt löng augnhár, þykkar augabrúnir og þykkt hár eins og núna og það hvarflar ekki að mér að hætta að taka þetta bætiefni inn.“

Edda Dungal

Söluastaðir: Flest apótek, heilsuhús og heilsuhillur stórmarkaða

Nánar á artasan.is



Hair Volume inniheldur jurtir og bætiefni sem eru mikilvæg fyrir hárið og getur gert það líflegra og fallegra.

Glamglow er húðvörumerki sem er hvað frægast fyrir leirmaskana sína

Leirmaskarnir eru 5 talsins en auk þeirra eru hreinsimaskar og næringarmaskar ásamt hreinsum, rakakremum og augnkremi. Allar vörurnar eiga það sameiginlegt að vera virkar og munurinn er sjáanlegur strax við fyrstu notkun.



Glamglow fæðist í Hollywood þar sem hjónin Glenn and Shannon Dellimore hófu að prófa sig áfram á þessum markaði ásamt efnafræðingum þar sem þau langaði að hanna vöru sem gæti gert allt á innan við 10 mínútum. Úr varð að nota leir sem hreinsar húðholur og gefur húðinni þéttara yfirbragð og þannig varð til fyrsta varan þeirra Youthmud.

Pau fengu vini sína til þess að prófa vöruna og ekki leið á löngu þar til þeir voru farnir að biðja um meira af henni. Vörurnar eru nú seldar um allan heim og ekkert lát á vinsældum þeirra.

Maskarnir koma í fallegum umbúðum, eru auðveldir í notkun og gera nákvæmlega það sem sagt er að þeir eigi að gera.

Flestir maskar koma í 3 stærðum 100 gr, 50 gr og 15 gr.



YOUTHMUD **bestseller*

Fyrir aukinn ljóma
Maskinn skrúbbar húðina á áhrifaríkan hátt, sléttir og endurvekur ljóma húðarinnar.

Gott að vita: Þú finnur fyrir sting í húðinni en það er til þess að láta þig vita að varan er að virka. Húðin gæti orðið rauð í smá tíma á eftir, en það er eðlilegt!

- Ertu að fara út í kvöld eða á leið í atvinnuviðtal? Þetta er maskinn fyrir þig!

SUPERMUD **bestseller*

Hreinsar húðina
Fyrir þá sem eru með acne, fílapiensla eða óhreinindi í húð. Hann djúphreinsar húðina með kolum, blöndu af 6 sýrum og K-17 leir. Virku kolin hjálpa til við að hreinsa óhreinindi, eitrefni og umfram olíu af erfiðustu svæðum húðarinnar, húðholunum. Sýrublandan losar dauðar húðfrumur og gefur húðinni slétt yfirbragð. Vinnur á bóllum og óhreinindum í húð – eina sem þarf er þunnt lag, hafðu maskann á í 5-20 mínútur, gott er að prófa lítið svæði í einu og byrja í stuttan tíma og lengja svo.

Gott að vita: Þú finnur fyrir kitli og smá sting en það er vegna þess að varan er að virka. Húðin getur orðið rauð í smá tíma á eftir, en það er eðlilegt!

THIRSTYMUD

Fyrir aukinn raka
Hentar vel fyrir þurra húð. Maskinn slekkur þorsta húðarinnar samstundis og hefur langvarandi áhrif. Inniheldur hýalúrónsýru sem er eins og rakasegull sem gefur húðinni djúpan raka. Kókosneta, hunang og engifer láta húðina fá aukna orku og ljóma.

Gott að vita: Maskann má nota hvenær sem er dagsins, ekki er þörf á að skola hann í burtu, einfaldlega þurrkaðu af með papírsþurrku og nuddaðu restinni inn í húðina.

Notaðu maskann á þurra olnboga, naglabönd eða hvar sem húðin þarfnast raka!

GRAVITYMUD

Styrkir og þéttir húðina
Hann styrkir húðina og gefur henni þéttara yfirbragð, maskinn þornar á húðinni og er tekinn af „heilum lagi“ í lokinn. Innihaldsefnin Teaoxi, lakkrís og sykurpúðalauf hjálpa húðinni að styrkjast. Þú verður ekki svikin!

Gott að vita: Settu vel en jafnt lag af maskanum á þurra húð með burstu, leyfðu maskanum að virka í 20-30 mínútur. Að þeim tíma loknum losaðu varlega um endana og af öllu andlitinu.

INSTAMUD

Hreinsar og gefur húðinni súrefni
Fyrir þá sem vilja hreinsa húðina á fljótan og skilvirkan hátt. Hann hreinsar upp úr svitaholum og gefur súrefni sem gerir húðina slétta og ótrúlega mjúka á aðeins 1 mínútu.

Gott að vita: Berðu vöruna á húðina, Ekki nudda – leyfðu maskanum að virka í 60 sekúndur og hreinsaðu svo af með volgu vatni

- Er húðin þreytt og þarf á hreinsun og upplýftingu að halda – þessi er svarið við því!

BERRYGLOW

Gerir við húðina, hentar öllum sem vilja hugsa vel um húðina
Hann róar húðina, inniheldur andoxunarefni úr berjum og næringarefni sem eykur á hraustleika húðarinnar og endurheimtir ljóma.

Gott að vita: Þú berð jafnt lag yfir alla húðina og leyfir því að sitja í 10 mínútur. Ekki er þörf á að hreinsa maskann af, þú einfaldlega þurrkar af með pappírsþurrku og nuddar restinni inn í húðina.

FLASHMUD

Gefur bjartari húð
Fyrir þá sem vilja geislandi, jafnari og skýrari húð. Hvað gerir hann: Hann gerir húðinna bjartari með C- vítamíni og mjólkursýru, salísýlsýru, hvítum leir og demöntum, gefur húðinni meiri ljóma og jafnari húðtón.

Gott að vita: Í byrjun er gott að nota maskann 3 daga í röð og svo 2-3 sinnum í viku. MJÖG nauðsynlegt er að nota sólarvörn meðan á meðferð stendur til að koma í veg fyrir sólbruna.

Öflug blanda fyrir húð, hár og neglur

AstaSkin inniheldur einstaklega kröftuga blöndu af Astaxanthin, seramíðum og kollageni ásamt helstu vítamínunum og steinefnum sem stuðla að uppbyggingu, verndun og heilbrigði húðarinnar.

Lilja Kjalarsdóttir er framkvæmdastjóri SagaNatura sem framleiðir AstaSkin og fleiri vörur. „SagaNatura var stofnað 2014 og ræktar þörunguna hérna í Hafnarfirðinum.“

Blanda af því allra besta

Lilja segir hugmyndina að AstaSkin hafa kviknað eftir lestur á rannsóknunum sem sýndu fram á virkni Astaxanthin. „Ég vann með Páli Arnari vöruþróunarstjóra að hönnun AstaSkin. Það var svo mikið af gögnum að koma út um jákvæð áhrif Astaxanthin á húðina, sérstaklega til að verja húðina gegn geislum sólarinnar, þannig að okkur fannst spennandi að próa „beauty from within“ vöru. Vöru sem væri til inntöku en hefði áhrif á húðina,“ útskýrir Lilja.

„Við byrjuðum því að hugsa um það hvernig þessi vara ætti að líta út og vildum auðvitað nota allan þörunginn sem við framleiðum en ekki bara Astaxanthin vegna þess að það eru alls konar önnur efni í þörungnum sem hafa bólgueyðandi áhrif og jákvæð áhrif á heilsu.“

Lilja og Páll fóru þá í þá vegferð að finna réttu hráefnin til þess að gera blönduna enn kröftugri. „Við ákváðum að reyna að finna önnur innihaldsefni til viðbótar sem höfðu annars konar virkni en astaxanthin og þannig búa til blöndu sem væri mjög breiðvirk fyrir húðina. Útkoman er AstaSkin sem verndar húðina gegn sól, þurrki og bólum, ásamt því að stuðla að unglegri húð og sterkum nögllum og heilbrigðu hári.“



Lilja Kjalarsdóttir, framkvæmdastjóri Saga Natura.

Styrkir húð, hár og neglur

Lilja segir viðtökurnar hafa verið frábærar og að viðskiptavinir greini frá góðum áhrifum á húð, hár og neglur. „Við höfum verið að fá alveg glimrandi viðtökur við þessari vöru og hún er núna söluhæsta Astaxanthin varan okkar. Við höfum verið að fá mjög jákvæð viðbrögð frá fólki um neglur sem segist aldrei fengið jafn sterkar neglur, blanda gerir þær bæði sterkari og heilbrigðari. Konur hafa líka talað um að finna verulegan mun á hárinu á sér, sérstaklega þær sem eru með hár sem er að þynnast.

Áhrifin á húðina eru af ýmsum toga. „Margir hafa greint frá því

að bólur hafi minnkað í andliti og einnig þurrkublettir. Fólk sem er með þurrkubletti á olnbogum hefur sagt þá hreinlega hverfa svo að það er ekki lengur með rauða og fjólubláa olnboga vegna þurrks. Svo eru margir sem hafa glímt við króníska þurrkubletti um árabíl sem hafa losnað við þurrkublettina með því að taka inn AstaSkin.“

Athygli vekur að Astaxanthin, sem er einstaklega öflugt andoxunarefni, hefur verndandi áhrif á húðina gegn sólargeislum. „Við erum með smáþörungarektun og það sem er sérstakt við þetta er að þegar þeir verða fyrir ljósálagi þá byrja þeir að framleiða Astaxanthin, úti í náttúrunni er



AstaSkin blanda er sérlega öflug og hefur hlotið frábærar viðtökur.

þetta vanalega sólarljós, og svona verja þörungarnir sig gegn sólinni. Síðan þegar við tókum efnið inn þá erum við að verja okkur gegn sólinni. Þannig að við erum dálítið að nýta okkur þessi varnarviðbrögð hjá þörungunum.“

Ekki er þörf á að breyta um krem eða annað samhlíða inntöku AstaSkin. „Það má nota þetta með núverandi kremmeðferðum. Þá er eina dýraafurðin í blöndunni kollagen sem unnið er úr fiskroði en hylkið sjálft er vegan.“

Íslensk og græn framleiðsla

AstaSkin er ekki bara gott fyrir húð, hár og neglur. „Þetta er allt framleitt hérna á Íslandi og stærstur hluti hráefnanna er líka framleiddur hérna inni í

» Okkur fannst spennandi að próa „beauty from within“ vöru. Vöru sem væri til inntöku en hefði áhrif á húðina. Úr varð blanda sem er mjög breiðvirk fyrir húðina.

húsi hjá okkur. Síðan pökkum við þessu innanhúss, þannig að öll virðiskeðjan er hérna hjá okkur sem þýðir að fólk er að styðja við íslenskt atvinnulíf með því að kaupa vöruna. Við erum með græna framleiðslu og þetta er keyrt áfram á grænni orku, ólíkt því sem maður finnur víða erlendis.“

Þá stendur viðskiptavininum til boða að fá AstaSkin í áskrift sem er afar hentugt, hagkvæmt og umhverfisvænt. „Við bjóðum upp á áskrift, fólki finnst það æðislegt vegna þess að þá þarf það aldrei að sleppa dögum sem kemur sér vel af því að fólk finnur svo mikinn mun á sér. Í áskriftinni færðu það bara sjálfkrafa í gegnum lúguna þannig að þú þarft aldrei að hugsa um þetta og missir þarf af leiðandi ekki úr daga. Fólk fær dósina senda heim fyrst og síðan færðu áfyllingarpoka sem passa beint inn um lúguna, þú þarft ekki að fara á pósthúsið eða neitt svoleiðis, og þú fyllir bara aftur á dósina og þarft ekki að henda henni.“

Mun taka AstaSkin það sem eftir er

Elín Guðrún Jóhannsdóttir byrjaði að taka AstaSkin í mars í fyrra og segir áhrifin hreint út sagt ótrúleg en meðal þess sem hún nefnir er að hún hvorki brann né var bitin af lúsmýi í fyrrasumar.

Elín sem hefur starfað sem naglafræðingur í tuttugu ár heyrði fyrst af AstaSkin í gegnum vinnuna. „Ég var að vinna við að gera neglur í fyrra, heyrði þar af AstaSkin og að neglurnar yxu svo hratt hjá þeim sem voru að taka þetta inn svo ég ákvað að prófa það sjálf af því að ég er að gera neglur. Ég var með mjög þunnar neglur og ákvað að benda konunum mínum sem eru með þunnar neglur á að prófa að taka þetta inn og sjá hvort þær styrktust ekki sem þær gerðu og vel það,“ segir Elín.

„Þær eru tvær sem hafa tekið þetta inn og neglur þeirra hafa þykknast verulega. Önnur þeirra ákvað svo að hætta að koma til mín eftir að COVID-hömlurnar. Hún er núna bara með sínar eigin, þær voru orðnar svo finar.“

Hlýtur að vera AstaSkin

Áhrifin af inntöku AstaSkin komu Elínu á óvart. „Síðan ákvað ég að prófa að halda áfram að taka þetta eftir fyrsta mánuðinn sem var í mars í fyrra. Í fyrrasumar áttaði ég mig svo á því hvað ég var rosalega góð í húðinni og hafði ekkert brunnið í sólinni. Ég á það til að brenna illa, en það var bara ekki. Ég á litinn kofa fyrir austan fjall og í lúsmýinu í fyrra fékk ég ekki eitt einasta bit og þótti það afar merkilegt, það var mikið mý og ég var alveg látin í friði. Krakkarnir mínir voru með mér ásamt systurum mínum og frændsyst-



Elín Guðrún Jóhannsdóttir segir áhrifin af AstaSkin hafa komið sér verulega á óvart. MYND/SIGTRYGGUR ARI

kinum og þau voru öll að sprejja sig á meðan ég hló bara að þeim og hugsaði með mér: Þetta hlýtur að vera AstaSkin,“ segir Elín og skellir upp úr.

„Mér finnst þetta mjög merkilegt vegna þess að þetta er það eina sem ég er að gera, ég hef ekki notað

sólarvörn en samt ekkert brunnið. Það er annað sem ég vil líka nefna, ég er 62 ára og var byrjuð að fá húðbletti en eftir að ég byrjaði að taka inn AstaSkin fóru þeir að dofna og jafnvel hverfa. Ég var með svona bletti í andlitinu og þeir eru farnir.“

AstaEye einnig árangursríkt

Elín nefnir einnig jákvæð áhrif á sogæðakerfið og hárið. „Ég var líka alltaf bláköflótt á lærunum, það er held ég í fjölskyldunni en það er líka farið. Svo hef ég alltaf verið með mikið hárlos því ég hrokkinhærð og AstaSkin er búið að vera

» Þau voru öll að sprejja sig á meðan ég hló bara að þeim og hugsaði með mér: Þetta hlýtur að vera AstaSkin.

algjör snilld hvað það snertir.“

Eftir ánægjulegan árangur af AstaSkin ákvað Elín að prófa fleiri vörur frá KeyNatura. „Astaskin virkaði svo vel svo ég byrjaði að taka AstaEye. Ég fékk rafsúðublindu árið 2001 og hef verið þurr í augunum síðan þá.“

Hún segir árangurinn af AstaEye ekki síður markverðan. „Það er líka að virka, ég hélt að ég myndi hreinlega breytast í þörung,“ segir hún og hlær. „Ég er búin að taka AstaEye í þrjá mánuði og tek ekki nein vítamín eða nokkuð annað inn.“

Fyrir nokkru ákvað Elín að fara í áskrift og mælir hún heilshugar með því fyrirkomulagi. „Ég er í áskrift og það er rosalega þægilegt. Það kemur bara í póstkassann, sem er bara algjör snilld.“

Þá er hún ekki í nokkrum vafa um framhaldið. „Ég ætla að taka inn AstaSkin það sem eftir er ævinnar.“

ALLT INNIFALIÐ MEÐ ÖLLUM LEGSTEINUM



281.750 KR.
214.900 KR.



354.750 KR.
287.900 KR.



529.750 KR.
415.900 KR.



420.750 KR.
353.900 KR.



518.750 KR.
451.900 KR.



410.750 KR.
343.900 KR.



434.750 KR.
367.900 KR.



422.750 KR.
355.900 KR.



338.750 KR.
271.900 KR.



497.750 KR.
430.900 KR.



522.750 KR.
455.900 KR.

ÖLL VERÐ MIÐAST VIÐ
FULLBÚINN STEIN MEÐ UPPSETNINGU

AUKAHLUTIR S.S. LUKT OG VASI FYLGJA EKKI MEÐ Í TILBOÐI

ÞARF AÐ ENDURNÝJA LETRIÐ Á STEININUM?

GRANÍTHÖLLIN TEKUR AÐ SÉR AÐ
HREINSA OG ENDURMÁLA LETUR Á
LEGSTEINUM. EINNIG TÖKUM VIÐ AÐ
OKKUR AÐ RÉTTA AF LEGSTEINA SEM
ERU FARNIR AÐ HALLA.



*Fri up্পsetning miðast við up্পsetningu á höfuðborgarsvæðinu.
Smá aksturs gjald bætist við út á land
Með fyrirvara um prentvillur og uppseldar vörur.

FOSSALEYNI 16
112 REYKJAVÍK

Graníthöllin
Legsteinar

SÍMI 555 3888
GRANITHOLLIN.IS

Smáauglýsingar

550 5055

Afgreiðsla smáauglýsinga og simi
er opin alla virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki

**KRÓKUR**

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?
Bílauppbod.is er uppbodsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppbod - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

Bílar til sölu



MERCEDES BENS TIL SÖLU
Mjög vel með farinn svartur Mercedes Bens CLS 350 Bluetec til sölu, árg. 2015, ekinn aðeins 45 þús. km. Billinn er í topp standi og hefur verið í reglulegu viðhaldi hjá Öskju. Svart leðuráklæði, toppluga rafm. & hiti í sætum, splunku ný heilsársdekk, "self park" og margt fl., kostar nýr +12mkr. Tilboð óskast. Áhugasamir hafið samband í síma 896-0747.

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN ?
Kaupi bíla 25-350þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA
Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.
Uppýsingar í síma 868-2055

Hreingerningar

**Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thvegillinn. is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.**
VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Garðyrkja

**SLÁTTUVÉLAVÍÐGERÐIR & SMÁVÉLAVÍÐGERÐIR**
Áratuga reynsla í viðgerðum á smávélum
SLÁTTUVÉLAPJÓNUSTA
Vélaverkstæði JS
Sími: 554 0661

Smávélavíðgerðir, Garðsláttuvélar, sláttuorð, sláttutraktorar, jarðvegsþjöppur, dælur, kerrusmiði, Gokart þjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig úrval af notuðum sláttuvélum. Vélverk JS S. 554 0661. www.velaverkjs.is

Tek að mér slátt fyrir húsfélög og einstaklinga, klippingar og umhirðu á gördum. Uppl. í s. 616 1569.

Búslóðaflutningar

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

Nudd

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

Spádómar

SPÁSÍMINN 908 5666
Stjörnuspá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

Húsaviðhald

FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.
Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.
S. 893 6994

Rúnar múrari tekur að sér tröppuviðgerðir sem og allt almennt viðhald fasteigna s:780-2838

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrur, flísa- & parketlagnir og trésmíði. S. 616 1569

Höfum í boði verkamenn og aðstoðarmenn til ýmissa starfa td. Málara, smíði og fleira. Uppýsingar í síma 7803344 eða í netfangið starfsmidlun@gmail.com

**job**
Finnum draumastarfið saman

Erum við að leita **að þér?**

Múrarar

Rúnar múrari tekur að sér tröppuviðgerðir sem og allt almennt viðhald fasteigna s:780-2838

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Bjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Önnur þjónusta

STARFSMENN
til fjölbreyttra starfa um lengri eða skemmri tíma

**PROVENTUS**
Starfsmannaþjónusta
551 5000
proventus@proventus.is

Ármúla 15, 108 Reykjavík
www.proventus.is

Keypt & Selt

Til sölu

**STIGA**
Einstök gæði

Stiga TwinClip 50SQB
Lúxus sláttuvél með drifi B&S motor 625EXI, 2,27kW Tvískiptur hnifur, slær X-smátt 70 ltr.notendavænn graskassi Frábær sláttuvél

**VETRARSÓL**
Askalind 4, Kóp. Sími 564 1864 www.vetrarsol.is



OKKAR ALLRA BESTU



Vifturnar sem **New York Times** og **Business Insider** völdu bestu vifturnar 2020. Ekki af ástæðulausu. Kraftmiklar - Hljóðlátar - Kastlangar - 100 hraða



The New York Times BUSINESS INSIDER

GOTT LOFT ER ALLTAF GÓÐ FJÁRFESTING!

 **viftur** www.viftur.is
S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur

Til bygginga

**HARÐVIÐUR TIL HÚSABYGGINGA. SJÁ NÁNAR Á: VIDUR.IS**

Vatnasklæðning, panill, pallaefni, útihurðir, ofl. Gæði á góðu verði. Eurotec A4 harðviðarskrúfur. Penofin og Armstrong Clark harðviðarolia. Indus ehf, Öseyrarbraut 2 Hf, Uppl.hjá Magnúsi í sínum 660 0230 og 561 1122

Skólar & Námskeið

Námskeið

SIGLINGANÁMSKEIÐ

Lærðu að sigla seglskútu, námskeið fyrir börn og fullorðna.

Siglingafélag Reykjavíkur -
www.brokey.is -
brokey.felag.is

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS**SÍMI 555-3464**

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

WWW.GEYMSLAEITT.IS

Sérgeymslur á mjög góðum verðum. Frá 2-17 m². S: 564-6500

Parftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf.

Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum

lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770 • www.radum.is • radum@radum.is

Ódýrasti smájeppinn fyrir íslenskar aðstæður

AÐEINS
33.830
Á MÁNUÐI*



DACIA^{4x4}
DUSTER

VERÐ FRÁ AÐEINS

2.790

ÞÚSUND stgr.

Skoðum með uppítöku
á öllum tegundum bifreiða

- Beinskiptur
- Bensín
- 114 hö.

Komið og reynsluakið

Bílar í ábyrgð - Allt að 100% lánamöguleiki - Til í ýmsum litum - Góð endursala

586 1414

stora@stora.is • stora.is
facebook.com/storabilasalan
Kletthálsi 2 • 110 Reykjavík



kaffi á könnunni
opið mán-fös 10-18
lau 12-15

2017-2019

Fyrirmyndarfyrirtæki
í rekstri

Viðskiptablaðið keldan

STÓRA BÍLASALAN

...á verði fyrir þig!

Sterk tengsl
í íslensku atvinnulífi

hagvangur.is



HAGVANGUR

TÍMAMÓT



Látin er systir mín
Lilja H. Guðjónsdóttir Dick
frá Hafnarfirði.

Hún lést 10. júní 2020 á heimili dóttur sinnar í Greenboro USA.

Svavar Guðjónsson og fjölskyldur.



Frænka okkar og fóstura,
Sigríður Einarsdóttir
Lækjarbrekku,

sem lést sunnudaginn 7. júní, verður jarðsöngin frá Stóra-Núpskirkju föstudaginn 19. júní klukkan 14.

Einar Ólafsson
Þorsteinn Ólafsson
Einar Aagestad
Sævar Aagestad
Hlédis Guðmundsdóttir
Helga Óladóttir



Ástkær sambýlismaður minn, faðir, tengdafaðir, sonur og afi,
Sigurður Helgi Óskarsson
Freyjuvöllum 2, Reykjanesbæ,

lést á heimili sínu þriðjudaginn 9. júní. Útförin fer fram fimmtudaginn 18. júní í Bústaðakirkju kl. 13.

Fyrir hönd aðstandenda,
Anna Guðný Guðmundsdóttir
Óskar Hrótfjörð
Óskar Sigurðsson
Einar Sigurðsson og Stefania Ösp Guðmundsdóttir



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir, afi og langafi,
Ingimundur Kristján Ingimundarson
skipstjóri,
Mánatúni 4,

sem lést 7. júní sl., verður jarðsöngin frá Áskirkju, föstudaginn 19. júní kl. 15.00. Þeim sem vildu minnast hans er bent á styrktarreikning Fríðuhúss: 515-14-408833, kt. 430101-3580.

Hafdis Ingimundardóttir
Ólöf Ingimundardóttir
Ingimundur Þ. Ingimundarson
S. María Ingimundardóttir
Þorvaldur Ingimundarson
Þórir B. Guðmundsson
Þorvaldur G. Geirsson
Sigríður Á. Sigurðardóttir
Fríðgeir Halldórsson
Rós Guðmundsdóttir
barnabörn og barnabarnabörn.



Ástkær faðir okkar, tengdafaðir og afi,
Guðmundur Kr. Guðmundsson

lést 31. maí síðastliðinn á Landspítalanum. Jarðarförin hefur farið fram í kyrrþey. Sérstakar þakkir færum við þeim sem hjálpuðu honum og önnuðust í veikindum hans.

Sigþór J. Guðmundsson
Sigurður Arnar Guðmundsson
Vala Karen Guðmundsdóttir
og fjölskyldur.



Móðir mín, tengdamóðir, amma, langamma og systir,
Guðrún Jónsdóttir
frá Deildartungu,
Birkigrund 63,

lést 13. apríl sl. og fór útför hennar fram í kyrrþey 30. apríl. Minningarathöfn verður haldin í Langholtskirkju mánudaginn 22. júní kl. 13.00.

Jón Finnbjörnsson
Guðrún Hrönn Jónsdóttir
Birna S. Jónsdóttir
Erla S. Árnadóttir
Ragnar Steinn Ólafsson
Einar Ingi Davíðsson
barnabarnabörn
Ragnheiður Jónsdóttir

*Við erum til staðar
þegar þú þarft á
okkur að halda*

umsjón útfara

Útfararþjónusta
& lögræðipjónusta



Við önnumst alla þætti undirbúnings og framkvæmd útfara ásamt vinnu við dánarbússkiptin. Við þjónum með virðingu og umhyggju að leiðarljósi og af faglegum metnaði.

Með kærleik og virðingu

Útfararstofa Kirkjugarðanna

Klettaskóli, Suðurhlíð 9, Fossvogi | Sími 551 1266 | útför.is



Ástkær eiginmaður minn og vinur, faðir okkar, tengdafaðir og afi,
Þórir Ingvarsson
tækniþræðingur,
Norðurbakka 25a, Hafnarfirði,

lést á Hrafnistu fimmtudaginn 11. júní. Útförin fer fram frá Hafnarfjarðarkirkju, mánudaginn 22. júní klukkan 11.00.

Edda Jónasdóttir
Eygló Sif Halldórsdóttir
Ólafur Hafsteinsson
Valgerður Lindberg Jónsdóttir
barnabörn.



Minningarstund um móður mína,
Guðrúnu Magnúsdóttur
Austurbrún 2,
lengst af á Njálsgötu 18, Rvk,
sem lést 7. apríl sl. verður í Langholtskirkju föstudaginn 19. júní kl. 13.00.

Hafsteinn Garðarsson og aðrir aðstandendur.



Ástkær móðir okkar, tengdamóðir, amma og langamma,
Selma Egilsdóttir

varð bráðkvædd á heimili sínu 3. júní síðastliðinn. Útförin mun fara fram frá Stórolfshvolskirkju, föstudaginn 19. júní, kl. 13. Blóm og kransar eru vinsamlegast afþakkaðir, en þeim sem vilja minnast hennar er bent á minningarkort Kirkjuhvols eða Skógræktarfélag Rangæinga.

Eyvindur, Kristín Auður, Yngvi Karl, Lilja Sólrún, Ingibjörg Guðmunda, Ólöf Guðrún og fjölskyldur.



Ástkæri eiginmaður minn, faðir okkar, sonur og afi,
Janusz Karwowski

lést á Landspítalanum við Hringbraut þann 10. júní. Útförin hefur farið fram. Sérstakar þakkir til starfsfólks gjörgæslu Landspítalans fyrir umönnun og hlýhug.

Anna Jolanta Karwowska
Aleksandra Karwowska
Daniela Kamola
Anna María Lárusdóttir
Blanka Kamola
Agata Duda og fjölskylda í Póllandi



Minningarkort á **hjartaheill.is**

eða í síma 552 5744

ÚTFARARSTOFA ÍSLANDS
Auðbrekku 1, Kópavogi



SÍÐAN 1996

ALÚÐ • VIRÐING • TRAUST • REYNSLA



Kristín Ingólfssdóttir



Sverrir Einarsson



Margrét Ásta Guðjónsdóttir

Símar allan sólarhringinn: 581 3300 & 896 8242 • www.utfarin.is
Komum heim til aðstandenda og ræðum skipulag útfara ef óskað er.

ÚTFARARSTOFA HAFNARFJARÐAR
Flatahraun 5a • www.utfararstofa.is • Símar: 565 5892 & 896 8242



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

Skráðu þig í sumarfrí!



mán.	þri.	mið.	fim.	fös.	lau.	sun.
		1 X	2 X	3 X	4 X	5 X
6 X	7 X	8 X	9 X	10 X	11 X	12 X
13 X	14 X	15 X	16 X	17 X	18 X	19 X
20 X	21 X	22 X	23 X	24 X	25 X	26 X
27 X	28 X	29	30	31		

26 kr. afsláttur og glæsilegir vinningar

Veldu þínar 4 vikur og tankaðu með **26 kr. afslætti** á 62 stöðvum, vítt og breitt um landið með Orkulyklinum! Þú gætir líka unnið **gistinótt** á Icelandair hóteli eða **50.000 kr. eldsneytisinn eign**. Dregið vikulega.

Orkan – Ódýrasti hringurinn.

Gildir með Orkulyklum og -kortum á öllum stöðvum Orkunnar nema á Dalvegi og Reykjavíkurvegi, til 31. ágúst 2020.



VEÐUR, MYNDASÖGUR & ÞRAUTIR

Þriðjudagur

Reykjavík

11°C | 5°C

Egilsstaðir

12°C | 3°C

Ísafjörður

6°C | 7°C

Kirkjubæjarkl.

12°C | 2°C

Akureyri

12°C | 6°C

Hveravellir

5°C | 9°C

Suðvestan 3-8 og stöku skúrir en suðlægari og rigning með köflum astantil frameftir kvöldi. Suðvestlæg eða breytileg átt 3-10 á morgun. Viða dálitlir skúrir, en þurrt að kalla á Suðausturlandi og Austfjörðum. Hiti 8 til 17 stig, hlýjast um landið austanvert.

Miðvikudagur

Reykjavík

13°C | 2°C

Egilsstaðir

16°C | 4°C

Ísafjörður

8°C | 8°C

Kirkjubæjarkl.

13°C | 4°C

Akureyri

15°C | 1°C

Hveravellir

8°C | 6°C

Fimmtudagur

Reykjavík

9°C | 5°C

Egilsstaðir

11°C | 4°C

Ísafjörður

9°C | 1°C

Kirkjubæjarkl.

8°C | 5°C

Akureyri

14°C | 1°C

Hveravellir

7°C | 6°C

LÉTT

3		9			2			
				7	5	6	9	
	5		8		4			7
	9	3	4		8			5
4	8	1			3			9
		7		6		3	4	
		8	5					
	3		1		9		5	
1				8				

MIDLUNGS

		1	9	2		5			
				9					4
2	5	7	3	4					
9				5	3				
	2	6							3
3						6		9	
5		4		7		2		6	
		1				7	4		
					8				

ÞUNG

					7	3			
7			6				9	4	
		1		4				6	
		4		2	5		8		
6						9	5		
		5	3		9				
				7					
		8				4			
	5	6				2		1	

Krossgáta

LÁRÉTT

1. svall
2. flaut
3. viðurkenna
4. gránaldin
5. átt
6. margsinnis
7. kirtill
8. óviljugur
9. eldsneyti
10. málþóf

LÓÐRÉTT

1. ylfur
2. þráður
3. líkja
4. töng
5. hjartfólginn
6. tungumál
7. þakki
8. kusk
9. líka

Skák

Gunnar Björnsson

Fabiano Caruana (2773) fann leið sem leiddi til yfirburðartafls gegn Magnúsi Carlsen (2881) á Ögurskáknotinu á LiChess-skákþjónum.

30...Hxa2! 31. Hxa2 Rxe5 32. dxe5 d4! 33. Db2 d3 og stöduyf-irburðir dugðu til sigurs. Carlsen vann reyndar nauman sigur á einvíginu. Gunnar Björnsson var endurkjörinn forseti SÍ á fjöl-mennum aðalfundi. Ásdís Braga-dóttir var kjörin heiðursfélagi. Fyrsta konan í nærri aldrar sögu Skáksambandsins.

www.skak.is: Aðalfundur SÍ

6	9	2	8	4	5	7	1	3
1	3	4	6	7	2	8	9	5
5	7	8	9	3	1	4	2	6
2	8	7	1	5	3	9	6	4
9	6	5	4	2	8	1	3	7
3	4	1	7	9	6	5	8	2
4	1	3	5	6	9	2	7	8
7	2	9	3	8	4	6	5	1
8	5	6	2	1	7	3	4	9

9	2	7	5	4	8	3	6	1
8	4	5	6	3	1	9	2	7
1	3	6	9	2	7	4	5	8
7	5	2	1	6	3	8	9	4
3	9	8	4	5	2	1	7	6
6	1	4	7	8	9	2	3	5
2	7	1	8	9	5	6	4	3
5	6	3	2	1	4	7	8	9
4	8	9	3	7	6	5	1	2

1	5	4	8	2	6	9	3	7
6	3	7	1	9	5	4	8	2
8	9	2	3	4	7	5	1	6
2	8	6	5	1	9	7	4	3
9	7	5	4	3	8	6	2	1
3	4	1	7	6	2	8	9	5
4	2	8	6	5	3	1	7	9
5	1	9	2	7	4	3	6	8
7	6	3	9	8	1	2	5	4

Þrautir felst í því að fylla út í reitina þannig að í hverjum 3x3 reit birtist tölurnar 1-9. Í hverri níu reita línu, bæði lárétt og lóðrétt, birtast einnig tölurnar 1-9 og aldrei má tvítaka neina tölu í röðinni. Lausnin verður birt í næsta tölublaði Fréttablaðsins.

Pondus

Eftir Frade Överli

Gelgjan

Eftir Jerry Scott & Jim Borgman

Barnalán

Eftir Jerry Scott & Rick Kirkman

ÍSTEX

ÍSLENSKUR TEXTÍLÍÐNAÐUR HF.

Aðalfundur ÍSTEX hf.

verður haldinn fimmtudaginn 25. júní 2020, kl. 16:00í húsnæði félagsins í Mosfellsbæ.

Dagskrá

1. Almenn aðalfundarstörf samkvæmt 15. grein samþykpta félagsins.
2. Heimild aðalfundar fyrir félagsstjórn til kaupa á eigin hlutabréfum.
3. Þróunarmál og hönnun.
4. Önnur mál, löglega upp borin.

Ársreikningur mun liggja frammi á skrifstofunni í Mosfellsbæ viku fyrir aðalfund hluthöfum til sýnis. Ársreikningur er sendur hverjum þeim hluta-hafa sem þess óskar.

Í samræmi við fyrirmæli stjórnvalda til að stemma stigu við útbreiðslu kórónuveiru verður fyllstu varúðar gætt. Hægt verður að skrá sig á istex.hf@istex.is eða í 566 6300 til að fylgjast með fundinum rafrænt. Umboðsmenn þurfa að leggja fram dagsett og skriflegt umboð.

Aðgöngumiðar og fundargögn verða afhent á skrifstofu félagsins að Völuteig 6 í Mosfellsbæ á fundardag.

Mosfellsbæ, júní 2020.
Stjórn ÍSTEX hf.

MARKAÐURINN

Við þekkjum viðskiptalífið



Guðmundur sýnir níu oliuverk á sýningunni í Hverfisgalleríi. FRÉTTABLAÐIÐ/ERNIR



Verk eftir Eyborgu. Eyborg á Ísafirði

Hér er engan veginn allt sem sýnist

Guðmundur Thoroddsen sýnir níu oliumálverk í Hverfisgalleríi. Þar færa hundar húmor og léttleika inn í myndirnar. Tempraðir litir og einstaka litasprengjur.

Kolbrún Bergþórsdóttir
kolbrunb@frettabladid.is



Guðmundur Thoroddsen sýnir níu oliuverk á striga í Hverfisgalleríi. Yfirskrift sýningarinnar er Hundaholt, hunda-

hæðir. Við fyrstu sýn virðast myndirnar vera landslagsmyndir en þar er ekki allt sem sýnist. „Myndirnar eru samsettar úr mörgum formum sem minna á landslag en þessi form mynda líka eins konar hundslíki. Myndirnar eru því eins og portrett af teiknimynd af hundi,“ segir Guðmundur. „Það að teiknimyndahundur sé það figúratífa í þessum verkum stafar af því að ég vil lyfta stemningunni aðeins. Hundarnir færa húmor og léttleika inn í myndirnar.“

Grind fyrir landslag
Hann segir að alls ekki sé víst að allir komi auga á hundana í myndunum og sjái kannski bara landslag. „Hundarnir eru eins og grind fyrir mig til að hengja landslagsformin



Guðmundur segist dulbúa landslag sem eitthvað annað.

á. Það þykir gamaldags að mála landslag og ég er að reyna að dulbúa það sem eitthvað annað. Ég er alltaf í smáeltingarleik við sjálfan mig í sambandi við það að vilja segja eitthvað en þora ekki alveg að segja það. Ég breiði því yfir það og fel með gríni.“



Litlar sprengingar
Um litanotkun sína segir hann: „Litirnir eru að miklu leyti tempraðir, frekar náttúrulegir, mikið til grátóna. Ef ég nota rauðan lit þá blanda ég hann bæði með hvítum og svörtum til að tempra hann. Í myndunum eru samt litlar spreng-

ÉG ER ALLTAF Í SMÁELTINGARLEIK VIÐ SJÁLFAN MIG Í SAMBANDI VIÐ ÞAÐ AÐ VILJA SEGJA EITTHVAÐ EN ÞORA EKKI ALVEG AÐ SEGJA ÞAÐ. ÉG BREIÐI ÞVÍ YFIR ÞAÐ OG FEL MEÐ GRÍNI.

ingar af sterkari litum, til dæmis kóngablátt í litlum pörtum.“ Guðmundur lauk BA-námi í myndlist frá Listaháskóla Íslands árið 2003 og útskrifaðist með MFA-gráðu í myndlist frá School of Visual Arts í New York árið 2011. Hann hefur tekið þátt í fjölda sýninga bæði hér á landi og erlendis. Fjallað hefur verið um sýningar hans í ýmsum fjölmiðlum, eins og Artforum, The New York Times, Time Out New York og Dazed Digital. Hann hefur hlotið styrki úr styrktarsjóðum Guðmundu Andrésdóttur, Myndstefs, KÍM og Evrópu unga fólksins, auk listamannalauna. Guðmundur var tilnefndur til Íslensku Myndlistarverðlaunanna fyrir Snip Snap Snubbur árið 2109.



Nathalia Druzin Halldórsdóttir.

Hátíðardagskrá í Hannesarholti

Hátíðardagskrá verður í Hljóðbergi, Hannesarholti, á þjóðhátíðardaginn, miðvikudaginn 17. júní, klukkan 16.00. Þar verður fléttað saman einsöngslögum og dúettum fyrir sópran og mezzósópran við pianóundirleik. Flytjendur eru: Ingibjörg Guðjónsdóttir sópran, Nathalia Druzin Halldórsdóttir mezzósópran og Ástríður Alda Sigurðardóttir pianóleikari.

Atvinnubílar

Við bjóðum bíla í öllum stærðum til að takast á við fjölbreytt verkefni

RENAULT TRAFIC
Verð frá: **3.701.161 kr. án vsk.**
4.590.000 kr. m. vsk.

RENAULT MASTER
Verð frá: **4.969.677 kr. án vsk.**
6.150.000 kr. m. vsk.

NISSAN e-NV200
Verð frá: **5.390.000 kr. m. vsk.**
100% RAFBÍLL/drægi 200 km*

DACIA DOKKER
Verð frá: **2.540.400 kr. án vsk.**
3.150.000 kr. m. vsk.

Kynnið ykkur rekstrarleigukjör á nýjum sendibíl

BL ehf Sævarhöfða 2 / 110 Reykjavík 525 8000 / www.bl.is

LÆGSTA VERÐIÐ Í ÖLLUM LANDS- HLUTUM

Orkan býður lítrann á lægsta
verðinu í öllum landshlutum
– án allra skilyrða.



Þriðjudagur

HRINGBRAUT

20.00 Tilveran Tilveran er þáttur um sálgæslu og mannrækt í samfélagi nútímans.
20.30 Lífið er lag Lífið er lag er þáttur um málefni fólks á besta aldri sem lifir áskoranir og tækifæri efri árunna. Umsjón. Sigurður K. Kolbeinsson.
21.00 21 - Fréttabáttur á þriðju-degi 21 er upplýsandi umræðu- og fréttaskýringaþáttur undir stjórn þeirra Lindu Blöndal og Sigmundar Ernís með áherslu á innlendar og erlendar fréttir, þjóðmál, menningu og lífsreynslu.
21.30 Bærin minn Bærin minn segir frá sjarma og sérstöðu bæjarfélaganna hringinn í kringum Ísland.

RÚV SJÓNVARP

09.00 Heimaleikfimi
09.10 Spaugstofan 2002-2003
09.35 Íslenskt grínsumar. Fastir liðir eins og venjulega
10.05 Poppunktur 2010. Hellvar - Skriðjökla
11.00 Gleðin í garðinum
11.30 Úr Gullkistu RÚV. Út og suður
11.50 Á tali hjá Hemma Gunn 1992-1993
13.25 Íslendingar. Erlingur Gíslason
14.20 Kastljós
14.35 Menningin
14.45 Gettu betur 2004. MK - Borgó
15.40 Poppkorn 1986
16.15 Menningin - samantekt
16.40 Matur með Kiru
17.10 Fullveldis Festival
17.50 Tákn málsfréttir
18.00 KrakkaRÚV
18.01 Óargardýr
18.29 Bílskúrsbras
18.33 Hönnunarstirnin
18.50 Gunnel Carlson heimsækir Ítalíu
19.00 Fréttir
19.25 Íþróttir
19.30 Veður
19.35 Kastljós
19.50 Menningin
20.00 Mömmusoð
20.15 Leyndardómar dýragarðs-ins Secret Life of the Zoo Skemmtilegur þáttur þar sem fylgst er með uppátækjum dýra í dýragarði. Bæði þegar allir eru að fylgjast með og þegar enginn sér til.
21.05 Síðustu dagar heimsveldis-ins The Last Post
22.00 Tiufréttir
22.15 Veður
22.20 Glæpasveitin The Team II
23.20 Allir vilja sitt Everybody Wants Some!! Bandarísk gamanmynd sem gerist í Texas árið 1980. Ungir hafnaboltaleikmenn takast á við frelsið og ábyrgðina sem felst í því að komast á fullorðinsár. Leikstjóri. Richard Linklater. Aðalhlutverk. Blake Jenner, Tyler Hoechlin og Ryan Guzman.
01.10 Dagskrárlök

GOLFSTÖÐIN

08.00 PGA Tour 2020 Útsending frá Charles Schwab Challenge.
11.00 PGA Highlights 2020 Hápunktarnir á PGA mótunum.
11.55 PGA Tour 2020 Útsending frá Charles Schwab Challenge.
14.55 Tiger Woods Highlights & Wins Tiger Woods - Memorial Tournament 1999
15.35 PGA Tour 2020 Útsending frá Charles Schwab Challenge.
20.35 European Tour 2020 Útsending frá lokadegi Oman Open á Evrópumótaröðinni 2020.

ÚTVARP

FM 88,5 XA-Radíó
FM 89,5 Retro
FM 90,1 Rás 2

FM 90,9 Gullbylgjan
FM 93,5 Rás 1
FM 95,7 FM957

SJÓNVARP SÍMANS

06.00 Síminn + Spotify
11.30 Dr. Phil
12.15 The Late Late Show
13.00 The Bachelor
14.25 Will and Grace
14.50 The Block
16.05 Survivor
16.50 The King of Queens
17.10 Everybody Loves Raymond
17.35 Dr. Phil
18.20 The Late Late Show
19.05 The Mick
19.30 The Neighborhood
20.00 The Block Vinsælasta sjónvarpssería Ástralíu er komin aftur til Íslands. The Block er frábær þáttaröð þar sem fimm þör keppast við að endurbyggja ónýtar íbúðir og búa til glæsileg híbýli. Stjórnandi þáttarins er Scott Cam.
21.00 Reef Break
21.50 The InBetween
22.35 Blood and Treasure
23.20 The Late Late Show
00.05 Love Island
01.00 Bull
01.45 New Amsterdam
02.30 Stumptown
03.15 Beyond
04.00 Síminn + Spotify

RÚV RÁS EITT

06.45 Morgunbæn og orð dagsins
06.50 Morgunvaktin
07.00 Fréttir
07.30 Fréttayfirlit
08.00 Morgunfréttir
08.30 Fréttayfirlit
09.00 Fréttir
09.05 Segðu mér
09.45 Morgunleikfimi
10.00 Fréttir
10.03 Veðurfregnir
10.13 Á reki með KK
11.00 Fréttir
11.03 Mannlegi þátturinn
12.00 Fréttir
12.02 Hádegisútvarp
12.20 Hádegisfréttir
12.40 Veðurfregnir
12.50 Dánarfregnir
12.55 Samfélagið
14.00 Fréttir
14.03 Lofthelgin
15.00 Fréttir
15.03 Frjálsar hendur
16.00 Síðdegisfréttir
16.05 Viðsjá
17.00 Fréttir
17.03 Lestin
18.00 Spegillinn
18.30 Hvar erum við núna? Norðausturland
18.50 Veðurfregnir
18.53 Dánarfregnir
19.00 Endurómur úr Evrópu
20.30 Mannlegi þátturinn
21.25 Kvöldsagan. Njáls saga (3 af 25)
22.00 Fréttir
22.05 Veðurfregnir
22.10 Samfélagið
23.05 Lestin
00.00 Fréttir
00.05 Næturútvarp Rásar 1

STÖÐ 2 BÍÓ

11.40 Sleepless in Seattle
13.20 Swan Princess. Royally Undercover
14.40 Made of Honor
16.20 Sleepless in Seattle
18.00 Swan Princess. Royally Undercover
19.20 Made of Honor
21.00 Roman J. Israel, ESQ.
22.55 The Hurricane Heist
00.35 Nasty Baby
02.15 Roman J. Israel, ESQ.

STÖÐ 2

08.00 Heimsókn
08.15 Masterchef USA
09.05 Bold and the Beautiful
09.25 Gilmore Girls
10.05 The Village
10.50 First Dates
11.35 NCIS
12.35 Nágrannar
12.55 Britain's Got Talent
14.05 Britain's Got Talent
14.30 Britain's Got Talent
15.40 Britain's Got Talent
16.00 Ísskápastríð
16.30 Grand Designs
17.35 Bold and the Beautiful
18.00 Nágrannar
18.26 Veður
18.30 Fréttir Stöðvar 2
18.50 Sportpakkinn
18.55 Ísland í dag
19.10 Einkalífð
19.40 The Goldbergs
20.00 God Friended Me
20.45 Shrii
21.15 Strike Back
22.00 Pressa
22.50 Last Week Tonight with John Oliver
23.25 The Bold Type
00.05 Dublin Murders
01.05 Insecure
01.35 Mr. Mercedes
02.40 Mr. Mercedes
03.40 Mr. Mercedes

STÖÐ 2 FJÖLSKYLDA

08.00 Barnaefni í óborganleg vandræði.
20.00 Friends
20.20 Friends
20.45 Modern Family
21.05 Supernatural
21.45 It's Always Sunny In Philadelphia
22.10 The Deuce
23.05 DC's Legends of Tomorrow
23.50 Friends
00.10 Friends
00.35 Modern Family

STÖÐ 2 SPORT

08.00 Þór/KA - Stjarnan
09.40 Fylkir - Selfoss
11.20 Inside Serie A Special Sérstakur þáttur um ítölsku 1. deildina.
11.50 Breiðablik - FH
13.35 Valur - KR
15.15 Portsmouth - Arsenal 03/04
15.45 Stjarnan - Fylkir
17.25 Pepsi Max Stúkan Guðmundur Benediktsson fer yfir síðustu umferð Pepsi Max deildar karla ásamt sérfræðingum Stöðvar 2 Sports. Öll helstu málefni deildarinnar eru krufin til mergjar, umdeildustu atvikin skoðuð sem og glæsilegustu tilþrifin.
18.35 Grindavík - ÍBV
20.20 Manchester United - West Ham 02/03
20.45 Valur - KR
22.25 Pepsi Max Tilþriffin Kjartan Atli Kjartansson fer yfir leiki dagsins í Pepsi Max deild karla ásamt sérfræðingi. Öll mörkin og atvikin úr leikjunum auk þess sem rætt er við þjálfara og leikmenn.
23.15 PGA Highlights 2020 Hápunktarnir á PGA mótunum.

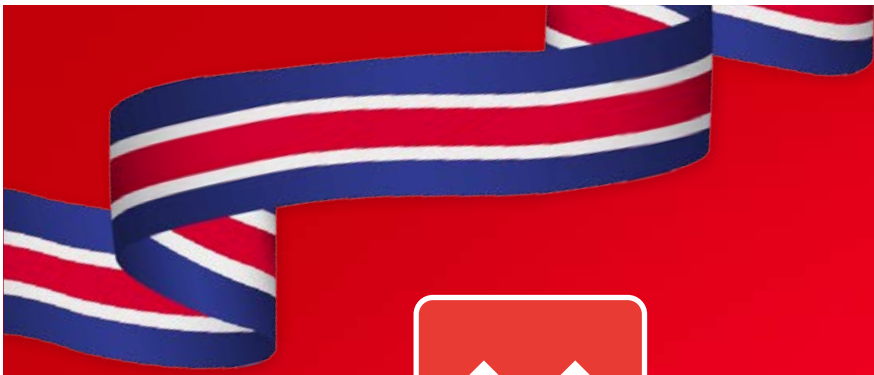
STÖÐ 2 SPORT 2

14.55 Real Betis - Granada
16.35 Levante - Sevilla
18.20 Villarreal - Mallorca Bein útsending.
20.50 Barcelona - Leganes Bein útsending.

FM 96,3 FM Suðurland
FM 96,7 Létt Bylgjan
FM 97,7 X-ið

FM 98,9 Bylgjan
FM 99,4 Útvarp Saga
FM 100,5 K100

FM 102,9 Lindin



HÚSASMIÐJAN

FYRIR ÞIG

Gleðilega Þjóðhátíð

Opið **17. júní** í Skútuvogi
og Akureyri



25%

Rósir
10 stk.

2.990 kr
~~3.990 kr~~



25%

Blómakonfekt
Blönduð sumarbóm í potti.

2.999 kr
~~3.990 kr~~



50%

Margarita

999 kr
~~1.990 kr~~



33%

Stjúpur

999 kr
~~1.490 kr~~

10 stk.



40%

Fjólur

1.199 kr
~~1.990 kr~~

10 stk.

SILVERBACK



33%

Hengitóbakshorn
15 cm pottur.

1.990 kr
~~2.990 kr~~



Silverback Scento Þýskt gæðahjól
700c götuhjól, 21 gíra með diskabremsum.
3902031-2

79.990 kr



Tilboð

Broil King

Baron 320

3 ryðfrír brennarar:
Dual Tube 8,8 kW/h,
grillflötur: 2129 cm²,
3000611

79.990 kr
~~89.990 kr~~

IKRA
mogatec

Rafmagnsorf

IGT 350

Ikra, 350W, 25 cm
sláttubreidd, lína
1,6 mm, fram-
lengjanlegt skaft.
5086616

5.995 kr



20%

FISKARS
garðverkfæri



20%

af allri viðarvörn,
pallaolíu og LADY
málningu



Sláttuvél
með drifi

RL 460TR/W

Texas, bensínmotor
139cc/2,3kW, sláttu-
breidd 46 cm drif, 6
hæðastillingar 28-75 mm,
3in1 kerfi, dekk 7" og 10",
þyngd 33 kg. 5085309

45.595 kr
~~56.995 kr~~



20%

Með
drifi

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

Sumarið er komið í DORMA

Sendum frítt
um land alltVerslaðu á dorma.is

SCAPA



LICATA

2ja og 3ja sæta sófar

Sófarnir eru í tvennskona litum af Kentucky áklæði. Annarsvegar koniak og hinsvegar steingráu. Svartir nettir járnfætur. Stærð 2ja sæta: 159 x 94 x 82 cm. Stærð 3ja sæta: 199 x 94 x 82 cm

2ja sæta Dormaverð: Aðeins **119.990 kr.**3ja sæta Dormaverð: Aðeins **149.990 kr.**Þú finnur
nýjan
bækling
á dorma.is

Holtagörðum, Reykjavík
Smáratorgi, Kópavogi
Dalsbraut 1, Akureyri
Skeiði 1, Ísafirði

DORMA

Láttu drauminn rætast

BLÖÐIN

Blaðið í dag og safn eldri blaða á frettabladid.is

Hulk kona? Já, það má. Hún kom fram 1980 og ólíkt frændanum heldur hún tilfinningastjórn í jötunmód.



Black Panther er fyrsta þeldökka ofurhetjan en Stan Lee og Jack Kirby kynntu Svarta pardusinn til leiks 1966.

Mannréttindabarátta
í myndasöguheimum

Réttlát reiðialda Black Lives Matter hefur skolið á dægurmenn-
ingunni en myndasögunörðar bera margir höfuðið hátt og benda
á að afturhald og rasismi fylgi skúrkunum í ofurhetjuheimunum.

Nörðamenningin er ekkert allt í einu vinstrisinnuð ... hún hefur alltaf verið það," sagði Kenny nokkur Boyle í hressilegu myndasögutítti nýlega og nördar víða um lönd hafa gefið vængi til þess að áréttu hugmyndafræðilega afstöðu ofurhetjanna úr ranni Marvel og DC Comics.

„X-Men snýst um borgaraleg rétti-
indi. Ef þú náðir því ekki þá fattað-
irðu ekki X-Men," segir Boyle þegar
hann hefur upptalningu á ofur-
hetjudeikum máli sínu til stuðn-
ings. Hann hefur vitaskuld það
sama að segja um Black Panther og
bendir á að Superman og Supergirls,
svo aðeins tvö séu nefnd, eru inn-
flytjendur og að sögur þeirra
boði jafnrétti og taki afstöðu
með innflytjendum.

„Sögurnar sem við ólumst
upp við kenndu okkur allar að
meta annað fólk og menningu
og fagna fjölbreytileikanum.
Það voru bara skúrkarnir sem
voru útlendingahatarar, karl-
rembur, rasistar eða hallir undir
alræði. Ég skil ekki hvernig þetta
gat farið fram hjá einhverjum."

Hann lætur kné fylgja kviði
og segir þá sem barma sér yfir
því að myndasöguheimurinn sé
að halla sér til vinstri hafa alltaf
verið áttavillta og hafa í raun
orðið að illmenninum í sög-
unum sem heilluðu þá.

Black Panther er ein allra besta
Marvel-mynd síðustu ára enda
svo miklu meira en bara enn ein
ofurhetjumyndin eins og bent var



„Kafteinn
Ameríka barðist
bókstaflega við
nasista. Hann
er holdtekja
baráttunnar
gegn öfgahægr-
inu. Ef þú fatt-
aðir það ekki
þá fattaðirðu
ekki Kaftein
Ameríku," tísti
Boyle og mynd-
málið verður
vart miklu
skýrara.



Í Marvel-
heiminum
sveiflar kona Mjölni
auðveldlega. Nat-
alie Portman verður
þrumugyðjan í Thor:
Love and Thunder
2022.

á í dómi Fréttablaðsins um hana og
vonir bundnar við að hún myndi
hafa dægurmenningsögualeg
áhrif.

Boðskapur hennar og ádeila eru
djarfir leikir í þeim ljóta, hvíta
heimi sem Donald Trump hefur
skapað og hann og allt sem hann
stendur fyrir fær heldur betur á
baukinn frá Svarta pardusinum
þegar hann segir:

„Þeir vitru byggja brýr á
meðan filflin reisa múra.“ Og
þeir eru ófær gömlu múrarnir
sem Svarti pardusinn ræðst á
af fullum krafti með mæðra-
veldið að baki sér. Megi þeir
hverfa fyrir fullt og allt."

totti@frettabladid.is



Upphaf nýrra drauma!



Ergomotion

Góður nætur svefn er lykillinn að góðum morgundegi.

Stilltu þig inn á góðan nætursvefn með stillanlegu heilsurúmi frá Ergomotion.

Val um fjölmargar gerðir af heilsudýnum allt frá pokagormum yfir í náttúrulegar latexdýnur eftir því hvað hentar þínum þörfum.

Góður svefn, góð gæði, á góðu verði.



SUMAR ÚTSALA

Allt að **60%** afsláttur

20% AFSLÁTTUR

ALBA
Hægindastóll með eða án skemils. Svart, ljósgrátt,brúnt eða hvítt leður. Blátt, sinnepsgult, ljós- eða dökkgrátt áklæði. Þægilegur stóll á góðu verði.

Stóll í áklæði **63.992 kr.** ~~79.990 kr.~~ Skemill í áklæði **15.992 kr.** ~~19.990 kr.~~
Stóll í leðri **87.992 kr.** ~~109.990 kr.~~ Skemill í leðri **23.992 kr.** ~~29.990 kr.~~



Vinir Gunnars Karls í ADHD hafa loksins tíma og pláss til að djassa á Dilli þannig að í kvöld rætist tíu ára gamall draumur stjörnukokksins um að fá hljómsveitina til þess að leika undir borðhaldi á Dilli. FRÉTTABLAÐID/ERNIR

Dóri DNA í berjamó með Michelin-stjörnu

Gunnar Karl Gíslason á Dilli óttast ekki um Michelin-stjörnuna þótt hann leyfi náttúruvíngeðingnum **Dóra DNA** að breyta virðulegum veitingastaðnum í gríساسamlokubar í eina kvöldstund.

Við í Berjamó ætlum að troða okkur inn á Dill, sem verður með breyttu sniði, ekki veitingastaður heldur bar, þetta eina kvöld," segir Dóri DNA um áform kvöldsins en hann hefur á síðustu árum haslað sér völl sem náttúruvínkaupmaður.

"Okkur langaði aðeins að lyfta okkur upp, gera eitthvað skemmtilegt og fá fólk í húsið og bara hafa gaman," segir Gunnar Karl Gíslason á Dilli og sér ærið tilefni til að fagna þar sem matarmenningin í bænum er að hrista af sér doða samkomubansins.

Íslensk tilbreyting

„Það er augljóslega búið að vera mjög rólegt en við höfum fengið alveg glimrandi móttökur. Það er skemmtileg tilbreyting að allt í einu er salurinn fullur af Íslendingum og við kvörtum alls ekki yfir því og gaman að sjá svona marga koma," segir Gunnar Karl sem er byrjaður að hafa aftur opið á laugardögum.

„Sko, þetta er náttúrulega Dill, sem er eini staðurinn sem er með Michelin-stjörnu," bendir Dóri hróðugur á. „En í kvöld ætla þeir að slá af stælunum aðeins og ég og Ben, samstarfsmaður minn í Berjamó, ætlum að mæta þarna með bestu vín sem við eigum. Þannig að þetta verður bara fyrst og fremst ógeðslega gaman og stemning og ekki einu sinni spád rigningu og roki."

Frjálslegur grísaþorgari

Dill er annálað fyrir eldamennsku í toppklassa sem umtöluð Michelin-stjarnan ber glöggt vitni og ekki stendur til að slaka mjög á kröfunum í eldhúsinu þótt það verði með frjálslegra móti í kvöld.



„Hljómsveitin ADHD sér um að flambæra seiðandi tóna fyrir gesti og gangandi," segir Dóri og minnir á að það er fri daginn eftir.

FRÉTTABLAÐID/ÞÓRSTEINN

Lifraen áhrif

„Við ætlum bara að passa okkur á því að stilla verðinu í hóf þannig að þetta verður meira bara afslappaður matur á góðu verði sem allir ættu að geta ráðið við og svo verður Dóri með öll vínin sín," segir Gunnar Karl.

„Þetta eru léttvín sem eru ekki iðnframleidd og engu kemisku sulli dælt út í," segir Dóri og fullyrðir að umhverfisvæn vinnslan dragi hvergi úr áhrifum vínanna sem hafi „rosalega skemmtileg áhrif" þegar hin „gamla góða" höfði svífur á.

„Við verðum á barnum og Dill sér um matinn og við verðum svona mjúkir og þægilegir „sommelierar" í hettupeysu," heldur Dóri áfram og lætur þess getið að sé þess óskað bjóði þeir félagar, að hætti franska kjallarameistara, að sjálfsögðu upp á léttan fróðleik um vínin sem öll eigi sínar sögur.

Stjarnan skín

Þú ert ekkert að stofna Michelin-stjörnunni í hættu með því að bjóða upp á gríساسamloku og Dóra DNA?

„Nei, ég held allavegana að „pulled pork" verði í góðu lagi. Það er spurning með Dóra," segir Gunnar Karl og hlær. „Ég hef meiri áhyggjur af því sko. Nei, nei. Þetta verður allt í góðu lagi og ég efast um að þeir séu að fara að mæta á morgun. Nema þeir hafi komið hreinlega bara í fyrstu vélinni, maður veit ekki."

„Ég held að margir séu bara svona hálfpartinn hræddir við Dill," segir Dóri sem er kominn með annan fótinn í hin helgu eldhúsvé. „Hræddir um að fá einhverja ofbakaða rófu með dilli á og hafa ekki lyst á henni en þetta er eitthvað fyrir alla."

toti@frettabladid.is

MEXICO
Hægindastóll. Sinnepsgult, grænt eða grátt sléttflauel eða svart leður. Snúningsfótur.

15% AFSLÁTTUR

Áklæði **80.742 kr.** ~~94.990 kr.~~
Leður **110.492 kr.** ~~129.990 kr.~~

SUMAR ÚTSALA

60% afsláttur

Þú finnur bæklinginn husgagnahollin.is



Þú finnur bæklinginn husgagnahollin.is



HÚSGAGNA HÖLLIN

www.husgagnahollin.is

Sími: 558 1100

SÍMAR AUGLÝSINGAÐEILDIR – AUGLÝSINGASTJÓRI: Gústaf Bjarnason gustaf@frettabladid.is ALMENNAR AUGLÝSINGAR: SÍMI 550 5050: Hjördis Zoëga hjordis@frettabladid.is, Hlynur Þór Steingrímsson, hlynur@frettabladid.is, Sígús Órn Einarsson sigfus@frettabladid.is, Örn Geirsson orn.geirsson@frettabladid.is FÓLK/SÉRBLÖÐ SÍMI 550 5077: Atli Bergmann atli@frettabladid.is, Arnar Magnússon arnar@frettabladid.is, Jóhann Waage johannwaage@frettabladid.is, Jón Ívar Vilhelmsson jonivar@frettabladid.is, FÓLK OG SÉRBLÖÐ EFNI: Elin Albertsdóttir elin@frettabladid.is RÁÐAUGLÝSINGAR/FASTEIGNIR SÍMI 550 5056: Hrannar Helgason hrannar@frettabladid.is, Viðar Ingi Pétursson vip@frettabladid.is ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR SÍMI 550-5055: Guðrún Inga Grétarsdóttir gudruninga@frettabladid.is

ÞAÐ

TEKUR

BARA

2 SEKÚNDUR ...

... AÐ LOKA

POPPVELINNI

... AÐ SPENNA

BELTIÐ

Samgöngustofa



BAKÞANKAR

Jóns Sigurðar Eyjólfssonar



Fölnar í flóru mannlífsins

Er búið að koma kaupmanninum á horninu fyrir kattarnef á Íslandi? Ef svo er höfum við farið illa að ráði okkar.

Í þrjá mánuði var ég í útgöngubanni í litlum spænskum bæ þar sem eini kosturinn var að versla í búðinni hans Alberto. Það var mikil gæfa. Fór ég með innkauplista og keypti einungis það sem á honum var en í stórverslunum hafði ég oftast þann háttinn á að grípa það sem hendi var næst því mig ætti hugsanlega eftir að langa í það.

Með því að fylgja listanum sparaði ég stórar fjárhæðir en saknaði þó aldrei neins. Oft bar svo við að hún Rósa gamla var við kjötbordið með gamanmál og aðra skemmtan. Þegar hún hafði gengið úr skugga um að ég væri ekki kaþólskur lét hún gomsuna vaða en hún er því miður ekki prenthæf.

Eitt sinn kom inn aðkomumaður í atvinnuleit og fór hann út sem nýráðinn starfsmaður í nálægu gróðurhúsi. Gerist svona lagað í Costco? Í þessari verslun hljóma venjulega slagarar frá niunda áratugnum en ekki þessir auglýsingalagstúfar ásamt gjammi um afslætti sem í takt við óðapíp úr kössunum gera út af við fólk í stórverslunum.

Ellilífeyrisþegar fá skrifað hjá Alberto og bændur í grennd geta selt þar afurðir sínar. Svo var það ómetanlegt að getað gengið í búðina með kerru og þurfa ekki að bensinmenga loftið né leita að bílastæði.

Ég vona að þessi dásemd finnist sem víðast í íslenski mannlífsflóru. Ef ekki, þá er hægt að fá eyrnatappa í apótekinu.

FYRIR SVANGA FERÐALANGA

Kvikk
ON THE GO

AHLGRENS BÍLAR - 2 TEG

349

KR/STK
2792/ 3490 KR/KG



Kvikk
ON THE GO

ORKAN



HEIMA ER BEST

VAXTALAUSAR
12
mán
GREIÐSLUR

FRÍR FLUTNINGUR*
UM ALLT LAND
*NEMA ÚTSÖLUVÖRUR

KYNNTU ÞÉR VÖRUÚRVALIÐ
OG VERSLAÐU Í RÓLEGHEITUM
Á SVEFNOGHEILSA.IS

VEFVERSLUN
svefnogheilsa.is

★ GERIÐ GÆÐA- OG VERÐSAMANBURÐ ★

NÝ SENDING AF SÆNGUM
BY BRINKHAUS



Verð birt með fyrirvara um innsláttavillur og/eda breytingar.

ÚRVAL AF SÓFUM
OG HVÍLDARSTÓLUM



PRESTON
Svefnsófi
Verð áður kr.-249.900
NÚ AÐEINS KR. 224.910

EITT MESTA ÚRVAL LANDSINS
AF HEILSUDÝNUM



20-50%
AFSLÁTTUR

NÝTT OUTLET

Gerðu frábær kaup

20-50%
AFSLÁTTUR



Afsláttur af skiptidýnum, eldri gerðum, sófum, hvíldarstólum, mjúkvöru og fl.

Svefn & heilsa
★★★★★



BALDURSNES 6 – AKUREYRI



LISTHÚSIÐ – REYKJAVÍK



LISTHÚSIÐ – REYKJAVÍK



UM FJÓRÐUNGUR LANDSMANNA
SEFUR Á DÝNU FRÁ SVEFN & HEILSU*
*Samkvæmt könnun frá Gallup.