

ALLT

LAUGARDAGUR 10. júlí 2021

KYNNINGARBLAÐ



Heilbrigð melting er grunnur að góðri heilsu

EYLÍF
Happier GUTS

Heilsan er dýrmætust
www.eylif.is

lifestream

POWERFUL NUTRITION FROM PLANTS

ALOE VERA
HREINN SAFI

30 DAGA
SKAMMTUR

BIOTENIC
ALOE VERA

Supporting Digestive Tract

100% Natural Juice

www.celstus.is



Ólafía þurfti að taka inn verkjalyf daglega til að draga úr sársauka í hnjó en hefur nú endurheimt liðleika vegna Active Joints.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Líður undurvel á líkama og sál

Ólafía Ingólfssdóttir var á leið í hnjáskiptaaðgerð þegar hún komst á snoðir um bætiefnið Active Joints frá EYLÍF. Á örskömmum tíma var hún farin að hreyfa sig sem aldrei fyrr. **2**



Bætiefnalínan frá Eylif samanstendur af Happier Guts, Active Joints, Stronger Bones og Smoother Skin & Hair.



Ólafía finnur viðtækan mun á sér til hins betra eftir að hún fór að taka inn Active Joints og er nú farin að stunda jóga og hreyfa sig sem aldrei fyrr.

FRÉTTABLAÐIÐ/SIGTRYGGUR ARI

Ólafía Ingólfssdóttir er 69 ára og starfaði sem rekstrarstjóri á N1 á Hvolsvelli. „Ég vann langar vaktir, var mikið á ferðinni og var orðin svo slæm í hnénu að ég tók stundum hátt í tíu verkjatöflur á dag og svaf mjög slitrótt vegna verkja,“ útskýrir Ólafía.

Það var svo í fyrrasumar sem Ólafía var á leið í hnjáliðaskipti að hún sá auglýsingu um Active Joints frá Eylif.

„Ég hugsaði með mér að ég hefði engu að tapa og ákvað að prófa að taka það inn. Árangurinn lét ekki á sér standa, hann kom fram innan þriggja vikna og í september var ég farin að sofa betur og orðin það góð að ég þurfti ekki lengur að taka verkjatöflur dagana langa,“ upplýsir Ólafía, alsæl með góðan árangur Active Joints á heilsu sína.

„Ég finn líka mikinn mun á meltingunni og mér liður almennt mikið betur líkamlega og andlega. Núna fer ég í jóga og get gert allar æfingar sem ég gat aldrei áður gert. Mér finnst orðið svo auðvelt að hreyfa mig og núna get ég gengið um allt án vandræða, sem ég gat ekki áður,“ segir Ólafía. „Svo er gaman að segja frá því að í kringum mig eru tíu manns sem eru einnig að taka inn Active Joints og finna sömuleiðis mikinn mun á sér líkamlega til hins betra.“

Árangurinn lét ekki á sér standa, hann kom fram innan þriggja vikna, ég farin að sofa betur og orðin það góð að ég þurfti ekki lengur að taka verkjatöflur.

Ólafía mælir svo sannarlega með Active Joints frá Eylif.

„Það er það allra besta bætiefni sem ég hef tekið inn. Ég finn svo mikinn mun á mér, mér liður svo mikið betur og hef miklu meiri liðleika, sem eru mikil lífsgæði fyrir mig. Ég er einnig byrjuð að taka inn Smoother Skin & Hair frá Eylif og finn strax mun á húðinni, nöglunum og hárinu því ég hafði glímt við hárlos. Ég mæli því 100 prósent með vörunum frá Eylif.“

Heilsan er dýrmætust

Vörulínan Eylif býður upp á fjórar frábærar heilsuvörur sem reynst hafa fólki vel. Þær eru Active Joints, Stronger Bones, Smoother Skin & Hair og nýjasta varan Happier Guts. Vörurnar eru framleiddar á Íslandi úr hreinum, íslenskum hráefnum og engum aukaefnum er bætt við. Ólöf Rún Tryggvadóttir er stofnandi Eylif.

Loksins hreyfing án mikillar fyrirhafnar

Guðlaugur Sigurðsson segir að eftir að hann kynntist Active Joints frá Eylif hafi lífsgæði hans breyst til batnaðar. Hann getur staðið upp án fyrirhafnar og gengið óstuddur upp og niður tröppur. Lífsgæðin hafa því batnað.

Guðlaugur Sigurðsson lenti í alvarlegu vinnuslysi þegar hann var til sjós árið 2010. Hann slasast svo illa að hann var óvinnufær á eftir. Afleiðingarnar voru slæmir stoðverkir víðs vegar um líkamann. „Ég var heppinn að fá spelku frá Össuri þannig að ég gat sinnt daglegum athöfnum. Spelkan var eins konar lífsbjörg fyrir mig á þeim tíma. Eftir slysið var ég stöðugt með verki og átti erfitt með svefn vegna verkjanna,“ útskýrir Guðlaugur. Það var eiginkona hans sem sá auglýsingu um Active Joints frá Eylif. „Hún ákvað að kaupa fyrir mig þetta fæðubótarefni í haust og ég verð að viðurkenna að eftir aðeins viku var ég farinn að finna mun á líkamlegri getu. Það var í raun alveg ótrúlegt og mér finnst gaman að segja frá þessari bættu liðan minni,“ segir hann.

Guðlaugur segist stundum gleyma að setja á sig spelkuna



Guðlaugur segist stundum gleyma spelkunni eftir að hann byrjaði að taka inn Active Joints. MYND/ADSEND

þegar hann fer út í göngutúr. „Ég get orðið gengið upp og niður stiga án þess að styðja mig við handriðið eða þegar ég stend upp frá borði eða úr sófanum. Ég myndi segja að það væri kraftaverk frá því sem áður var. Frá því ég kynntist Active Joints frá Eylif hef ég tekið þrjú hylki á dag. Ég dreifi inntökunni yfir daginn með máltíðum. Þótt fötlun mín eftir slysið hafi ekki horfið þá er ég engu að síður gangandi um glaður í bragði. Mér liður betur og það er góð upplifun. Ég get því alveg mælt heilshugar með Active Joints,“ segir hann.

breytt. „Þau stuðla að heilbrigði og sveigjanlegri líkama því þá erum við færari um að takast á við verkefnin í dagsins önn. Við vitum öll að heilsan er okkur dýrmætust og því er svo mikilvægt að gæta vel að henni og fyrirbyggja ýmis heilsufarsvandamál. Heilbrigð melting er grunnur að góðri heilsu og þess vegna vildum við hjá Eylif bjóða upp á hágæðavöru fyrir meltinguna,“ segir Ólöf Rún. ■

Fæst í öllum apótekum, Hagkaup, Heilsuhúsinu, Fjarðarkaupum, Nettó og á eylif.is þar sem hægt er að fá fría heimsendingu. Fæðubótarefni kemur ekki í staðinn fyrir fjölbreytta fæðu. Ekki ætlað börnum eða barnshafandi konum. Ekki er ráðlagt að taka meira en ráðlagður dagskammtur segir til um. Geymist þar sem börn ná ekki til.



Þórdís S. Hannesdóttir er mjög ánægð með Happier GUTS.

Lifið nú annað og betra en áður

„Ég mæli eindregið með Happier Guts frá Eylif því það hefur reynst mér mjög vel,“ segir Þórdís S. Hannesdóttir, sem hefur af því frábæra reynslu. „Ég var svo heppin að kynnst Happier Guts eftir ábendingu um að bætiefnið virkaði vel fyrir meltinguna. Ég hef alltaf verið með lata þarmastarfsemi og prófað ýmislegt í gegnum tíðina til að laga meltinguna, en var hreinlega hætt að gera mér vonir um betri liðan því ekkert kom að gagni. Ég var því farin að setta mig við að vera bara svona og lítið við því að gera,“ segir Þórdís sem hafði verið í langri hvíld frá bæti-efnum þegar hún ákvað að prófa Happier Guts.

„Ég sé svo sannarlega ekki eftir því, því eftir aðeins tveggja mánaða notkun á Happier Guts fann ég gríðarlegan mun á mér og lífið varð allt annað og betra en áður. Óþægindi frá meltingarvegi hurfu og þarmastarfsemin er komin í gott lag. Ég fann líka hvernig almenn liðan varð mjög góð, bæði andleg og líkamleg, og mér liður svo miklum mun betur.“

Þórdís mælir eindregið með Happier Guts fyrir alla sem eiga við meltingaróþægindi að stríða. „Ég mun svo sannarlega halda áfram að taka inn þetta frábæra bætiefni sem er unnið úr íslenskum gæðahráefnum og framleitt hér á Íslandi. Það hefur hjálpað mér mjög mikið.“

NÝ SENDING AF SPARIKJÓLUM

Stærðir 14-30 eða 42-58

Þú getur skoðað úrvalið og pantað í netverslun

www.curvy.is

Afgreiðslutímar í verslun Curvy við Grensásveg

Alla virka daga frá kl. 11-18

Laugardaga frá kl. 11-16

FRÍ HEIMSENDING
EF AÐ VERSLAÐ ER FYRIR
5000 KR EÐA MEIRA

Skyrtukjöll
11.990 kr

Kjöll
14.990 kr

Skyrtukjöll
11.990 kr

Kjöll
14.990 kr

Millisíður kjöll
15.990 kr

Curvy

Fellsmúli 26 v/Grensásveg | 108 Reykjavík | sími 581-1552 | www.curvy.is



EKKI LÁTA BITVARGINN ERGJA ÞIG Í SUMAR!



Hugleiðsla og jóga á sjó og landi



Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriddinga@frettabladid.is

Arnbjörg Kristín Konráðs-dóttir jógakennari tekur þátt í hugleiðslu og gong-slökun á skútu úti á Skjálfanda á morgun. Á mánudaginn verður hún með gong á Siglufirði og á þriðjudaginn leiðir hún jógagöngu um Viðey.

Arnbjörg Kristín er búsett á Akureyri þar sem hún kennir jóga og nemur iðjubjálfun. Hún segir lífið ósjálfrátt hafa farið í hægari takt eftir kórónuveirufaraldurinn og ætlar að reyna að halda því þannig áfram. Hún kennir jóga heima hjá sér í litlum hópum og einnig úti í náttúrunni. „Mér finnst gaman að vera með rólega og heimilislega stemningu þegar ég er með jóga-tíma,“ segir Arnbjörg brosandi. Að hennar sögn fer áhugi á jóga og hugleiðslu sífellt vaxandi. „Eftir Covid er líka gott að hægja meðvitað á og hugsa meira um heilsuna og hvernig hægt er að byggja sig upp eftir þetta erfiða tímabil.“

Hugleiðsla í hvalaskoðun
Næstu daga verður Arnbjörg með mismunandi viðburði víða um land og úti á sjó líka. „Á morgun ætla ég að leiða hugleiðslu og gong-slökun í hvalaskoðunarferð Norðursiglingar á Ópal, hljóð-látri seglskútu í faðmi einstakrar náttúru og dýralífs úti á miðjum Skjálfandaflóa. Huld Hafliða-dóttir hjá Spirit North verður með mér og við ætlum báðar að spila á gong. Þar sem skútan er afar hljóð-lát truflar hún hvalina lítið sem ekkert svo vonandi láta þeir sjá sig,“ segir Arnbjörg, en hún á von á að þetta verði mikil upplifun fyrir þátttakendur.

Gong er ásláttarhljóðfæri með sögu aftur til bronsaldar og hefur verið notað af fólki meðal annars í hugleiðslutilgangi í árhundruð. Í dag auðvelda hljómararnir hlustendum að hægja á huganum og upplifa núvitund meðan á og í kjölfar hlustunar, að sögn Arnbjargar. Á mánudaginn ætlar hún svo að bregða sér til Siglufjarðar þar sem hún verður með gong og frum-hljóðshugleiðingu í fjörunni, ef veður leyfir. „Þetta er hluti af Lista-hátíðinni Frjó í Alþýðuhúsinu. Þar verður líka á dagskrá ljóðlist og fleira áhugavert í boði,“ segir Arnbjörg.

Hressandi jóga í Viðey
Á þriðjudaginn mun Arnbjörg leiða hressandi jógagöngu um Viðey. Gerðar verða jógaæfingar



Arnbjörg ætlar að leiða hress-andi jógagöngu um Viðey á þriðjudag.
FRÉTTABLAÐIÐ/
ERNIR

Það er skemmtilegt að sigla burt frá borginni og út í eyjuna, þótt stutt sé, og fá nauðsynlega pásu frá erli borgarlífsins. Það er gott tækifæri til að kúpla sig út og endurnæra sig.

Arnbjörg Kristín.



„Eftir Covid er gott að hægja meðvitað á og hugsa meira um heilsuna og hvernig hægt er að byggja sig upp eftir þetta erfiða tímabil,“ segir Arnbjörg.
MYND/ADSEND

fríðarsúluna þar sem ég ætla að spila á gong á meðan fólk slakar á,“ segir Arnbjörg. Þetta er í tíunda sinn sem hún leiðir jógagöngu um Viðey. „Það er skemmtilegt að sigla burt frá borginni og út í eyjuna, þótt stutt sé, og fá nauðsynlega pásu frá erli borgarlífsins. Það er gott tækifæri til að kúpla sig út, endurnæra sig og fara svo endurnærð/ur til baka. Í Viðey er svo sérstök orka, mikil náttúrufegurð og áhugaverð saga. Það er mér mikill heiður að fá að leiða jóga um eyjuna. Nokkrir sem hafa komið í jógagöngur með mér undanfarin ár eru að koma í

fyrsta sinn til eyjarinnar og hafa ekki áttað sig á hversu nálæg og aðgengileg þessi náttúruperla er,“ segir Arnbjörg.

Finum ræturnar
Arnbjörg ætlar að enda vikuna á að opna innsetningu sem kallast Molda í hlöðu í Garðhúsum á Stokkseyri. „Ég var með þessa innsetningu fyrr í sumar á Djúpa-vogi í Múlaþingi. Molda fjallar um að næra ræturnar og varpar ljósi á jarðtenginguna okkar og hvar við stöndum í okkar jarðneska lífi og að við getum eignast rætur hvar sem við endum á að búa. Eitt af því sem Covid hefur kennt okkur er að læra að vera heima hjá okkur og var því gaman að nota tímann til að tálga og forma hugmyndina heima. Ég nota endurunnið efni úr náttúrunni, rætur trjáa sem féllu í vetur og einnig rekavið. Innsetningin mun standa frá miðjum júlí og inn í ágústmánuð,“ segir Arnbjörg. Hún ætlar síðan að halda áfram að kenna jóga næstu mánuðina. „Ég mun leiða HAF jógakennarnám á Heilsustofnun í Hveragerði í vetur. Fólk verður hjá mér í sjö helgar og ég kenni jógaæfingar í vatni og mildar og mjúkar æfingar í sal. Áherslan verður á milda uppbyggingu og endurnæringu í þessu prógrammi, auk þess sem ég mun fjalla um jógaheimspeki,“ segir Arnbjörg að lokum. ■

SÖFN Á ÍSLANDI

Laugardaginn 17. júlí gefur Fréttablaðið út sérblaðið Söfn á Íslandi.

Í þessu skemmtilega blaði ætlum við að fræðast um þá fjölbreytilegu flóru sem Ísland hefur upp á að bjóða í söfnum og sýningum.

Það er sífellt stærri hópur sem hefur áhuga á íslenskri menningu og sögu og þetta því frábært tækifæri til að kynna ykkar safn og það sem efst er á baugi hjá ykkur í sumar.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir:

Ruth Bergsdóttir sölu- og markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Sími 694 4103 / ruth@frettabladid.is



Bílar & Farartæki

KRÓKUR

ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bílauppbod.is er uppbóðsvefur 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 óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN?

Kaupi bíla 25-250þús

Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Ábendingahnappinn má finna á

BARNAHEILL.IS

ÁBENDINGALÍNA

SAFT

INSÍÐI

Þjónusta

Garðyrkja

PROSTONE

- » Jarðvinna
- » Drenlagnir
- » Hellulagnir
- » Þökulagnir

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780
prostone@prostone.is

Bókhald

***Accountant**

Accountant ehf.
Laugavegi 178,
105 Reykjavík
S. 490-0095
info@accountant.is
www.accountant.is

Nudd

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

Búslóðaflutningar

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

Húsaveiðhald

PROSTONE

- » Smíðavinna
- » Múrvinna
- » Málningarvinna

Þjónustum einstaklinga, fyrirtæki og húsfélög

519 7780
prostone@prostone.is

FLÍSALAGNIR - 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

k2

LOFTSTOKKAHREINSUNIN

- FYRIRTÆKI
- FJÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR

Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Töfluskipti, myndslímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

GEFÐU VATN

gjofsemgefur.is
907 2003

Hjálparstarf kirkjunnar

GLUGGA GERÐIN

Gamli glugginn úr, nýi glugginn í ...svo einfalt er það

Nýsmíði á gluggum og hurðum, ásamt ísetningum og viðhaldi.

Hafðu samband og við metum ástandið.

Smíðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

Nýr Kempf 2ja öxla malarvagn til afhendingar strax.

Hardox 450 -8mm botn og 5mm hliðar. Alcoa Durabright felgur, skúffa og grind (tvöföld grind) heitsprautuzinkað, 6 þrepa sturtutjakkur, sem gefur ca: 53gr. halla, seglyfirbreiðsla.

Eigum einnig kraftmikla 24V vibratora fyrir vagna og vörubíla. Getum útvegað einangraða vagna bæði 2ja og 3ja öxla.

Th. Adolfsson ehf. S. 898 3612

ÍSLENSKT LÁTTU ÞAÐ GANGA

Heitir og kaldir gæðapottar sem hitta í mark hjá ÖLLUM í fjölskyldunni!

NORMX
Íslensk framleiðsla í 39 ár!

Sigurlaug 124.500 kr.	Gvendarlaug 177.000 kr.	Grettislaug 239.000 kr.	Geirslaug 257.000 kr.	Unnarlaug 285.000 kr.	Snorrallaug 278.000 kr.

OPIÐ 10-14 Á LAUGARDÖGUM Í SUMAR!

Auðbrekku 6 200 Kópavogi Sími 565-8899 normx@normx.is

Keypt & Selt

Til sölu

Gítarinn ehf.
Stórhöfði 27
Sími 552 2125
www.gitarinn.is



Kassagítarar á tilboði

Gítarar og hljómborð í miklu úrvali

Verð við allra hæfi



myranaut

Gæða ungnautakjöt beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hak, gúllas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING

ó Hringbraut





TILBOÐ
Fallegur sófi úr Tekk til sölu með höfuðpúðum og skammel, grár. St. 90X220 og skammel 70X85. Tilboð óskast S. 663 3313

Óskast keypt

STAÐGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fæðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is
Opíð mán - fös 11-16, Skipholt 27, 105

Upplýsingar í síma 782 8800

Kaupi gamla mynt, ísl. & erlenda brons, silfur og gullpeninga. Peningaseðla frimerki póstkort. Verðmet heil sófn. S. 615 2715.

Hljóðfæri



Harmonikur í úrvali. Vantar notaðar harmonikur í umboðssölu. Pokar og ólar. www.egtonar.is Sími 824 7610 & 660 1648.

Skólar & Námskeið

Námskeið



ICELANDIC, ENGLISH, NORWEGIAN, DANISH & SWEDISH F. FOREIGNERS - ENSKA, NORSKA, DANSKA, SÆNSKA
Only 2-5 students per course ! Special Icelandic for Thais, Vietnamese and Chinese. Sérnámskeið: Íslenska f. Tælendinga, Vietnama og Kinverja. Einnig Sérnámskeið fyrir Heibrigðisstarfsfólk/Also Special courses for Health Personell. Enska fyrir Leiðsögumenn/ Icelandic for Guides. Start: 19/7, 9/8, 23/8, 6/9, 4/10, 1/11, 29/11. 4 weeks x 5 workdays or Sat/Sun x 10 weeks. AM & PM. Price: 49.500. Labour Unions pay back 50-90 % of price. Stéttarfélag endurgreiða 50-90% námsgjalds. www.iceschool.is - ff@icetrans. Is - facebook.com/icetrans. IceSchool-Fullordinsfræðslan, Ármúli 5. 108, s. 8981175.

Húsnæði

Húsnæði í boði

Til leigu 70m², 2 herbergja íbúð fyrir skilvisann, reglusamann og reyklusann leigjanda meðmæli óskast. Íbúðin er sunnanmegin á Kársnesinu. Dýrahald ekki leyft. Uppl. í s. 8640561.

Atvinnuhúsnæði

Til leigu 50 m2 bil + milliloft. Hurð 3,7 m. Lager eða geymsla. Leiga: 109 þús. S: 661-6800

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



FINNDU RÉTTA STARFSKRAFTINN



Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:
Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is
Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055



Dáleiðsla
Hætta að reykja, betri svefn, léttast/þyngjast, og láta sér líða betur á margan annan máta.

Ingibjörg Bernhöft hjúkrunarfr. og dáleiðslukennari
s. 864 2627 • bernhoft@gmail.com
www.bernhoft.is



Belti og undirvagnshlutir
- fyrir smágröfur



Vertu vinsur okkar á Facebook
Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

Geymsluskúrar /gestahús til sölu



- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbrí.
- Pappi og bárustál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari upplis; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

Ferðapjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðapjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða
www.reisum.is

viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

íshúsið

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur



ÞJÓNUSTUAUGLÝSINGAR
ÞAÐT ÞÚ AÐ KOMA FYRIRTÆKINU ÞÍNU Á FRAMFÆRI?



HAFÐU SAMBAND OG VIÐ GERUM ÞÉR TILBOÐ

FRÉTTABLAÐIÐ
Sími 550 5055 | smaar@frettabladid.is

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is