



FORLAGIÐ

Alltaf opið á www.forlagid.is

ÞRIÐJUDAGUR 7. september 2021

KYNNINGARBLAÐ



Hljómsveitin Brek. MYND/ADSEND

Um nýliðinn dag

thordisg@frettabladid.is

Nýstárlega og skemmtilega þjóðlagasveitin Brek riður á vaðið í fyrsta Sagnakaffi haustsins í Borgarbókasafninu, menningarhúsi Gerðubergi, á morgun, miðvikudag, klukkan 20.

Hljómsveitin Brek var stofnuð haustið 2018. Hún tvinnar saman áhrif frá mismunandi stílum þjóðlaga- og dægurtónlistar, og reynir að finna nýjar og spennandi leiðir við notkun hljóðfæra til að skapa gripandi og þægilega stemningu, en jafnframt krefjandi á köflum.

Lög Breks sækja til dæmis innblástur í íslenska náttúru og veðrabrigði. Þau eru sungin á íslensku en hljómsveitarmedlimir leggja áherslu á fjölskrúðugt orðbragð og að nýta þann mikla og fallega orðaforða sem íslenskan býr yfir.

Brek var nýverið tilnefnd til Íslensku tónlistarverðlaunanna í flokki þjóðlagatónlistar, og í sumar kom út fyrsta breiðskífa hljómsveitarinnar.

Á Sagnakaffinu er reynt að útvíkka ramma hefðbundinnar sagnamennsku. Sagðar eru sögur í tali, tónum, takti, ljóðum og leik. Fólk úr ýmsum geirum þjóðfélagsins er fengið til leiks, svo sem tónlistarfólk, leikarar, uppistandarar, ljóðskáld og rapparar.

Sagnakaffið fer að þessu sinni fram í Bergi í Gerðubergi og geta gestir fengið sér kaffi og með því í kaffihúsinu áður en dagskrá hefst.

Öll velkomin og ókeypis aðgangur. ■



Brynja Dadda og Hafþór við pitsuofninn góða. Þau ákváðu að einfalda líf sitt og flytjast alfarið buferlum í yndislegt sumarhús sitt í Kjósinni. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

Hér líður okkur best

Margir eiga sér draum um sumarhús. Hjónin Brynja Dadda Sverrisdóttir og Hafþór Bjarnason létu drauminn rætast þegar þau keyptu lóð fyrir sumarhús í Norðurnesi í Kjósinni. **2**

POWERFUL NUTRITION FROM PLANTS

AUKAKÍLÓIN BURT

CERTIFIED ORGANIC
CC FLAX

Bone, skin and digestive health

FOR WOMEN
CALCIUM
CRANBERRY
FLAXSEED

POWDER
200g NET

ORGANIC V

www.celsus.is



Sjöfn
Þórðardóttir
sjofn
@frettabladid.is

Þau Brynja Dadda og Hafþór hönnuðu og smíðuðu sitt eigið sumarhús með aðstoð góðra manna árið 2014 og tveimur árum síðar var húsið risið. Nú fjórum árum síðar er sumarhúsið Móberg orðið heimili þeirra hjóna en þau ákváðu að selja eign sína á höfuðborgarsvæðinu og flytja alfarið í sveitina. Í Móberginu liður þeim best og huga þau nú meira að sjálfbærni og lífrænni ræktun en nokkru sinni fyrr.

„Okkur hefur liðið svo vel í sveitinni. Við erum bæði fædd og uppalin í Reykjavík en landsbyggðin togaði alltaf í okkur. Við bjuggum í fimmtán ár á Hvals-velli þegar börnin voru litil, síðan fluttum við í Hafnarfjörð og Kópavog. Við eigum tvö uppkomin börn og fimm barnabörn. Hafþór vinnur við handverksfyrirtækið okkar, Hnyðju, og ég er skrifstofustjóri við heilsugæslustöð í Hafnarfirði,“ segir Brynja, einstaklega ánægð með þá ákvörðun þeirra að flytja í sveitina.

Einfölduðu líf sitt

„Við keyptum þetta land 2012 og byrjuðum strax að rækta tré og kartöflur, síðar grænmeti. Síðan byggðum við húsið hægt og rólega árin 2014 til 2016. Það var lærdómsríkt að teikna og byggja þetta hús, miklar bollalengingar um hvað við þyrftum mikið pláss og hvað væri óþarfi. Við fengum svo fagmenn til að klára teikningar, að sjálfsögðu,“ segir Brynja.

Innt eftir tilurð nafngiftar hússins er því fljótsvarað.

„Í landinu er mosi, móar og berg, svo úr varð nafnið Móberg.“

Hvað kom til að þið ákváðuð að flytja alfarið í sumarhúsið?

„Það gerðist bara þannig að við



Í sveitinni í faðmi fjölskyldunnar liður Brynju og Hafþóri best. Hér er hluti af fjölskyldunni samankominn. **FRÉTTABLAÐIÐ/ÓTTAR**



Hér gerast hlutirnir. Handverk Hafþórs er hrein nostalgia og gleður augað.



Gróðurhúsið í Móbergi heitir Sunnuhvoll, því það er byggt úr gömlum gluggum sem verið var að rífa og henda úr húsi sem heitir Sunnuhvoll.



Ræktun og sjálfbærni á hug þeirra allan og eru þau iðin við ræktunina.



Móberg er reisulegt og fallegt hús sem nærir bæði auga og sál.

vorum farin að vera hér æ fleiri daga því hér liður okkur best. Við vorum í raun ekki sátt við flækjurnar sem fólk kemur sér í með tækni og þanskipulagi. Okkur fannst við þurfa að einfalda lífið og losa okkur við óþarfa dót og tilbúna þarfir. En auðvitað er þetta bara það sem hentar okkur, það verður hver að finna sitt,“ segir Brynja.

„Við hjónin höfum lengi verið á þeirri skoðun að við nútímafólkið séum búin að flækja líf okkar óþarflega mikið. Við höfum markvisst spáð og rökrætt um hvað við getum gert til að einfalda lífið og hvað það sé sem veitir okkur ánægju og lífsfyllingu, hvað sé þarft og hvað óþarft. Óneitanlega finnst okkur að fólk láti auglýsingar, samfélagsmiðla og snjalltæki stjórna sér of mikið, en því fylgir góð tilfinning að losa sig við hluti.“

Hjónin reyna að koma öllu í áframhaldandi notkun fyrir aðra.

„Við höfum reynt að gera svæðið hér að okkar og hafa í kringum okkur eingöngu hluti sem gefa okkur ánægju og gleði. Við reynum að vinna með náttúrunni, nýta hana og næra og við erum alltaf að læra eitthvað nýtt. Þetta hentar okkur vel og er fylling í okkar líf.“

Mikill munur á hinu daglega lífi

Þau Brynja og Hafþór segjast finna mikinn mun á daglegu lífi eftir að þau fluttu í sveitina.

„Það er ekki annað hægt. Betri tengsl við náttúruna, meiri úti-vera og betri nýting á tíma,“ segir Hafþór.

Náttúran í kring heilli alla daga.

„Hér er fullt af skemmtilegum verk-efnum til að dunda sér við og okkur leiðist aldrei.“

Brynja og Hafþór eru dugleg að rækta sjálf og hefur Brynja aldrei verið jafn iðin við að tófra fram góðgæti úr eldhúsinu.

„Það er bara þannig að í þessu eldhúsi þar sem útsýnið er svo fallegt er ekki hægt annað en skapa eitthvað. Ég hef alltaf haft gaman af matargerð og bakstri en núna hef ég verið að grúska í gömlum matarhefðum, mig langar að gera meira frá grunni og að sjálfsögðu nýta náttúruna betur. Við ræktum grænmeti og kartöflur og erum með reykhus þar sem við reykjum langreykt lambalæri fyrir jólin.“

Nostalgía í barnaleikföngum

Fjölskyldan rekur handverks-smíðaverkstæðið Hnyðju, þar sem handverk Hafþórs fær að blómstra og fleiri geta notið þess. Langvin-sælust er leikföngin, sannkölluð nostalgia frá gamla tímanum; dúkkuvagnar, dúkkuvöggur og vörubílar en einnig njóta bretti, áhöld til matargerðar og margt fleira vinsælda. „Allir hlutir eru hannaðir og smíðaðir af Hafþóri, ég legg til frágang og sé um sölu og bókhald. Allt er þetta handsmíðað, einn hlutur í einu af fagmanni með fullkomnunarárættu, hann lætur ekkert frá sér sem hann er ekki sáttur við, og ég segi að hver hlutur sé gerður af ástriðu fyrir efninu.“

Uppáhaldspítsan úr ofninum

Pitsuofninn hans Hafþórs er mikil listasmíði og nýtur mikilla vinsælda. „Hann er mikið notaður, eiginlega meira en ég gerði ráð fyrir í upphafi. Oftast til pitsugerðar, en ég hef líka bakað í honum brauð og stefni á fleiri matartilraunir í honum,“ segir Brynja sem veit fátt skemmtilegra en að baka pitsur með barnabörnunum sem elska að koma til ömmu og afa í sveitina að njóta.

Hvernig er upphaldspítsan?

„Með hvítlauksolíu, perum, gráðaoosti, rjómaosti, kasjúhnetum, klettakáli og sultu!“ ■



lavera
NATURKOSMETIK

Þreföld virkni

Firming línan frá Lavera er með þrefalda virkni af Hyaluronic sýrum sem binda mikinn raka í húðinni ásamt því að stinna hana. Húðin mýkist og fær fallegan ljóma. Firming línan stuðlar að heilbrigðri húð og minnkar myndun finna lína. Vegan vottuð.

GREEN LIFT COMPLEX

lavera
NATURKOSMETIK

FIRMING EYE CREAM
NATURAL HYALURONIC ACID TRIPLE ACTION

lavera
NATURKOSMETIK

FIRMING SERUM
NATURAL HYALURONIC ACID TRIPLE ACTION

lavera
NATURKOSMETIK

FIRMING DAY CREAM
TRIPLE-EFFECT HYALURONIC ACIDS

CREMA DA GIORNO RASSODANTE
ACIDI IALURONICI NATURALI - A TRIPLA AZIONE

GREEN LIFT COMPLEX

100 % certified natural personal care

Lavera Íslandi

 

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

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 550 5761 | Oddur Freyr Þorsteinsson, oddurfreyr@frettabladid.is, s. 550 5766 | Sandra Guðrún Guðmundsdóttir, sandragudrun@frettabladid.is, s. 550 5762 | Starri Freyr Jónsson starri@frettabladid.is, s. 550 5767 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

Útgefandi: Torg ehf.

Ábyrgðarmaður: Björn Viglundsson

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 550 5652, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 550 5654, Jóhann Waage, johannwaage@frettabladid.is, s. 550 5656, Ruth Bergsdóttir, ruth@frettabladid.is, s. 694 4103.

ÚTSALAN

ER Í
FULLUM
GANGI



icebreaker®

20-50%

afsláttur

Einnig
fáanleg í
barna-
stærðum



OSPREY BAKPOKAR

Hágæða bakpokar.
Eitt mesta úrval landsins!

Klifurbakpokar

Leiðsögumannabakpokar

Fjallgöngubakpokar • Dufflar

Krakkabakpokar • Fjallaskíðabakpokar

Hjólabakpokar • Ferðatöskur

30-50%

afsláttur



30-50%

afsláttur



30%

afsláttur



30%

afsláttur



20-50%

afsláttur



PeakPerformance®

ALLAR  OG  VÖRUR
MEÐ GÓÐUM AFSLÆTTI

GG SPORT



Í vefverslun okkar á ggsport.is má finna meira úrval af öllu sem þarf í ævintýrið þitt!



@ggsport.is



@gg_sport

Smiðjuvegur 8, Græn gata • 200 Kópavogi • Sími: 571-1020 • ggsport.is
Opnunartími: Virkir dagar 10:30-18, laugardagar 11-18

Smáauglýsingar

550 5055

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

Bílar & Farartæki



Nýr Hyundai Tucson Plugín Hybrid Premium. Erum með flæði af þessum bílum. Næstu bílar til afhendingar í byrjun September. Nokkrir litir í boði á afar hagstæðu verði. Kr. 6.490.000,- Þú verður að vera snöggur ef þú ætlar að ná í einn af þeim!

Sparibill ehf

Hátún 6A, 105 Reykjavík

Sími: 577 3344

www.sparibill.is

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is



Þjónusta

Hreingerningar



Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thvegillinn. is - Stofnað 1969 Traustir og vanir menn.

Bókhald

FRAMTALSADSTOÐ - BÓKHALDSPJÓNUSTA

Bjóðum einstaklingum framtals- aðstoð og fyrirtækjum alhliða bókhalds og uppgjörspjónustu.

Góð þjónusta á sanngjörnu verði.

Uppl. í síma 8548080/5168080

retta.is

olafur@retta.is



Búslóðaflutningar

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

Rafvirkjun

Dyrasímar-ljósleiðari-loftnet. Viðhald og endurnýjun Rafeindameistarinn ehf s. 898 4484

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

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

Húsaviðhald



LOFTSTOKKAHREINSUNIN

- FYRIRTÆKI
- FJÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR



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

FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Timavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Spádómar

SPÁSÍMINN 908 5666

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

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



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

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS

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

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Geymslur af öllum stærðum. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Tilkynningar

Tilkynningar

VERKTAKI ÓSKAST

VERKTAKI ÓSKAST Í FRÝSTINGU FISKSAFURÐA Óska eftir verktaka í frýstingu fiskafurða í viðurkenndri fiskvinnslu. Einnig kemur til greina a leigja frýstiaðstöðuna til frambúðar. Staðsetning ekki fyrirstaða. Uppl: 6959039

Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



Beinn sími: 550 5625

Sölufulltrúar:

Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is

Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is

ÞESSI VIFTA SKYNJAR SKÍTALYKT



TILBOÐ

29.976

VAR 38.086

SKYNJAR LYKT - SKYNJAR RAKA - MJÖG HLJÓÐLÁT - APP EÐA TAKKAR

VIFTUR.IS



íshúsið

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, græn gata, 200 Kópavogur