

ALLT

KYNNINGARBLAÐ

FIMMTUDAGUR 20. janúar 2022



Það stenst enginn fallegan súpuðisk.

Bragðsprengja í skammdeginu

starri@frettabladid.is

Hér er uppskrift að matarmikilli súpu með sætum kartöflu.

Matarmikil grænmetisúpa fyrir 6

1 msk. kókosolía (eða önnur olía)
 1 miðlungs laukur, skorinn smátt
 ½-1 tsk. chilli-flögur
 ½ tsk. kóríanderduft
 ½ tsk. cumin
 ½ tsk. túrmerik
 5 cm fersk engiferrót, maukuð
 3 hvítlauksgeirar, saxaðir smátt
 Salt og svartur pipar
 700 g sætar kartöflur, skornar í litla munnbíta
 ½ bolli brúnar linsur
 4 bollar grænmetissoði
 400 ml kókosmjólk
 1 lítið bunt af grænkáli, skerið stilkinn af og saxið smátt

Hitið olíu í stórum potti. Bætið lauk út í og látið að malla rólega. Bætið út í chili, kóríander, cumin og túrmerik. Steikið rólega í 1 mínútu. Næst fer engifer og hvítlaukur út í ásamt salti og pipar. Steikið rólega. Sætu kartöflurnar fara næst út í ásamt linsum og grænmetissoði. Setjið lokið á og sjóðið við vægan hita þar til linsurnar eru mjúkar. Þá fer kókosmjólkin út í og grænkálið. Látið suðu koma upp og smakkið til með salti, pipar og chilli. Sjóðið þar til kálið er mjúkt. Berið súpuna fram heita. ■

TARAMAR

Endurmótaðu húðina með lífvirkum efnum úr náttúru Íslands



Tuttugu alþjóðleg verðlaun

Skammdegið þarf ekki að vera erfitt

- Orkublandan frá ICEHERBS hjálpar þér að vakna á dimum vetrarmorgnum
- 2000 einingar af d-vítamíni og kröftug íslensk burnirót



Auðvelt að finna fallegar notaðar flíkur

Þuríður Skarphéðinsdóttir forðast verslanir sem selja ódýran og fjöldaframleiddan tískufatnað eins og heitan eldinn og kaupir næstum öll sín fót notuð. Hringrásarverslanir eru í uppáhaldi hjá henni og hún segir ótrúlega auðvelt að finna falleg fót þar, oft ónotuð. **2**



Hjúkrunarfræðingurinn Þuríður Skarphéðinsdóttir kaupir næstum öll fót notuð, nema buxur. Sú fatasamsetning sem hún filar sig mest í er þessi notaði samfestingur og skór sem hún fékk á 500 krónum í Verzlanahöllinni og eru frá 9. áratugnum.



Puríður segir að undanfarin ár hafi hún hallast sífellt meira að því að klæðast leggings og of stórum peysum, helst notuðum, og bætir við í léttum tón að það hljóti að vera merki um að hún sé að verða miðaldra.

FRÉTTABLAÐIÐ/
SIGRYGGUR ARI



Oddur Freyr Þorsteinsson
oddufreyr
@frettabladid.is

Hjúkrunarfræðingurinn Þuríður Skarphéðinsdóttir vill vera umhverfsvæn í fatakaupum og reynir að kaupa næstum öll sín notuð. Hún fylgist lítið með tísku en hefur gaman af því að velja klæðnaði fyrir sér og gengur einfaldlega í fötum sem henni finnst falleg og klæða hana vel.

„Ég vinn á heila-, tauga- og bæklunarskurðdeildinni á Landspítalanum í Fossvogi,“ segir hún. „Við höfum ekki verið með Covid-sjúklinga vegna sérgreinar okkar en auðvitað finnur man fyrir faraldrinum. Við höfum til dæmis stundum tekið sjúklinga frá öðrum deildum þegar það þarf fleiri pláss fyrir sjúklinga með Covid. Það finna allir fyrir því gríðarlega mikla álagi sem er á spítalanum þessa dagana.“

Lengi haft áhuga á vintage tísku
Þuríður hefur verið að sækja meira í þægilegar peysur að undanförunu.

„Ég veit ekki hvort það tengist álaginu út af faraldrinum beint,

77
Ég hætti nánast alveg að kaupa fót á vefsíðum eins og Asos og svo framvegis árið 2018 til þess að reyna að vera umhverfsvænni.

en ég er farin að nota og kaupa þær meira. Þær eru hentugar bæði heima fyrir og í daglegu amstri,“ segir hún.

Þuríður segist ekki hafa mikinn áhuga á tískuheiminum í sjálfa sér, en að henni finnst mjög skemmtilegt að þæla í fötunum sem hún og aðrir klæða sig í.

„Ég horfi til dæmis mikið á í hvernig skóm fólk gengur þegar ég á að vera að læra á Þjóðarþóðhóðunni og fæ líka oft innblástur frá einhverjum sem gengur fram hjá mér á Laugaveginum,“ segir hún.

„Ég var mjög fókuseruð á vintage tísku frekar lengi en á sama tíma keypti ég aðra hverja flik í H&M og Primark eins og ekta kaupóður Íslendingur. En undanfarin ár er ég byrjuð að hallast frekar að of stórum peysum (helst notuðum) við leggings, eins og miðaldra konan sem ég er að verða.“

Ég er yfirleitt í fötum sem mér finnst falleg og klæða mig vel (að mínu mati, ekki mömmu). Ég hef alltaf sagt að ég sé „trend-setter“ þegar kemur að klæðaburði en vinkona mín vill meina að ég sé bara í ljótum fötum sem eru svo óvænt í tísku sirka tveimur árum seinna,“ segir Þuríður létt.

Bara notuð og umhverfsvæn fót
„Nú til dags reyni ég að kaupa öll fötin mín í hringrásarverslunum og fötin sem ég kaupir notuð eru yfirleitt ekki mjög dýr. Uppáhalds verslanirnar mínar eru Extralopp-an í Smáralindinni og Verzlana-höllin á Laugavegi. Svo er ég líka í mörgum hópum á Facebook þar sem fólk er að selja notuð föt og hef keypt mjög margar af bestu flikunum mínum þar,“ segir Þuríður. „Það eina sem ég á erfitt með að kaupa notað eru buxur, en leggings kaupir ég oftast á ethic.is, sem selur umhverfsvænni flikur. Í uppeldi mínu var lögd mikil

áhersla á umhverfisvernd, sem er aðalástæðan fyrir áhuga mínum á notuðum flikum. „Fast-fashion“ bransinn er fátallega óumhverfsvænn og mér hefur reynst ótrúlega auðvelt að finna fallegar flikur á netinu og í hringrásarverslunum,“ segir Þuríður. „Ég er reyndar heppin að vera í mjög algengri skóstærð og nota stærðir sem oftast er eitthvað til af í verslunum, en það góða við hringrásarverslanir er að þar getur fólk af öllum stærðum og gerðum selt fötin sín og keypt fót.“

Mér finnst það skipta miklu máli að nýta notuð föt. Ef ég kaup eitthvað sem ég geng svo ekkert í þá gef ég það alltaf áfram í Rauða krossinn og oft hef ég keypt eitthvað sem er alveg ónotað í hringrásarverslunum. Ég hætti nánast alveg að kaupa fót á vefsíðum eins og Asos og svo framvegis árið 2018 til þess að reyna að vera umhverfsvænni og ég reyni að forðast „fast-fashion“ verslanir eins og heitan eldinn,“ útskýrir Þuríður. „Ég er líka með app í símanum sem heitir „Good on you“, þar sem fatamerkjum er gefin einkunn varðandi umhverfisvernd og annað og ég mæli með því.“

Drottningar til fyrirmyndar
Þuríður segist næstum eingöngu ganga í svörtu eða hvítu en að henni finnst samt líka gaman að vera í björtum litum og geri það of sjaldan.

„Ég nota eyrnalokka og er með neflökk og það eru eiginlega einu fylgihlutirnir sem ég er með. Ég er reyndar nýbyrjuð að vera með hársþangir, sem getur verið „næs“ og svo passar rauður varalitur við allt,“ segir Þuríður.

Þegar Þuríður eru spurð um tiskufyrirmyndir nefnir hún fyrst Ericku Hart.

„Hún er drottning sem ég væri til í að taka mér meira til fyrirmyndar. Hún hikar ekki við

að vera í marglitum fötum og „púllar“ þau eins og engin annar,“ segir hún. „Frida Kahlo er svo bara fyrirmynd lífs míns almennt, líka þegar kemur að tísku. Mindy Kaling er líka geggjuð og systir mín vill endilega að ég nefni Berglindi Festival, sem ég mótmæli ekki, þar sem hún er líka „queen“.“

Peysan frá mömmu í uppáhaldi

„Flikin sem ég hef átt lengst er gallaskyrta sem ég keypti í Spútník fyrir líklega níu árum og hef notað mjög mikið alveg síðan. Því miður á ég ekkert eldra, þar sem það var allt keypt í einhverjum „fast-fashion“ verslunum þar sem endingartíminn er almennt slakur,“ segir Þuríður.

„Bestu fatakaupin eru hins vegar eiginlega of mörg til að nefna eitthvað eitt sérstakt. Allt sem ég kaupir notað og fer mér vel er sigur. Sú fatasamsetning sem ég fíla mig mest í er líklega notaður samfestingur og skór sem ég fékk á fimm hundruð krónur í Verzlana-höllinni og eru frá 9. áratugnum,“ útskýrir Þuríður. „Ég elska líka Ivy Park úlpuna sem ég keypti af einhverri gellu á Facebook á sex þúsund krónur og ég er mjög mikið í henni.“

Verstu fatakaupin eru aftur á móti líklega gallastuttbuxur af Etsy sem ég keypti árið 2012 og pabbi endaði á að eignast. Heppinn hann,“ segir Þuríður kímín.

Áttu eina uppáhaldsflik?

„Það er líklega lopapeysan sem mamma þrjónaði fyrir mig og ég svo óvart, mjög óvart, setti sót í uppi á hálendi eitt kalt septemberkvöld,“ segir Þuríður. „Ég sýndi henni bara einhverja mynd sem ég fann og hún þrjónaði peysuna. Talandi um „queens“!“

Að lokum vill Þuríður senda einföld en mikilvæg skilaboð til lesenda:

„Hugsðu betur um umhverfið, elskurnar.“ ■

Léttari liðir með töframætti Túrmeriks

Öflugar blöndur með fjallagrösom. Sterka blanda inniheldur svartan pipar sem margfaldar upptöku túrmeriks.

Þjáist þú af liðverkjum & bólgum?

ICEHERBS
NATURAL SUPPLEMENTS

STERKT
túrmerik

Túrmerik með svörtum pipar
60 HYLKI | FÆÐUBÓTAREFNI

ICEHERBS
NATURAL SUPPLEMENTS

MILT
túrmerik

Túrmerik með fjallagrösom
60 HYLKI | FÆÐUBÓTAREFNI

ICEHERBS
NATURAL SUPPLEMENTS

Fæst í öllum helstu matvöruverslunum, apótekum og heilsuvöruverslunum

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.

Útgefandi:
Torg ehf

Ábyrgðarmaður:
Björn
Viglundsson

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 | Þóris Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 550 5768

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.



YEST/YESTA Opín peysa
Stærðir 38-56
Verð kr. 10.980

GOZZIP Marian síð peysa
Stærðir 38-56
Verð kr. 15.980

STUDIO Annelise peysukjöll
Stærðir 38-56
Verð kr. 17.980

YEST/YESTA Rúllukragapeysa
Fleiri litir til
Stærðir 36-56
Verð kr. 7.980

Sunday peysujakki
Fleiri litir til
Stærðir 38-52
Verð kr. 11.980

yesta

yest

no secret

Q'neel

ROBELL

ZHENZI

ZÉZE
Nordic

OPHILIA



STUDIO Madrid bootcut buxur
Stærðir 38-54
Verð kr. 9.980

YEST/YESTA gallabuxur
Fleiri litir til
Stærðir 36-60
Verð kr. 11.980

ZHENZI Jazzy gallabuxur
Fást líka í svörtu
Stærðir 42-58
Verð kr. 10.990

ROBELL Marie Thermo vetrar-strechbuxur
Fást líka í dökkbrúnu - Stærðir 34-54
Verð kr. 10.980

ZE ZE Sanne pleðurbuxur með rennilás
Fleiri litir til
Stærðir 38-48
Verð kr. 12.990

SYBEL+

FRANSEN

festival
DENMARK

STUDIO

Tamaris

GOZZIP

Handberg

SANDGAARD

Jana

LASESSOR



YIWU fóðruð húfa með skyggni
Fleiri litir til
Verð kr. 4.990

SILJA hlíðartaska
Fleiri litir til
Verð kr. 8.990

LOI hlíðartaska með hólfum
Verð kr. 6.990

LOU símataska
Fleiri litir til
Verð kr. 3.990

DUFFEL Helgarferðataska
Fleiri litir til
Verð kr. 7.990

Verzlunin Belladonna

belladonna

Líttu við á
belladonna.is

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460

Töff buxnadrägt er ómissandi

Buxnadrægtir eru heitasta heitt á nýárinu og ekki aðeins fyrir bisnesskonur heldur allar dömur sem vilja klæðast því flottasta í lífi sínu og starfi.

thordisg@frettabladid.is

Það voru buxnadrægtir sem stálu senunni á tiskupöllum fyrir árið 2022. Drægtir hafa löngum verið einkennisklæðnaður kvenna í stjórnunar- og skrifstofustörfum en eiga nú upp á pallborðið hjá konum á öllum aldri og við hvaða tækifæri lífsins sem er.

Tiskuhús heimsins tefla nú fram buxnadrögtum í endalaust flottu úrvali, jafnt viðum sem þröngum, stuttum sem síðum, einlitum sem mynstuðum, köflöttum, röndóttum og doppóttum, og efnin eru alls konar, allt út í flauel, leður og blúndur. Sumar drægtir eru með aðsniðnu vesti í stað dragtarjakka, sem þykir einkar kvenlegt og elegant.

Eftir Covid-tískuna í fyrra, sem var afslöppuð og heimilisvæn með viðum fatnaði, leggja hönnuðir enn áherslu á þægileg snið og frjálslugar útfærslur í dagsins amstri. Því mega buxnadrægtir vera víðar jafnt sem þröngar og í ótakmarkaðri litadýrð: hefðbundnar sem óhefðbundnar í sniði og samsetningu.

Klassískar buxnadrægtir eiga alltaf við, ekki síst í bisnessgeiranum, en nú má poppa upp vinnudaginn með trendi drögtum. Það geta verið bisnessdrægtir með röndum við strigaskó eða „boots“, útvíðar, stuttar buxur með viðum jökkum sem eru bæði töff og elegant á sama tíma og ganga jafnt í vinnunni og úti á lífinu. Því er ómögulegt að draga línu á milli finnar vinnudrægtar og sportlegrar því sniðin eru síð sem stutt, en flott við jafnt háa hæla og sportlega skó.

Við drægtir er fallett að klæðast toppum eða blússum, bolum eða vesti. Þá er jafn smart að klæðast einlitum drögtum sem og munstruðum með ljósmyndum, dýramynstrum, blómum, röndum eða doppum, hvort sem munstrin eru stór eða smá.

Auðvelt er að fara beint úr vinnu út á lífið í flottri buxnadrægt. Þetta er fallegur og þægilegur klæðnaður sem er tilvalið að dressa upp með fallegu skarti, belti eða tösku.

Tiskukóngarnir leggja áherslu á breiðari og tilkomumeiri axlalinu og skreyta ermar og skálmur jafnvel með þífum sem gefur rómantískt útlit. Litir sem passa vetri eru meðal annars vínrautt, fjólublátt, brúnt, dökkblátt og smaragðsgrænt, og með hækandi sól ljósblár, drapplitad, grátt, gult og rautt, en munið að allt er í tisku, eftir smekk hvers og eins. ■



Tiskuljósmyndarinn Tamu McPherson í skærbleikum útvíðum buxum og stórum jakka í stíl í Milánó í vikunni.



Áhrifavaldurinn Gabriella Berdugo í hvítum rúllukragaból og bláu gallavesti við útvíðar svartar dragtarbuxur og stóran blaserjakka í París á dögnum.



Tiskubloggarinn Caroline Daur í stuttri skyrtu við stuttan blaserjakka og útvíðar buxur. FRÉTTABLAÐIÐ/GETTY

Enn meiri afsláttur



40-70%
afsláttur



Fylgið okkur á FB

Laxdal er í leiðinni



Skipholtí 29b • Sími 551 4422 • www.laxdal.is



Stílistinn Almudena Lapique í smaragðsgrænni flauelsdrægt, með eiturgreina leðurhanska í stíl.

» Buxnadrægtir eiga alltaf við og nú sem aldrei fyrr. Þær passa jafn vel við í vinnuna, bæjarröltið og partið.



Tiskublaðakonan Anna Dello Russo í munstraðri, brúnni og blárri buxnadrægt.

Anna Dello Russo hér í æðislegri svartri buxnadrægt og hvíttri, stuttri blússu við.



Caroline Daur í hvíttri rúllukragapeysu og svartri vestidrægt.

Fyrirsætan Maria Rosaria Rizzo í appelsínugulum bol við rauða buxnadrægt.



VETRARVERKIN

VIÐ HJÁLPUM ÞÉR AÐ HUGSA UM GARÐINN ÞINN Í VETUR



TRJÁKLIPPINGAR
OG FELLINGAR

Miklu máli skiptir að klippa tré og runna á réttum tíma, með réttum aðferðum og tækjum.



HÁLKUVERNIR OG
SNJÓMOKSTUR

Við tökum að okkur snjómokstur og hálkuvörnir fyrir fyrirtæki og einstaklinga.



GLUGGAÞVOTTUR

Við tökum að okkur gluggaþvott á stærri og smærri byggingum, bæði að utan og innan.



GARÐAÞJÓNUSTA
SIGURJÓNS

WWW.GARDAROGGLUGGAR.IS

HAFÐU SAMBAND Í SÍMA 892-0719 EÐA SENDU EMAIL Á FYRIRSPURN@GARDAROGGLUGGAR.IS

FJÖLDI MYNDA OG MEDMÆLA Á FACEBOOKSÍÐUNNI OKKAR!
FACEBOOK: GARÐAÞJÓNUSTA SIGURJÓNS

Haltu fataskápnnum snyrtilegum



Sandra Guðrún Guðmundsdóttir sandragudrun @frettabladid.is

Flestum líður betur þegar hlutirnir á heimilinu eru í röð og reglu og er fataskápurinn þar engin undantekning. Mörgum vex þó í augum að koma röð og reglu á fótin sín, en hér eru nokkur ráð.

Marsha Sims rekur skipulagsfyrirtækið Sort-it-out og hún gaf lesendum vefsins fashionista.com nokkur góð ráð til að halda reglu á fataskápnnum. Sims mælir með því að fólk byrji á að sjá fyrir sér hvernig fataskápurinn á að líta út og geri svo áætlun áður en hafist er handa við tiltektina. Þegar búið er að ákveða stað fyrir gallabuxur, peysur, sokka, skyrtur og svo framvegis, þá er hægt að byrja að fjarlægja allt sem er ekki á sínum stað.

Lisa Jacobs er einnig eigandi skipulagsfyrirtækis í Bandaríkjunum, sem virðast njóta vinsælda þar vestra. Hún leggur til að þegar á að grynnka á fatahrúgunni og losa sig við fót sem eru ekki lengur í notkun, þá sé sniðugt að nota tækifærið þegar pakka á fyrir ferðalag. Þá er hægt að skoða fataskápin í leiðinni og átta sig á hvað má gefa áfram og hverju á að halda. Sims leggur til að taka sér tíma og snerta allt í fataskápnnum og spyrja sig. „Ef þú elskar þetta ekki, af hverju áttu þetta? Af hverju er þetta að taka pláss? Ef þetta lætur þig ekki líta glæsilega út lengur eða ef þetta er ekki þægilegt, hvað er þetta þá að gera í fataskápnnum þínum?“

Margir kannast kannski við svipaðar þælingar hjá Marie Kondo, sem hvatti fólk til að spyrja hvort hlutirnir veittu því gleði, áður en ákveðið væri að halda þeim. Sims segir að ef þú sért óviss um einhverja flík, þá sé best að geyma hana í þrjá mánuði og sjá hvort þú saknir hennar. Það ætti að skera úr um hvort þú þurfir á flíkinni að halda. Það er sniðugt að vera með kassa eða poka fyrir fót sem á að gefa áfram. Þegar kassinn fyllist er hægt að fara með hann í Rauða kross gám eða gefa til annarra góðgerðarmála.

Nýttu plássíð til fullnustu

Jacobs mælir með því að fara vandlega yfir hverja einustu hillu, skúffu og herðatré áður en ákveðið er hvert hlutirnir eiga að fara. Það er sniðugt að nýta svæði sem gleymast, eins og bakhlið hurða. Þannig kemst meira fyrir skipulega í litlum skáp. Jacobs varar við því að setja fyrirferðarmikla hluti eins og joggíngalla í grunnar og þröngar skúffur.



Snyrtilegur fataskápur heldur betra skipulagi á fótunum. Auðveldara er að finna réttu flíkina ef allt á sinn stað.

FRÉTTABLAÐIÐ/
GETTY



Mörgum vex það í augum að koma skipulagi á fataskápin en það er ekki svo mikið mál. Það þarf bara að byrja.

” Ef þetta lætur þig ekki líta glæsilega út lengur, hvað er þetta þá að gera í fataskápnnum þínum?

Raðaðu peysunum þínum og kápnunum eftir stíl og síðan eftir litum. Það er að segja: leðurjakkar saman, úlpur saman, hneppar peysur saman og rúllukragapeysur saman. Gakktu úr skugga um að herðatrén séu nógu traust fyrir þyngri yfirhafnir. Einnig getur verið sniðugt ef fólk notar önnur fót um helgar en á virkum dögum, að halda vinnufatnaði og öðrum fatnaði aðskildum. Að raða eftir litum hjálpar til við að finna réttu flíkina og fataskápurinn helst snyrtilegri fyrir vikið, þar sem ekki þarf að gramsa eins mikið í fótunum til að finna flíkina.



Jacobs mælir með að brjóta saman ullarpeysur og þrjónapeysur frekar en að hengja þær upp, svo þær haldi lögun sinni og teygist ekki. Þá þarf að varast að stafla fótunum of þétt, því það fer illa með þau. Með því að raða of þétt lendum við líka frekar í því að þurfa að fletta í gegnum margar peysur, sem dæmi, áður en við finnum þá réttu og svo þurfum við að brjóta sama allar peysurnar sem við tókum upp aftur, svo skápurinn haldist snyrtilegur.

Til að viðhalda snyrtilegum skáp gefur Sims einfalt ráð. Ef þú tekur eitthvað af herðatré sem þú ætlar svo ekki að nota, settu það á það aftur. Ef þú tekur eitthvað úr hillu eða skúffu, brjóttu það saman aftur og gakktu frá því á sinn stað strax. ■

Að raða fótum eftir litum ofan í skúffurnar er hjálplegt þegar finna þarf réttu fótin í flýti.

RAFRÆNT ÖRYGGI

Þriðjudaginn 25 janúar gefur Fréttablaðið út sérblað um Rafrænt Öryggi.

Á tímum mikillar netverslunar og annars umstangs á netinu, er þörf á að halda öllum öryggiskröfum sem mest í heiðri. Því viljum við gefa út greinagott og flott blað um þetta mikilvæga málefni, svo að fólk geti kynnt sér það sem er í boði sem og nýjungar til dæmis í rafrænum skilríkjum og nýjum öppum, ætlum að einbeita okkur mest megnis að fyrirtækjamarkaði í þessu blaði.

Tryggðu þér gott auglýsingapláss í langmest lesna dagblaði landsins.

Nánari upplýsingar um blaðið veitir:

Jóhann Waage Markaðsfulltúi Fréttablaðsins
Sími 550-5656/ johannwaage@frettabladid.is



FRÉTTABLAÐIÐ SÉRBLÖÐ



TOPP EINTAK

Mazda cx3 AWD

árg. 2019 - ek. 18 þús km.

Uppl. í s. 8920378

Bílar & Farartæki



PARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BIL?

Bilauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

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



Nýr Ford Transit Custom Edition Trend sendibíll. Sjálfskiptur. 8" skjár í mælaborði með bakmyndavél. Dráttarkrúkur. Metallic lakk. Sumar og vetrardekk. Það er 8 mánaða bið eftir svona bíl en við eigum þennan til afhendingar strax. Nú er að vera snöggur! Verð: 5.350.000 án vsk.

Sparibíll ehf
Hátún 6A, 105 Reykjavík
Sími: 577 3344
www.sparibill.is

Þjónusta

Málarar

MÁLARAMEISTARI

Tek að mér að endurmála íbúðir og fl. Fagmennska, mikil reynsla og sanngjörn verð. Málningarþjónusta Egils ehf. S. 868-5171. egillsverris@gmail.com

REGNBOGALITIR EHF

Getum bætt við okkur verkefnum innanhúss. Löggitur málarameistari. Löggitur málarar. Vönduð vinna, vanir menn. www.regnbogalitur.is malarar@simnet.is. Sími 8919890

Búslóðaflutningar

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

Húsviðhald

+++ EÐALVERK +++

- Hellulagnir
- Grjóthleðsla
- Húsviðgerðir
- Þak
- Gluggaskipti
- Múr
- Málningavinna
- Steinsögun

Fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu í verkið í síma 786-3211 eða sendu okkur póst á verk@edalverk.is

FLÍSALAGNIR - MÜRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Árataka reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Nudd

NUDD NUDD NUDD

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

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Töfluskripti, myndsímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggitur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Keypt & Selt

Til sölu



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

Heilsa

Heilsuvörur



Húsnæði

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

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

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

Atvinna

Atvinna í boði

Fiskvinnsla í Hafnarfirði óskar eftir fólki til starfa í snyrtingu og pökkun. Vinna hefst kl. 7, ekki er tekið við umsóknum á staðnum.

Áhugasamir sendi póst á vinna@hamrafell.is
Upplýsingar gefnar í síma 898-5732.

FYRIR AÐSTOÐ INNLANDS
gjofsemgefur.is
907 2002
Hjálparstarf kirkjunnar

GEFÐU VATN
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

Auglýsing um skipulag

Í samræmi við 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér með auglýst tillaga að nýju deiliskipulagi í Borgarbyggð.

Deiliskipulag Flatahverfi

Sveitarstjórn Borgarbyggðar samþykkti þann 13. janúar 2022 að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi fyrir Flatahverfi á Hvanneyri í Borgarbyggð.

Deiliskipulagssvæðið tekur helst til breytingar á gerð húsa þar sem 12 parhúsalóðum er breytt í 9 einbýlishúsalóðir og 3 raðhúsalóðum er breytt í 2 parhúsalóðir. Bindandi byggingarlínu húsa er breytt og mænisstefna tekin út. Markmið breytingar er að svara eftirspurn eftir einbýlishúsalóðum á Hvanneyri. Tillagan samræmist aðalskipulagi Borgarbyggðar 2010-2022.

Ofangreind deiliskipulagstillaga er aðgengilegar á heimasíðu Borgarbyggðar www.borgarbyggd.is frá 20. janúar til og með 3. mars 2022. Ef óskað er eftir nánari kynningu á ofangreindri tillögu þarf að panta tíma hjá skipulagsfulltrúa.

Hverjum þeim aðila sem telur sig eiga hagsmuna að gæta er gefinn kostur á að gera athugasemd við auglýsta skipulagstillögu og er frestur til að skila inn athugasemdum til **3. mars 2022**. Athugasemdum skal skila skriflega í þjónustuver Borgarbyggðar, Bjarnabraut 8, 310 Borgarnesi, b.t. skipulagsfulltrúa eða á netfangið skipulag@borgarbyggd.is eða thjonustuver@borgarbyggd.is.

Borgarbyggð, 20. janúar 2022

Skipulagsfulltrúi Borgarbyggðar.



BORGARBYGGÐ

www.borgarbyggd.is



Aðstoðarmaður dómara í Landsrétti

Landsréttur auglýsir laust til umsóknar starf löglerðs aðstoðarmanns dómara við Landsrétt. Löglerðir aðstoðarmenn dómara sinna lögfræðilegum verkefnum og aðstoða dómara réttarins í störfum þeirra í samræmi við ákvörðun forseta réttarins, sbr. 3. mgr. 23. gr. laga nr. 50/2016. Meðal helstu verkefna er auk aðstoðar við dómara, vinna við dómarefanir, úrvinnsla kærumála sem og lögfræðileg greining mála sem til úrlausnar eru fyrir réttinum.

Menntunar- og hæfniskröfur:

- Embættispróf í lögfræði eða grunnnám ásamt meistaraþrófi í lögum.
- Góð íslenskukunnátta og færni í rituðu máli er nauðsynleg.
- Góðir skipulagshæfileikar, hæfni til að vinna sjálfstætt og færni í mannlegum samskiptum.
- Þekking og reynsla á sviði réttarfars er æskileg.
- Reynsla af greiningu og úrlausn lögfræðilegra álitaefna er æskileg.

Starfskjör eru í samræmi við kjarasamning ríkisins og viðkomandi stéttarfélags.

Þeir sem áhuga hafa á starfinu eru hvattir til að sækja um óháð kyni. Með umsókn skal fylgja ítarleg starfsferilskrá ásamt kynningarbréfi þar sem gerð er grein fyrir ástæðum umsóknar og hvernig viðkomandi uppfyllir hæfniskröfur.

Áskilið er að umsóknir og fylgigögn berist rafrænt á netfangið landsrettur@landsrettur.is.

Umsóknir gilda í allt að sex mánuði. Öllum umsóknum verður svarað þegar ákvörðun um ráðningu í starfið liggur fyrir.

Nánari upplýsingar veitir Gunnar Viðar, skrifstofustjóri Landsréttar, gunnar.vidar@landsrettur.is eða í síma 432-5300.

Umsóknarfrestur er til og með 30. janúar 2022.

Auglýsing um deiliskipulag í Kópavogi.

Bakkabraut 2-4, Bryggjuvör 1, 2, 3, Þinghólsbraut 77 og 79. Breytt deiliskipulag. Vinnslutillaga.

Skipulagsráð Kópavogs samþykkti þann 18. október 2021 að kynna vinnslutillögu að breyttu deiliskipulagi Bakkabrautar 2-4, Bryggjuvarar 1, 2, 3, Þinghólsbrautar 77 og 79. Svæði 13 á þróunarsvæðinu á Kársnesi, PR-1 samkv. Aðalskipulagi Kópavogs 2012-2024 og samþykktu Aðalskipulagi Kópavogs 2019-2024. Í vinnslutillögunni er gert ráð fyrir að núverandi atvinnuhúsnæði á lóðunum víki og íbúðarhús rísi í þess stað. Skipulagssvæðið afmarkast af Þinghólsbraut og lóðamörkum Þinghólsbrautar 73 og 75 í austri, fyrirhugaðri nýrri vegtengingu milli Borgarholtsbrautar og Bakkabrautar í norðri, fyrirhugaðs nýs hafnarkants til vesturs og suðurs. Gert er ráð fyrir að heildarfjöldi íbúða á reitnum verði að hámarki 160, á 2-5 hæðum þar sem 5. hæðin verður inndregin. Gert er ráð fyrir 0,75-1 bílastæði pr. íbúð og að u.þ.b. 90% þeirra verði í innbyggðum og niðurgroffnum bílageymslum. Fyrirhugað er að heildarbyggingarmagn á svæðinu verði 26.675 m² ofan- og neðanjarðar með nýtingarhlutfalli 1,9. A-rými ofanjarðar 18.100m². B-rými ofanjarðar 2.595m². A-rými neðanjarðar 2.180m². B-rými neðanjarðar - Bílakjallari - 3.800m².

Vinnslutillagan er sett fram á uppdráttum í mkv. 1:1000 og 1:500 ásamt greinargerð og skýringarmyndum dags. 15. október 2021. Vinnslutillögunni fylgir einnig minnisblað um samgöngur frá VSÓ ráðgjöf dags. 17. febrúar 2021.

Nánar er vísað til kynningargagna.

Vakin er athygli á því að kynningartími tillögunnar hefur verið framlengdur til 17. febrúar 2022.

Jafnframt er vakin athygli á endurskoðuðu fyrirkomulagi kynningarfundar.

Opnu húsi/kynningarfundu sem halda átti þann 13. janúar 2022 var frestað.

Haldnir verða tveir rafrænir kynningarfundir á Teams þann 3. febrúar 2022 kl. 16:00-17:00 og 17:15-18:15. Þar verður tillagan kynnt og fyrirspurnum svarað.

Áhugasamir eru beðnir um að skrá sig með tölvupósti á netfangið skipulag@kopavogur.is.

Ofangreind vinnslutillaga er aðgengileg á heimasíðu bæjarins, www.kopavogur.is.

Ef óskað er eftir nánari upplýsingum um tillöguna er hægt að senda fyrirspurn á starfsfólk skipulagsdeildar á netfangið skipulag@kopavogur.is.

Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögunar. Athugasemdir og ábendingar skulu hafa borist skriflega til skipulagsdeildar, Digranesvegi 1, 200 Kópavogi eða á netfangið skipulag@kopavogur.is eigi síðar en kl. 16:00 fimmtudaginn 17. febrúar 2022.



Kópavogsbær

Skipulagsfulltrúinn í Kópavogi.

kopavogur.is

Styrkir til rannsókna á ritmenningu íslenskra miðalda - RÍM

Í tilefni af því að árið 2019 voru 75 ár liðin frá stofnun lýðveldis á Íslandi, standa forsætisráðuneyti, fjármála- og efnahagsráðuneyti, mennta- og menningarmálaráðuneyti, Stofnun Árna Magnússonar í íslenskum fræðum og Snorrastofa í Reykholti fyrir átaksverkefni til fimm ára um þverfaglegar rannsóknir á ritmenningu íslenskra miðalda.

Fyrir hönd mennta- og menningarmálaráðuneytis auglýsir Snorrastofa nú eftir umsóknum um styrki vegna verkefnisins fyrir árið 2022.

Hlutverk sjóðsins er að styrkja rannsóknir á sviði ritmenningar íslenskra miðalda, m.a. með því að efla rannsóknir á heimildum um ritunarstaði miðaldahandrita á Íslandi og þá sérstaklega á þeim lærdómsmiðstöðvum og klaustrum þar sem ritmenning blómstraði. Verkefnið skiptist í tvo verkþætti: Annars vegar að rannsaka menningarmínjar og umhverfi tengt þessum stöðum og hins vegar handrita- og bókmenningu þeirra. Umsóknir verða metnar með tilliti til vísindalegs og menningarsögulegs gildis. Vonir standa til að nákvæmar lýsingar verði unnar á þeim ritmenningarstöðum, sem verða fyrir valinu og rök færð fyrir menningarlegu vægi þeirra handrita og bókmenntaverka sem stöðunum tengjast. Áætlað árlegt fé til sjóðsins er 35 m.kr. á tímabilinu 2020 til 2024.

Umsóknum um styrki úr sjóðnum skulu fylgja greinargóðar upplýsingar um fyrirhuguð verkefni á þar til gerðum umsóknareyðublaðum. Sé fyrirhugað að sækja um styrk til verkefnis, sem taka mun fleiri en eitt ár að vinna, skal umsækjandi gera grein fyrir heildarmarkmiðum verkefnis, áfangaskiptingu og kostnaðaráætlun hvers áfanga. Styrkveitingu fylgir ekki skuldbinding til að veita styrki til síðari áfanga verkefnis.

Umsóknareyðublað og nánari upplýsingar, m.a. úthlutunarreglur, er að finna á heimasíðu Snorrastofu í Reykholti, www.snorrastofa.is – rannsóknir og fræði.

Umsóknarfrestur er til og með 28. febrúar 2022. Umsóknir sem berast eftir að umsóknarfresti lýkur koma ekki til álita við úthlutun.

Úthlutanir úr sjóðnum eru á hendi mennta- og menningarmálaráðuneytis að fenginni umsógn sérstakrar úthlutunarnefndar. Snorrastofa hefur eftirlit með að styrkt verkefni séu unnin í samræmi við þær úthlutunarreglur, sem birtar eru á heimasíðu Snorrastofu. Heimilt verður að óska eftir frekari gögnum og upplýsingum frá umsækjendum eftir því sem þurfa þykir.

18. janúar, 2022

Snorrastofa,
320 Reykholt
Sími: 433 8000 og 893 1492
www.snorrastofa.is
snorrastofa@snorrastofa.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

EYJALIND Varahlutir í lyftara

- Toyota
- Hyster
- Yale
- Jungheinrich
- Ofi.

Vertu vinur okkar á Facebook

Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjaland.is

Geymsluskúrar / gestahús til sölu

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

Nánari uppl.; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Friða, www.reisum.is

Ferðþjónustuhús

Vönduð hús sem henta vel í ferðþjónustuna, afhendast fullkláruð.

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

ER BÍLSÆTIÐ RIFIÐ ?

Bílsætaviðgerðir-, mótörhjóna og snjósléðasæti. Húsbílaklæðningar og öll almenn bólstrun. Við erum þekktir fyrir fljóta og góða þjónustu. Skoðið video af vinnslu á www.hsbolstrun.is

FYRIR **EFTIR** **Formbólstrun**

Hamraborg 5 Kóp., Hamrabrekumegin S. 544 5750 www.hs@bolstrun.is

viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

Íshúsið

S:566 6000 • Smiðjuvegur 4a, 200 Kópavogur

gott cbd.is

arnarut@frettabladid.is

Alla fimmtudaga og laugardaga