



FORLAGIÐ

Alltaf opið á [www.forlagid.is](http://www.forlagid.is)

ÞRIÐJUDAGUR 22. mars 2022



Heimilið er flestum kær griðastaður.

## Heima er best

thordisg@frettabladid.is

Spakmælið „Heima er best“ er mörgum tamt og gjarnan sagt af feginleik og hamingju þegar komið er heim eftir að hafa verið í burtu frá heimilinu. Í áratuganna rás hafa Íslendingar líka prýtt heimili sín með ákallinu „Drottinn blessi heimilið“, sem vekur hughrif um blessun skaparans á heimilishaldinu og þeim sem þar búa, gjarnan í útsaumi eða á mynd með íslenskum torfbæ, fánanum, birki-laufum og bóndarósum.

### Heima er þar sem hjartað slær

Að tala af hlýju um heimili sitt er þekkt víðar en á Íslandi. Máltækið „Home sweet home“ á sér sömu merkingu og „Heima er best“, en málshátturinn „Home is where the heart is“ eða „Heima er þar sem hjartað slær“ má túlka á tvo vegu. Það getur ýmist þýtt að heima sé hvar sem ástin okkar er stödd. Hin skilgreiningin er að hjarta mannsins slái alltaf heima, því hugur hans sé ávallt með fjölskyldunni, hvar sem hann er staddur. Að ást, umhyggja og hjartfólgna minningar muni alltaf tengjast heimilinu og fjölskyldunni.

Sumsé; okkur líður hvar sem er heima þar sem ástvinur okkar er, en einnig er það heimilslífið með okkar nánustu sem lætur hjartað slá innan heimilisins. ■



Patrycja kom til Íslands fyrir sjö árum frá Póllandi og heillaðist af fólkinu og náttúrunni.

MYND/ADSEND

# Fangar ímyndunaraflið á Íslandi

Patrycja Makowska hefur vakið athygli fyrir ævintýralegar ljósmyndir sem hún tekur af íslenskri náttúru. Ljósmyndirnar segir hún aðallega lúta hennar eigin ímyndunarafli og tekur það hana oft margar atrennur að fanga réttu birtuna, augnablikið og stemninguna. **2**

lifestream

POWERFUL NUTRITION FROM PLANTS

**ALOE VERA**  
MELTING & BÓLGUR

85% VIRKT CURCUMIN

www.celsus.is



Jóhanna María  
Einarsdóttir  
jme  
@frettabladid.is

Patrycja ætlaði ekki að stoppa lengi þegar hún kom hingað fyrir sjö árum frá Póllandi, en heillaðist svo af landi og samfélaginu í Vík í Mýrdal, þar sem hún bjó í fimm ár, að hún ákvað að setjast hér að. „Ég kom til Íslands í janúar 2015 og ætlaði bara að vera hér í svona þrjá, mest fjóra mánuði. Eftir sjö ára veru bý ég hér enn þá og ég veit að margir frá mínu landi búa hér einnig og líkar vel,“ segir hún.

Patrycja útskrifaðist með meistaraáráðu í Historical and pedagogical faculty frá University of Opole. Einnig er hún menntaður sögukennari við öll skólastig. Hún lærði til doktorsprófs í University of Opole í Póllandi og er núna að undirbúa sig til að verja doktorsverkefnið sitt hér á Íslandi.

### Elskar að fylgjast með sólsetrinu

Patrycja segir að ljósmyndunarbakterían hafi fyrst látið á sér kræla þegar hún var krakki í Póllandi. „Allt frá því í æsku höfum ég og frænka mín verið að taka myndir með gömlum myndmyndavélum í uppeldisbæ mínum Muszyna á landamærum Póllands og Slóvakíu,“ segir hún og bætir við: „Ég hef ekki farið í ljósmynda-skóla heldur er ég sjálfærð. Ég hef unun af því að taka ljósmyndir og allt það sem fylgir ljósmyndaíðniinni eykur ástríðu mína gagnvart faginu. Það að taka ljósmyndir og njóta útsýnisins, verja heilu síðdegi einhvers staðar á kletti og fylgjast með sólsetrinu. Það eru augnablik sem gera lífið þess virði að lifa fyrir mig. Þetta er eitthvað sem ég held að margir fara á mis við í auglýsingaheimi nútímans.“

#### En af hverju Ísland?

„Að mínu mati er Ísland einn af öruggustu stöðum í heimi. Einnig kann ég vel að meta það að geta verið úti að taka ljósmyndir allan ársins hring, hvenær sem er sólarhringsins. Möguleikarnir eru endalausir hér og mitt upphalds viðfangsefni er norðurljósín.“

#### Á milli tveggja vika

Fyrstu fimm árin á Íslandi bjó Patrycja í Vík í Mýrdal þar sem hún hugaði að öldruðum íbúum á hjúkrunar- og dvalarheimilinu Hjallatúni. „Ég er enn mjög nán fyrrverandi yfirmanni mínum þar, henni Kristínu Einarsdóttur, sem gekk mér hálfvegis í móðurstað. Ég ber mikla virðingu og ást til hennar. Á Hjallatúni lærði ég líka grunninn að íslensku, en ég er að læra tungumálið núna þar sem ég bý í Reykjavík. Í Vík hóf ég læringsnám og þjálfun hjá slökkviliðinu á staðnum. Ég kláraði það nám á Selfossi og starfaði sem sjálfboðaliði hjá slökkviliðinu. Á sama tíma varð ég meðlimur og sjálfboðaliði í fjallabjörgunarteymi Landsbjargar, ICE-SAR í Vík.

Vík var lengi mitt heimili, í blíðu og stríðu og hún verður líka alltaf heimabærinn minn. Ég hitti þar dásamlegt fólk og eignaðist yndislega vini sem létu mér líða eins og ég væri hluti af samfélaginu og fjölskyldmeðlimur. Ég lærði að ganga á jöklum, nam grunninn í svífvangjaflogi, við hreinsuðum hús eftir sandstorma og plast úr fjörunum. Eftirlætið mitt var svo að fljúga svífflugvél með ástærðum íslenskum „afa“ mínum, honum Reyni Ragnarsyni, við eftirlit á ástandi Kötlugíga og við myndatökur á þeim fyrir Háskóla Íslands. Hvert skipti var einstök upplifun fyrir mig.

Núna bý ég í Reykjavík. Ég starfaði um tíma sem leiðsögumaður og við móttöku við sýninguna Wonders of Iceland í Perlunni þar til faraldurinn skall á. Seinna fékk ég starf við Mannréttinda- og lýðræðisskrifstofu Reykjavíkur



Patrycja bjó fyrstu fimm árin í Vík í Mýrdal og finnst það enn vera heimabærinn, þrátt fyrir að búa í annarri vik í dag.

MYND/GON GRANJA

Hið fullkomna augnablik fangað með myndavélarlinsunni.



Uppáhaldið er samt hún Áróra Bórealis, norðurljósín logandi.

og starfaði þar í um eitt ár. Þegar ég flutti til Reykjavíkur fór ég að æfa Shotokan Karate hjá karatefélaginu Þórshamri þar sem ég hef hitt fjöldann allan af yndislegu og hvetjandi fólki. Ég er með bronsbelti og ætla að halda áfram á þeirri braut. Draumurinn er að verða þjálfari og vinna með ungu fólki.“

Patrycja heldur úti vinsælum Instagram-reikningi og Facebook-síðu þar sem hún birtir ljósmyndirnar sem hún tekur víðs vegar um



Jökulsárlón við sólsetur er magnaður staður.



Patrycja fangar náttúruferurð landsins.

MYNDR/PATRYCJA MAKOWSKA

landið. Myndirnar eru skarpar og litríkar og sýna íslenska náttúru á einstakan hátt. „Ég ver öllum mínum frístundum við að taka ljósmyndir og ég bið alltaf spennnt eftir vetrinum þegar norðurljósín fara að dansa á himninum. Núna er ég að vinna með Canon full frame-ljósmyndavél en áður notaði ég Nikon-vél. Stundum er ég að nota gamlar handvirkar linsur sem eru löngu hættar í framleiðslu.“

Patrycja segir að ljósmyndirnar séu eins konar framlenging á

hennar eigin ímyndunarafla og það taki oft margar atrennur að finna réttu birtuna og rétta augnablikið á hverjum stað fyrir sig. „Ég heimsæki oft hvern stað mörgum sinnum til þess að fanga nákvæmlega rétta ljósið og rétta augnablikið sem ég hafði séð fyrir mér. Ég byggji allt á ímyndunaraflinu og mínu frelsi til þess að skoða heiminn frá mínu eigin sjónarhorni, mínu útsýni. Ef það tekst, þá er ég sátt,“ segir hún að lokum. ■

”  
Það að taka ljósmyndir og njóta útsýnisins, verja heilu síðdegi einhvers staðar á kletti og fylgjast með sólsetrinu. Það eru augnablik sem gera lífið þess virði að lifa fyrir mig.

# KEEN GÖNGUSKÓR OG SANDALAR



Mýkt og þægindi við ökkla  
Lykkja að aftanverðu auðveldar þér að fara í skóinn

Targhee Mid ♂

28.990 kr.

Endurskin  
Góður stuðningur við hæl

KEEN.Dry vatnsheld filma sem að andar

Ytri sóli: gúmmí með gott grip (all terrain)

Náttúruvænt hágæða leður, LWG vottað

Góð vörn á tál  
EVA dual-density innlegg sem hægt er að fjarlægja

Fjölátta grip á sóla, gott grip

4 mm munstursdýpt á sóla

## Stingum af...



Targhee Mid ♀  
Uppháir gönguskór  
28.990 kr.



Venice II H2 ♀  
Stillanlegt hælband, lokuð tál  
15.990 kr.



Venice ♀  
Lokað hælband og tál  
16.990 kr.



Venice H2 ♀  
Lokað hælband og tál  
17.990 kr.



Newport ♂  
Gott grip, lokuð tál  
20.990 kr.



Newport H2 ♂  
Lokað hælband, lokuð tál  
18.990 kr.



Targhee WP ♂ ♀  
Lágir gönguskór  
25.990 kr.



Í vefverslun okkar á [ggsport.is](http://ggsport.is) má finna meira úrval af góðum skóm og öllu sem þarf í ævintýrið þitt!

## Bílar & Farartæki

### AÐALKAUP



#### GLÆNÝR NISSAN LEAF TEKNA - ÖTRÚLEGT VERÐ - 4.177Þ!!!

GLÆNÝR NISSAN LEAF TEKNA - ÖTRÚLEGT VERÐ - 4.177Þ!!!  
NISSAN LEAF TEKNA 40kwh. Glænýr í ábyrgð!!! 100% rafmagn, Sjálfskiptur. TEKNA útfærsla með leðri, bakkmyndavél, propilot, leiðsögukerfi o.fl. o.fl. Drægni 270km. Bíll í ábyrgð. Möguleiki á allt að 90% láni. FLEIRI LITIR Í BOÐI! VERÐ AÐEINS kr.4.177.000- Rnr.120652 Til afhendingar strax hjá Adalkaup bílasölu - Skeifunni 3c. S:888-3715.

**Adalkaup - Bílasala**  
Skeifan 3C, 108 Reykjavík  
Sími: 888 3715  
adalkaup@adalkaup.is  
http://adalkaup.is



Nú þegar það er 14 mánaða bið ef pantaður er nýr Ford þá tókst okkur að fá nokkra Limited bíla. Nýr 2022 Ford Transit Limited L3H2. Sjálfskiptur. 185 hó vél. Til afhendingar strax! Verð: 6.450.000,- án vsk.

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

## Þjónusta

### Nudd

#### NUDD NUDD NUDD

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

### Hreingerningar



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

### Bókhald

#### FRAMTALSADSTOD - BÓKHALDSPJÓNUSTA

Bjóðum einstaklingum framtalsaðstoð 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 bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

### Rafvirkjun

#### RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Töfluskripti, myndsímar. Hagstæð verð. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straublik@gmail.com

Dyrasímakerfi 777 4944 Rafeindameistarinn. Viðgerðir og Endurnýjun

### Húsaviðhald

**RÚNAR MÚRARI EHF**  
S 774-3800

HÚSAVIÐGERÐIR  
MÚRVIÐGERÐIR  
STEYPUVIÐGERÐIR  
ENDURHRAUNA  
TRÖPPUVIÐGERÐIR  
MÁLNINGARVINNA  
ÞAKMÁLUN

FLÍSALAGNIR  
o.m.fl.

40 ára reynsla í utanhússviðhaldi

Tilboð þér að kostnaðarlausu

<https://runarmurari.is/>  
runarmurari@gmail.com  
VSK 133377

**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

### Spádómar

#### SPÁSÍMINN 908 5666

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

**SPÁMIÐILL**  
ER BYRJUÐ AFTUR

- SPÁ Í SPIL OG KRISTALSKÚLU MEÐ HJÁLPAÐ HANDAN
- HEILUN

ÞÓRA FRÁ BREKKUKOTI  
S. 5574391

### Keypt & Selt

### Til sölu

**Mobility.is**

Hjól og hjálpartæki, sala og leiga

### 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

### Óskast keypt

Kaupi gamla mynt, isl. & erlenda brons, silfur og gullpening. Peningaseðla frimerki póstkort. Verðmet heil söfn. S. 615 2715.

**GEFÐU VATN**

gjofsemgefur.is  
907 2003

Hjálparstarf kirkjunnar

### Heilsa

#### Heilsuvörur



### Húsnæði

#### Húsnæði í boði

##### 2JA HERB ÍBÚÐ

Til leigu 2ja hebergja íbúð í Þórðarsveig  
Ca 70 fm með stæði í bílakjallara  
Uppl. á antonben@simnet.is og s. 895 9376

#### Geymsluhúsnæði

##### GEYMSLUR.IS

##### SÍMI 555-3464

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

##### WWW.GEYMSLAEITT.IS

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

FRÉTTIR, FÓLK & MENNING  
á Hringbraut



### Umhverfismat framkvæmda

Ákvörðun um matsskyldu

#### Framleiðsluaukning Orkugerðarinnar í Flóahreppi

Skipulagsstofnun hefur tekið ákvörðun um að ofangreind framkvæmd skuli ekki háð umhverfismati samkvæmt lögum nr. 111/2021. Ákvörðunina er að finna á vef stofnunarinnar www.skipulag.is. Ákvörðunina má kæra til úrskurðarnefndar umhverfis- og auðindamála til 19. apríl 2022.

## SKIPULAGSMÁL Í GARÐABÆ

#### BREYTING Á AÐALSKIPULAG GARÐABÆJAR 2016-2030 - URRÍÐAHOILT.

#### BREYTING Á DEILISKIPULAGI URRÍÐAHOILTS NORÐURHLUTA 4 VEGNA URRÍÐAHOILTSSTRÆTIS 9.

Í samræmi við 1. mgr. 31. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, sbr. 1. mgr. 36. gr., og 1. mgr. 43. gr. og 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/20210 auglýsir Garðabær hér með tillögur að eftirfarandi breytingum á aðalskipulagi og deiliskipulagi.

#### AÐALSKIPULAG GARÐABÆJAR 2016-2030, TILLAGA AÐ BREYTINGU VEGNA NORÐURHLUTA URRÍÐAHOILTS.

Breyting á aðalskipulagi Garðabæjar 2016 - 2030 er vegna svæðis í norðurhluta Urriðaholts og samhlíða er auglýst tillaga að breytingu á deiliskipulagi Urriðaholts 4. áfangi. Í aðalskipulagsgerðinni felst að breyta landnotkun úr verslun og þjónustu í íbúðarbyggð.

#### DEILISKIPULAG URRÍÐAHOILTS NORÐURHLUTI 4.

Deiliskipulagsbreytingin fjallar um lóð Urriðaholtsstrætis 9 en áformað er að breyta notkun hennar úr verslun og þjónustu í íbúðir fyrir 50 ára og eldri. Aðalskipulagsbreytingin er gerð samtímis.

Tillögurnar eru aðgengilegar á vef Garðabæjar, [www.gardabaer.is](http://www.gardabaer.is), og í þjónustuveri. Þeim sem telja sig eiga hagsmuna að gæta er gefinn kostur á að senda inn skriflegar athugasemdir til og með 4. maí 2022 annað hvort á netfangið [skipulag@gardabaer.is](mailto:skipulag@gardabaer.is) eða á bæjarskrifstofu Garðabæjar, Garðatorgi 7, 210 Garðabæ.



# Atvinnublaðið

— Mest lesna atvinnublað Íslands —



**Beinn sími: 550 5625**

**Sölufulltrúar:**

Hrannar Helgason, hrannar@frettabladid.is

Arna Rut Kristinsdóttir, arnarut@frettabladid.is