

# fjölskyldan

[ SÉRBLAÐ FRÉTTABLAÐSINS UM FJÖLSKYLDUNA ]

júní 2011

## Farið hægar og skoðið meira

Góð ráð fyrir fjölskyldur í fjallgöngum.

SÍÐA 6



## Gaman að hjálpa til

Ólöf Gunnlaugsdóttir nýtur lífsins í sveitinni hjá ömmu og afa á sumrin.

SÍÐA 2



Er þitt barn okkar barn?

OKKAR Framtíð er ný og kærkomin trygging sem snýst um „efin“ í lífi barna okkar og ungmenna og fjárhag þeirra á fullorðinsárum. Allar upplýsingar eru á vefsetrinu [okkar.is](http://okkar.is) og þar er unnt að ganga frá tryggingarkaupum með einföldum hætti.

okkar



Anna Sigríður Ólafsdóttir og Anna Katrín Hilmarsdóttir með dúnmjúka kettlinga í fanginu.

FRÉTTABLAÐID/GVA

# Upplifa vorið í sveitinni

Vorið er tími ungvíðisins í sveitum landsins. Óvída er þó jafn líflegt og á Grjóteyri í Kjós því fyrir utan nýfædd lömb, kálfa, kiðlinga, kettlinga, hvolpa, hænuunga og folöld streyma þangað börn af höfuðborgarsvæðinu.

Víð höfum tekið á móti um sjö þúsund manns á hverju vori síðustu árin og tímum ekki að hætta. Það er svo gaman að sjá hvað börnin njóta þess að umgangast húsdýrin, þefa af þeim og gæla við þau," segir

Hildur Axelsdóttir, húsfreyja á Grjóteyri í Kjós, sem ásamt manni sínum, Kristjáni Finnsyni, hefur tekið á móti leikskólabörnum í maí frá árinu 1967. Framan af komu börnin með starfsfólki leikskólanna en á seinni árum hafa

foreldrar bæst við og jafnvel afar og ömmur. Aðstaðan til að taka á móti hópum á Grjóteyri er þannig að öll dýrin eru undir sama þaki, grillaðstaða og leiksvæði er úti við og hægt er að snæða inni við ef þannig viðrar.

Fréttablaðið fylgdist með hópi frá leikskólanum Dverga- steini en leikskólastjórinn þar, Elín Mjöll Jónasdóttir, var í sinni 27. heimsókn að Grjóteyri.

- gun

FRAMHALD Á SÍÐU 4

**24"**

**PHILIPS**

Philips 241E1SB  
24" LCD flatskjár með Full HD 1920x1080 punkta upplausn, 25.000:1 í dýnamískri skerpu, 16.7 milljónir lita, 5ms viðbragðstíma, VGA, DVI, ofl.

**29.990**

FULLT VERÐ KR. 34.990

**ALLTAF BETRA VERÐ**

**SEX VERSLANIR**

**TÖLVULISTINN** TL.IS

REYKJAVÍK • AKUREYRI • EGILSSTAÐIR • KEFLAVÍK • SELFÖSS • HAFNARFJÖRÐUR

1920x1080p UPPLAUSN



Ragnheiður Tryggvadóttir  
skrifar

## Orkusparnaður

**P**egar börnin eru fleiri en eitt í fjölskyldu er freistandi að spara bæði tíma og fyrirhöfn, að ekki sé minnst á orku, með því að sameina ýmislegt. Svo sem baðferðir, lestrarstundir, útivist og afmælisveislur, eins ósanngjarn og það hljómar.

Börnin mín eru einmitt tvö, fædd í apríl og maí. Aldursmunurinn er þó þrjú ár og auk þess eru þau hvort af sínu kyni. Til að byrja með ætlaði ég því alls ekki að falla í þessa gryfju. Einstaklings- eðli hvors um sig fengi að blómstra enda taldi ég mig fullfæra um að sjá til þess. Búna viljastyrk og þolinmæði til að halda uppi þeim reglum, skipulagi og aga sem þyrfti til að þau fengju sitt persónulega rými.

Þessu var svo sem ekki flókið að framfylgja þegar barnið var bara eitt. En svo urðu þau tvö, og viljastyrkurinn og þolinmæðin gáfu sig merkilega hratt. Frelsi barnanna til að blómstra sem einstaklingar á eigin forsendum vék fyrir hagræðingu en aðallega andlegum orkusparnaði, móðurinni til handa.

Þegar drengurinn var ungbarn var hann baðaður í bala og systir hans hafði baðkarið út af fyrir sig. Baðferðirnar voru hennar bestu stundir og ég sá ekki fyrir mér að taka þær af henni. Drengurinn yrði jafnframt að fá sínar eigin skvettustundir í baðkarinu, ég myndi baða þau hvort í sínu lagi svo þau gætu notið frelsisins með nóg pláss. Ég gafst þó fljótlega upp á daglegum baðferðum og umstanginu sem þeim fylgdi. Þegar drengurinn hafði náð þeim áfanga að geta setið einn var honum skellt í baðkarið með systur sinni. Þar með voru gæðabaðstundir hvors þeirra úti. Nú slást þau með þvottastykkjunum og kvarta yfir plássfrekju hvors annars. Hins vegar þarf ég ekki að þurrka upp baðherbergisgólfið nema annan hvern dag.

Vegna hagræðingar og tímasparnaðar voru lestrarstundirnar einnig sameinaðar í eina og hafðar strax eftir sameiginlega baðið. Litli bróðir þarf því stundum að láta sér lynda sögu sem hann ekki skilur, og stóra systir að láta sér leiðast yfir smábarnalegum harðspjaldabókum. Þetta sparar mér þó talsverða orku að kvöldi dags, sérstaklega eftir skvettumikla baðdaga. Afmælisdagur hvers einstaklings er mikilvægur og hann ætti hver að fá að eiga fyrir sig, eða hvað? Þar sem stutt er á milli afmælisdaga barnanna minna var þó bara haldin ein veisla þetta árið.

Auðvitað er ég með nagandi samviskubit yfir því að allar þessar hagræðingar og sameiningar skerði einstaklingsþroska barnanna. Það slær þó á samviskubitið þegar systkinin bresta skyndilega saman í einróma söng, mitt í öllum skvettuganginum í baðinu.

**Fjölskyldan** kemur út mánaðarlega með helgarblaði Fréttablaðsins. **Ritstjórn:** Roald Viðar Eyvindsson og Sólveig Gísladóttir **Hönnun:** Silja Ástþórsdóttir **Forsíðumynd:** Gunnar V. Andrésson **Pennar:** Gunnþóra Gunnarsdóttir, Júlía Margrét Alexandersdóttir og Ragnheiður Tryggvadóttir **Ljósmyndir:** Fréttablaðið **Auglýsingar:** Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is



**Sæt lömb í sveitinni** „Ég fór líka næstum hverja helgi í vor, í sauðburðinn,“ segir Ólöf.



**Á faki fráum** Ólöf bregður á leik með frænku sinni Ragnheiði Katrínu, sem er einnig mikið í sveitinni hjá ömmu og afa. Þær eru báðar miklar hestastelpur.



**Ólöf og Blekking** Ólöf Gunnlaugsdóttir hefur farið á hverju sumri síðan hún man eftir sér í sveitina til afa og ömmu í Húsagarði. Þar fer hún á hestbak hvenær sem tækifæri gefst.

MYND/ÚR EINKASAFNI

# Er í sveitinni öll sumur

Vist í sveit þótti sjálfsgagt mál hér á árum áður. Í dag er ekki eins algengt að krakkar kynnist sveitalífinu af eigin raun nema þeir sem eru svo heppnir að eiga þar afa og ömmu.

**Ó**löf Gunnlaugsdóttir er fjórtán ára og fer í núnda bekk í Réttarholtskóla í haust. Hún æfir handbolta með Víkingi á veturna og finnst skemmtilegt að fara í sund með vinnum sínum og spjalla. En þegar skóla lýkur á vorin er hún rokin upp í sveit til afa síns og ömmu, í Húsagarði í Landsveit í Rangárvallasýslu.

„Ég hef farið til ömmu og afa síðan ég man eftir mér og er nánast allt sumarið í sveitinni,“ segir Ólöf. „Ég fór líka næstum hverja helgi í vor, í sauðburðinn,“ bætir hún við en sjálf á hún eina á sem hún kallar Rassmínu Reyknefs.

Amma hennar og afi, Ólafur Andrés-son og Ólafía Sveinsdóttir, búa með 200 kindur og nokkra hesta. Ólöf er mikil hestastelpa og fer í útreiðartúra hvenær sem tækifæri gefst, „Ég á hest í sveitinni sem heitir Blekking og við förum á hverju ári í hestaferð í Landmannahelli. Það er mjög gaman.“

Ólöf gengur í öll störf á bænum og þegar hún er spurð hvað sé skemmtilegast við að vera í sveitinni segir hún „allt!“.

„Það er bara alltaf mikið að gera í sveitinni og ekkert verið að hanga inni í tölvunni. Bara drífa sig út að gera eitt-

**Glatt á hjalla** Ólöf ásamt fríðu föruneyti á leið inn á Landmannafrétt að sækja fé.



hvað. Mér finnst bara gaman að hjálpa til við allt og fer oft með afa að girða en hann er girðingaverktaki. Svo er alltaf rosalega gaman að fara í réttirnar á haustin.“ En saknar Ólöf vinkvennanna í bænum þegar hún fer í sveitina?

„Kannski smá, en frændsystkini mín, sem eru á sama aldri og ég, koma líka í sveitina og það er alltaf nóg að gera.“

Ætlar Ólöf þá að verða bóndi þegar hún verður stór? „Nei, ég held ekki. Ég veit ekki alveg hvað ég vil verða.“ - rat



UMSÓKN  
myndlistaskolinn.is

nýtt skapandi og krefjandi  
nám til stúdentsprófs  
Sjónlistadeild

myndlist - hönnun - arkitektúr  
umsóknarfrestur 8. júní

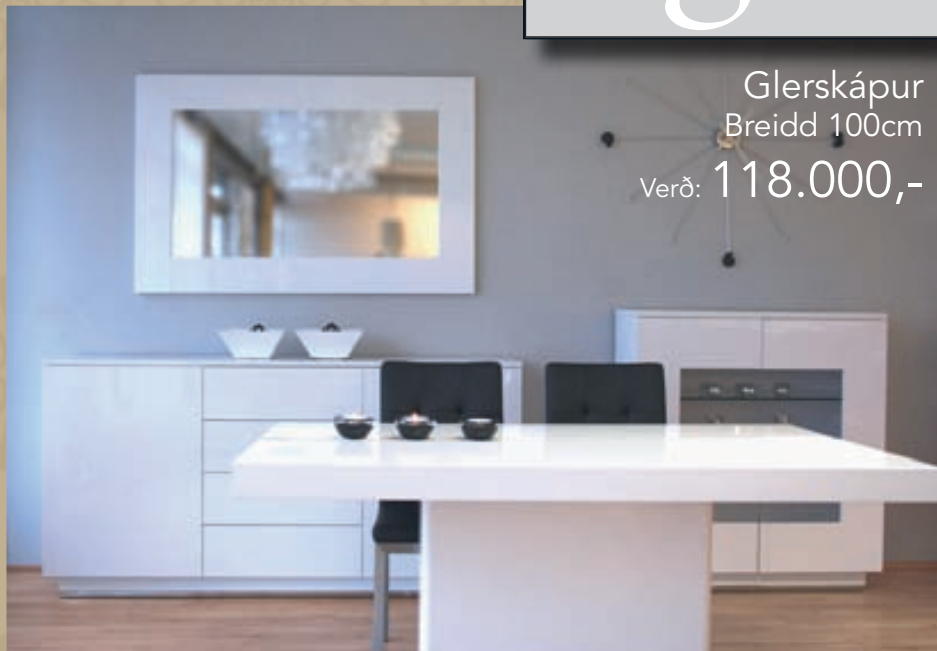
MYNDLISTASKÓLINN  
Í REYKJAVÍK

## Leikur og gleði í fyrirrúmi

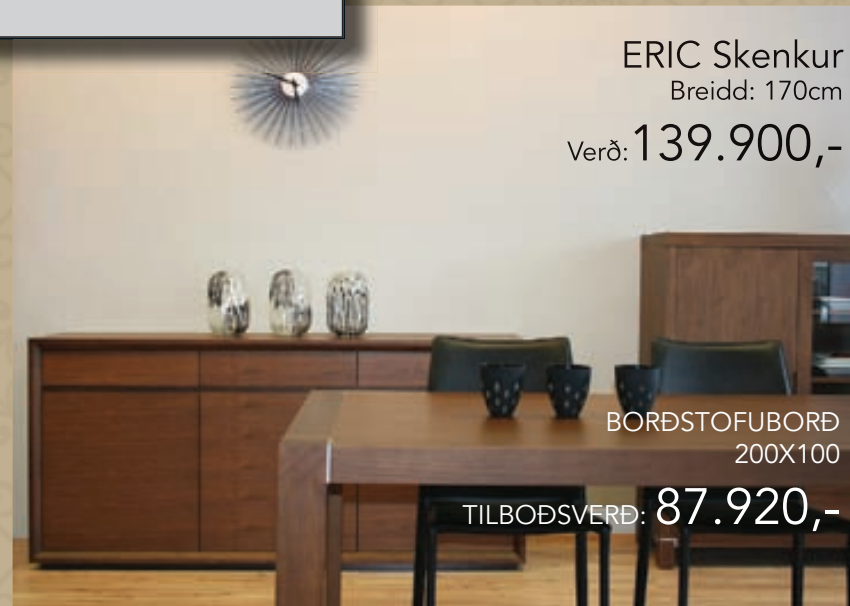
Leynileikhúsið verður með tvö námskeið í sumar, leiklistarnámskeið og söngleikjanámskeið sem fara fram í Tjarnarbíói og í Norðurpólnum á Seltjarnarnesi. Á því fyrrennfnda verða kennd grunnatriði í leiklist í gegnum leiki og æfingar og í sumar munu hóparnir fara út og sækja innblástur í mannlífið og náttúruna. Hvert námskeið er vikulengt, hálfan dag í senn, og kennsla er í höndum lærðra leikara. Dans og söngur verður í fyrirrúmi á sönglistarnámskeiðinu, en að þessu sinni er Selma Björnsdóttir aðalkennari. Nánari upplýsingar á slóðinni [www.leynileikhusid.is](http://www.leynileikhusid.is) og í síma 864-9373.



# ego dekor



Glerskápur  
Breidd 100cm  
Verð: 118.000,-



ERIC Skenkur  
Breidd: 170cm  
Verð: 139.900,-

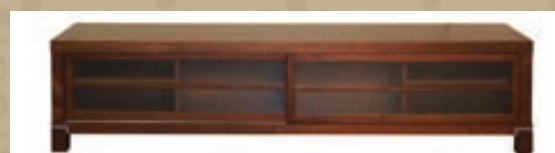
BORDSTOFUBORD  
200X100

TILBOÐSVERÐ: 87.920,-

HETTHI HVÍTT HÁGLANS  
Skenkur Breidd: 180cm  
Verð: 178.000,-

Stækkanlegt borð 160(248)X100  
Verð: 178.000,-

TV Skenkur  
Breidd: 200m  
Verð: 98.000,-



## FALLEG HÚSGÖGN Á GÓÐU VERÐI



KINGSTON Leðurtungusófi  
Stærð: 250X165  
Verð: 278.000,-



ROMEO leðurtungusófi  
Stærð: 320X165  
Verð: 328.000,-



SCARLETT tungusófi  
Stærð: 310X180  
TILBOÐSVERÐ: 219.600,-



WIND tungusófi  
Stærð: 295X167  
TILBOÐSVERÐ: 207.400,- Skrautpúðar fylgja



CLIO leðurstóll  
Verð: 15.900,-



PRIMA stóll  
Verð: 13.800,-



VEGAS leðurstóll  
Verð: 16.900,-



NEW ENGLAND tungusófi  
Stærð: 252X165  
TILBOÐSVERÐ: 169.200,-

Opið mán-fös: 10:00 - 18.00  
Opið um helgina: Lau 10.00-16.00 - sun: Lokað

Ego Dekor - Bæjarlind 12  
S: 5444420 - [www.egodekor.is](http://www.egodekor.is)

FRAMHALD AF FORSÍÐU



1



2



3



4

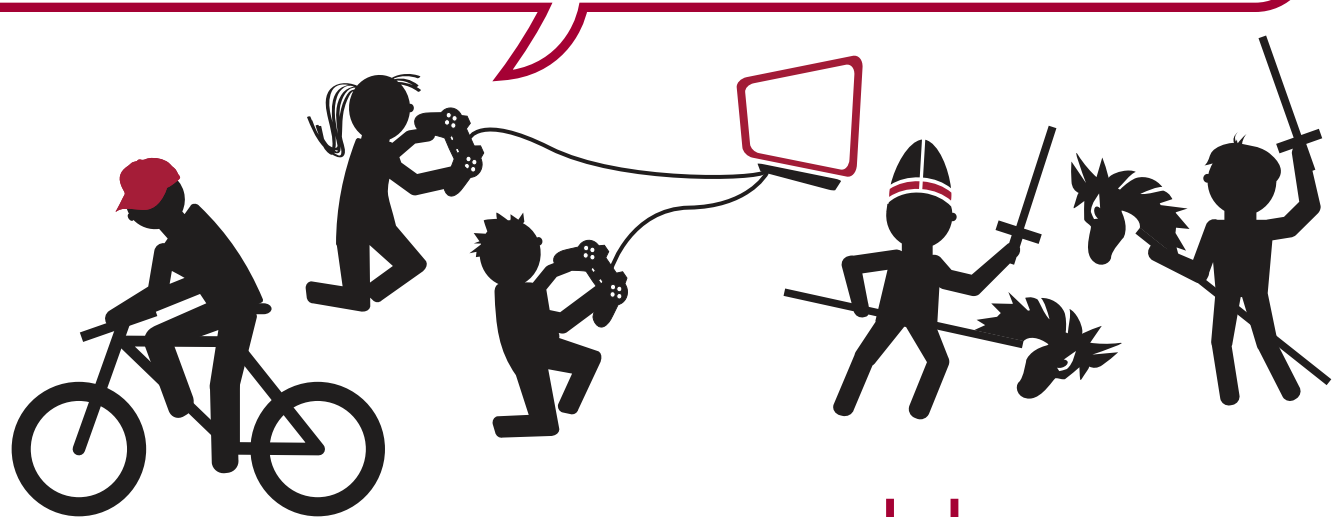
1. Kálfurinn drekkur af áfergju úr pelanum hjá Öskju Lilju Finze.
2. Fjór hjólið er spennandi í augum Brynju Jóhannsdóttur, Mikæls Köll Guðmundssonar, Antons Ragnars Vigfússonar og Hrafnkels Kára Karlssonar.
3. Elín Mjöll Jónasdóttir leikskólastjóri ásamt Valþóri Reyni og Rannveigu Ethel Gunnarsbörnum.
4. Hildur húsfreyja með piltunum Einari Birni Ragnarssyni og Óliver Orra Valssyni.
5. Ólöf Anna Bergsdóttir er voða góð við marglitan hænuunga. FRÉTTIABLAÐIÐ/GVA



5

"... að vera alltaf glaður - svona eins og Óli frændi."

„Þegar ég verð stór langar mig að verða svona lagari sem getur lagað alls konar dót og svoleiðis. Svo langar mig að verða blómalæknir svo að öll blómin geti lifað þó að veturinn komi. Best væri samt að vera hjólamaður. Þá getur maður hjólað allan daginn og haft nesti með sér og skoðað fuglana á leiðinni og svoleiðis. Svo langar mig að vera alltaf glaður - svona eins og Óli frændi. Ég held að hann þurfi aldrei að sofa eða borða fisk.“



Er **pitt** barn **okkar** barn?

Öll börn og ungmenni eiga sér drauma um framtíðina. Undan sumum þeirra er fótunum kipt fyrirvaralaust vegna slysa eða sjúkdóma í æsku. OKKAR Framtíð er ný trygging fyrir börn og ungmenni sem skipt getur sköpum fyrir fjárhagslegt sjálfstæði þeirra á fullorðinsárum.



Það er einfalt að ganga frá OKKAR framtíðartryggingu á [okkar.is](http://okkar.is)

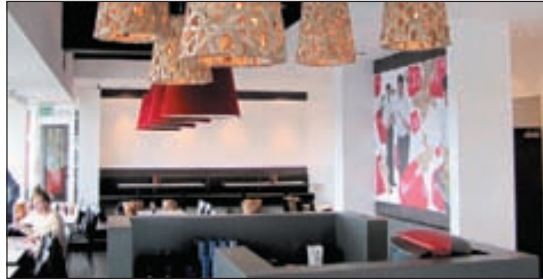


## Í nýju fuglasafni

Í Íslenska fuglasafninu eða Icelandic Bird Museum í Hafnarbúðum, Geirsgötu 9 (í sama húsnæði og Ferðamálastofa við gömlu höfnina í Reykjavík) er hægt að fræðast um fugla landsins, en þar verða 66 sex tegundir til sýnis. Safnið er haft opið á sama tíma og veitingahúsið Eagle Café, alla daga frá klukkan 8 til 21. Frítt er fyrir yngri en sjö ára, 500 krónur kostar inn fyrir sjö til fimmtán ára og 1.000 krónur fyrir fullorðna.



## Nýr og breyttur Nings á Suðurlandsbraut



Við hjá Nings bjóðum alla hjartanlega velkomna á stækkaðan og endurbættan veitingastað að Suðurlandsbraut 6. Að gefnu tilefni langar okkur ennfremur til að þakka viðskiptavinum traustið og trygðina undanfarin 20 ár.

Við kynnum nýjan og spennandi rétt sem hefur slegið í gegn vestanhafs undir nafninu Orange chicken



Nings í 20 ár



## Brakandi ferskur kjúklingur í Panda appelsínusósu

Fersk appelsína, engifer, hvítlaukur og chilli í bland við nýsteiktan kjúkling ...himneskt!

**NÝTT Á NINGS!**

hálfur 1450 kr.  
heill 1850 kr.

# NINGS

og kroppurinn blómstrar



## Virðum lífið í sveitinni

Þótt stutt sé í sveitir lands allt í kringum Reykjavík eru flest borgarbörn nútímans óvön hefðbundnu sveitalífi. Kennum því börnum að bera virðingu fyrir margbreytileika lífsins, hvernig sem hann birtist þeim. Að njóta fegurðar og angan gróðurs og blóma, án þess að slíta þau upp með rótum, að þyrma litríkum skordýrum þótt ógnvekjandi séu við fyrstu sýn og að vera ekki með ógnandi tilburði eða ofsælæti í kringum húsdýr, heldur mynda falleg tengsl og einstaka vináttu við málleysingja sveitarinnar.



Skannaðu kóðann með símanum þínum og fylgstu með Wong James elda kjúkling í appelsínusósu



Suðurlandsbraut 6 • Stórhöfða 17 • Hlíðasmára 12 • sími 588 9899 • www.nings.is



## LANGAR ÞIG TIL ÞESS AÐ VÍKKA SJÓNDEILDARHRINGINN OG EIGNAST ERLENDA VINI?

**AFS skiptinemasamtökin leita nú að fósturfjölskyldum fyrir erlenda nema sem koma til landsins 19. ágúst næstkomandi.**

Við gefum þér möguleika á að kynna heiminum heima hjá þér auk þess sem þú sérð eigið land og þjóð frá nýrri hlið þegar þú kynnist sjónarhóli skiptinemans. Fjölskyldur sem bjóða skiptinimum inn á heimili sínu geta verið mjög margbreytilegar, það er fyrst og fremst áhuginn og hlýtt viðmót sem skiptir máll.

Fósturfjölskyldur gera starf AFS skiptinemasamtakanna mögulegt!

Áhugasamir vinsamlega hafið samband við skrifstofu AFS, Ingólfsstræti 3, 101, Reykjavík. Sími 552-5450. [www.afs.is](http://www.afs.is)

AFS á Íslandi • Sími 552 5450 • [www.afs.is](http://www.afs.is)



**Esjan signuð** Feðgarnir sprettu upp Esjuna og Jón var ekki vitund lofthæddur þegar upp var komið.

# Nestið er eitt það allra mikilvægasta

Hjónin **Guðbjörg Andrea Jónsdóttir** og **Jóhann Friðrik Klausen** hafa ásamt syni sínum **Jóni Klausen**, tíu ára, farið á ófá fjöll frá því að Jón var ekki ýkja hár í loftinu. Þau segja fjallgöngur með börnum öðruvísi og ekki síðri en í fullorðinshóp.

**J**ón Klausen, sem verður ellifu ára í haust, fór á sín fyrstu fjöll í burðarpoka með móður sinni og föður, þeim Guðbjörgu Andreu Jónsdóttur og Jóhanni Friðriki Klausen. Þegar hann var sjálfur farinn að geta hlaupið um allar trissur fór fjölskyldan að fara í stuttar dagsferðir á fjöll en fyrsta langa fjallgangan þar sem Jón var með í för var ferð á Leggjabrjót en þá var hann fjögurra ára.

„Frá árinu 2005 höfum við farið í nokkrar ferðir og ansi víða,“ segir Guðbjörg, sem starfar sem forstöðumaður Félagsvísindastofnunar Háskóla Íslands. Jóhann sinnir starfi ráðgjafa hjá Skýrr.

„Við erum bæði alin upp úti á landi, þar sem útivist var sjálf-sagður hlutur. Eftir að við fluttum í bæinn fórum við í styttri ferðir en fórum að fara í lengri ferðir þegar við eignuðumst jeppa árið 2005,“ segir Jóhann og Guðbjörg bætir við að með tilkomu göngutjalds árið 2008 hafi þau prófað göngur með „allt á bakinu“ og það hafi verið ótrúleg upplifun. Ein slík ferð, sú lengsta sem fjölskyldan hefur farið í, varð mikið ævintýri en þá var Jón 7 ára.

Fjölskyldan gekk þá stærðarinnar hring, 40 kílómetra, upp við Langjökul en Karlsdráttur nefnist vogur norður úr Hvítárvatni rétt austan Norðurjökuls. „Það er farið umhverfis Baldheiði og inn í Karlsdrátt en leiðin er ekkert merkt, engar stikur eða neitt þannig að maður stólar á GPS-tækið. Síðan gengum við og vorum bara ein með náttúrunni,“ segir Jóhann.

Guðbjörg og Jóhann segjast orðið vita vel hvernig hægt er að gera fjallgöngurnar skemmtilegar fyrir Jón og í þessari ferð fundu þau til að mynda stein á kortinu, sem þau skírðu „Jón klett“, og gerðu sér það að leik að ná að þeim kletti og borða þar nesti.

„Þetta er svona hans klettur á kortinu og það finnst honum rosa-lega gaman. Annars er nestið alltaf lyklatríðið í öllum ferðum sem hann fer með okkur í. Alveg sama hversu stutt ferðin er, jafnvel bara upp í Öskjuhlíð – nesti verður að



**Fjölskyldan** Jóhann Friðrik Klausen, Guðbjörg Andrea Jónsdóttir og Jón Klausen hafa yndi af því að fara saman á fjöll.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



**Til í slaginn** Mæðginin saman en fjölskyldan hefur farið í fjallgöngur saman frá því áður en Jón fór að ganga, en þá var hann bara í burðarpoka á bakinu.

vera,“ segir Guðbjörg og bendir á að hægt sé að gera fjallgöngur mjög skemmtilegar fyrir börn ef þau vita að það verður og snætt eitthvað smálegt, hvort sem er epli, kex, heitt kakó eða samlokur.

„Eitt það mikilvægasta þegar farið er með börn á fjöll er að maður má ekki reka of mikið á eftir þeim,“ segir Guðbjörg og Jón, með sinn eigin klett á kortinu, getur tekið undir það og finnst greinilega gott að geta hægt á göngunni þegar honum hentar og

fá að leggjast í grasið. „Ef ég verð þreyttur bið ég þau um að stoppa og við finnum góðan stað til að leggjast í grasið og hvíla okkur og kannski fáum við okkur eitthvað að borða,“ segir Jón og bætir við að eitt það skemmtilegasta við fjallgöngurnar sé að sjá allt útsýnið.

„Þetta snýst ekki um að draga börnin á fjöll, maður verður að vera tilbúinn til að fara á þeirra forsendum, og hafa meira en minna af fötum, ef veður breytist. Einnig er Jón alltaf með smápoka á sér með nesti, bók og einhverju dóti. Börn eru svo mismunandi, sum eru full af kappi og vilja bara komast á leiðarenda en önnur, eins og Jón, vilja skoða og rannsaka það sem þau sjá á leiðinni og það er mikilvægt að gefa þeim svigrúm til þess,“ segir Guðbjörg.

Jóhann mælir að lokum með því að fólk byrji smátt og prófi sig áfram til að sjá hvort fjallgöngur henti fjölskyldunni. „Til að mynda er hægt að fara í stuttar dagsferðir og nefni ég þar til að mynda Reykjanesið sem er heill ævintýraheimur. Bæði svæðið í kringum Kaldársel, að ganga á Keili og fleiri staðir. Að fara með börnunum er líka svo skemmtilegt fyrir okkur fullorðna fólk því maður skoðar í raun miklu meira með þeim í stað þess að ana áfram.“

-jma

**Fáðu þér tyggjó eftir hverja máltíð**

**Extra**

Gott bragð fyrir heilbrigðar tennur...

Rannsóknir sýna að notkun sykurlausss **Extra** eykur munvatnsframlæðslu, jafnar sýrustig, heldur tönnum hreinum og stöðvar sykklárásir á þær. **Extra** minnkar upptöku hitaeninga og dregur það úr streitu í amstri hversdagsins.



**Betra Púst**

- Almennar þústviðgerðir og sérsníði
- Þjónusta f. stóra bíla
- Bílrúðvísingar
- Bílrúðviðgerðir
- Góð og örugg þjónusta

Sími: 555 7070  
[www.betrapust.is](http://www.betrapust.is)  
[betrapust@betrapust.is](mailto:betrapust@betrapust.is)

Betra þúst ehf  
Skógarhlíð 10  
105 Reykjavík

# KRAKKAPARTÝ Í DAG

Andlitsmálun - Blöðrur - Sápukúlur  
- Íspinni - og fleira skemmtilegt

next



**Klipptu þúsundkallinn út!**

Gegn framvísun þúsundkallsins færðu 1.000 kr.  
afslátt ef verslað er fyrir 5.000 kr. eða meira



next

FYRIR ÞIG OG ÞÁ SEM ÞÉR ÞYKIR VÆNST UM!

KRINGLUNNI

NEXT Kringlunni • Sími 551 3200

## GAGN&amp;GAMAN



**Grín og glens** Mikið verður um að vera í miðborginni í dag. Fyrir utan Hátíð hafnsins á Grandagarði og árlegan Blómadag á Skólavörðustíg verður dagskrá sniðin fyrir börn í boði á Lækjartorgi og víðar. Barnaleikhúsið sýnir Ævintýri Lilla á Lækjartorgi klukkan 13 og í kjölfarið mun Solla stírða stíga á svið. Klukkan 14 skemmtir Solla síðan við Kjörgarð á Laugavegi 59 og við útibú Landsbankans að Laugavegi 77 klukkan 14.30. Á Hátíð hafnsins verður í boði margvísleg afþreying fyrir allar kynslóðir, leiktæki og hægt að fræðast um menningarheim sjómanna lífsins og alls kyns góðgæti úr matarkistu hafnsins.

**Ísbíltúrinn**

Upplagt er að skella sér í ísbíltúr um helgina, enda ís svalandi og dísætt lostæti sem kætir alla fjölskylduna. Um land allt er að finna úrvals ísbúðir þar sem úr nægu er að

velja og því ætti enginn að vera svikinn af því að skella sér af stað. Þeir sem eru svo lánsamir að búa í nágrenni við eina slíka gætu að auki sameinað tvennt, góðan göngutúr og umhverfisvernd, með því að skilja bílinn eftir heima.



**Ævintýraheimur** Laundromat Café í Austurstræti er fjölskylduvænt kaffihús. Þar er að finna stórt barnasvæði, sannkallaðan ævintýraheim, þar sem yngsta kynslóðin getur dundað sér meðan þeir fullorðnu hafa það gott og njóta veitinga. Um helgar er líka boðið upp á sérstakar sögustundir fyrir börn. Laundromat Café er opið mánudaga til fimmtudaga frá klukkan 8 til 1, föstudaga til 3 og laugardaga frá 10 til 3 og sunnudaga frá 10 til 1.



1. vinningur  
að verðmæti  
350.000 kr.

Fjöldi aukavinninga,  
m.a. kaffivélar frá  
Heimilistækjum og  
ársbirgðir af Merrild  
eða Senseo kaffi

## Þetta er allt í kaffinu

Safnaðu 5 toppum af Merrild eða Senseo-pökkum og sendu til Merrild fyrir 16. júní.

Gullverðlaun að verðmæti 350.000 kr.

Tískuráðgjöf í heilan dag með Karli Berndsen, 100 þúsund kr. úttekt í Debenhams, ársbirgðir af Merrild eða Senseo kaffi o.fl.

10 silfurverðlaun

Kaffivél frá Heimilistækjum og ársbirgðir af Merrild eða Senseo kaffi.

20 bronsverðlaun

Ársbirgðir af Merrild eða Senseo kaffi.



**Merrild**

Hringdu í síma

# 512 5060

ef blaðið berst ekki

