



MIDVIKUDAGUR 7. JÚNÍ 2017

Viðburðir



Guðrún Árný Karlsdóttir er gestgjafi á Open Mic-kvöldi KÍTON á Café Rosenberg í kvöld. Bæði þekktar og óþekktar tónlistarkonur í KÍTON troða upp á Open Mic-kvöldum.

[viðburðir ➔4](#)

**333 kr á dag\***

SKEMMTIPAKKINN

\*9.990.- á mánuði.

365.is | Sími 1817 **365**



# Mikil gróska í Breiðholti

Menningarhátíðin Breiðholt Festival verður haldin í þriðja sinn á sunnudag. Þar verður mikið um tónlistarviðburði í bland við fatahönnun, dans og leiklist. Boðið verður upp á úti- og matarmarkað og eru íbúar hverfisins hvattir til að koma og kynna nágrönnunum. ➔2



Hátíðarhöldin fara fram í Seljadal og þá aðallega við Skúlpúrgarð Hallsteins Sigurðssonar í Ystaseli 37, sem er á bak við Ölduselsskóla. Aðrir hátíðarstaðir eru Ölduselslaug, Gróðurhúsið Hljóðver og Seljakirkja. Fjöldi fólks stendur að baki hátíðinni. Valgeir er hér lengst til hægri. MYNDIR/ERNIR

Vera  
Einarsdóttir  
vera@365.is



**B**reiðholt Festival er menningarhátíð sem gerir listamönnum sem tengjast Breiðholti og þeirri listsköpun sem þar fer fram hátt undir höfði. Hún verður haldin sunnudaginn 11. júní næstkomandi, í þriðja sinn. Hátíðarhöldin fara fram í Seljadal og þá aðallega við Skúlpúrgarð Hallsteins Sigurðssonar í Ystaseli 37, sem er á bak við Ölduselsskóla. Aðrir hátíðarstaðir eru Ölduselslaug, Gróðurhúsið Hljóðver og Seljakirkja.

Hugmyndin að hátíðinni

kviknaði hjá hjónunum Valgeiri Sigurðssyni tónlistarmanni og Sigríði Sunnu Reynisdóttur leikhúslistakonu en þau reka hljóðverið Gróðurhúsið og útgáfufyrirtækið Bedroom Community sem hvort tveggja er starfrækt í Breiðholti. Þau hafa síðan fengið til liðs við sig fjölda annarra sem standa að baki hátíðinni.

Aðspurður segir Valgeir listamennina sem koma fram á hátíðinni tengjast Breiðholti með einum eða öðrum hætti. „Þetta er ýmist fólk sem býr eða hefur búið í hverfinu, hefur unnið hér eða á ljósar og óljósar tengingar við hverfið.“ Hann segir hugmyndina að leyfa fólki að kynnast því sem er að gerast og gerjast í hverfinu. „Markmiðið er

ekki síður að fá fólk til að koma út úr húsunum sínum því þó hér búi margt fólk vantar kaffihús og aðra samkomustaði. Þetta er okkar viðleitni til að bæta úr því.“

Hátíðin í ár er að hluta helguð Gróðurhúsinu en það á tuttugu ára starfsafmæli í ár. Hluti listamannanna sem koma fram hafa tekið upp í Hljóðverinu. Må þar nefna Óskarsverðlaunahafann Markétu Irglovu sem hlaut Óskarinn fyrir lagið Falling Slowly í myndinni Once árið 2008. Það sama á við um hljómsveitina aYia. Aðrir sem stiga á svið eru Sóley, Ólöf Arnalds, Batucada, RuG1 og Marteinn Sindri svo dæmi séu nefnd. Þá verður einleikurinn Hún pabbi, sem var sýndur í Borgarleikhúsinu í vetur,

settur á svið auk þess sem boðið verður upp á tiskureif, dansnámskeið, samflot í vatni og ýmislegt fleira.

„Þá ætlum við að vera með úti- og matarmarkað til að fagna fjölmennigunni í hverfinu og geta gestir smakkað á réttum frá hinum ýmsu þjóðlöndum en íbúar hverfisins eru eins og flestir vita frá öllum heimshornum,“ segir Valgeir.

Hann segir hátíðina fyrir alla fjölskylduna. „Hún var haldin á sunnudegi í fyrra og ætlum við að gera slíkt hið sama í ár. Það verður myndlistarsmiðja fyrir börn í tengslum við innsetningu Ninnu Þórarinsdóttur Safn ímyndunar og furðuhluta og við hvetjum fólk til að hafa með sér sundföt og njóta fjöl-

breyttra viðburða í Ölduselslaug.“

Að sögn Valgeirs tekur einungis nokkrar mínútur að ganga á milli staða á hátíðarsvæðinu. Allt eftir göngustigum og fjarri bílaumferð. „Þetta er gróíð svæði sem kemur fólki alltaf jafn mikið á óvart og er um að gera að nýta betur.“

Hann hvetur Breiðholtsbúa til að koma og hitta nágrannana en segir hátíðina þó ekki síður sóttá erlendum gestum og af fólki neðan úr bæ og að allir séu velkomnir.

Hátíðin hefst klukkan 13 og stendur til 19. Aðgangur er ókeypis en það þarf að skrá sig sérstaklega á nokkra viðburði. Allar nánari upplýsingar er að finna á breiðholtfestival.com og á Facebook undir breiðholtfestival.

## Menntaskólinn í Kópavogi - #mklfið

Pekking - Þroski - Þróun - Þátttaka



### STÚDENTSNAÐ:

- Alþjóðabraut
- Félagsgreinabraut
- Raungreinabraut
- Viðskiptabraut
- Opin braut
- Framhaldsskólabraut

### GRUNNDEILD MATVÆLA OG FERÐAGREINA:

- Bakari
- Framreiðslumaður (þjónn)
- Kjötíðnaðarmaður
- Matreiðslumaður (kokkur) eða starfa í ferðaþjónustu

► KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ Á [WWW.MK.IS](http://WWW.MK.IS) OG Á [FACEBOOK](https://www.facebook.com/mk.is) SÍÐU SKÓLANS

Sími: 594 4000



# LA MER dagar í Lyfjum & heilsu Kringlunni dagana 7. og 8. júní.



Allar farðavörur frá La Mer á 15% afslætti og glæsilegur kaupauki\* fylgir. Sérfræðingur frá La Mer verður í versluninni og veitir ráðgjöf.

\*á meðan birgðir endast



**Pro750** galdurinn á  
bak við ferskt hráefni

- Nýtt útlit, öflugri og hljóðlátari
- Stiglaus hraðastýring ásamt pulse rofa og 5 prógrömmum
- Uppskriftabók fylgir



Rauðagerði 25 108 Rvk Sími 440-1800 www.kaellitækni.is



**Purelife Kísill**

HREIN SILICA  
FYRIR  
**HÚÐ  
HÁR  
OG  
NEGLUR**

**MAMMAVEITBEST.IS**



Guðrún Árný Karlsdóttir hefur í nógu að snúast við barnaupplíð, söng og tónmenntakennslu. Hún er gestgjafi á Open Mic-kvöldi KÍTON á Café Rósenberg í kvöld. MYND/ANTON BRINK

# Einstök stemning

## Konur í tónlist hittast, syngja og gera tónlistartilraunir á Open Mic-kvöldum KÍTON.

Þórdís Lilja  
Gunnarsdóttir  
thordisg@365.is



**A**ð hlusta og horfa á aðrar konur í tónlist fyllir mann innblæstri og sköpunarkrafti,“ segir söngkonan og tónmenntakennarinn Guðrún Árný Karlsdóttir sem er gestgjafi á Open Mic-kvöldi KÍTON á Café Rosenberg í kvöld. Bæði þekktar og óþekktar tónlistarkonur troða upp á Open Mic-kvöldum, félagar í KÍTON, félagi kvenna í tónlist.

„Á Open Mic gefst konum tækifæri til að koma fram, frumflytja efni, útsetningar, texta eða gera tilraunir þvert á allar tónlistarstefnur, um leið og þær tengjast öðrum tónlistarkonum. Viðtökurnar hafa alltaf verið æðislegar og stemningin er einstök,“ segir Guðrún Árný.

Á hverju Open Mic-kvöldi eru gjarnan fimm mismunandi atriði þar sem hver og ein tónlistarkona leikur tvö til þrjú lög.

„Þetta er kærkomið tækifæri til að koma með eigið efni til flutnings en líka til að brjóta upp daginn og flytja sin eftirlætis tókulög. Sjálf syng ég mikið í brúðkaupum og afmælum, oftast nær óskalgög annarra, en á Open Mic get ég sungið mín eigin óskalgög. Þar má vissulega sjá söngkonur sýna á sér nýjar hlíðar en líka að njóta þess til hins ítrasta að flytja lagið sem þær eru einmitt þekktastar fyrir.“

KÍTON stendur fyrir konur í tónlist og er tilgangur félagsins að skapa jákvæða umræðu, samstöðu og starfsvettvang á meðal kvenna í tónlist. Guðrún Árný segir félagið fyrir allar konur sem vilja lifa og hræstast í tónlist.

„Margar ungar konur, sem hafa áhuga á að starfa við tónlist, hafa skráð sig í félagið og fyrr en varir eru þær komnar á fullt skrið. Það er gaman að fylgjast með kröftugri framvindu þeirra, hvort sem það er á Open Mic eða heimasíðu félagsins þar sem maður getur séð þær blómstra og vinna fullt af litlum sigrum, eins og að komast í spilun í útvarpi og fleira gagnlegt.“

„Á Open Mic gefst konum tækifæri til að koma fram, frumflytja efni, útsetningar, texta eða gera tilraunir þvert á allar tónlistarstefnur, um leið og þær tengjast öðrum tónlistarkonum.“

### Dýrmætir reynsluboltar

Open Mic-kvöldið er opið fyrir gesti og gangandi og öllum velkomið að fylgjast með. Mælt er með skráningu þátttakenda fyrirfram en það er líka hægt að mæta á staðinn og skrá sig til leiks. Dagskrá kvöldsins er því aldrei auglýst fyrirfram heldur kemur ætíð á óvart.

„Það er alveg sama í hvaða fagi maður starfar; það er alltaf dýrmætt að fá að hitta reynsluboltana sem segja manni sögur af því sem gekk illa eða er erfitt við bransann. Þá veistu að þú ert ekki ein í heiminum með þínar upplifanir, eins og að komast ekki að í útvarpinu eða fara klukkutíma of seint upp á svið af því allir hinir voru of seinir. Maður er ekkert minna mikilvægur fyrir vikið; þessu hafa allir lent í og það koma alltaf önnur tækifæri,“ segir Guðrún Árný.

Hún bætir við að líf tónlistarkvenna sé í engu öðruvísi en annarra. Alltaf megi eiga von á að eitthvað óvænt gerist.

„Söngkonuvandamál númer eitt er kvef en söngróddin er líffræðilegt hljóðfæri sem er ekki hægt að gera kröfu um að sé alltaf í fullkomnu standi. Þegar ég var ung að byrja í bransanum fékk ég í magann ef róddin var ekki fullkomin og hafði áhyggjur af því að fólk fengi ekki sitt fyrir peninginn sem það borgaði mér fyrir sönginn. Með aldrinum gerði ég mér grein fyrir að hin finnstu prósentin af mér voru í finu standi. Þá söng ég bara aðeins lægra og meira á tilfinningunni og útkoman varð ekkert síðri.“

### Strembið og erfitt umhverfi

Allar kynslóðir íslenskra tónlistarkvenna eru einstaklega hæfileikaríkar og skapandi, segir Guðrún Árný, og að nýr veruleiki blasi við ungum tónlistarkonum.

„Heimur ungra tónlistarkvenna hefur gjörbreyst með tilkomu samfélagsmiðla og margar hafa sjálfmenntað sig í hljóðfæraleik í gegnum aðgengilegt efni á YouTube. Nú er hægt að gera allt strax og ekki lengur þörf á að bíða eftir því að röðin komi að manni í tónlistarskólanum. Möguleikarnir eru meiri en að sama skapi er þetta strembið og erfitt umhverfi. Fá efnid ekki nógu mörg læk strax er hætt við að tónlistamaðurinn telji efnid sitt vonlaust og missi kjarkinn. Þetta hef ég upplifað í gegnum nemendur mína sem tónmenntakennari.“

Guðrún Árný hvetur konur í tónlist til að koma saman á kvöldi sem þessu enda alltaf skemmtilegt.

„Við notum tækifærið og hittumst og kynnumst betur því það er svo mikill kraftur í því fölginn. Oft spjöllum við saman á undan og sitjum líka lengur á eftir,“ segir Guðrún Árný sem er að drukkna í verkefnum þessa dagana, spilar virka daga á Grand Hótel Reykjavíkur og í brúðkaupum og í Græna herberginu um helgar, ásamt því að sinna börnum og búi heima.

„Ég hef sjálf upplifað drifkraftinn sem fylgir í kjölfar Open Mic-kvöldanna því maður gefur sér ekki alltaf tíma til að sinna eigin tónlistarsköpun vegna annríkis. Síðast fór ég bara til að hlusta og endaði með að bralla í stúdíóinu í marga daga á eftir. Maður er manns gaman og þótt við þekkjumst öll voða vel á samfélagsmiðlum höfum við ekki alltaf hist í raunveruleikanum. Það er alltaf best að hittast augliti til auglitis; tala saman, hlæja og upplifa lífið og sköpunina saman.“

Open Mic-kvöld KÍTON eru haldin fyrsta miðvikudag í hverjum mánuði og hefst klukkan 20.30 á Café Rosenberg í kvöld. Hægt er að skrá sig á [kiton@kiton.is](mailto:kiton@kiton.is) eða senda Guðrúnu Árnýju tölvupóst á [guðrunarny@gmail.com](mailto:guðrunarny@gmail.com).



**SUMARYFIRHAFNIR 20% AFSLÁTTUR**

Fylgdu okkur á [facebook.com/laxdal.is](https://www.facebook.com/laxdal.is)



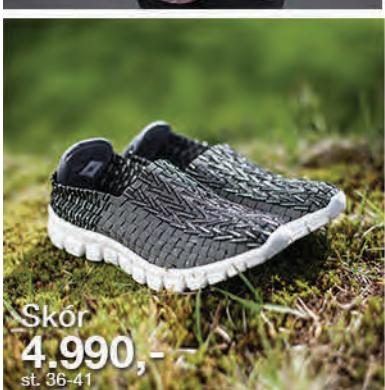
Stærðir  
36-56

# GLÆNÝ SENDING!

Full verslun af nýjum vörum í öllum stærðum á frábæru verði

# ZIKZAK

TÍSKUHÚS



# Úr húsasmiði í myndlist

Smiðurinn Kristján Finnsson, sem er 74 ára, opnar sína allra fyrstu myndlistarsýningu í veitingaskálanum í Munaðarnesi laugardaginn 10. júní.

Sólveig  
Gísladóttir  
solveig@365.is



Kristján er menntaður húsa- og húsgagnasmiður en hefur haft áhuga á myndlist frá unga aldri. Þrátt fyrir annríki á vinnu- markaðnum gaf hann sér tíma til að sækja námskeið í listmálun. „Árið 1974 fór ég á námskeið hjá Sigfúsi Halldórssyni tónskáldi og steig þar mín fyrstu spor. Síðan var ég að gutla við þetta næstu ár,“ segir Kristján sem lagði þó pensilinn frá sér í heilan áratug þangað til áhuginn vaknaði að nýju á tíunda áratugnum. Þá sótti hann nám í Myndlistaskóla Kópavogs og síðan Myndlistaskólann í Reykjavík. „Fyrir nokkrum árum kynntist ég Þuríði Sigurðardóttur, söngkonu og myndlistarkonu, á helgarnámskeiði. Í framhaldinu spurði ég hana hvort hún tæki fólk í einkatíma og þá kom í ljós að hún var með nokkra nemendur í einu á vinnustofu sinni og þar hef ég verið undir hennar verndarvæng síðustu ár,“ segir Kristján glettinn.

Hvað er það sem myndlistin gefur honum? „Ég hef yndi af því að skapa, er mikið í handverki, tréverki og slíku. Þá er ég lítill sjónvarpsmaður og finn mér eitthvað að dunda í staðinn,“ svarar Kristján sem segist hafa fengið heilmikla útrás fyrir sköpun í starfi sínu sem smiður. „Ég var töluvert í því að kaupa gamlar



íbúðir og hús og gera upp,“ segir Kristján sem varð 74 ára í síðustu viku og hætti að vinna sem smiður fyrir nokkrum árum.

Þuríður hvatti hann til að halda sýningu á verkum sínum og taldi hann hafa alla burði til þess. „Ég er nú hálf feiminn við þetta allt saman,“ segir Kristján sem telur sér þó hafa



farið mikið fram undanfarið. „Ég hef núna fundið minn farveg í þessu,“ segir hann en inntur eftir innblæstri segir hann myndefnið vera eitthvað sem komi bara í hausinn á honum. Í umsögn Þuríðar um verk Kristjáns segir meðal annars: „Sá heimur sem birtist í málverkum Kristjáns er huglægur og byggir á minningabrotum sem hafa orðið að leiðarstefi við gerð verkanna. Áhugamálin og jafnvel heimsfréttir koma við sögu þar sem flæði hugmynda og efnis renna saman. Óhlutbundin áferð í nokkrum verkanna myndar ófyrirséðar umbreytingar á vinnslustigi þar sem áæði og leikgleði listmálarans tónar með litum og efni þar til niðurstaða fæst. Verkin á sýningunni eiga sér forsögu í litlum blýantsteikningum og/eða skyssum, sem Kristján síðan útfærir í olíumálverk.“

Sýning Kristjáns verður opnuð í veitingaskála BSRB í Munaðarnesi laugardaginn 10. júní og verður opin fram á sumar.



Kristján hefur alla tíð haft áhuga á myndlist en hefur tekið áhugamálið föstum tókum síðustu ár. MYND/EYBÓR

## OPNUNARTILBOÐ 20% AFSLÁTTUR AF YFIRHÖFNUM



# TISKAN

Skipholt 21, 105 Reykjavík  
Sími 551 0770 | www.tiskan.is

B/A/S/L/E/R MaxMara BRAX

# Smáauglýsingar

512 5000

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

## Bílar & Farartæki

**bilfang.is**  
S. 567 2000



### 9 MANNA!

Renault Traffic BUS 06/2016 ek 20 þ.km, rennihurð baðum megin OKKAR VERÐ! 4.5 mil!!!

Bílasalan Bílfang  
Malarhöfða 2, 110 Rvk.  
Sími: 567 2000  
Seljum í dag!  
www.bilfang.is

## KRÓKUR



### KRÓKUR

Við flytjum bifreiðar og vinnuvélar á öruggan og hagkvæman hátt.

Krókur  
Sími: 522 4600  
http://www.krokur.net

## BORGARBÍLASALAN

580 8900 • borgarbilasalan.is



### 2017 FASTEIGN Á HJÓLUM

'17 FORD NOBLER T-6000. EK 1000 KM, DÍSEL, BEINSK 6 GÍRA... HJÓNARÚM AÐ AFTAN, RAFDR. NIÐURFELLT RÚM AÐ FRAMAN. ER Á STAÐNUM, SJÓN ER SÖGU RÍKARI!!! ÁSETT 11.880 ÞÚS. #452862. S: 580 8900 / 695 2015



### 2017 HÚSBÍLAKÓNGURINN!

'17 FORD NOBLER T-7000. NÝR BÍLLI DÍSEL, BEINSK 6 GÍRA... STÓRT HJÓNARÚM AÐ AFTAN, GOTT RÚM AÐ FRAMAN. ER Á STAÐNUM, SJÓN ER SÖGU RÍKARI!!! ÁSETT 11.880 ÞÚS. #452862. S: 580 8900 / 695 2015

Borgarbílasalan  
Funahöfða 1, 110 Reykjavík  
Sími: 580 8900

## VAKA



Öruggir Vinnuvéla-Lyftara og Bifreiðaflutningar á verði fyrir þig.

Vaka  
Skútuvogi 8, 104 Reykjavík  
Sími: 567 6700  
24 tíma þjónusta  
http://www.vakahf.is



EL-GO rafmagnsvespur. Ekkert próf, engin skráning. BARA GAMAN. Vespuarnar eru til í fjórum flottum litum. Sama lága verðið 154.900.- kr.

SUZUKI UMBOÐIÐ ehf  
Skeifunni 17, 108 Reykjavík  
Sími: 565-1725  
suzuki@suzuki.is  
Suzuki.is / suzukisport.is



## HÖFÐABÍLAR

... þar sem bílar seljast



VOLVO XC90 T8 plug in hybrid inscription. Árgerð 2017, Nýr bíll. bensín, sjálfskiptur 8 girar. Vel útbúinn. Verð 10.900.000. Rnr.211616.



PORSCHE Macan S diesel. Árgerð 2017, ekinn 3000 KM, dísel, sjálfskiptur 7 girar. 21" felgur. Verð 10.900.000. Rnr.222605. Seljandi skoðar skipti.

Höfðabílar  
Fossháls 27/ Dragháls megin,  
110 Reykjavík  
Sími: 577 4747  
www.hofdabilar.is



VW Caddy nýskr. 12/2013, ekinn 71 Þ.km, bensín, 5 girar, fullklæddur að innan og allur mjög snyrtilegur. Verð 1.650.000 kr. Raðnr. 256374 á BILO.is

Höfðahöllin  
Funahöfða 1, 110 Rvk.  
Sími: 567 4840  
www.bilo.is

### Bílar til sölu

Til sölu golfbill, uppl í síma: 8943293

Til sölu góður Combi-Camp tjaldvagn, verð: 550þús. Sími 895-9415

Opíð allan sólarhringinn  
í Engihjalla,  
Vesturbergi og  
Arnarbakka

Iceland

### Bátar



Léttir Fyrirferðalítill Hjólátir Kraftmiklir Sparneytnir 3,5-250 hö

Miðhraun 13 - 210 Garðabær  
Sími: 555 6444 - www.maras.is



### HEIMAVÍK

Flotnet, sökknet. Heimavík. S. 892 8655 www.heimavik.is

### Hjólbarðar



### NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.

Einnig úrval notaðra dekkja. Tökum notuð uppí ný. Vaka s. 567 6700

### Varahlutir

## Startarar & alternatorar

í bíla, báta og vinnuvélar



Bílaraf  
Flatahrauni 25 - Hafnarfirði  
Sími 564 0400  
www.bilaraf.is

GEFÐU HÆNU  
gjofsemgefur.is  
907 2003  
Hjálparstarf Kirkjunnar

## Þjónusta

### Pípulagnir

#### PÍPULAGNIR

Faglægðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 699 6069 663 5315

### Hreingerningar



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

### Garðyrkja

Almenn garðvinna, sláttur og úðun ofl. Halldór garðyrkjumaður. S: 698 1215

### Bókhald

Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur og stofnun fyrirtækja. Fagleg vinnubrögð á sanngjörnu verði. Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511 2930.

### 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

### Húsaviðhald

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 frjá ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrun, flísa- & parketlagnir og trésmíði. S. 616 1569

### Nudd

#### NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Zanna.

### Spádómar

#### SPÁSÍMINN 908 5666

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

#### 661 3839 - SÍMASPÁ

Opið frá kl. 14 alla daga.

### Rafvirkjun

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

Þjóðum hagstætt verð í töfluskripti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

### Önnur þjónusta



#### VALDÍS ÁRNADÓTTIR DÁLEIÐSLUTÆKNIR (CLINICAL HYPNOTHERAPIST) VEITIR DÁLEIÐSLUMEDFERÐ.

Viltu léttast, takast á við kvíða, streytu, sjálfstraust, hætta að reykja o.fl. Dáleiðsla er gott verkfæri til betri heilsu.

Tímabantanir í síma 864-1273

## Keypt & Selt

### Til sölu



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



#### LOK Á HEITA POTTA OG HITAVEITUSKELJAR.

Stærðir í cm: 200x200, 210x210, 220x220, 235x235, 235x217, 217x174, 8 hyrnd lok. Lokin þola 1000 kg jafnarðarbunga af snjó. Vel einangruð og koma með 10 cm svuntu. Sterkustu lokin á markaðnum. Litir: Brúnt eða Grátt. Opnara til þess að auðvelda opnun á loki. www.Heitipottar.is Sími 777 2000 Haffi og 777 2001 Grétar

### Óskast keypt

#### KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar jonogovakar.is s.552-4910

### Til bygginga



#### LOKAD ER 6-20 JÚNI HARÐVIÐUR TIL HÚSABYGGINGA. SJÁ NÁNAR Á: VIDUR.IS

Vatnasklæðning, panill, pallaefni, parket, útihúðir, ofl. Gæði á góðu verði. Nykomnar Eurotec A2 harðviðarskrúfur. Penofin harðviðarolia. Indus ehf, Óseyrarbraut 2 Hf, Upplhjá Magnúsi í símunum 660 0230 og 561 1122.

## Heilsa

### Nudd

#### TANTRA NUDD

Ekta vígsla í leyndardóma Tantra með Tantra nuddi. Einstæð upplifun fyrir þör, konur og karla. S. 698 8301 www.tantratemple.is



## TOYOTA Rav4

Árgerð 2012, ekinn 98 Þ.KM, bensín, sjálfskiptur, krókur. Verð 3.090.000. Rnr.182880.

Toyota Kauptúni

S. 678 8078 • www.toyotakauptuni.is

## Heimilið

## Barnavörur



## VAGNSTYKKI, KERRUSTYKKI OG SKIPTITASKA

Verð frá kr. 99.900. Barnið Okkar Hlíðasmára 4, 201 Kóp. Barnidokkar.is

## Húsnæði

## Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS  
SÍMI 555-3464

Parftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

WWW.GEYMSLAEITT.IS  
FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR

á minna en 7 m2. Ódyrt eftir það. S: 564-6500

**GEFÐU  
VATN**  
gjofsemgefur.is  
907 2003

Hjálparstarf  
kirkjunnar

Tómstundir  
& Ferðir

## Fyrir veiðimenn

## VEIÐIÞORTIÐ



Jaxon 4 og 5 laga öndunarvöðlur Bestu vöðlurnar undir 30 þús. kr. á markaðnum Verð 29.800 kr Með skóm .34.900 kr Veiðiportið Grandagarði 3 552-9940

## Atvinna

## Atvinna í boði

VEGMERKINGAFYRIRTÆKI Á  
HÖFUÐBORGARSVÆÐINU

óskar eftir sumarstarfsfólki í vinnu. Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst og gott væri ef hann sé með meira-próf.

Umsókn sendist á netfangið vegamal@vegamal.is

## GINGER

## KVÖLD- OG HELGARVINNA:

Ginger í Reykjavík óskar eftir hressu starfsfólki í kvöld og helgarvinnu. Ef þú ert orðinn 18 ára, reyklus og vilt vinna á góðum og skemmtilegum stað sendu þá ferilskrá á brynja@ginger.is

Gærðyrkjufyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir sumarstarfsfólki í vinnu. Viðkomandi þarf að geta hafið störf sem fyrst. Umsókn ásamt ferilskrá sendist á netfangið hreinirgardar@gmail.com

## Tilkynningar

## Tapað - Fundið

Tapaði gleraugum í Bólstaðarhlíðinni eða í nágrenni. Samband í S: 6951176/5531176



Vissir þú að...  
börn eiga  
rén á aðstoð  
og hlíf ef  
hætt heita  
í ofbeldi

FASTEIGNA  
MARKAÐURINN ehf.

ÓÐINSGÖTU 4, SÍMI 570 4500, OPÍÐ VIRKA DAGA KL. 9-17.  
Netfang: fastmark@fastmark.is - www.fastmark.is  
Jón Guðmundsson, sölustj. og lögg. fast.sali. Guðmundur Th. Jónsson, lögg. fast.sali.

Laugarásvegur 44  
Glæsilegt einbýlishús.

Eignin verður til sýnis í dag frá kl. 17.15 – 18.00



Stórglæsilegt og algjörlega endurnýjað 320,0 fm. einbýlishús á tveimur hæðum á frábærum stað við Laugardalinn. Eignin er öll verið endurnýjuð hið innra og ytra á vandaðan og smekklegan hátt á sl. 3 mánuðum og skipulagi hússins verið breytt þó nokkuð. Eldhús með nýjum HTH innréttingum. Rúmgóðar stofur með útgengi á skjólsælar svalir til suðurs. Stór sjónvarpsstofa. Hjónasvita og unglingsvita. Öll gólf er lögð fallegu sjónfleti, utan baðherbergja sem eru flisalögð. Að utan hefur húsið allt verið múrviðgert og málað auk þess sem lóðin hefur verið endurnýjuð að stórum hluta.

Núpalind 4 – Kópavogi.  
3ja herbergja endaíbúð.

Eignin verður til sýnis í dag frá kl. 17.15 – 17.45



Góð 104,8 fm. endaíbúð á jarðhæð að meðt. sér geymslu. Gluggar eru í þrjár áttir og sér 40,0 fm. afgirtri verönd til suðurs við opið svæði við Núpalind, þaðan sem stutt er í leikskóla, barnaskóla og ýmsa aðra þjónustu. Herbergin eru mjög stór og stofan er mjög rúmgóð og björt og er bæði nýtt sem borðstofa og setustofa. Veröndin er skjólsæl við opið gróid svæði og því mjög privat. Verð 44,9 millj.



Ísafold er ein stærsta prentsmiðja landsins og þjónustar daglega stóran hóp viðskiptavina. Verkefni okkar eru jafn fjölbreytt og viðskiptavinir okkar eru margir. Allt frá einföldum nafnspjöldum til bæklinga sem dreift er í öll heimili landsins. Bækur, tímarit, bæklingar og umbúðir. Við komum hugmyndum þínum í framkvæmd.

Hafðu samband og við klárum þetta saman.

Emil Andrés Sigurðsson, bókbindari og trillukart



Suðurhrauni 1 | 210 Garðabæ | Sími: 59 50 300 | www.isafold.is

Ísafoldarprentsmiðja er umhverfisvætt prentsmiðja af Svaninum, noræna umhverfismerknu. Við erum aðilar að Rammasamningi Ríkiskaupa og Rammasamningi Reykjavíkurborgar. Við framleiðum dagblöð, bækur, tímarit, bæklinga, umbúðir, veggspjöld, brekfeini, umalög, nafnspjöld, fjólföld og margt fleira.

Ábendingahappinn má  
finna á [www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)



Kristján Baldursson  
hdl. Vægjullar fasteignasala,  
fyrirtæki- og skipasala,  
lögjur lögumátt.  
S: 892-3000

Guðbjörg G. Sveinbjörnsdóttir  
Söluljóni, Væðskiptafr.,  
lögjur fasteigna, fyrirtæki-  
og skipasala, lögumátt.  
S: 899-5949

Guðbjörg Matthíasdóttir  
hdl. Söluljóni. Er í nými  
hl löggjafingar fasteigna-  
fyrirtæki- og skipasala.  
S: 899-3984

Sólveig Regina Biard  
Aðstoðarmarkur  
fasteignasala  
S: 899-4079

## ARNARSMÁRI 22 – 201 KÓPAVOGUR



OPÍÐ HÚS

OPÍÐ HÚS Í DAG  
KL. 17:30 – 18:00

Björt og falleg 4ra herb. 110 fm. íbúð miðsvæðis í Kópavogi með sérinnngangi. Stór og góð afgirt verönd. Tilvalin eign fyrir barnafólk. Verð: 47,9 millj.

## KLEPPSVEGUR 120 – 104 REYKJAVÍK



OPÍÐ HÚS

OPÍÐ HÚS Í DAG  
KL. 17:30 – 18:00

Vel staðsett 3-4ra herb. 87,6 fm. íbúð á 4. hæð í fjölbyli með mikla möguleika. Íbúðin er upprunalega skipulögð sem 4ra herb. og auðvelt er að breyta skipulagi til fyrra hofs. Áhugaverð eign fyrir laghenta. Verð: 35,9 millj.

## REKAGRANDI 7 – 107 REYKJAVÍK



OPÍÐ HÚS

OPÍÐ HÚS Í DAG  
KL. 17:30 – 18:00

Björt og rúmgóð 112,3fm. 4ra herb. íbúð á tveimur hæðum ásamt rúmgóðu bílastæði í bílastæðahúsi. Skjólsgóðar og stórar svalir. Sérgeymsla fylgir eigninni sem ekki er inni í fermetratölu eignar. Verð: 49,9 millj.

Trausti fasteignasala, [trausti@trausti.is](mailto:trausti@trausti.is),  
s.546-5050, Vegmúla 4, 108 Reykjavík



## FALLEG OG VEL SKIPULAGT

FUNAFOLD 61, 112 REYKJAVÍK

Fallegt og vel skipulagt 3. herb. einbýlishús, 297 fm. Öll rými stór og rúmgóð, þrjú baðherbergi og hjónasvita. Húsið er með tvöföldum bílastæðum, suðurverönd, suðursvölum, góðu úteyni og fallegum garði. Möguleiki er að útbúa aukastofu.

OPÍÐ HÚS MIÐVIKUDAGINN 7. JÚNÍ FRÁ KL. 17:30 TIL 18:00

Nánari upplýsingar um eignina veitir  
Edwin Arnason, löggjafur fasteignasala  
666A 893 2121 og [edwin@stakfell.is](mailto:edwin@stakfell.is)

