

# LEIÐSÖGUNÁM

MÁNUDAGUR 21. ÁGÚST 2017

## Heimili



Grænmetisréttur og fleira góðgæti sem er létt og ljúft á góðum dögum.

heimili →4



MYND/ANTON BRINK

## LEIÐSÖGUNÁM

### VIÐURKENNT STARFSNÁM AF ATVINNULÍFINU

Hnitmiðað og skemmtilegt nám fyrir þá sem vilja kynnast Íslandi í máli og myndum. Námið er opið öllum þeim sem áhuga hafa á að læra hvernig standa skal að leiðsögn erlendra og innlendra ferðamanna um Ísland.

-Flest stéttarfélag styrkja nemendur til náms.

-Nemendur geta að námi loknu gerst félagsmenn í Leiðsögufélaginu

#### Helstu námsgreinar:

- Helstu viðkomustaðir ferðamanna á Íslandi í máli og myndum.
- Mannleg samkipti, leiðsögunæðni, hestar, fuglar og flóra. Framsaga.
- Saga landsins, jarðfræði, bókmenntir og listir, menningartengd ferðapjónusta.
- Skipulagðar ferðir og afþreyingaferðir. Ritgerðaverkefni og margt fleira.

Leiðbeinendur eru þaulvanir leiðsögumenn og sérfræðingar hver á sínu sviði. Boðið er uppá dag – og kvöldnám, auk þess er farið í fjölda vettvangsferða.

#### Umsögn:

S.l. vetur stundaði ég leiðsögunám í Ferðamálastólaskóla Íslands. Námið stóð vel undir væntingum þar sem fjölmargir kennarar komu að kennslunni og áttu þeir auðvelt með að ná til mín og auka áhuga minn á námsefninu og ekki síst að vekja mig til umhugsunar um þá auðlind sem landið okkar er og þá virðingu sem okkur ber að sýna því. Kennaramir voru mjög færir og fróðir hver á sínu sviði og áttu auðvelt með að koma efninu til skila. Námið gefur mikla atvinnuöguleika og spennandi tímar eru framundan.



Guðrún Helga Bjarnadóttir, Vestmannaeyjum

Opið 8-22

Ferðamálastólaskóli Íslands

Ferðamálastólaskóli Íslands • www.menntun.is • Sími 567 1466

# Lifir fyrir garðinn

Garður Nönnu Gunnarsdóttur í Grafarvoginum er með þeim fegurri í Reykjavík. Nanna dvelur löngum stundum í garðinum sínum og vill helst hvergi annars staðar vera, enda tekur garðurinn stöðugum breytingum yfir sumarið.

Sólveig Gísladóttir  
solveig@365.is



Ég veit ekki hvaðan garðyrkjuáhugin kemur. Ég er frá Mjóafirði eystri og þar voru engir garðar. Fólk ræktaði bara kartöflur, rófur, rabarbara og radísur. Eitt-hvað sem hægt var að borða," segir

Nanna glettin þegar hún er spurð út í upphaf þessa umfangsmikla áhugamáls. Áður en Nanna og eiginmaður hennar, Vilhjálmur Gíslason, byggðu sér húsið sitt í Grafarvogi um aldamótin síðustu bjuggu þau í fimmtíu ár í Keflavík. „Garðurinn minn í Keflavík var fallegur en ekki eins gróskumikill og sá sem ég á í dag. Hins vegar

átti ég stóran blómaskála, um 25 fermetra. Þar var ég með rósir og stokkrósir sem þótti voða merkilegt enda blómstruðu þær frá mars og fram undir jól. Stundum kom fólk með útlenda gesti til að sýna þeim hvernig rósirnar yxu í snjóbylnum.“

Framhald á síðu 2 →



MYND/ANTON BRINK



Brekkan í garðinum hennar Nönnu tekur sífelldum breytingum yfir sumarið. Á vorin er hún til dæmis alsett túlipönum. Hér má sjá brekkuna á nokkrum mismunandi tímum.

#### Framhald af forsiðu →

Garðinn sinn í Grafarvoginum hefur Nanna þróað sjálf í gegnum tíðina en helsta kennileiti hans er falleg og blómleg brekka. „Lóðin hér er lægri en lóðin fyrir ofan og því myndast brekka sem ég tók að mér á sínum tíma og hef séð um síðan.“ Brekkan tekur töluverðum breytingum frá einum sumar-mánuði til annars. „Hann er allt öðruvísi á vorin þegar túlipanarnir eru í blóma en nú síðsumars,“ segir Nanna sem er ávallt að breyta til og laga í garðinum. „Ég fór til dæmis að prófa að rækta liljur og þær þrífast ágætlega. Svo datt mér í hug að prófa að rækta rósir úti við. Ég byrjaði á að kaupa nokkrar og á nú einar þrjátíu. Þær lifa allar góðu lífi en yfir þær viðkvæmustu hvolfi ég fiskikassa úr frauðplasti á veturna.“

En hversu miklum tíma ver hún í garðinum? „Ég hreinlega veit það

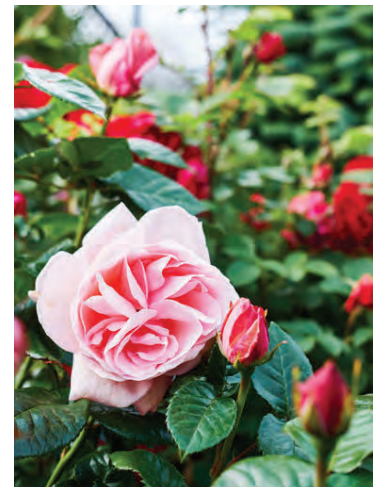
ekki. Ég lifi fyrir garðinn og vil bara vera hér. Ég fer ekki í ferðalög, stunda ekki sund eða göngutúra og er því alltaf í garðinum. Enda er hér alltaf eitthvað gerast, þróað og springa út,“ segir hin 82 ára gamla Nanna sem sér um öll garðverkin sjálf enda segist hún eldhress. „Ég hef stundum fengið sonarsoninn til að hjálpa mér við stærri verkefni en annars geri ég allt sjálf.“

Nanna er dugleg að leita sér upplýsinga á netinu ef henni áskotnast ný planta sem hún ekki þekkir, eða þegar hana vantar ráð. „Ég er mikið á Google og les mér til á erlendum síðum. Þar finnur maður ýmis góð ráð.“

Nanna setur reglulega inn myndir af garðinum sínum á Facebook-síðuna Ræktaðu garðinn þinn – Garðyrkjuráðgjöf, sem er afar virkur og skemmtilegur hópur. „Ég fæ heilmikil viðbrögð. Fékk til dæmis sex hundruð læk á síðustu færsluna mína. Núna er jú allt mælt í lækum,“ segir hún og hlær.



Nanna er 82 ára en sér um öll garðverkin sjálf, enda segist hún eldhress. MYNDIR/ANTON BRINK



Flóran í garði Nönnu er fjölbreytt, skrautleg og falleg. Hún á til að mynda 30 rósir sem lifa góðu lífi í garðinum og hefur tekist vel upp við að rækta liljur. MYNDIR/ANTON BRINK

**20-50%  
afsláttur**

af völdum vörum!

Stærðir  
**36-56**



### Kaupauki

Glæsileg Zik Zak flaska  
fylgir með **fyrstu 30**  
kaupum dagsins bæði í  
Kringlunni og á  
Glerártorgi!

# TILBOÐSDAGAR!

Nýjar vörur og FRÁBÆR tilboð

**ZIK ZAK**  
TÍSKUHÚS



**KJÓLL**  
5.990kr  
st.S-XXXL



**BOLUR**  
3.990kr  
st.S-XL



**KJÓLL**  
5.990kr  
st.S-XXXL



**KJÓLL**  
5.990kr  
st.S-XXXL



**TÚNIKA**  
4.990kr  
st.ein stærð



**KJÓLL**  
5.990kr  
st.S-XXXL



**GOLLA**  
ÁÐUR 3.990  
**NÚ 2.990**  
st.S-XXL



**SKYRTA**  
ÁÐUR 5.990  
**NÚ 2.990**  
st.S-XXL



**TÚNIKA**  
ÁÐUR 4.990  
**NÚ 1.990**  
st.S-XXXL



**BLÚSSA**  
ÁÐUR 4.990  
**NÚ 2.990**  
st.S-XXL



**SKÓR**  
ÁÐUR 8.990  
**NÚ 4.495**  
st.36-41



**SKÓR**  
ÁÐUR 11.990  
**NÚ 5.995**  
st.36-41



**SKÓR**  
ÁÐUR 11.990  
**NÚ 5.995**  
st.36-41

# Grænmetisréttir sem bragð er að

Hvort sem þú ert grænmetisæta eður ei er vert að prófa meðfylgjandi rétti. Þeir eru báðir saðsamir og geta þess vegna staðið einir sem máltíð. Flestir mættu við því að bæta við sig grænmeti og er alls ekki vitlaust að bjóða stundum upp á grænmetismat í staðinn fyrir kjöt og fisk.



Paprikurnar smakkast vel með nachos og góðu salati.

## Fylltar Mexíkópaprikur

- 4 stórar grænar paprikur
- 1 msk. ólífuolía
- 1 dl hakkaður laukur
- 4 dl soðin hrísgrjón
- 1 dós svartar baunir
- 1 dós hakkaðir tómatar
- 2 tsk. chili-duft (eða saxað ferskt chili eftir smekk)
- ½ tsk. hvítlauksduft
- ½ tsk. cumin
- ½ tsk. salt
- ½-1 poki rifinn ostur

Skerið lokið ofan af paprikunum, fræhreið þær og stingið þeim í sjóðandi vatn í 3-4 mínútur. Það er líka hægt að skera paprikurnar langsum. Saxið laukinn smátt og brúnið hann í olíu á pönnu. Sjóðið hrísgrjón. Hellið þeim í skál. Bætið svörtum baunum og tómötum í dós saman við. Bætið öllu kryddinu við og hrærið vel. Hellið loks megninu af ostinum saman við og blandið. Fyllið hverja papriku með hæfilegum skammti af fyllingu. Toppjið með rifnum osti. Bakið í 30 mínútur eða þar til osturinn er orðinn gullinbrúnn. Berið fram með góðu salati, tortillaflögum og salsa, ef vill.



Kúrbíturinn er mildur en fyllingin þeim mun bragðmeiri.

## Fylltur Miðjarðarhafskúrbítur

- 4 kúrbítar
- 2 dl smátt skorin paprika
- 1 dl smátt skornir tómatar
- 1 dl smátt skornar ólífur
- 2 pressuð hvítlauksrif
- 1 msk. oregano
- 1 tsk. svartur pipar
- 1 kubbur ferskur fetaostur, mulinn
- fersk steinselja til skrauts

Hitið ofninn í 180 gráður. Skerið kúrbítinn langsum í tvennt og hreiðsið kjarnann innan úr. Hitið olíu á pönnu. Steikið hvítlauk,

papriku, tómata og ólífur ásamt oregano og pipar. Fyllið hvern kúrbítshelming fyrir sig. Raðið í eldfast mót og bakið í 15 mínútur. Takið út. Myljið fetaostinn yfir og brúnið í um það bil þrjár mínútur til viðbótar. Takið út og dreifið steinselju yfir. Hægt er að bera fram bæði heitt og kalt.

# Salat með hörpuskel

**Æ**ðislegt salat með hörpuskel sem kjörið er að bjóða upp á þegar gesti ber að garði eða þegar maður vill gera vel við sig. Þetta er léttur réttur sem fer vel í maga. Uppskriftin miðast við fjóra.

## Það sem þarf:

- 12 stórar hörpuskeljar
- 1 hvítlauksrif
- 2 vorlaukar
- 1 msk. smjör
- 250 g frosnar baunir
- 1 dl kjúklingakraftur
- Salt og pipar
- Salat
- 1 fennel
- 1 skalottlaukur
- 1 msk. graslaukur
- 2 msk. dill
- 1 granatepli
- 1 msk. sitrónusafi
- ½ pakki karsi

Skerið hvítlaukinn smátt og vorlaukinn í litlar sneiðar. Setjið smjör á pönnu og steikið laukinn í smástund. Bætið þá bauninum á pönnuna og hitið í gegn. Hellið kjúklingakraftinum yfir og látið suðuna koma upp. Kælið aðeins en maukið síðan með töfrasprota og bætið salti og pipar við eftir smekk. Haldið maukinu volgu. Skerið fennel í þunnar sneiðar.



Girnilegur, fljótlegur og góður réttur. Upplagt að elda í góðu veðri.

Gott að nota ostahníf eða mandólín. Leggið fennel í ískalt vatn. Skerið skalottlauk, graslauk og dill fínt niður. Hreiðsið granatepli. Þerrið fennel og setjið í fat ásamt öðrum innihaldsefnum. Granateplafraejunum er stráð yfir að lokum.

Penslið hörpuskelinn með olíu og steikið hann á báðum hliðum undir miklum hita. Bætið smjóri á pönnuna og steikið áfram í eina mínútu. Bragðbætið með salti. Setjið salatið á fjóra diska, leggið hörpuskelina yfir og berið fram.

Tryggðu þér  
áskrift á aðeins  
333 kr. á dag\*  
9.990 kr. á mánuði

SKEMMTIPAKKINN

\*9.990.- á mánuði.

365.is | Sími 1817

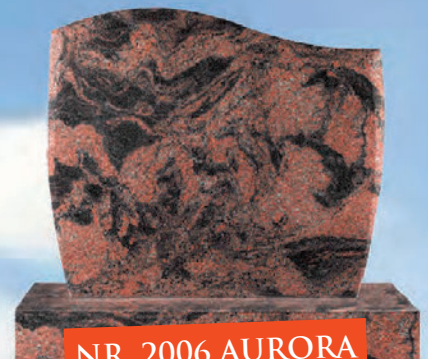
365

# FRÍ ÁLETRUN OG UPPSETNING FYLGIR ÖLLUM LEGSTEINUM

25%  
afsláttur  
af öllum  
fylgi-  
hlutum



NR. 2046  
VERÐ KR. 251.900



NR. 2006 AURORA  
VERÐ KR. 245.900



NR. 104 SHANXI BLACK  
VERÐ KR. 325.900



NR. 113 PARADISO  
VERÐ KR. 285.900



NR. 2021  
VERÐ KR. 294.900



NR. GS 1002  
VERÐ KR. 589.000



NR. 118 PARADISO  
VERÐ KR. 305.900



NR. 129-3 SHANXI BLACK  
VERÐ KR. 395.900

FYLGIHLUTIR FYLGJA EKKI MEÐ  
AKSTURSGJALD BÆTIST VIÐ UTAN HÖFUÐBORGARSVÆÐISINS

## ÞARF AÐ ENDURNÝJA LETRIÐ Á STEININUM?

GRANÍTHÖLLIN TEKUR AÐ SÉR AÐ  
HREINSA OG ENDURMÁLA LETUR Á  
LEGSTEINUM. EINNIG TÖKUM VIÐ AÐ  
OKKUR AÐ RÉTTA AF LEGSTEINA SEM  
ERU FARNIR AÐ HALLA.



MÖRKIN 4,  
REYKJAVÍK

Graníthöllin  
Legsteinar

SÍMI 555 3888  
GRANITHOLLIN.IS

# Að krukka í krukurnar

Glerkrukkur eru til margra hluta nytsamlegar og alveg óparfi að henda þeim sem til falla á heimilinu.

Brynhildur  
Björnsdóttir  
brynhildur@365.is



Glerkrukkur falla til á flestum heimilum enda ýmislegt sem ekki fæst öðruvísi en í krukku eins og pestó, hnetusmjör, almennilegt sinnep og svo framvegis. Krukurnar henta ekki sérstaklega vel til endurvinnslu og enda oftast mölbrotnar í landfyllingu sem er mikil synd þar sem krukkur eru oft fallegar og mikið lagt í hönnun þeirra. Þeim hættir því oft til að safnast fyrir inni í skáp eða uppi á hillu án þess að verða að nokkru gagni. Sem er synd því krukkur eru bæði notadrjúgar og kosta ekkert.

Hægt er að hreinsa límmiðana af krukunum á einfaldan hátt. Byrjið á að þvo krukurnar vel og vandlega og leggið síðan í bleyti í sjóðandi vatni nokkra stund. Þá ætti pappírinn að losna auðveldlega af og límið situr eftir. Þurrkið krukuna og berið á límið blöndu sem er búin til úr matarsóða og matarolíu í jöfnum hlutföllum. Látið standa í fimmtán mínútur og skrúbbið vel af. Krukkan verður glansandi falleg og tilbúin til allra sinna fjölbreyttu nota.

Krukkur geta nýst til ýmissa hluta inni á heimilinu. Á þessum árstíma er sultugerð kannski fyrst og fremst aðkallandi en það er ekki nema einn möguleiki af fjölmörgum til að nýta fallega krukku. Það er jafnvel hægt að halda heila glerkrukkuveislu þar sem engin ílát eru notuð önnur en krukkur. Leyfið hugmyndafluginu að taka völdin og krukkið ykkur inn í haustið.



Það er einfaldara en margir halda að hreinsa miða og lím af krukku svo þær verði skínandi finar.



Ekki leiðinlegt að hafa fallega lagskipt salat í nesti í vinnuna.

## SVEFNVANDI – KVÍÐI – DEPURÐ



### MAGNOLIA OFFICINALIS

Hefur verið notað við svefnvandamálum, kvíða og depurð í yfir 2000 ár í Asíu



Hrafnhildur Ólafsdóttir starfar við sjálboðavinnu í Rauða Kross búðinni. *Ég vil alls ekki nota lyfseðilskyld svefnlyf og ákvað því að prófa Magnolia. Ég tek 2 hylki á kvöldin um klukkustund fyrir svefn og hef ekki sofnað betur í mörg ár.*

Bætt heilsa og betri líðan með  
**Natural Health Labs**  
100% náttúruleg bætiefni



Fæst í apótekum, Heilsuhúsið, Hagkaup, Fjarðarkaup, Orkusetrið, Heilsuver, Heilsuhornid Blómaval, Heilsulausn.is, Heimkaup og Iceland Engilhjalla.



Frábærir blómavasar undir litla vendi, einstaklega fallegt á veisluborði.



Krukkur eru besta sultugeymsla sem vól er á og bæði súkrás og sitthvað fleira sómir sér í þeim.



Krukkur eru kjörin ílát undir drykkina í veislunni.



Ólíkar krukkur með sprittkertum toppa haustsæluna.



Krukkur eru fyrirtaksgeymslur fyrir þurrvöru eins og hrisgrjón, pasta, haframjöl og baunir, bæði loftþéttar og til þryði.



Með því að bora gat í lokið á krukku og skrúfa ljósaperu í gegn má búa til skemmtilega ljósakrónu. Ef peran er á seriu er það jafnvel enn betra.

## Wrapmaster

...ómissandi í eldhúsið!



Hlaða

Draga út og vefja

Þrýsta og skera

Geyma



- Klippir álfilmur og plast
- 35% sparnaður
- Ódýrari áfyllingar
- Má setja í uppþvottavél
- Afar auðvelt í notkun

Engar flækjur  
Ekkert vesen

Fæst í FK, Hagkaupum, Byko, Nettó, Krónunni, Kjarval og Húsasmiðjunni.

## Bílar & Farartæki

**bilfang.is**  
S. 567 2000



### BESTA VERÐIÐ!

BMW 420D Gran-Coupe 03/2016 ek 25 þ.km, flottur bíll sem vert er að skoða! Okkar verð! 4.1 mil!!!

Bílasalan Bilfang  
Malarhöfða 2, 110 Rvk.  
Sími: 567 2000  
Seljum í dag!  
[www.bilfang.is](http://www.bilfang.is)



**Barnaheill**  
Save the Children á Íslandi

visir þú að...  
börn eiga rétt á  
vernd og umönnun



### KRÓKUR

Við flytjum bifreiðar og vinnuvélar á öruggan og hagkvæman hátt.

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



SUZUMAR gúmmibátar. Uppblásnir slöngubátar með algólfi og mikla burðargetu. Til í stærðum frá 2,9m - 4,2m. Verð frá 255.000.- kr.

SUZUKI UMBOÐIÐ ehf  
Skeifunni 17, 108 Reykjavík  
Sími: 565-1725  
[suzuki@suzuki.is](mailto:suzuki@suzuki.is)  
[Suzuki.is](http://Suzuki.is) / [suzukisport.is](http://suzukisport.is)

## Bílar til sölu



### TIL SÖLU

Loksins er Beauty Boxið til sölu. Piaggio Porter árg. 2001, ekinn 49.000km. já þú sérð rétt. Einn eigandi. Ný dekk s/v, ný smurður, ný timareim, 6 manna bíll. Billinn vekur athygli, svo auglýsingagildið er mikið. Hafið samband og fáið sögustund. Uppl. í síma 895 7199, Ómar.



### TIL SÖLU

Honda Jazz árg. 2007, ekinn 104.000 km. Sjálfskiptur, skoðaður 2018. Virkilega snyrtilegur bíll. Sá eini græni. Uppl. í síma 8957 199, Ómar.

## Bílar óskast

### BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.

Má þarfnast lagfæringa.  
Hringdu S. 615 1815 eða sendu sms.

## 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](http://www.bilaraf.is)

## Þjónusta

### Hreingerningar



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

### VY-ÞRIF EHF.

Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 [www.vy.is](http://www.vy.is)

### Húsaviðhald

### FLÍSLAGNIR - MÜRVERK - FLOTUN SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllum almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Timavinna eða tilboð.

Strúctor byggingabjónusta ehf.

S. 893 6994

## 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. Flutningabj. Miklaels. S. 894 4560 [www.flytja.is](http://www.flytja.is) flytja@flytja.is

## Spádómar

### ÞÓRA FRÁ BREKKUKOTI SPÁMIBILL

- SPÁ Í SPIL  
- OG KRISTALSKÚLU  
- HEILUNAR TÍMAR  
- FYRIRBÆNIR  
- ALGJÖR TRÚNAÐUR

Sími 618 3525  
[www.engill.is](http://www.engill.is)

### SÁ SÍMASPÁ Í 844 6845

Spáir í spil og bólla. Símaspá, Einkaspá. Geymið auglýsinguna. Er á facebook

### SPÁSÍMINN 908 5666

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

## Rafvirkjun

### RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025

Tilboð dyrasímakerfi, töfluskípti. Lögildur rafverktaki. rafneisti@simnet.is

## EIGUM GOTT ÚRVAL AF NÝJUM OG NÝLEGUM BÍLUM Á STAÐNUM.



**AUDI A6 Avant Ultra S-line 2.0 tdi.**  
Árgerð 2017, ekinn 5 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.  
**Verð 5.990.000.**  
Rnr.129021.



**Range Rover Evoque Dynamic.**  
Árgerð 2013, ekinn 74 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur. **Verð 5.990.000.**  
Rnr.246553.3



**HONDA CR-V Executive 4wd.**  
Árgerð 2017, dísel, sjálfskiptur.  
**Okkar verð 5.890.000.**  
Rnr.129056.



**BMW i3 Urbanlife.** Árgerð 2014, ekinn 27 Þ.KM, rafmagn, sjálfskiptur.  
**Verð 2.990.000.**  
Rnr.246466.



**AUDI A6 Allroad Quattro 2.7.**  
Árgerð 2011, ekinn 147 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.  
**Verð 3.990.000.**  
Rnr.246554.



**VOLVO XC60 Momentum D4.**  
Árgerð 2014, ekinn 73 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.  
**Verð 5.380.000.** Rnr.246197.



**VOLVO V70 Summum.**  
Árgerð 2014, ekinn 131 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.  
**Verð 3.980.000.**  
Rnr.246458.



**SUZUKI Baleno GLX 1.0 Boosterjet.**  
Árgerð 2017, bensín, 5 girar.  
**Okkar verð 2.690.000.**  
Rnr.246619.  
( eigum einnig sjálfskipta )



**MMC Outlander Instyle+ Phev 4x4.**  
Árgerð 2017, bensín/rafmagn, sjálfskiptur.  
**Verð 5.290.000.**  
Rnr.246473.



**VOLVO XC70 AWD Summum.**  
Árgerð 2012, ekinn 129 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.  
**Verð 4.590.000.**  
Rnr.246495.



**VOLVO S80 Momentum.**  
Árgerð 2013, ekinn 29 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur.  
**Verð 4.580.000.** Rnr.246449.



Klettháls 2 • 110 Reykjavík  
S. 562 1717 • [www.bilalif.is](http://www.bilalif.is)  
Opnunartími  
Virka daga kl. 10:00 - 18:00



**Sérfræðingar í ráðningum**

Ánægðir viðskiptavinir eru okkar besta auglýsing

**FAST** Ráðningar

lind@fastradningar.is  
mjoll@fastradningar.is

www.fastradningar.is

**Rafvirkjun**

**RAFLAGNIR, DYRASÍMAR.**  
S. 663 0746.

Bjódum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

**Keypt & Selt****Til sölu**

SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI  
Heimsending. www.humarsalan.is  
Pöntunarsími: 8676677

**Óskast keypt****KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR**

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

**Til bygginga****HARÐVIÐUR TIL HÚSABYGGINGA. SJÁ NÁNAR Á: VIDUR.IS**

Vatnasklæðning, panill, pallaefni, parket, útihurðir, ofl. Gæði á góðu verði. Nýkomnar Eurotec A2 harðviðarskrúfur. Penofin harðviðarolia. Indus ehf, Öseyrarbraut 2 Hf, Uppl.hjá Magnúsi í sínum 660 0230 og 561 1122.

**Húsnæði****Atvinnuhúsnæði**

Vantar ca. 50-80 fm húsnæði til leigu á höfuðborgarsvæðinu. Jarðhæð. Upplýsingar: 699-6762 eða hreinverk.is - Tómas

**Geymsluhúsnæði**

**WWW.GEYMSLAEITT.IS**  
**FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR**  
á minna en 7 m<sup>2</sup>. Ódyrt eftir það. S: 564-6500

**GEYMSLUR.IS**  
**SÍMI 555-3464**

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

**Hönnun****HÖNNUN****VERKFRÆÐITEIKNINGAR**

Tek að mér að gera verkfræðiteikningar af íbúðarhúsum og sumarhúsum. Fast verð. Upplýsingar í síma 783 4180 eða kjartangardars@gmail.com

**Atvinna****Atvinna í boði****STARFSMAÐUR ÓSKAST**

Stundvís, reglusamur starfskraftur óskast til ýmissa starfa í matvöruverslun og aðstoð við kjötbörð, framtíðarstarf. Uppl. Kjöhóllin Háleitisbraut 58-60  
Upplýsingar veitir Sveinn í síma 553 8844.

**MÓTTAKA**

41 - A Townhouse Hotel, leitar af starfskrafti í móttökustarf með frábæra þjónustulund í skemmtilegt starf. Góð enku kunnátta skilyrði. Unnið er á vöktum 2-2-3.

Ef þú heldur að þetta sé eitthvað fyrir þig sendu okkur þá ferilskrá á jobs@41hotel.is

**HOTEL RECEPTIONIST**

41 - A Townhouse Hotel is looking for a receptionist/ greeter to join our team. You must be confident and professional, have strong customer service skills and be able to work as a team player. Fluent English required.

If this sounds interesting to you please send your info to jobs@41hotel.is

**MOSFELLSBAKARÍ - MOSFELLSBÆ**

Óskum eftir þjónustulunduðu, hressu og samvisskusömu fólki til að vinna með okkur í verslun okkar að Háholtri 13-15, Mos. Vinnutími er virka daga frá 13:00 - 18:30 og aðra hverja helgi annann daginn. Umsækjendur þurfa að tala góða íslensku.

Umsóknareyðublið á staðnum eða á netinu, slóðin er www.mosfellsbakari.is/atvinnu-umsokn/

**MOSFELLSBAKARÍ - HÁLEITISBRAUT, RVK.**

Óskum eftir þjónustulunduðu, hressu og samvisskusömu fólki til að vinna með okkur í verslun okkar að Háleitisbraut, Rvk. Vinnutími er virka daga frá 13:00 - 18:30 og aðra hverja helgi annann daginn. Umsækjendur þurfa að tala góða íslensku.

Umsóknareyðublið á staðnum eða á netinu, slóðin er www.mosfellsbakari.is/atvinnu-umsokn/

**TRADEX EHF Í HAFNARFIRÐI**

vantar stundvíst og duglegt starfsfólk í fiskvinnslu og pökkun. Vinnutími frá kl. 7 - 15 virka daga. Umsækjendur sendi umsóknir á tölvupóstinn tradex@tradex.is

**BOOZTBAR**

Óskar eftir að ráða til starfa gott fólk Dagvinna. Hlutastörf kvöld og helgar. Umsóknnum skilað á booztbarinn@booztbarinn.is

**Atvinna óskast**

Húsmiður tekur að sér smíðavinnu og viðhald. Upplýsingar í síma 699-2698

**GEFÐU HÆNU**

gjofsemgefur.is  
907 2003

Hjálparstarf kirkjunnar

**VERSLUNARTÆKNI****Gott verð****Alvöru brettatjakkur:**

Lyftigeta: 2.500 kg.  
Heildþyngd: 75 kg  
Gaffallengd: 1150 mm  
Tvöföld hjól á gaffli

**Tilboð:**  
**39.900.+vsk****Hjólahnallar:****.... úr léttu plasti - öruggur til að standa eða sitja á:****Aðeins kr.**  
**7.900.+vsk****Tilboð**  
**mánaðarins****Tilboðsvörur**  
**til á lager****Tilboð:**  
**38.900.+vsk****Barton vöruvagn 3 hillur.**

Góður og sterkur vöruvagn fyrir vöruhús, vinnustofur og eða veitingar. (HxBxD 1010x513x990)

**Lagervagn með hillu:****Tilboð:**  
**29.900.+vsk****Tilboð:**

**Hjólahnallar**  
Dökkgrár  
Hæð 420 mm -  
Breidd (ummál) 445mm

**VERSLUNARTÆKNI**  
Draghálsi 4 - 110 Reykjavík  
Sími: 535 1300 - Fax: 535 1305 - verslun@verslun.is

**Pöntunarsími: 535 1300**

Sjáðu heimasíðuna  
www.verslun.is