



FÓSTUDAGUR 16. MARS 2018

Lífsstíll



Hártískan í vor ein-kennist af hlýjum kopar-, ferskju- og pastellitum. Styttur í hárinu koma sterkar inn og fylgihlutir verða áberandi, að sögn Eddu Sifjar Guðbrandsdóttur hársnyrtímeistara. ➔4



MYND/VALLI

Viðburðaríkt ár að baki

Á tæpu ári hefur vestfirska hljómsveitin Between Mountains unnið Músíktílaunir og verðlaun sem bjartasta vonin á Íslensku tónlistarverðlaununum. Nýja lagið þeirra trónar nú í efsta sæti á vinsældalista Rásar 2. ➔2

EDGE BY HAMMEL

Skapaðu þinn eigin stíl með Edge skápaeyningunum frá Hammel. Ótal möguleikar á uppþróðun og útfærslum. Þú velur hvort þú hengir skápana upp á vegg eða setur fætur undir. Nokkrir litir og litasamsetningar í boði. Dönsk hönnun og framleiðsla.



LÍNAN

Bæjarlind 14 • 101 Kópavogi
Sími 553 7100 | linan.is | linan.is / linan.is
Þrið mánudaga - föstudaga 11 - 18 / Laugard: 11 - 16



weber gæði... ending... ánægja.

skoðaðu úrvalið á Weber.is

Starri Freyr Jónsson
starri@frettabladid.is

Framhald af forsiðu →

Það er rétt tæplega ár síðan vestfirski dúettinn Between Mountains vann Músíktílaunir og hefur árið verið bæði viðburðaríkt og skemmtilegt hjá þeim Kötlu Vigdís Vernharðsdóttur og Ásrósu Helgu Guðmundsdóttur sem skipa sveitina. Í lok janúar gáfu þær út lagið Into the Dark sem trónar um þessar mundir á toppi vinsældalista Rásar 2 og fyrr í vikunni hlutu þær verðlaun sem bjartasta vonin í poppi, rokki, rappi og raftónlist á Íslensku tónlistarverðlauninum. Sannarlega mikil umskipti á stuttum tíma hjá þeim en Ásrós varð nýlega sautján ára og Katla verður sextán ára í sumar. „Okkur þótti ótrúlega vænt um að hafa verið tilnefndar sem bjartasta vonin og það var mikill heiður út af fyrir sig. Við höfðum engar sérstakar væntingar um sigur enda voru svo ótrúlega flottir listamenn tilnefndir með okkur. Því var svo frábært að vinna verðlaunin og ég var í svo miklu sjokki að ég náði ekki að þakka öllum, t.d. Hildu vinkonu minni sem hefur verið mér mikill andlegur stuðningur. Kvöldið var ótrúlega skemmtilegt og það var mjög gaman að spjalla við annað fólk í bransanum og mynda tengslanet,“ segir Katla.

Nýja lagið slær í gegn

Góðar viðtökur nýja lagsins, Into the Dark, komu þeim skemmtilega á óvart og segjast þær báðar vera í skjýjunum. „Okkur datt ekki í hug að lagið myndi ná þessum vinsældum. Katla samdi lagið í febrúar í fyrra og hefur það verið að breytast og mótast þangað til við tókum það upp í Sundlauginni í haust. Þá var ekkert annað í stöðunni en að taka upp tónlistarmyndband og fengum við Hauk Björgvinsson til að leikstýra því, Chanel Björk pródúseraði og Katrín Gunnarsdóttir samdi alla dansa. Við tókum það upp í nóvember og stóðu tölur yfir eina helgi. Það má segja að þetta hafi verið nokkurs konar samfélagsverkefni þar sem ótrúlega margt fólk kom að gerð myndbandsins og hjálpaði okkur að gera þetta að veruleika.“ Þeir Ásrós við en myndbandið var tekið upp á Ísafirði, Suðureyri, í Bolungarvík og við Óshlíð og þar má m.a. sjá fjölskyldumeðlimi og vini stúlkanna.

Nýtt efni á leiðinni

Ásrós og Katla hafa verið mikið á ferðinni undanfarið ár og segja líf sitt hafa gjörbreytt. Sveitin hélt m.a. tónleika í Þýskalandi og Frakklandi á vegum Hins hússins og kom fram á Iceland Airwaves í nóvember þar sem þær segjast hafa fengið frábær viðbrögð. Tónleikarnir vöktu m.a. athygli tónlistartimaritsins Rolling Stone sem sagði hljómsveitina eina af þeim áhugaverðustu á hátiðinni það árið.

Næstu mánuðir verða líka annasamir hjá þeim. „Við verðum á heimavelli um páskana þegar við spilum á Aldrei fór ég suður á Ísafirði og nýlega var tilkynnt að við munum koma fram á Secret Solstice í Laugardalnum í júní. Vonandi fáum við svo að koma fram aftur á Iceland Airwaves næsta vetur.“

Aðspurðar hvort fleiri ný lög verði gefin út í bráð segja þær nýtt efni á leiðinni. „Við erum þó ekki með nein plön um að gefa út plötu eins og er en við erum á fullu að æfa nýtt sett og ætlum að stækka

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundnið ritstjórnar-efni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: Ábyrgðarmaður: Elmar Hallgrímsson

Sölumenn: Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 512 5457 | Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 512 5429 | Ólafur H. Hákonarson, olafurh@frettabladid.is, s. 512 5433 | Máté Dalmay, mate@frettabladid.is, s. 512 5442,



„Okkur datt ekki í hug að lagið myndi ná þessum vinsældum,“ segir Ásrós Helga Guðmundsdóttir (t.v.) um vinsældir nýja lagsins, Into the Dark, sem trónar nú á toppi vinsældalista Rásar 2. MYND/VALLI



„Okkur þótti ótrúlega vænt um að hafa verið tilnefndar sem bjartasta vonin og það var mikill heiður út af fyrir sig. Við höfðum engar sérstakar væntingar um sigur,“ segir Katla Vigdís Vernharðsdóttir (t.h.). MYND/BALDUR KRISTJÁNSSON

hljóðheiminn í bandinu aðeins.“ Þær lýsa tónlist sinni sem melódísku indí krúttpoppi. „Helstu áhrifavaldar okkar eru Eivør, Sóley, Alice Merton, The Smiths, First Aid Kit og Florence and the Machine. Annars höfum við báðar fjölbreyttan tónlistarsmekk og hlustum á ólíkar tónlistarstefnur.“

Skjótur frami

Það var í febrúar á síðasta ári sem þær hófu að spila saman og stuttu síðar tóku þær þátt í Samvest, undankeppni söngvakeppninnar Samfés, og sigruðu hana. „Í kjölfarið stakk Katla upp á því að við myndum taka þátt í Músíktílaunum líka. Við bjuggumst alls ekki við sigri þar enda áttum við ekki einu sinni von á því að komast í úrslitin. Bara að komast þangað var sigur fyrir okkur,“ segir Ásrós.

Mikil umræða hefur skapast um stöðu kvenna innan tónlistarsenunnar undanfarið en hvernig skyldu þær upplifa hana? Katla segist ekki hafa fundið fyrir mikilli mismunun en segist þó alltaf með það í huga að kynjamsíðni sé enn til staðar og mikilvægt sé að vera vakandi fyrir því. „Ég hef alltaf haft sterkar fyrirmyndir í tónlistinni, t.d. konur sem eru að skapa og „meika það“. Það skipti mig miklu máli sem stelpa að hafa konur til að líta upp til af því að maður tengdi miklu meira við þær. Það er fyrirmyndum eins og Eivöru, Láru Rúnars, Sóleyju og Hildi að þakka að ég er á þessum stað í dag.“

Ásrós er á svipuðum nótum. „Ég hef ekki orðið vör við mismunun kvenna í bransanum en að vísu viðgengst kynjamsíðni enn þann dag í dag og er ég því mjög vakandi fyrir því.“

Frábært fyrir vestan

Á meðan Katla og Ásrós eru ekki að sinna Between Mountains stunda þær nám við Menntaskólann á Ísafirði auk þess sem þær eru báðar í tónlistarnámi við Tónlistarskólann



Between Mountains vann Músíktílaunir 2017 og kom sigurinn þeim á óvart. MYND/BRYNJAR GUNNARSSON

á Ísafirði. Þær koma einnig að uppsetningu Konungs ljónanna með leikfélaginu í Menntaskólanum auk þess sem Katla æfir blak með Vestra.

Katla segir frábært að búa fyrir vestan og það sé í raun ein mesta gjöf sem hún hafi fengið. „Fólkið í bænum styður mann á fullu og allir vilja gera allt til þess að koma okkur á framfæri. Það er ekki á mörgum öðrum stöðum sem hægt er að finna svona þétt og heilsteypt samfélag þar sem að allt þorpið hjálpast að við að „ala“ börnin upp.“

Á að vera gaman

Þær segjast ætla að halda samstarfi áfram á meðan þær hafi gaman af en það sé einmitt það sem þetta eigi að snúast um; að hafa gaman af því sem maður gerir, vera trúr sjálfum sér og sínum skoðunum.

Katla ætlar að mennta sig frekar á tónlistarsviðinu og starfa við tónlist til frambúðar að eigin sögn. Ásrós segist líka ætla að vera viðloðandi tónlist með einum eða öðrum hætti í framtíðinni. „Þó langar mig mikið til að fara í lýðháskóla í Noregi eða Danmörku áður en ég fer í frekara tónlistarnám, t.d. í leiklistarnám eða eitthvert annað akademískt nám.“

Fylgjast má með sveitinni á Facebook, hlusta á lögin á Spotify og horfa á myndböndin á YouTube-rás hljómsveitarinnar.

Verkfæri í miklu úrvali



VI Air 12V loftdælur í miklu úrvali. **17.995**

Jeppatjakkur 2.25t 52cm. **17.995**

METABO Bútsög KS216 **16.995**

Verðmætaskápar frá **4.995**

Verkfæralagerinn

Smáratorgi 1, 201 Kópavogi, sími 588 6090, vl@verkfaeralagerinn.is
Mán.-fim. kl. 9-18, fös. kl. 9-18:30, lau. kl. 10-18, sun. kl. 12-17

TILBOÐ

4 réttir + súpa dagsins
aðeins 1.690 kr.*



NAUTAKJÖT Í OSTRUSÓSU
KJÚKLINGUR Í KARRÝSÓSU
NÚÐLUR MEÐ GRÆNMET
DJÚPSTEIKTAR RÆKJUR MEÐ SÚR/SÆTRI SÓSU

*tekið með heim – 1.990 kr. ef borðað er á staðnum.

Frábær hóptilboð

Sjáðu öll tilboðin okkar á
www.kinahofid.is



Opið alla daga
vikunnar frá
kl. 11:00 - 22:00



KINAHOFID

Kinahofid veitingahús | Nýbýlavegi 20 | 200 Kópavogi
www.kinahofid.is | Sími 554 5022



sonar[®]
2018
Reykjavík

25

TUBORG
LÉTTÖL

**Music, Creativity
& Technology**

www.sonarreykjavik.com

Reykjavík
16.17 March

**underworld, danny brown, gusgus,
tokimonsta, lindstrøm, bjarki,
ben frost, nadia rose, jlin, troyboi,
denis sulta, bad gyal og margir fleiri.**

www.sonarreykjavik.com

Harpa. Fjögur svið.

Miðar á hátíðina ásamt kvöldpössum fánlegir á midi.is & í Hörpu.



origo.

TVG-ZIMSEN
FLUTNINGSMIDLUN



REYKJAVÍK
LOVES
#reykjavikloves

Hlýir og frískandi litir og stytur í hárið

Hártiskan í vor einkennist af hlýjum kopar-, fersku- og pastel-litum. Stytur í hárinu koma sterkar inn og fylgihlutir verða áberandi, að sögn Eddu Sifjar Guðbrandsdóttur hársnyrtímeistara.

Sigríður Inga Sigurðardóttir
sigriduringa@frettabladid.is



Gráir tónar vikja fyrir mildum, hlýjum litum.



Hárskraut verður áberandi í hártískunni.



Edda Sif á von á að spennur, hárbönd og nælur verði vinsælt hárskraut í vor. MYND/STEFÁN

„Ég held að fólk sé almennt til í að breyta til og prófa eitthvað nýtt. Hver og einn kys að hafa sinn eigin stíl, frekar en að vera eins og allir hinir. Það er mjög mikil breyting frá því sem áður var, þegar allir voru með sitt hár og liði.“

Edda Sif Guðbrandsdóttir

Ég sé fram á að hártiskan í vor verði mjög skemmtileg. Við eigum eftir að sjá talsvert hlýrri liti en undanfarið og minna af gráum tönnum sem hafa verið vinsælir í ljósu hári í vetur. Frískandi kopar-, pastel- og ferskjutónar verða áberandi, líkt og dökkt, náttúrlegt hár með hlýjum blæ,“ segir Edda Sif Guðbrandsdóttir hársnyrtímeistari en hún hefur starfað í faginu í tuttugu ár.

„Stytturnar koma aftur inn og það verður nokkuð um '70s áhrif þar. Mikið verður um toppa og svo er mullettið að koma aftur fram en með nútímalegri blæ en áður. Við erum ekki að tala um gamla, góða mullettið þar sem hárið er stutt að framan og sitt að aftan heldur dálítið mýkra. Hárið hjá strákonum er að síkka og margir láta lýsa á sér hárið fyrir sumarið. Það er mjög gaman að sjá að strákarnir eru ófeminnir við að breyta til.“

Fylgihlutir vinsælir

Spennur, hárbönd og nælur sem festar eru í hárið eiga einnig eftir að setja sinn svip á hártískuna í vor og segir Edda Sif slíka fylgihluti njóta sívaxandi vinsælda. Greiðslur eru líka mikið í tisku, svo sem fléttur, snúðar og liðir hjá fermingarstúlkum. „Allir fylgihlutir hafa farið stækkanði undanfarið, líka í hártískunni sem mér finnst mjög hressandi. Label.M er t.d. með mjög flottar nælur í hárið, sem fást t.d. í Háarakademiunni.“

Fleiri fara eigin leiðir

Flestir eru með heiminn í höndunum í símanum og fylgjast vel með nýjum tiskustraumum á Instagram og Snapchat. Edda Sif segir það vissulega hafa áhrif á hártískuna. „Ég held að fólk sé almennt til í að breyta til og prófa eitthvað nýtt. Hver og einn kys að hafa sinn eigin stíl, frekar en að vera eins og allir hinir. Það er mjög mikil breyting frá því sem áður var, þegar allir voru með sitt hár og liði,“ rifjar hún upp.

Þurrsjampó ómissandi

Þegar Edda Sif er spurð hvernig best sé að hugsa vel um hárið segir hún mikilvægt að nota góð

sjampó og næringu til að halda hárinu heilbrigðu. „Svo hjálpar til að nota góðar mótunarvörur til að ná fram því lúkki sem maður vill. Núna er DRY sjampó, eða þurrsjampó, mjög heitt til að ná fram þéttleika í hársrótinni. DRY sjampóið er þúðurkennt og er galdraefni til að halda hárinu hreinu og eins til að stækka hárið. Það er í miklu upphaldi hjá mér en það er líka gott að eiga gamla, góða hárlakkið. Svo mæli ég með að fá góð ráð frá klipparanum sínum um hárumhirðu og -vörur.“

Ánægð með ævistarfið

Edda Sif er mjög ánægð með að hafa valið sér hárgreiðslu að ævistarfi. „Ég ákvað strax sem lítil stelpa að verða hárgreiðslukona. Það er svo gaman að kynnast skemmtilegu fólk í gegnum starfið og fá að gleðja fólk í stólnum. Ég myndi ekki vilja gera neitt annað og mæli heilshugar með þessu starfi fyrir þá sem eru flinkir í höndunum og þykir gaman að umgangast fólk. Ég fer út á sýningar a.m.k. einu sinni á ári til að halda mér ferskri í faginu og þá aðallega til London. Það er nauðsynlegt að halda sér á tánum og svo er alltaf skemmtilegt að sjá eitthvað nýtt í hártískunni. Ég er svo heppin að hafa unnið með frábæru fólk í gegnum tíðina, sem hefur veitt mér mikinn innblástur og verið gott að umgangast.“

Edda Sif er nýlega komin úr fæðingarorlofi og vinnur hjá Háarakademiunni, sem er einkarekin hárgreiðsluskóli í Mörkinni 1. „Við verðum einmitt með opið hús frá kl. 17.00-20.00 þann 20. mars fyrir fermingarborn og þeirra aðstandendur. Þá er hægt að koma og prófa að gera í sig krullur og fá góð ráð. Við verðum með tilboð á öllum HH Simonsen járnnum og Label.M vörunum fyrir þá sem vilja greiða sér sjálfir á fermingardaginn.“



Tommy Hilfiger úrin fást hjá eftirtöldum verslunum

GP. skartgripir & úr, Bankastræti 12 | Michelsen úrsmiðir, Kringlunni 8-12 | Jón & Óskar, Laugavegi 61 | Jón&Óskar, Kringlunni 8-12 | Jón&Óskar, Smáralind | Meba Kringlunni 8-12 og Meba Smáralind | Klukkan Hamraborg | Halldór Ólafsson, Glerártorgi Akureyri | Klassík, Egilstöðum | Guðmundur B. Hannah, Akranesi | Tímadjásn, Grímsbæ

VÁ!

**NÆRANDI KREM.
KLÍSTRAST EKKI.
FYRIR ANDLIT & LÍKAMA.**



Að fá börn til að hjálpa við húsverk

Það er mikil vinna að reka heimili og engin ástæða til þess að börnin hjálpi ekki til. Það eru alls kyns húsverk sem krakkar geta unnið sem bæði kenna þeim ýmislegt gagnlegt og geta þroskað þau.

Oddur Freyr Þorsteinsson

oddurfreyr@frettabladid.is



Það þarf að sinna ýmsum húsverkum á hverju einasta heimili, svo það er full ástæða til þess að allir á heiminu hjálpist að. Auðvitað geta mjög ung börn ekki hjálpað mikið, en krakkar geta byrjað að hjálpa til við eitt og annað frekar snemma og það eru ýmis húsverk sem krakkar geta séð um, eða í það minnsta aðstoðað við. Það kennir þeim mikilvæga hluti sem allir þurfa að læra og það að bera ábyrgð og leggja sitt af mörkum getur verið gagnlegt fyrir þroska barnanna.

Hér eru nokkur dæmi um húsverk sem krakkar geta aðstoðað við:

- Uppvask er verkefni sem krakkar geta sinnt þegar þau komast á grunnskólaaldurinn. Þau geta



Börn geta meðal annars hjálpað til með þvottinn.

Börn geta hjálpað til við uppvaskið og jafnvel séð alveg um það.



í það minnsta hjálpað við að þurrka upp og á heimilum sem hafa uppþvottavélar geta börnin hjálpað við að fylla þær og tæma. Þau geta líka lært snemma að ganga frá eftir sig eftir máltíðir.

- Börn geta aðstoðað við matseld og bakstur og eldri krakkar geta jafnvel séð um að elda af og til.
- Það getur verið gott hópverkefni að þvo bílinn saman.
- Krakkarnir geta hjálpað til við að skipta á rúmunum og þegar þau eldast geta þau skipt á eigin rúmi og búð um það.
- Börn geta líka hjálpað mikið til við að þurrka af.
- Ef það eru gæludýr á heiminu er um að gera að láta börnin sjá um að sinna þeim. Það hjálpar þeim að læra að bera ábyrgð.
- Börn geta hjálpað við að ganga frá hreinum þvotti og flokka óhreinan.
- Börn geta aðstoðað við að vökva plönturnar og það er jafnvel hægt gefa þeim smá pláss í garðinum eða pott í stofunni til að rækta sínar eigin plöntur.
- Eldri krakkar geta hjálpað við að moka snjó frá húsinu.
- Eldri krakkar geta líka séð um verk eins og að ryksuga og þrifa baðherbergið.

Alls konar ávinningur

Börn geta lært ýmislegt af því að vinna húsverk. Í fyrsta lagi læra þau auðvitað það sem þau þurfa að gera til að sjá um sig og heimilið, sem kemur að góðum notum þegar þau eldast og stofna sitt eigið heimili. Með því að taka þátt í húsverkunum fá börn líka æfingu í ýmiss konar samskiptum. Þau læra meðal annars að tjá sig skýrt, semja og að vinna með öðrum í liði.

Þegar þau leggja sitt af mörkum

til fjölskyldunnar læra börnin líka að finna að þau hafi hæfni til að gera ýmislegt og taka ábyrgð. Þó þeim þyki verkefni sjálf ekki skemmtileg hafa þau líka yfirleitt gaman af því að gera gagn.

Jafnvel mjög ung börn geta hjálpað ef þau fá verkefni sem henta þeim, eins og að ganga frá dótinu sínu. Slík verkefni senda barninu þau skilaboð að framlag þess skipti máli.

Með því að deila álaginu af húsverkum fær fjölskyldan svo meiri tíma til að eyða saman í eitthvað skemmtilegt.

Það sem ber að forðast

Það er mikilvægt að gefa nákvæm fyrirmæli og að kynna börnin fyrir húsverkum hægt og rólega. Fyrst að sýna þeim, svo að gera með þeim, svo að fylgjast með og loks treysta þeim til að sjá um verkefni sjálf. Það má ekki gera of miklar kröfur og krefjast fullkomunnar. Börnin verða að fá að gera mistök til að læra af þeim.

Það versta sem hægt er að gera er að gera hluti sem þau áttu að sjá um fyrir þau, annaðhvort af því að það var ekki „gert rétt“ eða þau biðu of lengi með að ganga til verks. Það sendir þau skilaboð að þau ráði ekki við þetta, kemur í veg fyrir að þau læri og kennir þeim um leið að ef þau gera ekki eitthvað, eða gera það „rangt“, þá reddi foreldrarnir málunum.

Sumir nota vasapeninga til að hvetja börn til að vinna húsverk. Það getur verið gagnlegt, en það verður að vera skýrt að þessir hlutir eru þess virði að gera, hvort sem er greitt fyrir þá eða ekki.

Síðast en ekki síst er mjög mikilvægt að hæla börnunum snemma og oft og hvetja þau þannig áfram.



Tommy Hilfiger úrin fást hjá eftirtöldum verslunum

GP. skartgripir & úr, Bankastræti 12 | Michelsen úrsmiðir, Kringlunni 8-12 | Jón & Óskar, Laugavegi 61 | Jón&Óskar, Kringlunni 8-12 | Jón&Óskar, Smáralind | Meba Kringlunni 8-12 og Meba Smáralind | Klukkan Hamraborg | Halldór Ólafsson, Glerártorgi Akureyri | Klassík, Egilstöðum | Guðmundur B. Hannah, Akranesi | Tímadjásn, Grímsbæ



Börn geta hjálpað við húsverkin á ýmsan hátt. MYNDIR/NORDICPHOTOS/GETTY

Smáauglýsingar

512 5800

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

Bílar & Farartæki



MMC Pajero. Árgerð 2005, ekinn 227 þ.KM, dísel, sjálfskiptur 5 girar. Verð 1.590.000. Rnr.105260.



TILBOÐ.

Tilboð kr 5,990,000.- ásett verð kr 6,290,000.- MMC Pajero. Árgerð 2015, ekinn 50 þ.KM, dísel, sjálfskiptur 5 girar. Verð 5,990,000. Rnr.105285.

Braut Bílasala
Bíldshöfða 3, 110 Reykjavík
Sími: 587 6600
bilabraut@bilabraut.is
www.bilabraut.is



Suzuki fjörgengis utanborðsmótorar Nettir, léttir, sparneytnir, hljóðlátir og áreiðanlegir. Eigum flestar stærðir á lager.

SUZUKI
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 568 5100
suzukisport@suzuki.is
Suzuki.is / suzukisport.is

Hjólbarðar



NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.

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

Þjónusta

Pípulagnir

Pípulagningameistari getur bætt við sig verkefnum og viðhaldi á ofnakerfum. Uppl. í s. 778 1604

Hreingerningar



Hreingerningar - Bónun - 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

Bókhald



Skattframtöl, Bókhald, Vsk. & launauppgjör, Ársuppgjör. Ódýr og góð þjónusta
www.hsebokhald.is
hsebokhald@hsebokhald.is
Sími: 6926910

RÉTTA- BÓKHALDSÞJÓNUSTA.

Getum bætt við okkur verkefnum. Alhliða bókhaldsþjónusta. Sanngjörn verð og góð þjónusta. Uppl. í s. 8548080/5168080 eða olafur@retta.is.

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

Málarar

Getum bætt við okkur inni og útiverkefnum. Vönduð vinnubrögð og góð umgengni. Tilboð eða tímavinna. Litið Mál ehf. Sigurður 896-5758

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

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

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

GEFDU VATN
gjofsemgefur.is
907 2003
Hjálparstarf kirkjunnar

Keypt & Selt

Til sölu

Tilvalin fermingargjöf!
BENSÍNSVESPA
Engin trygging! Ekkert próf!
Kr. 229.900,-
NITRO
Nitro - Úrórharfi 4 - 557 4848 - nitro.is

LOK Á POTTA
HEITIRPOTTAR.IS
HÖFDABAKKA 1
SÍMI 777 2000

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

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

Heilsa

Nudd



TANTRA NUDD

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

Til sölu



Til sölu nýr Volvo 8*4 vörubíll með hliðarsturtu og malbikssegli. Tilbúinn í malbikið. Upplýsingar Síggi S. 892-1164

Húsnæði

Húsnæði í boði

Til leigu 25 fm nýtt hús í Bláskógabyggð-Reykjaskógur. Nýtt innbú og öll búskáld eru til staðar. Er laus strax, styttri eða lengri leigutími í boði. Uppl. í s. 892 0010 og 663 8945 berglindoskk@hotmail.com

Atvinnuhúsnæði

ATVINNUHÚSNÆÐI

TIL LEIGU 50 m2 Góð l.hæð+hurð. Leiga: 99 þ - Snyrtileg starfsemi Facebook: steinhella 14. S: 661-6800

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS FÝRSTI MÁNUÐUR FRÍR

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

GEYMSLUR.IS

SÍMI 555-3464

Suma hluti er betra að geyma. Geymslur fyrir dánarbúið, allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Skemmtanir

BOLTINN Í BEINNI
HAPPY HOUR ALLA DAGA!! kl. 16-19
Gullnáman
LEIKIR HELGARINNAR: Laugardagur 17. mars
12:15 Swansea-Tottenham (FA Cup)
17:30 Liverpool-Watford
19:45 Man.Utd- Brighton (FA Cup)
Sunnudagur 18.mars
13:30 Wigan-Southampton (FA Cup)
16:30 Leicester-Chelsea (FA Cup)
Cafe Catalina
Hamraborg 11 • 200 Kópavogur • Sími 554 2166 • www.catalina.is
„Best geymda leyndarmál Kópavogs“
Hljómsveitin **Klettur** spila föstudags og laugardagskvöld frá kl. 00:00 - 03:00
Hljómsveitina skipa þeir:
Rúnar Þór - Sigurður Árnason - Rúnar Villa - Björgvin Gísla
Heitur matur í hádeginu alla virka daga • Boltatilboð • Happy hour • Lifandi tónlist allar helgar

Atvinna

Atvinna í boði

SÖLUMENN ÓSKAST.

Óska eftir duglegum sölumönnum um allt land til að selja USB lykili sem á er digital bók. Um er að ræða ný trúabróð sem er kristinn nýaldartrú. Sala fer þannig fram að kaupanda er boðinn lykili að himnaríki. Er þetta háheilagt sem selt er. Vinsamlegast berið virðingu fyrir því því þetta er hágæðavara. Síðan rettir sölumaður kaupanda auglýsingablað sem ég samdi sem á eru þær upplýsingar sem til þarf til að selja USB lykili. Ef um sölu er að ræða þá réttir sölumaður kaupanda miða og biður kaupanda að millifæra á reikning. Fær sölumaður 2000 kr eftir skatt en usb lykili kostar 10 þús kr. Og unnið er á milli 12-20 alla daga. En hægt er að vinna einungis um kvöld og helgar.

Upplýsingar í síma 776-4111

FISKVINNSLA Í HAFNARFIRÐI LEITAR EFTIR VERKSTJÓRA OG GÆÐASTJÓRA.

Viðkomandi þarf að hafa reynslu við verkstjórn og hafa góða þekkingu á almennum fiskvinnslustörfum.

Umsóknir skal senda póst á vinna@hamrafell.is

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMÍÐI, MÚRARA, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?

Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömmum fyrirvara.

Proventus starfsmannþjónusta - proventus.is Sími 551-5000 Netfang proventus@proventus.is



Snyrti & nuddstofan Smart

Kirkjulundi 19 • 210 Garðabæ



Tilboð

Indverskt höfuð og andlitsnudd, litun og plokkun á augabrúnir á aðeins 5.500.-

Verið hjartanlega velkomin.

Tímabantanir í síma 789 3031 & 897 3035, helgasig2@gmail.com eða á facebook síðu: Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

SKIPULAGSBREYTING

Tillaga að aðal- og deiliskipulagsbreytingu við Suðurgötu 40-44

Á fundi bæjarstjórnar Hafnarfjarðar þann 30.8.2017 var samþykkt að auglýsa tillögu að breyttri landnotkun í aðalskipulagi Hafnarfjarðar í samræmi við l. mgr. 36. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Jafnframt samþykkt bæjarstjórn tillögu að breyttu deiliskipulagi fyrir Suðurgötu 40-44 og að auglýsa hana í samræmi við l. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Tillögurnar verða auglýstar samhliða líkt og 2.mgr. 4l. gr. skipulagslaga 123/2010 veitir heimild til.

Breytingartillaga aðalskipulags Hafnarfjarðar fyrir umræddar lóðir felst í að: breyta landnotkunarskilgreiningunni er nær til lóðanna við Suðurgötu 40-44 úr samfélagsþjónustu í íbúðarbyggð.

Breytingartillaga deiliskipulagsins felst í að: lóðin við Suðurgötu 40 verður aftur skilgreind sem íbúðarhúsaloð í stað bílastæðalóðar. Húsið við Suðurgötu 44 fær nýtt hlutverk ásamt leikfímishúsi sem á að víkja sk. gildandi skipulagi. Því verði breytt í íbúðarhús með að hámarki 12 íbúðum. Bílastæði verða leyst innan lóðar. Til verður ný lóð innan lóðar Suðurgötu 44 er fær númerið 46.

Tillögurnar ásamt fylgigögnum verða til sýnis í þjónustuveri Hafnarfjarðar Strandgötu 6 og hjá Umhverfis- og skipulagsþjónustu að Norðurhelli 2, frá 16.03.2018-27.04.2018. Hægt er að skoða breytingartillögurnar ásamt fylgigögnum á vef Hafnarfjarðarbæjar www.hafnarfjordur.is. Nánari upplýsingar eru veittar hjá Umhverfis- og skipulagsþjónustu. Þeim sem telja sig hagsmuna eiga að gæta er gefinn kostur á að gera athugasemdir við breytinguna og skal þeim skilað skriflega til Umhverfis- og skipulagsþjónustu Hafnarfjarðarbæjar, eigi síðar en 27. apríl 2018. Þeir sem eigi gera athugasemdir við breytinguna innan tilskilins frests, teljast samþykkir henni.

Umhverfis- og skipulagsþjónusta Hafnarfjarðar. Skipulagsfulltrúi.

HAFNARFJARÐARBÆR
RÁÐHÚS HAFNARFJARÐAR
STRANDGÖTU 6

ÞJÓNUSTUVER
OPIÐ FRÁ KL. 8.00 – 16.00
ALLA VIRKA DAGA

585 5500
hafnarfjordur.is



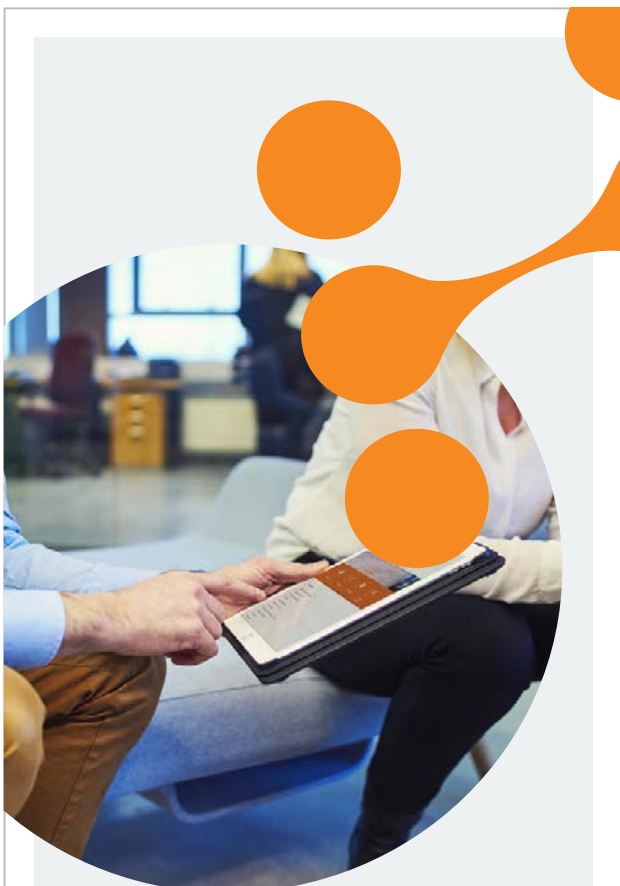
Mat á umhverfisáhrifum

Álit Skipulagsstofnunar

Hvammsvirkjun, landslag, útivist og ferðaþjónusta, í Skeiða- og Gnúpverjahreppi og Rangárþingi ytra

Skipulagsstofnun hefur gefið álit sitt um mat á umhverfisáhrifum samkvæmt lögum nr. 106/2000. Álitid liggur frammi hjá Skipulagsstofnun, Borgartúni 7b, Reykjavík. Álitid og matsskýrslu Landsvirkjunar er einnig að finna á vef stofnunarinnar www.skipulag.is.

Álit Skipulagsstofnunar lítur eingöngu að áhrifum á ofangreinda umhverfisþætti. Umfjöllun um og mat á aðra umhverfisþætti er að finna í úrskurði stofnunarinnar frá því í ágúst 2003 sem einnig er að finna í gagnagrunni umhverfismats á vef stofnunarinnar.



Ný tækifæri,
nýjar áskoranir!

HAGVANGUR

www.hagvangur.is

Greiðsluáskorun

Innheimtumenn ríkissjóðs skora hér með á gjaldendur eftirtalinnar gjalda að gera skil nú þegar eða í síðasta lagi innan 15 daga frá dagsetningu áskorunar þessarar:

Gjöldin eru: Staðgreiðsla tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds sem fallið hefur í eindaga til og með 15. mars 2018, virðisaukaskattur sem fallið hefur í eindaga til og með 5. mars 2018 og önnur gjaldfallin álögd gjöld og ógreiddar hækkanir er fallið hafa í eindaga til og með 15. mars 2018, á staðgreiðslu tekjuskatts, útsvars og tryggingagjalds, virðisaukaskatti, virðisaukaskatti í tolli, vanskilum launagreiðenda á gjöldum í og utan staðgreiðslu, fjármagnstekjuskatti á skilaskylda aðila, áfengisgjaldi, bifreiðagjaldi, úrvinnslugjaldi, oliugjaldi, kílómetragjaldi, gistináttaskatti, fjársýsluskatti, vinnueftirlitsgjaldi, vörugjaldi af innlendi framleiðslu, vörugjaldi af ökutækjum, eftirlitsgjöldum, árgjöldum, aðflutningsgjöldum, skilagjaldi á umbúðir, fasteignagjöldum, skipulagsgjaldi, skipagjöldum, jarðarafgjaldi, sektum skattrannsóknarstjóra, ofgreiddri uppþót á eftirlaun, eftirlitsgjaldi Fjármálaeftirlitsins, árgjaldi handhafa markaðsleyfis, veiðigjaldi og álögdum þing- og sveitarsjóðsgjöldum, sem eru:

Tekjuskattur og útsvar ásamt álagi á ógreiddan tekjuskatt og útsvar, útvarpsgjald, gjald í framkvæmdasjóð aldreaðra, slysa-tryggingagjald vegna heimilisstarfa, auðlegðarskattur og viðbótar auðlegðarskattur, fjármagnstekjuskattur ásamt álagi á ógreiddan fjármagnstekjuskatt, ógreiddur tekjuskattur af reiknuðu endurgjaldi ásamt álagi, búnaðargjald, sérstakur fjársýsluskattur, sérstakur skattur á fjármálaþyrirtæki, jöfnunargjald alþjónustu, ofgreiddar barnabætur og ofgreiddar vaxtabætur.

Fjárnáms verður krafist án frekari fyrirvara að þeim tíma liðnum fyrir vangoldnum eftirstöðvum gjaldanna ásamt dráttarvöxtum og öllum kostnaði, sem af innheimtu skuldarinnar kann að leiða, á kostnað gjaldenda.

Athygli skal vakin á því að auk óþæginda hefur fjárnám í för með sér verulegan kostnað fyrir gjaldanda. Fjárnámsgjald í ríkissjóð er allt að 19.100 kr. fyrir hvert fjárnám. Þinglýsingargjald er 2.000 kr. auk útlagðs kostnaðar eftir atvikum. Eru gjaldendur hvattir til að gera full skil sem fyrst til að forðast óþægindi og kostnað.

Þá mega þeir gjaldendur, sem skulda staðgreiðslu, staðgreiðslu tryggingagjalds, vörugjald, afdreginn fjármagnstekjuskatt, áfengisgjald, fjársýsluskatt, gistináttaskatt og virðisaukaskatt, búast við því að starfsemi þeirra verði stöðvuð án frekari fyrirvara, þeir gjaldendur er skulda bifreiðagjöld og kílómetragjald mega eiga von á að skráningarnúmer verði tekin af ökutækjum þeirra án frekari fyrirvara og þeir gjaldendur sem skulda gjöld þar sem lögveð fylgir mega búast við að send verði út sérstök greiðsluáskorun fyrir gjaldföllnum kröfum. Greiðsluáskorunin hefur ekki áhrif á þessi innheimtuúrræði þannig að fyrrgreindur 15 daga frestur frá dagsetningu áskorunar þessarar gildir ekki í þessum tilvikum.

Reykjavík, 16. mars 2018

Tollstjóri
Sýslumaðurinn á Vesturlandi
Sýslumaðurinn á Vestfjörðum

Sýslumaðurinn á Norðurlandi vestra
Sýslumaðurinn á Norðurlandi eystra
Sýslumaðurinn á Austurlandi

Sýslumaðurinn á Suðurlandi
Sýslumaðurinn í Vestmannaeyjum
Sýslumaðurinn á Suðurnesjum