



MIDVIKUDAGUR 21. MARS 2018

## Heimili



Fyrir tilviljun ákvað Helga Valdís Árnadóttir að teikna eina mynd úr lífi sínu á hverjum degi út þennan mánuð. Hún kallar myndirnar krot dagsins. ➔6

### Sjávarréttapanna

2 fyrir 1

Vinsælasti rétturinn okkar!

Þrjár tegundir af ferskasta fiski dagsins ásamt humri, rækjum og bláskel. Sjávarréttasúpa og salatbar innifalið.

4.900 fyrir tvo

Klipptu út auglýsinguna og hafðu með þér. Gildir til 31. maí 2018



SEAFOOD RESTAURANT  
Grandagarði 9 - Sími 517 3131 - sjavarbarinn.is



Lífskunstnerinn Bjargey Ingólfssdóttir með dóttur sinni, Hrafnhildi Elsu, sem er ellefu ára og smekkvís eins og mamman. MYND/ERNIR

# Lætur drauma rætast

Bjargey Ingólfssdóttir er mörgum innblástur þegar kemur að fallegu heimilishaldi og innihaldsríku fjölskyldulífi. Hún er komin í páskaskap og tekst á við nýtt og spennandi verkefni þegar sumri hallar. ➔2





Blóm eru dálæti Bjargeyjar þegar punta skal heimilið.

Páskaborð Bjargeyjar er rómantískt og boðar bjart vorið með hvítum túlipönnum og nellikum. MYNDIR/ERNIR

Þórdís Lilja  
Gunnarsdóttir  
thordisg@frettabladid.is



Það langbesta við páskana er að þá er hægt að kveðja veturinn formlega og bjóða vorið velkomið," segir sumar-barnið Bjargey sem orðin er leið á löngum vetrinum.

Fram undan er stór stund hjá fjölskyldu Bjargeyjar því frum-burðurinn Bryndís Inga fermist á pálmásunnudag.

„Undirbúningur fyrir fermingar-veisluna hefur sannarlega verið skemmtilegur en það verður kær-komið að fara í páskafri á eftir. Ég hlakka því mjög til páskanna í ár því þá ætlum við fjölskyldan að njóta þess að vera í frii og hafa það notalegt saman.“

Heimili Bjargeyjar og fjölskyldu er komið í fagran páskabúning.

„Fyrir mér eru páskarnir tilvalinn tími til að lifga upp á heimilið og færa sumarið tímanlega heim í stofu. Ég nota yfirleitt lítið af hefðbundnu páskaskrauti en tíni í staðinn greinar úr garðinum og skreyti hibiýlin með blómum,“ segir Bjargey sem þykir jafn gaman að skreyta fyrir páskana og jólin.

„Það má segja að ég upplifi ákveðna hugarró við það að skreyta heimilið, hvort sem það er

“ Fyrir mér eru páskarnir tilvalinn tími til að lifga upp á heimilið og færa sumarið tímanlega heim í stofu.

fyrir ákveðin tilefni eða bara til að gera fallett heima í hvunn dagslífinu. Ég er alltaf eitthvað að dunda mér og skreyta herna heima við og er dugleg að finna mér ný verkefni. Þannig fékk ég þá hugmynd að mála eldhúsið blátt um daginn og tveimur dögum síðar var ég búin með verkið.“

#### Taumlaust súkkulaðiát

Bjargey segist ekki mjög veisluglöð yfir páskahátíðarnar.

„Yfirleitt höldum við eitt matar-boð um páska og þá skreyti ég borðið. A páskadag ætla ég að hafa íslenskt lambalæri og tilheyrandi meðlæti.“

Á páskadagsmorgunn hefur fjöl-



Fuglar, blóm, trjögreinir og páskaeegg setja svip sinn á heimili Bjargeyjar í aðdraganda páskanna.

skyldan fyrir hefð að leita páskaeggja í garðinum heima eða uppi í sumarbústað.

„Krökkunum þykir það mjög skemmtilegt. Við fönndrum líka páskaeegg með því að mála á hænuegg, skreytum egg úr pappa eða frauðplasti og felum síðan víðsvegar um garðinn. Þá upphéfst mikil keppni hjá krökkunum að finna sem flest egg og allir skemmta sér vel,“ segir Bjargey full tilhlökkunar.

„Frá páskum æskunnar minnst ég þess að hafa verið með mikla

magaverki eftir taumlaust súkkulaðiát, en það tilheyrir auðvitað,“ segir hún hléjandi.

#### Besta útgáfan af sjálfri þér

Spennandi tímar bóða Bjargeyjar á komandi sumri og hausti.

„Mesta tilhlökkunarefnið er ferming elstu dóttur minnar, en í maí fer ég í jógaferð til Tossa de Mar og hlakka mikið til. Í haust hef ég svo tekið að mér skemmtilegt verkefni hjá Gaman Ferðum og verð fararstjóri í lúxus spa-ferð fyrir konur til Litháen. Þar mun

ég leiða hópinn og verða með nám-skeiðið Besta útgáfan af sjálfri þér. Það er uppbyggjandi og skemmtilegt sjálfsstyrkingarnámskeið fyrir allar konur sem vilja auka ham-ingjuna í lífi sínu og láta drauma sína rætast.“

Hægt er að fylgjast með Bjargeyju á Snapchat undir bjargeygo. **atemqui dit aut maximolorunt qui doluptibus iligeniet utem volor atem expere suntemp orehenimodio et acimporia sequate**

Fólk er kynningarbláð sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og um-fjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið riststjórnar-efni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 512 5349 | Ragnheiður Tryggvadóttir, heida@frettabladid.is, s. 512 5367 | Oddur Freyr Þorsteinsson, oddurfreyr@frettabladid.is, s. 512 5368 | Sigríður Inga Sigurðardóttir, sigriduringa@frettabladid.is, s. 512 5372 | Starri Freyr Jónsson, starri@frettabladid.is, s. 512 5358 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 512 5338

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 Dalmy, mate@frettabladid.is, s. 512 5442,



## HÚSAVIÐGERÐIR.IS

MÚR- OG STEYPUVIÐGERÐIR  
ALHLIÐA MÚRVERK  
ÞAKVIÐGERÐIR  
GLUGGASKIPTI

HAFÐU SAMBAND

INFO@HUSAVIDGERDIR.IS

SÍMI 565-7070

Finndu okkur á  
Facebook



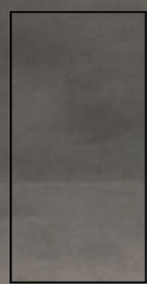


## Marazzi

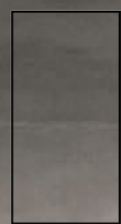
Flísaframleiðandinn Marazzi er einn af stærstu flísaframleiðendum í heimi og leiða þeir tæknilega þróun á Ítalska flísamarkaðnum.

Vandaðu valið,  
veldu Marazzi flísar.

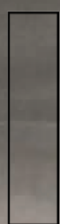
### STÆRÐIR 20mm.



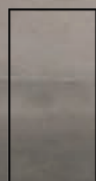
75X150  
RETT.



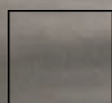
60X120  
RETT.



30X120  
RETT.



90X100  
RETT.



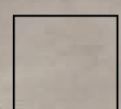
60X60  
RETT.



90X190  
RETT.



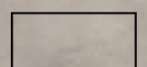
75X75  
RETT.



60X60  
RETT.



30X60  
RETT.



37,5X75  
RETT.



15X15



21X18,2



7X28

# VANDAÐU VALIÐ



# Heillaðist af wok-matreiðslu

Ebba Sig, leikkona og uppistandari, eldar helst allt á wok-pönnu og finnst það skila bæði þægilegri eldamennsku og bragðgóðum mat. Hún eldar þó ekki á laugardagskvöldið þar sem hún verður með uppistand á Kaffi Laugalæk.

Brynhildur Björnsdóttir

brynhildur@frettabladid.is



Ég er svolítið mikið í wok-pönnu,“ segir Ebba Sig, leikkona og uppistandari, aðspurð hvar hún dvelji helst í eldhúsinu. „Þegar ég er í tímaþröng er svo fint að henda alls konar í hana, kjúklingi og grænmeti og sulla sojasósu yfir og þá er ég komin með ásiskan mat sem virkar.“ Wok-panna er því hið

mesta þarfapungur fyrir Ebbu og hefur verið í förum hennar lengi. „Pannan sem ég nota núna er reyndar bara eins árs en ég átti aðra sem fór með mér um allt, flutti meira að segja til London þegar ég var í leiklistarnámi í Rose Bruford skólanum. Þar gekk hún sér til húðar svo ég skildi hana eftir þegar ég flutti heim en var ekki lengi að koma mér upp nýrri.“ Hún segist hafa kynnst wok-eldamennsku á barnsaldri. „Frænka mín bauð mér einhvern tíma í mat þegar ég var svona ellefu ára og þá var hún búin að búa til svona núðlurétt. Ég er svolítið sjúk í allt asíkt þannig að ég fékk mömmu til að kaupa svona pönnu fljótlega eftir það.“ Hún segist dugleg að leita uppi uppskriftir á netinu sem passa í wok. „Ég er svolítið í því að gera tilraunir í eldhúsinu sem heppnast ekki alltaf vel en ég reyni. Ég reyndi til dæmis að búa til eggjaköku í wokinu um daginn en ég mæli ekki með því. Kannski er einhver sem getur gert eggjaköku í wok en það er ekki ég.“

Ebba hefur líka gaman af því að bjóða fólki í mat. „Þá geri ég tilraunir á því af því að ég veit að ef illa fer get ég alltaf gengið að mínum góða núðlurétti sem er svo lítið mál að búa til, engin sérstök uppskrift og aldrei eins í tvö skipti en alltaf góður. Ég set bara vorlauk, eitthvert grænmeti eins og gulrætur og brokkolí og kjúkling í wok-pönnuna og krydda með öllu sem til er í skápnum. Svo sýð ég núðlurnar með súputeningi,



Ebba Sig, leikkona og uppistandari, með wok-pönnuna góðu sem hún eldar á flesta daga.

MYND/STEFÁN

læt þetta svo allt bara malla í pönnu og set helling af sojasósu yfir. Getur ekki klikkað.“

Ebba býr með mömmu sinni sem er alsæl með wok-eldamennskuna. „Við erum með góða verkaskiptingu í eldhúsinu, ég elda og hún þvær upp. Henni finnst leiðinlegt að elda og mér finnst ekkert sérstaklega skemmtilegt að vaska upp svo þetta er mjög góður samningur.“

Á laugardaginn verður ekki eldað í wok því þá er Ebba með uppistand á Kaffi Laugalæk. „Ég heyrði af þessu kaffihúsi í október þegar ég var að leita að stað fyrir einleikinn minn og ákvað að prófa að vera þar.“ Einleikurinn, Guðmóðirin, gekk fyrir fullu

kaffihúsi í nóvember og desember. Þar fer Ebba í hlutverk persónu hvernar einkalíf er í „tómu bulli“ eins og hún segir sjálf en verkið er byggt á persónulegri reynslu hennar sjálftrar og hún segir meðal annars frá kynferðisofbeldi og flókinni reynslu af kynlífi og því að setja mörk. „Guðmóðirin er ádeila á samfélagið,“ segir Ebba. „Við frumsýndum beint í kjölfar #metoo en verkið var líka myndið, og kannski ekki síst vegna þess að það eru svo margar konur sem konnaðust við það sem ég var að lýsa. Það er bæði mikilvægt og gott að tala opinskátt um kynlíf og að vera kona.“ Hún segir uppistandið vera á svipuðum nótum og hlakkar

til að koma aftur í Kaffi Laugalæk. „Það hefur myndast gott samband milli mín og eigandans og mér líður rosa vel í þessum hverfisfiling sem þar er. Það hefur verið góð aðsókn bæði á uppistandið og einleikinn svo þetta er mjög góður staður til að koma fram.“ Aðspurð segist hún ekki tala um wok-eldamennsku í uppistandinu. „Ég ætti samt kannski að gera það, það er hægt að draga ýmsar líkingar við lífið út frá eldamennsku á wok-pönnu.“

Uppistandið hefst klukkan níu á Kaffi Laugalæk og enginn aðgangseyrir.

## AFMÆLISTILBOÐ



### 28 ÁRA



## ALLUR FISKUR OG FISKRÉTTIR AÐEINS

# 1.790 kr/kg

TILBOÐIÐ GILDIR  
ALLA VIKUNA

FISKIBOLLUR



KAUPIR 1-KG FÆRÐ 2-KG.



**Fiskikóngurinn**

Sogavegi 3  
Höfðabakka 1  
Sími 555 2800



Þessi græni drykkur á morgnana á að koma í veg fyrir uppþemdan maga.

## Góður drykkur fyrir magann

Það er hægt að koma í veg fyrir uppblásinn maga og vanlíðan eftir máltíðir með því að breyta mataræðinu, sérstaklega á morgnana. Alls kyns grænir drykkir á morgnana láta maganum líða betur yfir daginn. Samt er það þannig að margir nenna ekki að standa í líku á morgnana. Suma drykki er auðvelt að gera kvöldið áður og taka þá með sér í vinnu að morgni. Það er ekkert því til fyrirstöðu að skipta um ávexti, nota til dæmis setja bláber í staðinn fyrir kivi. Aðalmálið er að finna út hvað fer best í maga.

Hér er smoothie sem er fullur af trefjum og er því súpergóður fyrir þarmana.

Uppskriftn miðast við eitt glas.

**2 kivi**  
**1 limóna**  
**½ banani**  
**1 löfi spinat**  
**2 msk. hafframjöl**  
**1 dl laktósafri hrein jógúrt**  
**½ dl nýpressaður appelsínusafi**  
Takið hýðið af kivi ávextinum. Setjið allt í matvinnsluvél ásamt safu úr limónunni.



Egill  
Arnason™

# GERÐU KRÖFUR

Val á flísum sem standast tímans tönn krefst útsjónarsemi og þekkingar. Flísar frá Ítalíu og Spáni, brenndar, rétt skornar og í fyrsta flokki, skipa sér þar með í flokk bestu fánlegu flísa. Það skilur á milli framleiðenda þegar kröfurnar eru miklar. Kynntu þér flísarnar í verslun okkar Suðurlandsbraut 20.



# Leggur músinni og tekur fram pennann

Fyrir tilviljun ákvað Helga Valdís Árnadóttir að teikna eina mynd úr lífi sínu á hverjum degi út þennan mánuð. Hún kallar myndirnar krot dagsins.

Sigríður Inga Sigurðardóttir  
sigriduringa@frettabladid.is



Ég vinn í tölvum allan daginn og teikna ekki nærri því eins mikið og þegar ég var yngri. Svo var ég lasin heima um daginn og þá byrjaði ég að krotta mynd á blað með penna. Mér var mjög ofarlega í huga hvað ég væri nú veik, svo fyrsta myndin var veikindamynd. Ég hafði svo gaman af þessu kroti að ég ákvað að skora á sjálfa mig og teikna eina mynd á dag út þennan mánuð," segir Helga Valdís Árnadóttir sem hefur frá unga aldri haft gaman af því að teikna. „Skólabækurnar mínar báru þess glöggt merki. Þær voru alltaf þaktar teikningum og ég fékk skömm í hattinn fyrir uppátækið," rifjar Helga Valdís upp.

Hún lauk prófi í grafískri hönnun frá Listaháskóla Íslands og starfar sem Art Director hjá Hvíta húsinu þar sem hún bæði sinnir hugmyndavinnu og hannar ýmislegt, allt frá stórum herferðum yfir í umbúðir.

## Einföld teikning segir mikið

Áskorunin gengur mjög vel, myndirnar eru nú orðnar tuttugu og ein talsins og þær sýna allar eitthvað sem gerst hefur í lífi Helgu Valdísar þann daginn.

„Mesta áskorunin er að teikna eitthvað einfalt og gripandi sem jafnframt segir eitthvað um hvað ég hef verið að fást við yfir daginn.



Helga Valdís endar hvern dag marsmánaðar á því að teikna mynd af því sem stóð upp úr þann daginn. MYND/ANTON BRINK



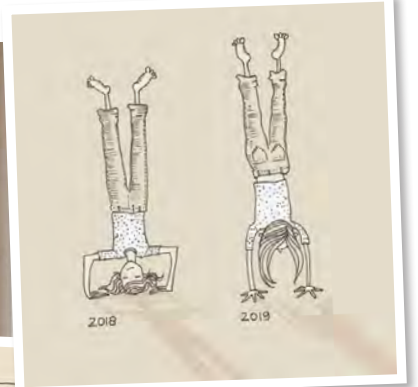
Vinnan mín er einkar líflæg og ég á þrjú börn þannig að það er mikið líf og fjör í kringum mig alla daga. Því þarf ég að velja úr hvað ég tek

Helga Valdís var lasin þegar hún teiknaði fyrstu myndina, eins og hér má sjá.

fyrir hverju sinni. Teikningin sem slík er einföld og í raun minnsta málið í þessu samhengi,“ upplýsir Helga Valdís sem endar hvern dag á því að teikna. „Þetta er líka fin leið til að taka sér pásu frá sjónvarpinu,“ segir hún.

Innt eftir því hvort líkja megi teikningunum við dagbók segir Helga Valdís að það sé nokkuð til í því. „Já, það mætti segja það. Í amstri dagsins hugsa ég af og til hvað ætli verði krot dagsins í dag? Þetta er ágæt leið til að staldra við og um leið átta ég mig á hvað mikið gerist á hverjum degi. Það tekur mig allt frá 30 mínútum upp í tvær klukkustundir að klára hverja mynd, allt eftir því hvert viðfangsefnið er.“

Helga Valdís er vissulega vön skapandi vinnu en hún



Markmið næstu missera.

Undir áhrifum frá HönnunarMars.

segir það veita sér mikla hugar ró að teikna í lok dagsins. „Það er bara svo gott að taka sér penna í hönd eftir að hafa unnið með músina alla daginn. Þetta er

eins og hugleiðsla. Þetta er í fyrsta sinn sem ég set mér markmið sem tengist hvorki heilsunni né líkamsrækt,“ nefnir hún.

Á næsta ári á Helga Valdís stórafmæli þegar hún verður fertug. „Þegar það eru tímamót í lífi mínu staldra ég oftast við og hugsa hvort ég geti ekki gert eitthvað sniðugt. Ég ætla að halda áfram að takast á við mismunandi áskoranir út þetta ár,“ segir hún en ekki er enn ákveðið hver næsta áskorun verður.

Helga Valdís tók þátt í HönnunarMars á síðasta ári þegar hún hannaði plakati í samvinnu við Brynju Bjarnfjörð Magnúsdóttur, hugmynda- og textasmíð. „Við teiknuðum mynd af stelpunni á Wall Street í New York og verkið nefnist Stattu keik. Við tókum þátt í samsýningu sem Farvi stóð fyrir en verkefnið var að gera áróðursplakat. Farvi prentaði plakatið og seldi. Þetta var skemmtilegt verkefni og aldrei að vita nema við Brynja tókum höndum saman aftur,“ segir Helga Valdís og hver veit nema krot dagsins komi þar við sögu.



Fimmtudaginn 29. mars mun Fréttablaðið gefa út aukablaði

## ALLT FYRIR HÚSFÉLAGIÐ

Allt ritstjórnarefni blaðsins er sérstaklega miðað á fólk og fyrirtæki sem hefur búsetu fjöleignarhúsnæði og deilir sameign með öðrum fasteignaeigendum.

Þessa dagana eru flest ef ekki öll húsfélög landsins farin að huga að aðalfundi. Samkvæmt lögum ber öllum húsfélögum að halda aðalfund fyrri hluta árs, eða fyrir 30. apríl.

Á aðalfundi er farið yfir rekstur og skipulag félagsins auk þess sem stórar ákvarðanir eru teknar um nauðsynlegar framkvæmdir endurbætur og viðhaldi á sameign.

### Nánari upplýsingar um blaðið veitir

Ólafur H. Hákonarson markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.  
Sími 512 5433 / olafurh@frettabladid.is



Myndin er tekin af Anton Brink fyrir Fréttablaðið / Vísi



# Smáauglýsingar

512 5800

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

## Bílar & Farartæki



Suzuki mótörhjól Komdu og kaktu við í sýningarsal Suzuki. Ýmslegt spennandi til, sjón er sögu ríkarí.

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

## Bílar til sölu



SUBARU OUTBACK Premium 2016, Dísel, ek.3 þ.KM, Sjálfsk. Bakkm.vél, Ísl.leiðs.kerfi, EyeSight öryggiskerfi, Harðskeljadekki, 4,490þús s:698-5665

## Hjólbarðar



## NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.

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

## Viðgerðir

Almennar bilaviðgerðir. Sérgræn bremsuviðgerðir. Renni dískar og skálar. Fljót og góð þjónusta. Bergfinnur ehf. 892 7852

## Varahlutir

### Startarar & alternatorar

í bíla, báta og vinnuvélar



### Bílaraf

Flatahrauni 25 - Hafnarfirði

Sími 564 0400  
www.bilaraf.is

## Þjónusta

## Hreingerningar



Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thevgillinn. Ís - 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

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

### RÉTTA- BÓKHALDSÞJÓNUSTA.

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

## Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikæls. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

## Húsviðhald



Við hreinsum allar gerðir lofttræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu fría ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

## Nudd

### NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

## Spádómar

### SÁ SÍMASPÁ Í 844 6845

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

## Rafvirkjun

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

Þjóðum hagstætt verð í töfluskipti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverttaki. straumblik@gmail.com

**GEFÐU VATN**  
gjofsemgefur.is  
907 2003  
Hjálparstarf kirkjunnar

## Keypt & Selt

## 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 HÚSBYGGINGA. 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.

## Heilsa

## Nudd

Thai- nuddstofan hjá Joom hefur stækkað og hefur flutt að Háaleitisbraut 58-60, 2 hæð t.h Boðið er upp á thailenskt teygju og olíunudd auk annarra nuddtegunda Pantanir í síma 8923899.

## Heimilið

## Barnavörur



### SYSTKINA VAGN/KERRA

Verð frá 165.900 kr. Barnið Okkar - Hliðasmára 4 - 201 Kóp. barnidokkar.is

## Húsnæði

## Húsnæði í boði

Ódýr íbúð til sölu/leigu á Skagaströnd. Uppl. S: 898 5254 og 847 8446

## Húsnæði óskast

Óska eftir lítilli 2ja herb. íbúð eða studio íbúð á höfuðborgarsvæðinu er kk hjúkrunarfræðingur. Skilvísium greiðslum og reglusemi heitið. s:7860441 Sæmundur.

## 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

### FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR

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

### GEYMSLUR.IS

### SÍMI 555-3464

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

## Tilboð

# Snyrti & nuddstofan Smart

Kirkjulundi 19 • 210 Garðabæ



## Tilboð

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

Verið hjartanlega velkomin.

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

# RÁÐNINGAR

Starfsmenn eru lykill að árangri allra fyrirtækja.

Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og viðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavinum til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is

# intellecta



## 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 trúabrögð sem er kristinn nýaldartrú. Sala fer þannig fram að kaupanda er boðinn lykili að himnariki. Er þetta háheilagt sem selt er. Vinsamlegast berið virðingu fyrir því því þetta er hágæðavara. Síðan rettur 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

## PROCAR BÍLALEIGA ÓSKAR EFTIR

## STARFSFÓLKI Í EFTIRFARANDI STÖRF:

Starfstöð Reykjavík:

óskar eftir starfsmanni í afgreiðslu, vaktavinnu (dagvakt), tölvu og enskukunnátta skilyrði. Meirapróf skilyrði.

Starfstöð Keflavík:

óskar eftir bókkara í fast starf, æskileg kunnátta, word, excel og DK.

Áhugasamir sendi umsókn á [job@procar.is](mailto:job@procar.is)

## Atvinna óskast

## VANTAR ÞIG SMÍÐI, MÚRARA, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?

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

Proventus starfsmannaþjónusta - [proventus.is](http://proventus.is) Sími 551-5000 Netfang [proventus@proventus.is](mailto:proventus@proventus.is)

## Fasteignir

## Til sölu

## Brúðarkjólaverslun | Herrafataleiga og -sala

Stærsta og elsta verslunin sem sérhæfir sig í sölu og leigu á fatnaði í tengslum við brúðkaup og aðra viðburði. Verslunin er ein þekktasta og elsta í sínum bransa og býður upp á fatnað frá heimsþekktum hönnuðum.

Hér er einstakt tækifæri fyrir aðila sem þegar eru inná svip-uðum markaði eða þá sem vilja taka við rótgrónu fyrirtæki með topp vörumerki. Verslunin hefur vaxið þétt og örugglega undanfarin ár.

Til greina kemur að selja hluta rekstursins líkt og til dæmis herrafataleiguna -söluna.

Upplýsingar eru ekki gefnar upp í gegnum síma.

Vinsamlegast sendið fyrirspurnir með nafni og síma á netfangið [bjorgvin@atv.is](mailto:bjorgvin@atv.is).



Björgvin Óskarsson  
Fyrirtækjaráðgjafi  
lögg. leigumiðlari  
lögg. eignaskiptal.

## Tilkynningar

## Auglýsing um skipulagsmál

## Bláskógabyggð, Grímsnes-og Grafningshreppi, Hrunamannahreppi, Skeiða-og Gnúpverjahreppi, Flóahreppi og Ásahreppi

Samkvæmt 3. mgr. 40. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru hér kynntar lýsingar fyrir eftirfarandi deiliskipulagsverkefni:

- Deiliskipulag fyrir Sandamýri úr landi Einiholts 1 í Bláskógabyggð. Íbúðar- og aðstöðuhús á landbúnaðarlandi.**  
Kynnt er lýsing deiliskipulags fyrir 10,36 ha spildu úr landi Einiholts 1 sem kallast Sandamýri (Inr. 223807). Liggur spildan upp að landi Gígjarhólskots 2, milli Einiholtslækjar og Einiholtsvegjar. Er fyrirhugað að stofna lögbýli á landinu og byggja þar íbúðarhús og aðstöðuhús fyrir dýralækningar.
- Deiliskipulag fyrir frístundabyggðina Sólbrekku úr landi Syðri-Brúar í Grímsnes- og Grafningshreppi.**  
Kynnt er lýsing deiliskipulags frístundahúsasvæðis úr landi Syðri-Brúar, sem í aðalskipulagi er merkt sem F14a. Þar kemur m.a. fram að um er að ræða deiliskipulag svæðis sem er um 36 ha að stærð og byggðist upp að mestu á 8. – og 9. áratug síðustu aldar. Helstu markmið deiliskipulagsins eru m.a. að staðfesta lóðarmörk innan svæðis, setja samræmda byggingarskilmála auk þess sem gert er ráð fyrir að bæta við 10 nýjum lóðum.
- Deiliskipulag fyrir tvær landbúnaðarlóðir úr landi Efri-Grófar í Flóahreppi fyrir byggingu íbúðarhúss og skemmu/hesthúss.**  
Kynnt er lýsing deiliskipulags tveggja lóða úr landi Efri-Grófar, annars vegar Efri-Grófar lóð 5 (Inr. 223471) sem er 30 ha að stærð og Þingáss (Inr. 224358) sem er 10,42 ha. Er gert ráð fyrir að á lóðunum verði heimilt að byggja íbúðarhús með bílskúr auk hesthúss/skemmu.
- Deiliskipulag fyrir landið Steinhólar (Skálmholt land F Inr. 199346) í Flóahreppi. Bygging íbúðarhúss, gestahúss og útihúss.**  
Kynnt er lýsing deiliskipulags sem nær til hluta lands sem í dag heitir Skálmholt land F Inr 199346. Fyrirhugað er að landið fái heitið Steinhólar og að á því verði heimilt að byggja íbúðarhús, bílskúr, útihús, geymslu og fjölnotahús. Aðkoma að landinu er af Skeiða- og Hrunamannavegi rétt norðaustan vegg tengingar við Suðurlandsveg.
- Deiliskipulag fyrir tvær íbúðarhúsalóðir úr landi Langholts 2 í Flóahreppi.**  
Kynnt er lýsing deiliskipulags fyrir tvær íbúðarhúsalóðir á um 4 ha lands úr landi Langholts 2 austan við núverandi bæjartorfu þar sem heimilt verður að byggja íbúðarhús, bílskúr og hesthús/skemmu.

Samkvæmt 1. mgr. 41. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 eru hér auglýstar tillögur að eftirfarandi deiliskipulagsáætlunum:

- Deiliskipulag fyrir nýtt lögbýli sem kallast Árheimar úr landi Hólmasels 2 í Flóahreppi.**  
Auglýst er tillaga að deiliskipulagi sem nær til um 14,4 ha spildu úr landi Hólmasels 2. Er heildarstærð landsins 58,1 ha og er það skráð sem lögbýli sem fá mun nafnið Árheimar. Samkvæmt tillögunni er gert ráð fyrir byggingu hesthúss og reiðskemmu, allt að 300 fm íbúðarhúss á 1 – 2 hæðum auk þriggja allt að 150 fm starfsmanna-/gestahúsa.
- Breyting á deiliskipulagi Tjarnholtsmýrar úr landi Bjarnastaða í Grímsnes- og Grafningshreppi. Breyting á frístundahúsalóðum í landbúnaðarlóðir.**  
Auglýst er tillaga að breytingu á deiliskipulagi 85 ha svæðis úr landi Bjarnastaða sem kallast Tjarnholtsmýri. Samkvæmt gildandi deiliskipulagi eru 11 frístundahúsalóðir innan skipulagssvæðisins sem eru á bilinu um 2,5 ha til um 10 ha að stærð. Samkvæmt aðalskipulagi er landið skilgreint sem landbúnaðarsvæði og með þessari breytingu er verið að breyta lóðunum til samræmis við það, þ.e. breyta lóðunum úr frístundahúsalóðum í landbúnaðarlóðir/smábýli. Í stað frístundahúss verður heimilt að byggja íbúðarhús, bilgeymslu/aðstöðuhús og hesthús.

Ofangreindar skipulagstillögur liggja frammi til kynningar á skrifstofu skipulagsfulltrúa, Dalbraut 12, Laugarvatni á skrifstofutíma frá 9-16. Að auki er hægt að nálgast nánari lýsingu á tillögunum og tillögunar sjálfar á vefslóðinni <http://www.utu.is>.

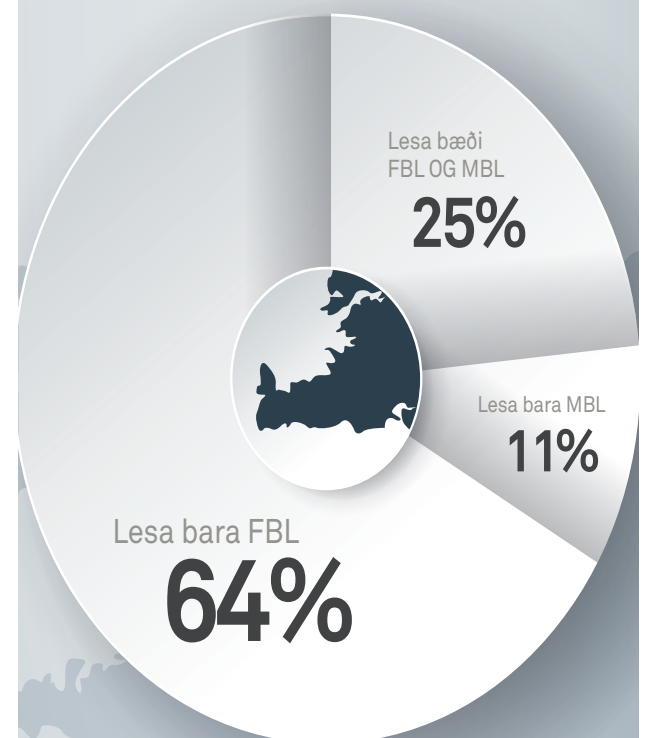
Skipulagstillögur 1-5 eru í kynningu frá 21. mars til 6. apríl 2018 en tillögur 6-7 frá 21. mars til 4. maí. Athugasemdir og ábendingar við tillögur 1-5 þurfa að berast skipulagsfulltrúa í síðasta lagi 6. apríl 2018 en 4. maí fyrir tillögur 6-7. Athugasemdir og ábendingar skulu vera skriflegar.

Pétur Ingi Haraldsson  
Skipulagsfulltrúi  
[petur@utu.is](mailto:petur@utu.is)

## FRÉTTABLAÐIÐ

89%

af lesendum dagblaða\*  
á höfuðborgarsvæðinu  
á aldursbilinu 18–49 ára  
lesa Fréttablaðið daglega.



\*Fréttablaðið og Morgunblaðið.  
Heimild: Prentmiðlamæling Gallup okt. des. 2017.



Allt sem þú þarft ...