



FIMMTUDAGUR 14. JÚNÍ 2018

Tíska



Arnar Már Jónsson fatahönnuður lauk námi frá Royal College of Art í fyrra og hefur síðan náð miklum árangri á sínu sviði. Föt hans eru nú til sölu í hinni virtu netverslun Showstudio í London. ➔4

Við óþægindum á kynfærasvæði kvenna

Margar konur upplifa óþægindi á kynfærasvæði, t.d. kláða, væga verki og roða. Orsakirnar geta verið af ýmsum toga og geta komið í kringum blæðingar, eftir hjólatúr eða sundferðir, á ferðalögum eða vegna ertandi efna.



LYFJAFYRIRTKIÐ FLOREALIS BYÐUR UPP Á NÁTTÚRULEGAR LÆKNINGAVÓRUR.



BRÚÐKAUP OG
ÚTSKRIFTIR

Fallegt, fágæð og töff!

comma,
SMÁRALIND



Doktor Elsa Steinunn Halldórsdóttir, þróunarstjóri Florealis, segir Rosonia og Liljonia margprófaðar lækningavörur sem byggja á vísindalegum grunni og hafa viðurkennda virkni.

Lyfjafyrirtækið Florealis hefur boðið upp á náttúrulegar lækningavörur sem virka mjög vel gegn óþægindum á kynfærsvæði.

Dr. Elsa Steinunn Halldórsdóttir, doktor í lyfja- og efnafæði náttúruafna, er þróunarstjóri Florealis. „Húð og slímhúð eru mikilvægasta vörn líkamans gegn sýklum og ofnæmisvöldum sem stöðugt herja á líkamann. Þegar húðin verður fyrir áfalli, t.d. af völdum ertandi efna, þá veikist þessi vörn og hætta eykst á sýkingum. Rosonia og Liljonia frá Florealis eru margprófaðar lækningavörur sem byggja á vísindalegum grunni og hafa viðurkennda virkni við óþægindum á kynfærsvæði kvenna,“ segir Elsa.

„Þær innihalda einstakt efnasamband sem myndar varnarhjúp yfir viðkomandi svæði, lina skjótt óþægindi og mynda kjörastæður fyrir slímhúðina að gróa og endurnýja sig,“ bætir hún við.

Meðferð með lækningavörum Rosonia og Liljonia frá Florealis hefur reynst áhrifarík við óþægindum á kynfærsvæði kvenna, svo sem kláða, sviða, bólgu, ertingu og sprungum, að sögn Elsu.

Flеiri vörur frá Florealis

Elsa og samstarfsfólk hennar hjá Florealis hafa langa reynslu af þróun lyfja og lækningavara. Nú þegar eru margar spennandi vörur á markaðnum og fleiri eru væntanlegar.

„Við erum nú með átta jurtalyf og lækningavörur í apótekum. Í kvenvörulínunna bættum við nýlega lækningavörurni Smaronia sem er við leggangaþurrki og þynningu á legslímhúð. Smaronia er með jurtadrátt úr rauðsmára sem stuðlar að þykki legslímhúð og eykur teygjanleika hennar,“ segir Elsa.

Jurtalyfið Lyngonia við blöðrubólgu hefur slegið í gegn og



Liljonia kemur jafnvægi á sýrustig legganga og stuðlar að heilbrigðri bakteríufloðu, minnkar sviða, kláða, útfærð og sársauka við samfarir.

jurtalyfið Harpatinum við vægum gigtarverkjum er einnig áanlegt án lyfseðils.

„Í haust kemur síðan þriðja jurtalyfið sem kallast Sefitide á markað. Það er unnið úr garðabrúðu og er við svefntruflunum og kviða. Við erum mjög spennat að geta boðið upp á viðurkennt jurtalyf við svefntruflunum án lyfseðils,“ segir Elsa.

Rosonia froða á ytri kynfæri

- Einstaklega mjúk froða fyrir viðkvæmt svæði
- Myndar varnarhjúp gegn ertandi efnun og sýklum
- Eykur þéttni og teygjanleika slímhúðar

Rosonia inniheldur jurtadrátt úr skógarstokksrós sem er ríkur af vitaminum, steinefnum

og amínósýrum sem verka fljótt á óþægindin ásamt því að veita raka og auka þéttni og teygjanleika slímhúðarinnar. Rosonia er einstaklega mjúk froða fyrir viðkvæmt kynfærsvæði. Froðan er ætluð til meðferðar og er því ekki þvegin af. Froðuna má einnig nota sem fyrirbyggjandi meðferð við óþægindum sem og viðbótarmeðferð með lyfjum gegn alvarlegri tilfellum sýkinga.

Liljonia mjúk hylki í leggöng

- Mjúkt hylki leysist hratt upp
- Myndar varnarhjúp gegn ertandi efnun og sýklum
- Endurheimtir heilbrigði legganga

Liljonia kemur jafnvægi á sýrustig legganga og stuðlar að heilbrigðri bakteríufloðu ásamt því að minnka sviða, kláða, útfærð



Rosonia er mjúk froða sem línar skjótt óþægindi á kynfærsvæðinu.

og sársauka við samfarir. Liljonia hentar einnig sem fyrirbyggjandi meðferð gegn ertandi efnun og sem viðbótarmeðferð með lyfjum gegn alvarlegri sýkingum í leggöngum. Mjúku hylkinu er komið fyrir í leggöngum fyrir svefn í 7-10 daga.

Það leysist hratt upp og myndar einstakan varnarhjúp ásamt því að veita slímhúðinni raka. Liljonia

línar fljótt óþægindi og endurheimtir heilbrigði legganga. Nota má Liljonia og Rosonia saman ef einkenni eru bæði í leggöngum og á ytri kynfærum.

Florealis vörurnar fást í helstu apótekum. www.florealis.is og facebook.com/florealis/



Eitt ár frá opnun á nýupppgerðri og stærri verslun

Afsláttur af öllum fatnaði, fylgihlutum og skóm!

20-40%

Gildir út laugardag 16. Júní

hjá
Hrafnhildi

Engjateigi 5 // 581 2141 // hjahrafnhildi.is



Smart föt,
fyrir smart konur
Netverslun á tiskuhús.is

Stærðir 38-52

My Style
tiskuhús

Holtasmára 1
201 Kópavogur
(Hjartaverndarhúsið)
Sími 571 5464

Kvart -Gallabuxur

Kr. 11.900.-

Str. 36-48
2 bláir gallatrí

Ríta

Við erum á Facebook

Bæjarlind 6 • S. 554 7030



Arnar Már Jónsson var valinn í fimm hönnuða teymi sem fær stuðning frá Machine-a og Showtime. MYND/EYÞÓR

Innblásinn af sporti og tækni

Arnar Már Jónsson fatahönnuður lauk námi frá Royal College of Art í fyrra og hefur síðan náð miklum árangri á sínu sviði. Föt hans eru nú til sölu í hinni virtu netverslun Showstudio í London. Arnar hefur alltaf haft tiskuáhuga.

Brynhildur Björnsdóttir
brynhildur@frettabladid.is

Arnar Már útskrifaðist úr LHÍ árið 2013 og vann meðal annars hjá Vivienne Westwood á meðan á náminu stóð. „Ég fór svo beint eftir útskrift til Parísar þar sem ég vann hjá Martine Sitbon hjá Rue Du Mail. Eftir stutt stopp þar var fyrir-tækinu lokað og ég ákvað að fara í frekara nám. Ég fór á endanum í Royal College of Art þaðan sem ég útskrifaðist í fyrra. Það var krefjandi en mjög lærdómsríkur og ómetanlegur tími. Ég hef alltaf haft áhuga á sportfatnaði og vildi blanda því saman við mína tisku og vann hjá Adidas sem hönnuður á meðan ég var í náminu.“

Arnar segir að áhuginn á tisku hafi alltaf verið fyrir hendi hjá honum. „Ég hef alltaf haft áhuga á því að klæða mig og það jafnaðist ekkert á við að reima á mig nýju körfuboltaþöskuna þegar ég var yngri,“ segir hann. „Ég vissi kannski ekki að ég vildi vera fatahönnuður en um leið og ég fann tisku og fatahönnun kom ekkert annað til greina. Ég vann enn þá mjög mikið með þá hugmyndafræði að búa til föt fyrir mig og þá sem eru í kringum mig.“

Það skiptir mig miklu máli að fötin séu gerð til þess að klæða fólk á sem bestan hátt. Ég er hins vegar líka meðvitaður um að við þurfum ekki fleiri eins föt í heiminn og finnst mikilvægt að hönnunin sé frumleg og bæti einhverju við og er því stanslaust að leitast við að búa til það sem ekki er til og vantar inn í heim tiskunnar.“

Hann lýsir hönnun sinni þannig að hún sé ætluð fyrir íslenskar aðstæður. „Ég byggði á hugmyndafræði ípróttafatnaðar og reyni að finna nýja tækni við hvert tækifæri. Og svo er lykilatriði að hún standist íslenska veðráttu vel. Ég fæ inn-



Hönnun Arnars Márs er hugsuð fyrir íslenskar aðstæður en hefur vakið athygli víða um heim.



Arnar segir innblástur í hönnunina koma úr ípróttum, vinahópnum og náttúrunni.

„Ég er meðvitaður um að við þurfum ekki fleiri eins föt í heiminn. Mikilvægt að hönnunin sé frumleg. Ég er því stanslaust að leitast við að búa til það sem ekki er til og vantar inn í heim tiskunnar.“

blástur frá vinum mínum, íslenskrum náttúru, ípróttum og tækni.“

Nýlega fékk hönnun Arnars inni í einni af stærstu netverslunum tiskunnar. „Showtime er mjög framsækinn miðill sem ljósmyndarinn Nick Night stofnaði. Ég var valinn í teymi fimm ungra hönnuða í samstarfi verslunar-

innar Machine-a og 1 Granary miðilsins þar sem okkur var hjálpaði til að hefja framleiðslu á tiskulínunum okkar. Maður hleypur á marga veggi í þessu ferli og það var frábært að fá hjálp frá þeim með allt. Nú er línan mín til sölu hjá Machine-a og á netsíðu þeirra sem Showstudio Machine-a.“

Og það er er bjart fram undan hjá Arnari. „Við vorum að klára SS/19 línuna núna og mynduðum hana á Íslandi um daginn svo ég er tilbúinn að taka við póntunum. Svo eigum við enn þá eftir að klára framleiðsluna fyrir Showtime-búðina í Japan og svo bara halda áfram að vinna og vinna.“

Hönnun Arnars má sjá á shop.showstudio.com og arnarmarjonsson.com

Optibac fyrir þarmaflóruna

Optibac meltingargerlar eru með margar klínískar rannsóknir á bak við sig. Þú finnur Optibac með sérhæfða virkni sem hentar þér.

Ösp Viðarsdóttir næringarþerapisti segir að mikið úrval sé á boðstólum af alls konar meltingargerlum. „Sem betur fer hefur orðið vitundarvakning um mikilvægi þarmaflórunnar en vanda þarf valið þegar maður kaupir meltingargerla,“ segir hún. „Þau hjá Optibac eru sérfræðingar í góðgerlum og nota bara gerla sem rannsóknir hafa sýnt fram á að virka vel.“

Heilbrigð þarmaflóra

„Heilbrigð þarmaflóra er hornsteinn góðrar heilsu. Flóran er ómissandi fyrir meltingu og upp-töku næringarefna en hefur líka viðtæk áhrif um allan líkamann. Hún leikur til að mynda hlutverk í virkni heila og taugakerfis ásamt ónæmskerfi,“ segir Ösp.

„Hollt og fjölbreytt mataræði sem inniheldur nægilegt magn trefja er ómissandi til að viðhalda góðri flóru. Meltingarvandamál koma oft upp eftir inntöku á sýklalyfjum, ef ferðast er á framandi slóðir eða ef mataræði er einhæft. Þá getur verið mikil hjálp í því að taka inn öfluga blöndu vinveittra gerla.“



For Every Day inniheldur sex **For Every Day** inniheldur sex tegundir af vel rannsökuðum vinveittum gerlum sem komast lifandi í smáþarmana. For Every day inniheldur einnig prebiotic trefjar sem næra góðu gerlana.

- Hentar vel eftir notkun sýklalyfja
- Gott að taka eftir magapestir
- Inniheldur FOS trefjar sem næra góðu gerlana og styðja þannig enn frekar við flóruna
- Má opna hylkin og blanda í kaldan mat eða drykk – hentar vel fyrir börn
- Sýrupólin hylki
- 6 tegundir af breiðvirkum vinveittum gerlum í hverju hylki
- 1 hylki á dag með mat, helst með morgunmat



„Ég hef prófað margar gerðir meltingargerla (acidophilus) en aldrei fundið jafn mikla virkni og af Optibac.“

Viðir Þór Prastarsson, íþróttar og heilsufræðingur



„For every day er frábær blanda sex tegunda gerla af vel rannsökuðum vinveittum bakteríum sem þola magasýrur og sölt og komast þannig lifandi í smáþarmana. For Every Day hentar frábærlega fyrir þá sem vilja breiðvirka gerlablöndu til daglegrar inntöku.“

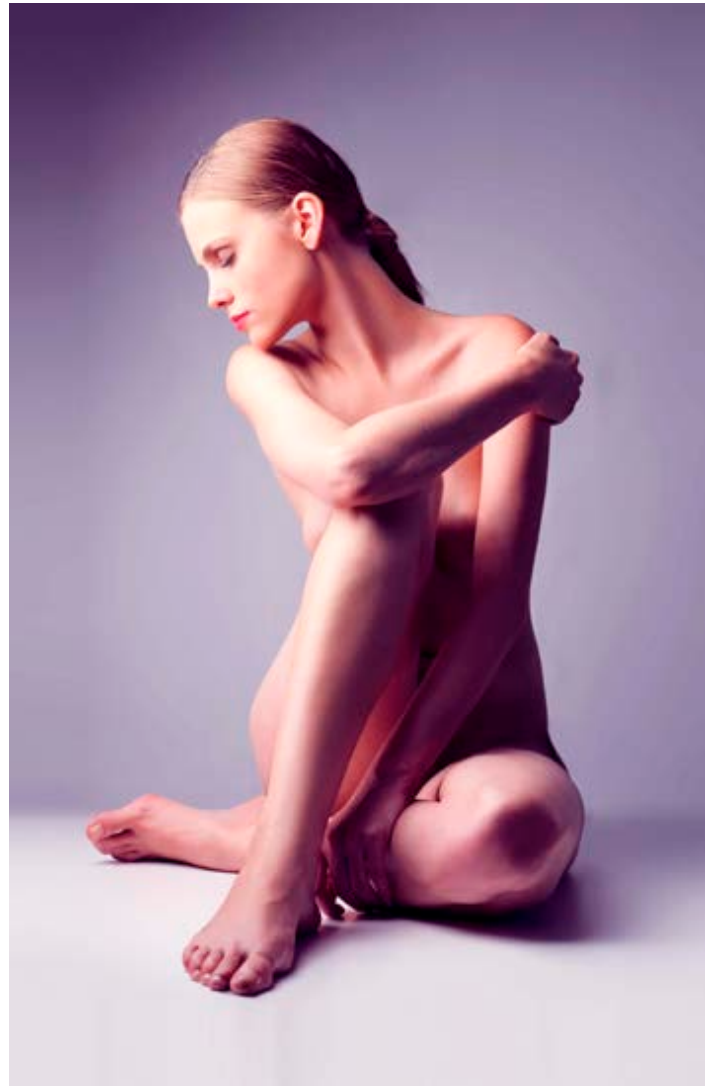
Ösp Viðarsdóttir næringarþerapisti

Optibac For women

„Leggöngin eru full af gerlum og þau eiga að vera það. Vandamálin skapast þegar ójafnvægi myndast í flórunni og þá geta sveppasykingar og ýmis óþægindi gert vart við sig.“

For women er sérvalin blanda góðgerla sem hafa verið rannsakaðir og prófaðir á þúsundum kvenna um allan heim. For women er mest rannsakaða bakteríublandan fyrir kynfærasvæði og hafa rannsóknir sýnt að við inntöku ná þessir gerlar að styðja við gerlaflóru legganga-anna.

Margar konur lenda reglulega í vandræðum með flóru legganga-anna. Vandamál eru algeng eftir sýklalyfjanotkun og því sérstaklega mikilvægt að styðja við flóruna eftir sýklalyfjakúra. Gott hreinlæti er að sjálfstöðu ómissandi sem og hollt og gott mataræði,“ segir Ösp.



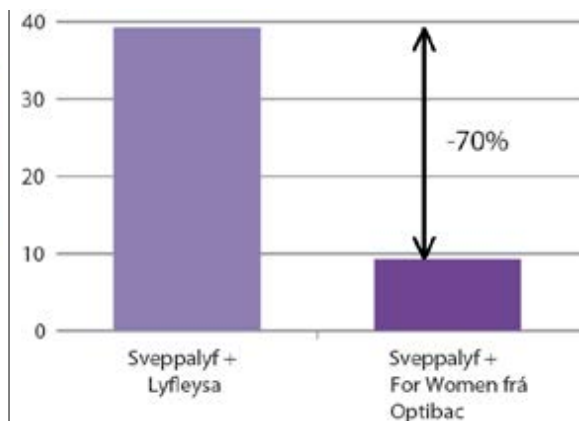
For women er sérvalin blanda góðgerla sem hafa verið rannsakaðir og prófaðir á þúsundum kvenna um allan heim.



Optibac For women inniheldur góðgerla sem hafa verið rannsökuð og setjast þar að og byggja upp heilbrigða gerlaflóru.

- Gagn sveppa-, þvagrásar- og bakteríusýkingu
- Hentar konum á öllum aldri
- Má taka á meðgöngu og með brjóstgjöf
- 1-2 hylki á dag með mat, helst með morgunmat
- Má taka að staðaldrí

Optibac fæst í apótekum og heilsuvörðslunum.



Rannsóknir hafa sýnt fram á betri útkomu við sveppasykingu þegar For Women er tekið með sveppalyfjum.



Vegan



Mjólkur-
laust



Glúten
fritt



Óruggt á
meðgöngu

OptiBac
probiotics

We're here to help, naturally!

Samgöngu- þing 2018

21. júní í Súlnasal Hótel Sögu

Samgönguáætlun 2019-2033



DAGSKRÁ

13:00 SETNING

Sigurður Ingi Jóhannsson, samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra
Samgönguáætlun 2019-2033 – staða og helstu áherslur
Þórunn Egilsdóttir, formaður samgönguráðs

13:20 FRAMKVÆMDIR

Áskoranir, framkvæmdir og fjármögnun
Sigurður Ingi Jóhannsson, samgöngu- og sveitarstjórnarráðherra
Skattstofnar ökutækja og eldsneytis – framtíðaráskoranir
Benedikt S. Benediktsson, sérfræðingur í fjármála-
og efnahagsráðuneyti
Fjármögnun stærri vegafamkvæmda
Eyjólfur Arni Rafnsson, verkfræðingur

Umræður: Ásdís Kristjánsdóttir, forstöðumaður efnahagssviðs SA,
og Runólfur Ólafsson, framkvæmdastjóri FÍB

14:20 Kaffihlé

14:40 ÞJÓNUSTA

Almenningssamgöngur – ávinningur af heildstærri stefnu
Arni Freyr Stefánsson, verkfræðingur hjá Mannviti

Umræður: Jóna Árný Þórðardóttir, framkvæmdastjóri Austurbrúar,
Páll S. Brynjarsson, framkvæmdastjóri SSV, og Þorsteinn R.
Hermannsson, samgöngustjóri Reykjavíkurborgar

15:20 ÖRYGGI

Umferðaröryggi og samfélagslegur kostnaður
Berglind Hallgrímsdóttir, ráðuneytisstjóri
Ástandið í umferðinni og ávinningur af sýnilegu eftirliti
Oddur Árnason, yfirlöggregluþjónn á Selfossi

Umræður: Sigríður Vala Halldórsdóttir, forstöðumaður hagdeildar
hjá Sjóvá, og Haraldur Sigþórsson, verkfræðingur

16:00 TÆKNI

Upplýsingatækni, iðnylting og samgöngur: Hvaða möguleikar
skapast í samgöngum með nýrri tækni 4. iðnyltingarinnar
Ari Kristinn Jónsson, rektor Háskólans í Reykjavík

Umræður: Lilja G. Karlsdóttir, framkvæmdastjóri Viaplan, og
Hrafnkell V. Gíslason, forstjóri Póst- og fjarskiptastofnunar

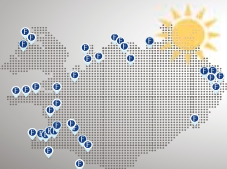
16:30 Léttara hjál með Sóla Hólm, þinglok og léttar veitingar

Þingstjóri: Ragnhildur Hjaltadóttir, ráðuneytisstjóri.
Þingjór er öllum opið en þátttakendur eru beðnir að skrá sig með
tölvupósti, netfang: kristin.hjalmarsdottir@srn.is



SAMGÖNGU- OG
SVEITARSTJÓRNARRÁÐUNEYTIÐ

FRÉTTABLAÐIÐ



Fréttablaðið með þér í sumar.

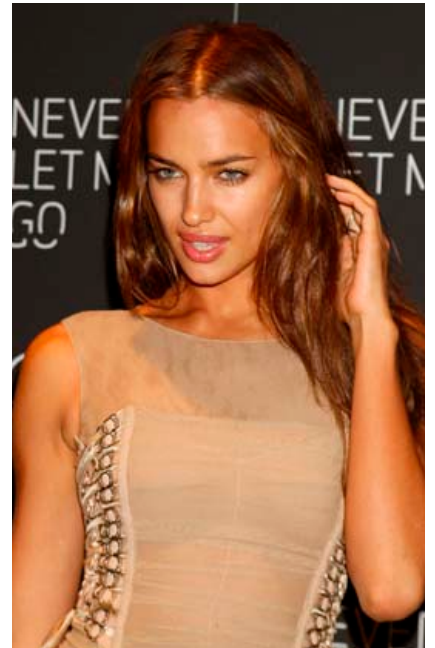
Þú getur nálgast frítt eintak af Fréttablaðinu
á eftirfarandi stöðum víðsvegar um landið:



Fegurðardisín Irina í Las Vegas árið 2011. Hún hefur ljós og seiðandi augun frá rússneskri móður sinni.



Irina Shayk og Cristiano Ronaldo felldu hugi saman og voru óaðskiljanleg í fimm ára eldheitu ástarsambandi.



Irina segist hafa erfitt lítilið frá föður sínum sem var tatar og eilítið dekkri á höfund en Rússar almennt.

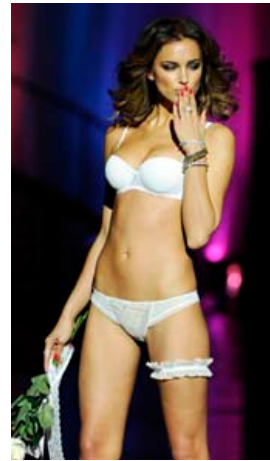
Fótbolti og fagrur konur

Rússland er í sviðsljósinu vegna HM í fótbolta en það er líka rómað fyrir iðilfagrur konur. Ein sú allra glæsilegasta, ofurfyrirsætan Irina Shayk, átti í löngu ástarsambandi við fótboltaþáttgjafi Cristiano Ronaldo.

Rússneska ofurfyrirsætan Irina Valeryevna Shaykhlislamova, betur þekkt sem Irina Shayk, fæddist í rússneska bænum Yemanzhelinsk 6. janúar 1986. Faðir hennar var tatar sem starfaði lengst af í kolanárum og móðir hennar tónlistarkennari í leikskóla. Irina kveðst hafa erfitt lítilið frá föður sínum og að margir haldi að hún sé suður-amerísk vegna dekkri húðlitar tatar. En ljós augun hafi hún frá móður sinni.

Irina söng í kór sem barn og var send í pianónám sjö ára. Hún var fjórtán ára þegar faðir hennar andaðist úr lungnabólgu og þurfti móðir hennar að vinna tvöfalt til að ná endum saman.

Irina með núverandi kærasta og barnsföður sínum, Bradley Cooper.



Irina er hasarkroppur og hefur lengi sýnt undirföt fyrir Victoria's Secret.

Eftir framhaldsskóla hóf Irina nám í markaðsfræði en stóttist það illa. Því færði hún sig yfir í snrytskóla þar sem aðili frá módelsskrifstofu varð sleginn af fegurð hennar. Hún var hvött til að taka þátt í Ungfrú Chelyabinsk árið 2004 og var krýnd sigurvegari.

Við tók frægð og frami sem fyrirsæta og var Irina fyrsta rússneska fyrirsætan til að verma forsiðu sundfatatölublað Sports Illustrated árið 2011.

Heimsfrægir kærastar

Irina Shayk hefur löngum trónað efst á listum yfir kynþokkafyllstu konur Rússlands og raunar alls heimsins. Hún hefur meðal annars gengið tiskupallana fyrir Miú Miú, Marc Jacobs, Versace, Givenchy, Moschino, Armani, Guess og Victoria's Secret og þrýtt for-



Rússneskur kvenleiki og tigulegur vöxtur hefur fleytt Irinu langt.

siður Elle, Glamour, GQ, Harper's Bazaar, Tatler, Cosmopolitan, Marie Claire og Vanity Fair víða um heim. Hún þreytti frumraun sína sem leikkona í kvikmyndinni Hercúles með Dwayne Johnson árið 2014 og lék í myndbandi við lag Kanye West, Power.

Irina sinnir göðgerðarmálum í sínum gamla heimabæ af allgug og er opinber sendiherra Pomogi-samtakanna í Rússlandi sem láta fé af hendi rakna til langveikra barna.

Ástamál Irinu hafa verið í sviðsljósinu enda annáluð smekkkona á karlmenn. Hún átti í fimm ára eldheitu ástarsambandi við portúgölsku fótboltahefjuna Cristiano Ronaldo en eftir að þau skildu að skiptum í ársbyrjun 2015 fann hún ástina fljótt í örmum bandaríska leikarans Bradley's Cooper sem People-tímaritið valdi kynþokkafyllsta mann veraldar 2011. Hjónaleyn eignuðust sitt fyrsta barn saman, stúlku, í fyrravor.



KJÓLL
 AÐUR 6.990
NÚ 3.990
 st.S-XXXL



KJÓLL
 AÐUR 7.990
NÚ 4.990
 st.S-XXXL



KJÓLL
 AÐUR 6.990
NÚ 3.990
 st.S-XXXL



PEYSA
 AÐUR 6.990
NÚ 4.890
 st.S-XXXL



KJÓLL
 AÐUR 5.990
NÚ 2.990
 st.S-XXXL



KJÓLL
 AÐUR 6.990
NÚ 4.890
 st.S-XXXL



**HM -
 TÚNIKA**
 AÐUR 4.990
NÚ 2.990
 st.S-XXXL

ZIKZAK
 TÍSKUHÚS

30-50%

afsláttur af völdum vörum í Kringlunni og á Glerártorgi



**HM
 DAGAR!**

Skoðaðu úrvalið á www.zikzakverslun.is



TÚNIKA
 AÐUR 8.990
NÚ 5.990
 st.42-56



**SÍÐUR
 BOLUR**
 AÐUR 5.990
NÚ 3.990
 st.42-56



TÚNIKA
 AÐUR 6.990
NÚ 4.890
 st.42-56



BOLUR
 AÐUR 2.990
NÚ 1.990
 st.S-XXXL



SKÓR
 AÐUR 5.990
NÚ 3.990
 st.36-41



SKÓR
 AÐUR 5.990
NÚ 3.990
 st.36-41



SKÓR
 AÐUR 5.990
NÚ 3.990
 st.36-41

Það eru ekki allir mjólkursýrugerlar eins



Probi Mage LP299V® inniheldur *Lactobacillus plantarum 299v* (LP299V®)

Finndu muninn með Probi Mage LP299V®

Fæst í apótekum og heilsuverzlunum, Hagkaup, Melabúðinni Fræinu, Fjarðarkaupum auk valdra útsöluastaða um land allt.

Þorbjörg Hofsteinsdóttir næringarfræðingur hefur Probi Mage LP299V® mjólkursýrugerlum sína allra bestu einkum.

Prófessor Bengt Jéppsson hefur starfað hjó Probi AB í Svíþjóð í yfir 25 ár, eða frá því að hann og kollegar hans uppgöfðu mjólkursýrugerlinum *Lactobacillus plantarum 299v* (LP299V®).

abel heilsuvörur



Með kærastanum Chris Zylka í Cannes. Þau trúlofuðu sig í janúar á þessu ári.

París Hilton hannar tiskulínu

París Hilton hefur verið fengin til að hanna tiskulínu fyrir netverslunina Boohoo. Fatnaðurinn er innblásinn af raunveruleikaþáttum Parísar sem sýndir voru árið 2000. Fötin koma í sölu 20. júní.



París Hilton vakti gríðarmikla athygli í Cannes á dögnum í þessum hálfgagnsæja kjól. NORDICPHOTOS/GETTY

Boohoo USA er vinsæl netverslun og það þykir mikill heiður að fá hina amerísku París Hilton til samstarfs. Tiskulínan verður afar kvenleg með glimmeri og glitri ásamt dýrmyndum. Línan er að sjálfsögðu í anda Parísar sem lengi hefur vakið athygli fyrir klæðastil sinn en þó sérstaklega í þáttunum *The Simple Life* sem hún lék í ásamt vinkonu sinni, Nicole Richie. Það verða sundföt, sportfatnaður og glitrandi kjólar. Sjálf hefur París sagt að tiskulínan sé algjörlega hún. „Mér finnst æðislegt að vinna við sköpun og lagði mig alla fram,“ segir hún.

París, sem er 37 ára, er langafabarn auðkífingsins og hótél-eigandans Conrads Hilton sem stofnaði Hilton-hótelkeðjuna. Líf hennar hefur að miklu leyti snúist um lúxusinn meðal fræga fólksins í Beverly Hills.

Fyrir nokkrum mánuðum trúlofaðist hún Chris Zylka í skíðaferð í Aspen í Colorado. Hringurinn reyndist fallegur demantshringur sem kostaði yfir 200 milljónir króna. Hann er fyrirseta og leikari og parið vakti athygli í Cannes á dögnum þar sem París klæddist ansi gegnsæjum kjól.



Trúlofunarhringurinn er með stórum demanti. Hann kostaði yfir 200 milljónir króna.

Flott föt, fyrir flottar konur



Verslunin Belladonna

belladonna

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is

Flottir bolir

Verð 9.900 kr.
- 2 litir
- stærð 34 - 52



black pepper
FASHION

Laugavegi 178 | Sími 555 1516
Opíð: Virkir dagar 11-18 | Laugadagar 11-15

Kikið á myndir og verð á Facebook



Leggðu heilsunni lið

Liðaktín Quatro í Gula miðanum inniheldur sérvalda blöndu bætiefna sem styðja við heilbrigði liða. Blandan hefur um árabil verið eitt vinsælasta liðabætiefnið á Íslandi enda hefur hún hjálpað mörgum að draga úr einkennum liðavandamála og koma í veg fyrir áreynsluáverka.

Liðaktín Quatro inniheldur bæði vítamín og fitusýrur sem vinna saman að því að draga úr óþægindum, vegna bæði álags og slits. Meðal innihaldsefna eru kondrotín, hyaluronsýra, C-vítamín, rósaber og Omega 3 fitusýrur. Saman stuðla þessi efni að framleiðslu kollagens, veita liðunum mikilvæga smurningu, verja þá gegn höggum og álagi og vinna gegn bólgu.

Þú finnur Liðaktín Quatro undir merki Gula miðans í apótekum, heilsuvöruslunum og í heilsuhillum verslana.



Kynntu þér úrvalið á gulimidinn.is

Bílar & Farartæki

BÍLAHÖLLIN

S: 567-4949



TOYOTA Yaris h/b active. Árgætt 2017, ekin 2 þ.k.m., bensín. SJÁLFSKIPTUR. Verð 2.390.000. Rnr.330013.



VOLVO V60 d4 summum leður/191 h.ó. Árgætt 2017, ekin 25 þ.k.m., dísel, sjálfskiptur 8 girar. Tilboðsverð 4.490.000. Rnr.152081.

Bílahöllin
Bíldshöfða 5, 112 Rvk
Sími: 567 4949
www.bilahollin.is

bilfang.is

S. 567 2000



NÝR 4X4!
Skoda Octavia Style 4x4 2.0 Diesel (NÝR 2018) Hlaðinn búnaði! Nokkrir litir í boði! Okkar verð 4.790 þús (HEKLA 5.4 mil) Er á staðnum!

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



TAMCO SPORT bensínvespa 50cc 25 km/h, 13 ára lámarksaldur, þrjú litir í boði. Ekkert próf, engar tryggingar, BARA GAMAN. Verð kr. 209.000,-

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

Bílar til sölu



TVEIR TOYOTA HIACE 4X4
árg. 2010 og 2009, ekinir 115 og 122 þús km. Dráttabæisli, Webasto, hiti í sætum, bakmyndavél. Verð 1580 og 1950 þús + vsk. S. 897 3015 eða jb@isfat.is.

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BILINN?
Kaupi bíla 100-200þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Kerrur

Bátar



Pro marine slöngubátar 360 cm - 229.000 kr 420cm - 289.000 kr Besta verðið í bænum! Nánar um bátana á veiðiportid.is Veiðiportid Grandagarði 3 101 Reykjavík 552-9940

Viðgerðir

VAKA
VIÐ ERUM GERÐIR FYRIR VIÐGERÐIR!
VERKSTÆÐI, ÞAR SEM HLUTIRNIR GERAST HRATT OG ÖRUGGLEGI!
Sími: 567 6700 | vakahf.is

Þjónusta

Pípulagnir

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

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélag, fyrirtæki o.fl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Garðyrkja

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

Tek að mér slátt fyrir húsfélag og einstaklinga og klippingar og umhirðu á gördum. Uppl. í s. 616 1569.

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. Búslóðaflutna. Flutningabj. Mikael S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsviðhald

HÚSAVIÐGERÐIR

ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI

- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

788 8870
eind@eind.is

Eind ehf

HELLULAGNIR

LÓDAFRAMKVÆMDIR

- Jarðvinna
- Drenlagdir
- Hellulagnir
- Þökulagnir

788 8870
eind@eind.is

Eind ehf

Nudd

NUDD
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

Rafvirkjun

RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025
Tilboð dyrasímaakerfi, mynddyrasímar, töfluskípti. Lögglíður rafverktaki. rafneisti@simnet.is

Önnur þjónusta

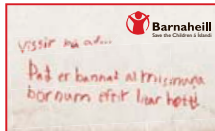


VALDÍS ÁRNADÓTTIR
DÁLEIÐSLUTÆKNIR (CLINICAL HYPNOTHERAPIST) VEITIR DÁLEIÐSLUMEDFERÐ.

Viltu léttast, takast á við kvíða, streytu, sjálfstraust, hætta að reykja o.fl. Dáleisla er gott verkfæri til betri heilsu. Tímantánir í síma 864-1273



Parketslípun og Málun www.parketogmalun.is 25 ára reynsla. Parket og málameistari að störfum. Júní tilboð: 2900 kr fm. 7728100



HUMBAUR

Kerrurnar frá bæru frá Humbaur eru til á lager!



Startrailer 1280
750 kg. Mál: 205x109.5x30 cm. Verð: 121.888 kr. án vsk.



Gerð 1376
Opnanleg að framan. 750 kg. Mál: 205x131x35 cm. Verð: 169.355 kr. án vsk.



Gerð 1374
Opnanleg að framan. 750 kg. Mál: 251x131x35 cm. Verð: 201.612 kr. án vsk.



Gerð 1384
Sturtanleg. 750 kg. Mál: 251x131x35 cm. Verð: 229.839 kr. án vsk.



Gerð 1339
Opnanleg að framan. 1300 kg. Mál: 303x150x35 cm. Verð: 350.807 kr. án vsk., en með skráningu.



Gerð 2331
Opnanleg að framan. 2500 kg. Mál: 303x150x35 cm. Verð: 431.452 kr. án vsk., en með skráningu.



Flatvagnar
Ýmsar stærðir og gerðir. 2500 kg. Mál: 303x150x35 cm. Verð frá: 512.000 kr. án vsk., en með skráningu.

Topplausnir

Smíðjuvegi 40 gul gata. Kópavogi. Veltum upplýsingar í síma: 517 7718. Heimasíða: www.topplausnir.is

STRÁ

Starfsemi STRÁ ehf. býr að aldarfjórðungs reynslu og þekkingu á sviði starfsmanna- og ráðningarmála en stofan hefur unnið fyrir mörg helstu og leiðandi fyrirtæki landsins um árabil.

Rík áhersla er lögð á trúnað varðandi vörslu gagna og upplýsinga bæði gagnvart umsækjendum, sem og vinnuveitendum.

Ánægðir viðskiptavinir til margra ára hafa notið þjónustu STRÁ, en stofan hefur jafnframt umsjón með ráðningum í sérfræði- og stjórnunarstöður.

www.stra.is



Til hvers að auglýsa ?

Ef þú auglýsir sjálf-/ur eftir starfsmanni eyðir þú verulegum tíma í úrvinnslu innsendra umsókna.

Okkar styrkur er öflugur gagnabanki og yfir tveggja áratuga reynsla við að þjónusta fyrirtæki við leit að starfsmanni.

Sparaðu þér tíma, kostnað og fyrrihöfn - leitaðu aðstoðar fagmanna með langvarandi reynslu af ráðningarmálum.

STRÁ Starfsráðningar ehf. - Suðurlandsbraut 30 - sími 588-3031
stra@stra.is - gudny@stra.is - www.stra.is.

Keypt & Selt

Til sölu

HITAVEITU-SKELJAR



HEITIRPOTTAR.IS

HÖFÐABAKKA 1
SÍMI 777 2000



Ný veiddur Hornafjarðarhumar og fleira góðgæti úr hafinu. Humarsalan SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI. WWW.HUMARSALAN.IS S. 867 6677

VEIÐIPORTIÐ



Bússur- Pessar gömlu góðu. 8.900 kr. St. 40-48 Veidiportíð Grandagarði 3 S:552-9940

VEIÐIPORTIÐ



Niðsterkar PVC vöðlur í veiðina fjösið eða bara þar sem vöðlur þurfa að vera stærkar St. 38-48 Besta verðið 10.900 kr. Veidiportíð Grandagarði 3 s.552-9940 veidiportid.is

STIGA
4WD
Stiga Estate Pro 9122
Sjálfskiptur lúxus sláttutraktor
B&S 8240 Intek motor
Sérstyrktur sláttubúnaður
360 lítra grasuppsöfnunarkassi
Askallind 4. Köp.
Sími 564 1064
www.veinarsol.is

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

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

Skólar & Námskeið

Ókukennsla

Ókukennsla, aðstoð við endurtökuþróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésón.

Húsnæði

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

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

WWW.GEYMSLAEITT.IS

FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR
á minna en 7 m2. Ódyrt eftir það. S. 564-6500

Atvinna

Atvinna í boði

- BILSTJÓRA VANTAR Á FJÓGURRA ÖXLA TRUKK -

Sílfri ehf óskar eftir bilstjóra á fjögurra öxla trukk.

Uppl. gefur Gunnar í s. 894 9690

- TRAILER BILSTJÓRA VANTAR -

Sílfri ehf óskar eftir trailer bilstjóra

Uppl. gefur Gunnar í s. 894 9690



SMIDUR / UPPSLÁTTUR

Heimaás óskar eftir að ráða smíði í uppsláttarvinnu.

-Mæling/einingarverð

-Sveinsþróf skilyrði

-Kranapróf kostur

Nánari uppl. í s. 8956820 Guðmundur

heimaas@heimaas.is merkt "atvinna"

Garðyrkjufyrirtæki á höfuðborgarsvæðinu óskar eftir samvissuömu og áreiðanlegu sumarstarfsfólki. Umsókn ásamt ferilskrá sendist á netfangið hreinirgardar@gmail.com

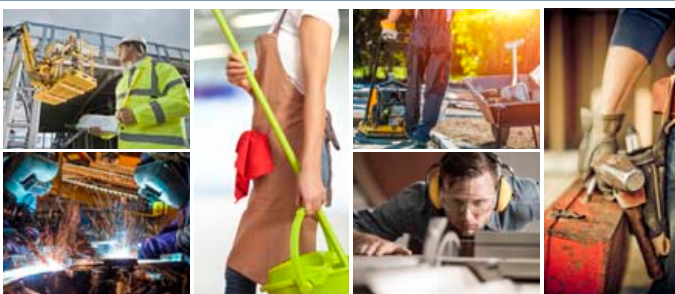
Atvinna óskast

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

Atvinna



VANTAR ÞIG STARFSFÓLK

Handafl er traust og fagleg starfsmannaveita með margra ára reynslu á markaði þar sem við þjónustum jafnt stór sem smá fyrirtæki.

Við útvegum hæfa starfskrafta í flestar greinar atvinnulífsins

Markmið okkar er að spara viðskiptavinum tíma, fyrirhöfn og fjármuni.



Suðurlandsbraut 6, Rvk. | Sími 419 9000

info@handafl.is | handafl.is

Atvinna

Útvegum starfsmenn
TIL FJÖLBREYTTTRA
STARFA UM LENGRI
EÐA SKEMMRI TÍMA

Nánari upplýsingar í síma 551 5000 eða sendið fyrirspurn á netfangið proventus@proventus.is



Ármúla 15, 108 Reykjavík - www.proventus.is - proventus@proventus.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

EYJALIND Startarar og Alternatorar

- Vinnuvélar
- Lyftarar
- Dráttarvélar
- Bátar

Sími: 517-8240 - Súðarvogur 20 - www.eyjalind.is

Öryggismyndavél fyrir sumarþustað og heimili.

Tekur venjulegt GSM SIM kort, Hægt að panta mynd eða hlusta svæði. SMS og MMS viðvörðun í síma og netfang. Lætur vita ef rafmagn fer af og hiti breytist. Hægt er að tengja allt að 15 auka skynjara. Vöktun á heitum potti, raka, þrýstingi o.fl. Stýring á hita, kveikja ljós, renna í pottinn. Getur tengst blikkjóni og sírenu. Stýrist með appi.

Uppl. í síma 699-6869 og rafeindir.is

Snyrti & nuddstofan Smart
Kirkjulundi 19 • 210 Garðabæ

Alltaf frábær tilboð í gangi hjá okkur! Kíkjið á facebook síðu okkar: facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

Verið hjartanlega velkomin.

Tímamantanir í s. 789 3031 & 897 3035 • helgasig2@gmail.com og á Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

Ferðapjónustuhús

Vönduð hús sem henta vel í ferðapjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða www.reisum.is

Geymsluskúrar /gestahús til sölu

- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bárustál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

Við sérhæfum okkur við heimilisþríf, húsfélög og fyrirtækjapríf.

Hægt að panta tíma á hofdabon.is

Höfðabón ehf
Dugguvogi 10 (bakvið húsið)
S: 552 7772 eða sendu á okkur línu á bonhofda@gmail.com

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is gudruninga@frettabladid.is

Til sölu

Til sölu:

- 2 nýlegir ónotaðir stálskápar 2m hæð og 1m á breidd. Kosta rúmlega 100.000 hvor en seljast á 80.000 samtals.
- Hefilbekkur Sjöberg með 4 hillum og skápum frá Brynju. Kostar um 200.000 nýr en selst á 90.000.
- Notað iðnaðarljós, Gewiss gasljós. Gríðarleg birta. Selst á 15.000.
- 18 tommu dekk til sölu. 2 Bridgeston Blizzak 255/35/ heilsársdekk, annað algerlega ónotað og hitt mjög lítið. Kostuðu 148.000 en seljast á 45.000. 2 Hankook icewear 245/40 heilsársdekk í finu standi til sölu á 15.000 samtals.
- **Til sýnis að Eyjaslóð 3, Granda frá 15.30 til 16.30 í dag fimmtudag. Upplýsingar einnig í síma 892 5064.**

Fasteignir

Mýrargata 26

íbúð 513 101 Reykjavík

OPIÐ HÚS

föstudaginn 15. júní kl. 17:00-17:30

Tveggja herbergja lúxusíbúð Gengið inn af svölum í íbúð Lofthæð íbúðar er ca 3 metra Sérsmíðaðar innréttingar, gólfísiðir gluggar Bilastæði í lokaðri upphitaðri aðgangsstýrði bilageymslu Paksvallir á 6. og 7. hæð lðandi og fjölbreytt borgarlíf Einstöku staðsetning og útsýni yfir sjóinn, 5. hæð

Nánari upplýsingar veitir:

Jórunn Skúladóttir, lögg. fasteignasali
jorunn@miklaborg.is sími: 845 8958

Verð: 53,5 millj.

FASTEIGNASALAN **MIKLABORG** 569 7000 Lágmúla 4 www.miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

- með þér alla leið -

EIGNAMIDLUN

Sala fasteigna frá

Elsta starfandi fasteignasala landins

1957

Álfheimar 13,104 Reykjavík

OPIÐ HÚS



Falleg töluvert endurnýjuð samtals 170 fm 5 herb. neðri hæð með bílskúr. Stofa, eldhús, tvö baðherbergi, þvottahús og fjögur herbergi. Svalir. Góð staðsetning. V. 64,9 m.

Nánari upplýsingar: Daði Hafþórsson lg.fs. s. 824 9096.

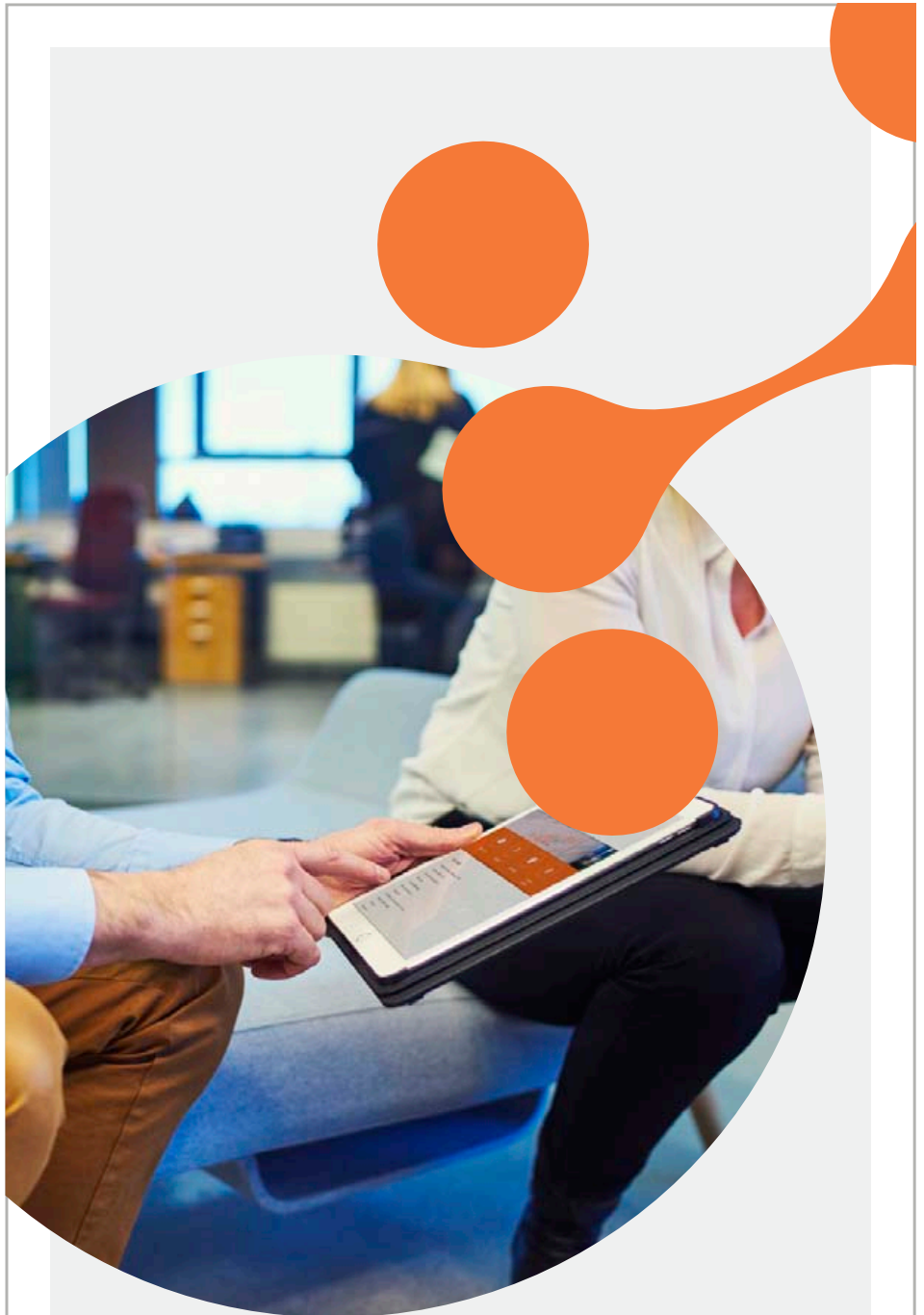
Opið hús fimmtudaginn 14. júní milli 17:00 og 17:30.

588 9090 · www.eignamidun.is · Grensásvegi 11 · 108 Reykjavík

intellecta.is

RÁÐNINGAR

intellecta



Ný tækifæri,
nýjar áskoranir!


HAGVANGUR
www.hagvangur.is