

LEIÐ

MÍÐVIKUDAGUR 3. OKTÓBER 2018

Heimili



Það er haust og þá fara Íslendingar inn og hafa það notalegt við kerta-ljós áður en klæðin rauð bætast við í nóvemberlok. ➔4



„Þessir stólar eru þeir einu í heiminum með 360° gráðu Dondola veltitækinni,“ segir Halldór Ingi Stefánsson, sölustjóri hjá Hirzgunni. MYND/EYÞÓR

Stólar sem skapaðir eru fyrir bakið

Heilsuskrifstofustólarnir frá Wagner eru með einstakri Dondola veltitækni sem fer sérstaklega vel með bakið. Stólarnir fást í Hirzgunni og eru á frábæru kynningarverði í samvinnu við Wagner út október og kosta frá 109.000 kr. ➔2

LÍFIÐ ER Á
FRÉTTABLAÐIÐ.IS

Lífið á frettabladid.is fjallar um fólk, tísku, menningu, heilsu og margt fleira.



Framhald af forsiðu →

Heilsuskristofustólarnir frá Wagner eru með einstakri Dondola veltitækni sem gerir notendum kleift að sitja á hreyfingu segir Halldór Ingi Stefánsson, sölustjóri hjá Hirzlunni, sem er með umboð fyrir þetta þýska gæðamerki. „Mjög margir sitja stóran hluta dags í vinnu sinni sem fer ekki sérstaklega vel með bakið. Að sitja á hreyfingu getur þannig komið í veg fyrir ýmis bakvandamál og hjálpað þeim sem nú þegar stríða við eymsli og þreytu í baki. Hreyfingin miðar að því að léttu álag á bakið, koma því á hreyfingu og styrkja það í hrfandi samspili hvíldar og hreyfingar. Þessir stólar eru þeir einu í heiminum með 360° gráðu Dondola veltitækninni og á þeim er tíu ára ábyrgð.“

ErgoMedic – Vinsælasti stóllinn

Hirzlan býður upp á tvær gerðir Dondola skrifborstöla frá Wagner, ErgoMedic og AluMedic, sem eru að sögn Halldórs Inga einstakir skrifborstölar. „Stólarnir eru bæði fállegir og einstaklega þægilegir. Mjúk hreyfing Dondola veltisetunnar tryggir hámarksþægindi fyrir þann sem situr á stólum og bakstuðningurinn er mjög góður. Á þessum stólum eru margar stillinguleikar eins og hæð á baki, lengd á setu og margar stillingar á örmum.“

ErgoMedic stólarnir fást í tveimur útgáfum, 100-3 og 100-2. Sá fyrri kemur með bólstruðu baki en sá seinni með netbaki og státa þeir báðir af 360° veltitækni.

AluMedic – Toppurinn í Dondola stólunum

AluMedic skrifstofustólarnir frá Wagner eru einstaklega fállegir og þægilegir stólar að sögn Halldórs Inga. „Mjúk hreyfing Dondola veltisetunnar tryggir hámarksþægindi fyrir notandann í 360°. Bakið á stólum er mjög þægilegt og hreyfing með líkamanum og er hann með aukastuðning fyrir mjóbakið. Hann hefur um leið marga stillinguleika. Þessir stólar fást með netbaki eða bólstruðu baki, með eða án höfuðpúða.“

Hirzlan
SKRIFSTOFUHÚSGÖG



ErgoMedic 100-3. Vinsælasti stóllinn í Hirzlunni, nú á tilboði, 109.000 kr.



AluMedic 5, nú frá 127.000 kr.



Titan stóllinn er einn sá allra flottasti.



W70 fundarstólar með Dondola. Verð nú 64.900 kr.

FAGADILAR MÆLA MED WAGNER



wagner



Dondola®

Aldrei liðið betur í bakinu

Ólafur Gunnar Guðlaugsson hefur glímt við bakverki í áratugi. Starfa sinna vegna þarf hann að sitja nær allan daginn sem fer ekki vel með bakið. Eftir að hafa kynnst Wagner stólunum frá Hirzlunni hurfu öll bakvandamál hans.

Ég hef unnið sem grafískur hönnuður, barnabókahöfundur og teiknari í nærri 30 ár. Eins og gefur að skilja er ekki mikil hreyfing við svona störf og ég sit nánast allan daginn við iðju mína. Það er auðvitað dauði og djöfull fyrir krónískt bakveikan mann.

Í tugi ára hefur morgunrúttina mín verið að líkka um klemmdu

“Og viti menn, eftir eina viku voru öll mín bakvandamál algjörlega horfin! Það hljómar eins og lygasaga en mér hefur aldrei liðið betur í bakinu.”



Ólafur Gunnar Guðlaugsson er grafískur hönnuður, barnabókahöfundur og teiknari til nærri 30 ára.

tægina í mjóbakinu og koma mér úr vinkilstöðu í lóðretta.

Ég gat ekki kennt rúminu mínu um þetta því það skipti engu máli á hvaða fleti ég svaf, það var alltaf sama veseníð á morgnana. Auk þess á ég til að læst í bakinu og þá tók við vikutímabil sem ekki er hægt að mæla með. Sem sagt Ópolandi og viðvarandi ástand sem var nóg til að æra óstöðugan.“

Þá kynntist Ólafur Gunnar Wagner stólunum frá Hirzlunni sem eru með 360 gráða Dondola veltitækni.

„Málið er að ef mér tekst að halda hryggsúlunni á stöðugri hreyfingu þá á hún síður til að stífna eða festast. Mér tókst að fá vinnuveitanda minn til að fjárfesta í einum svona stól, ErgoMedic 100-3. Og viti menn, eftir eina viku voru öll mín bakvandamál algjörlega horfin! Það hljómar eins og lygasaga en mér hefur aldrei liðið betur í bakinu.“



Gæðakerrur fyrir öll tækifæri - mikið úrval aukahluta

Garð- og tómstundakerrur

Kerrur með frábæra aksturseygileika sem auðvelt er að geyma uppá enda. Góð burðargeta og frábært úrval aukahluta til að auka notkunarmöguleika kerrunnar.



Frá
139.000,-
m/vsk



Frá
389.000,-
m/vsk

Sterkar iðnaðarkerrur

Sérstaklega öflugar og endingargóðar kerrur. Fáanlegar úr stáli eða áli og með mismunandi pallastærðir.

Flestar gerðir eru með:

- Lokuð hólf undir pallinum
- Verkfærakassa á dráttarbeislinu
- Rúma tvö samhliða Euro-bretti
- Hægt að nota sem flatvagn



Innbyggð geymsluhólf



Innfelldar krækjur



Fjöldi botnstífa



Aðeins 12° halli

Tækjakerrur

- Sterkbyggðar kerrur með sturtueiginleika
 - Aðeins 12° halli þegar keyrt er uppá pallinn
 - Lágur þyngdarpunktur
- Burðargeta allt að 2.835 kg.

Frá
1.069.000,-
m/vsk



Söluaðilar Motormax:

Toyota Kaupúni
Kaupúni 6
Garðabæ
Sími: 570-5070

Toyota Akureyri
Baldursnesi 1
603 Akureyri
Sími 460-4300

Toyota Reykjanesbæ
Njarðarbraut 19
260 Reykjanesbær
Sími 420-6600

Toyota Selfossi
Fossnesi 14
800 Selfossi
Sími 480-8000

TOPPBÍLAR
Kletthálsi 2
110 Reykjavík
Sími 587-2000

KRAFTVÉLAR
Dalvegi 6-8
201 Kópavogur
Sími 535-3500

Kaupfélag Skagfirðinga
Ártorgi 1
550 Sauðárkrúkur
Sími 455-4500

NI
Klettagörðum 13
104 Reykjavík
Sími 440-1243

MotorMax

Motormax ehf.
Vatnagörðum 12
Sími: 545 4040

Notalegt heima í nepjunni

Naprir haustvindarnir gnauða og regnið bylur á þakinu. Það er haust og þá fara Íslendingar inn og hafa það notalegt við kertaljós áður en klæðin rauð bætast við í nóvemberlok. Það er margt hægt að gera til að bæta í huggulegheitin á heimilinu án þess að það kosti meira en góðu hófi gegnir.

Brynhildur Björnsdóttir
brynhildur@frettabladid.is



Púðar

Að stinga sér í púðahrúgu, hjúfra sig upp að mjúkum púða eða hnoða hann til svo hann passi nákvæmlega rétt undir hnakkann eða mjóðmína er ein af undirstöðum þess að láta fara vel um sig. Púðar geta líka verið til mikillar þryði og auðgað litadýróina á heimilinu svo um munar. Púðarnir geta verið í öllum stærðum og gerðum, lit og lögum og myndstær er bara betra til að lifga upp á. Ef ætlunin er að koma reiðu á svíplitar vistarverur er einnig kjörrið að kaupa púða, teppi og smáhluti í sama lit eða litbrigðum og dreifa um rýmið. Erfert er að velja lit skoðuðu þá hvort einhver litur er áberandi fyrir. Eru til dæmis rauðir kilir á einhverjum bókum í bókaskápnunum? Blár ráandi í myndinni á veggnum? Leyfðu litunum að tala saman og útkoman kemur á óvart.

Speglar

Ef rýmið er litíð er spegillinn nauðsyn. Ef ekki má negla í veggina eins og stundum vill vera í leigu-



Litrikir púðar bæði lifga upp á heimilið og bjóða upp á notalega stund.



Kerti eru skotheld leið til að gæða heimilið hlýju og yl. Og þó þú eigir ekki fjöldann allan af flottum kerta-stökum geta sultukrúkkur af ýmsum stærðum og gerðum gert sama gagn.



Ljósaseriur eru ódýr og einföld leið til að umvefja heimilið birtu og yl.

húsnæði má stilla speglinum upp á kommóðu eða á gólfi þannig að hann hallist að veggnum. Spegill í fallegum ramma er eins og lista- verk og með því að staðsetja hann rétt getur hann látið rýmið virðast stærra, bæði hærra til lofts og víðara til veggja. Þá getur rétt staðsettur spegill endurvarpað ljósi og þannig bætt lýsinguna í herberginu auk þess að hafa sömu virkni og gluggi sem visar út.

Veggskraut

Veggir eru bara kaldir ef það er ekkert á þeim. Fallegar myndir í rómum geta skipt sköpum, hvort sem það eru fjölskyldumyndir eða bara eitthvert myndefni sem þér finnst fallegt og vekur upp ljúfar kenndir. Ein sérdeilis auðveld og skemmtileg

lausn er að strengja band þvert yfir vegginn og hengja svo afmælis- og heillaóskakort á það. Kort eru oftar en ekki litil listaverk og svo er alltaf hægt að gripa kort af handahófi og lesa fallega kveðju frá einhverjum sem þykir vænt um mann þegar lifið er óvenju grátt.

Ljósaseriur

Ljós og lýsing geta einnig gert kraftaverk við að gera notalegt á heimilinu. Mörgum finnst kertaljós bráðnauðsynleg þegar haustið knýr dyra en það á ekki síður við um ljósaseriur sem gefa frá sér hlýja og fallega birtu þegar dagarnir stytast. Þær má hengja út um allt hús, tylla í hillur, hengja á veggi eða í glugga og setja í vasa, skálar eða krúkkur til að auðga heimilið hlýju og birtu.

NÝJAR HAUSTLÍNUR FRÁ GERRY WEBER OG TAIFUN



BERNHARD
LAXDAL



20%
afsláttur til
6. október af
Haustlínunum



JÓLASEÐILL EÐA HLAÐBORÐ FYRIRTÆKI OG HÓPAR.

Jólaseðillinn (hægt er að fá vegan útgáfu)

Forréttir:

Marineruð síld í IPA bjór og bláberjum á rúgbrauði
Grafinn lax í Fagnaðarerindinu (jólaljór) og sinnepssósa
Bjórgrafið lamb með epli, basil og hindberjadressingu
Rækjukokteill með mangó og sítrussósu

Aðalréttur:

Confit de Canard
(andalæri) með beikon-kartöflumús, döðlumauki,
vorlauk, ostrusveppum og appelsínu-soðsósu

Eftirréttur:

Bjór-ís (stout) með piparköku mulning,
bökuðu hvítu súkkulaði og kirsuberjasósu

– 7.990 kr.

(hægt að fá drykkjarpörun á 4.990 kr. aukalega)

**Pantanir í síma 456 4040 eða
booking@bryggjanbrugghus.is**

Jólahlaðborð (50 manns eða fleiri)

Forréttir

Bláberja & IPA marineruð síld með rúgbrauði
Sinnepssíld með rúgbrauði
Lax, grafinn í Fagnaðarerindinu með sinnepssósu
Reyktur lax með piparrótarsósu
Reyktar rækjur í skel og chilitartarsósa
Bjórgrafið lamb með hindberja- og basildressingu
Vegan jóla taco með döðlumauki & stökkri gulrót
Vegan paté á rúgbrauði með bjórsýrðri gúrku & sætum
lauk (inniheldur hnetur)
Jólasalat með eplum, hnetum & hindberjadressingu

Aðalréttir

Andalæri – confit de canard
Purusteik af bjórgrís
Hnetusteik

Meðlæti

Sykurbrúnaðar kartöflur
Rósakál
Gljáðar gulrætur
Appelsínugljái

Eftirréttir

Bjórís með kirsuberjasósu og piparkökumulning
Súkkulaðikaka Bryggjunnar og fersk ber
Kókostoppar

– 9.990 kr.



Haustlauf bjóða upp á skemmtilegar skreytingar.

Haustlaufin heilla

Nú er haustið svo sannarlega farið að láta til sín taka með fallgustu litapallettu náttúrunnar sem er jafnframt stórkostlega skemmtilegur efniviður í alls kyns handverk og fönður. Hér er náttúrulega átt við haustlaufin sem hrynja nú af trjánum og biða þess að einhver nýti þau til að gera eitthvað fallegt. Haustlaufin getur öll fjölskyldan dundað sér við saman, fyrst við söfnun, svo meðhöndlun en laufin þurfa að vera bæði þurr og þétt til að hægt sé að vinna með þau og síðast en ekki síst sjálfa skreytingagerðina sem eru engin takmörk sett ef myndunaraflíð er með í för. Haustlaufin eru ólík að lit, lögun og áferð og svo er til nóg af þeim svo það er allt í lagi að gera tilraunir með efniviðinn og hver veit nema einhverjar jólagjafir liti dagsins ljós í hauströkkrunu.



Tómata ætti ekki að geyma í ísskáp.

Ekki geyma í ísskáp

Sumar vörur er betra að geyma við stofuhita en í ísskáp. Til dæmis ætti ekki að hafa hunang í kælisráp þar sem það kristallast. Kaffi á heldur ekki að geyma í ísskáp því það getur misst bragð. Auk þess getur það dregið í sig bæði lykt og bragð af öðrum hráefnum í skápnunum. Betra er að frysta það. Ólífuolíu á ekki að geyma í ísskáp því hún harðnar. Brauð ætti ekki heldur að geyma í kuldanum þar sem það þornar. Betra er að geyma það við stofuhita eða í frysti. Pakkið því vel inn áður en það er sett í frysti.

Hvítlauk á ekki að geyma í kælisráp þar sem hann getur orðið seigur. Lauk ætti sömu leiðis að geyma annars staðar en í ísskápnunum. Alls ekki geyma lauk og kartöflur saman. Kartöflur ætti að geyma í pappirspoka á dimmum og svölum stað en alls ekki við mikinn kulda. Ef þú vilt að lárperan sé vel þroskuð ætti ekki að geyma hana í kulda heldur við stofuhita.

Tómatar missa bragð við mikinn kulda og þeir hætta að þroskast. Þess vegna ætti ekki að geyma þá í ísskáp.



Hreinn vasi fyrir ferskari blóm

Mikil þrýði er að ferskum, afskornum blómum enda lifga þau svo sannarlega upp á umhverfið. Til að blómín haldist lifandi og friskleg sem lengst er lykilatriði að setja þau í hreinan vasa með hreinu vatni og láta þau standa á svölum stað.

Örverur fá nefnilega gott tækifæri til að fjölga sér ef vasinn er óhreinn og það kemur fljótlega niður á ferskleika blómanna. Einnig er gott að fjarlægja

blöð af þeim hluta stilkisins sem fer ofan í vatnið. Blóm þola ekki beint sólarljós og eru fljót að hengja haus ef sólin skín á þau. Betra er að birtan sé dreifð.

Úða má vatni á blómin einu sinni til tvisvar á dag ef loftið er þurr. Oftast fylgir næring með afskornum blómum og hún á að lengja líf þeirra. Þá er gott að setja sykurmola út í vatnið og sumir setja skvettu af Sprite út í það til að hressa blómin við.



Blóm lifa lengur í hreinu vasa með hreinu vatni. MYND/ NORDICPHOTOS/GETTY

GRAL KYNNIR

SVARTLYNG

★★★★★

PT. Mbl. SJ. Frbl.

„Svartlyng er ein af þessum sýningum sem okkur bráðvantar“
HA. RÚV Menning

„Súrrealísk kómík brotin upp með niðandi ádeilu.“
SJ. Frbl.

„Óborganlega myndi og súrrealískt.“
HA. RÚV Menning

„Rammpólítískt ádeiluverk sem virkar“
PT. Mbl.

„Leikhópurinn allur fer á kostum“
HA. RÚV Menning

„Mikið sjónarspil og hressileg ádeila“
KHP. Hugarás

„Fariði bara í leikhús... og sjáið þetta“
HA. RÚV Menning

SÓTSVARTUR GAMANLEIKUR
eftir Guðmund Brynjólfsson

TJARNARBIÓ

Takmarkaður sýningafjöldi | Miðasala á tix.is

Smáauglýsingar

512 5800

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

Bílar & Farartæki



Suzuki mótörhjól Komdu og klttu við í sýningarsal Suzuki. Ymislegt spennandi til, sjón er sögu ríkar.

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

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is



Kerrur

Varahlutir

VAKA
BÍLAPARTAR ERU PARTUR AF OKKUR!
MIKID ÚRVAL VARAHLUTA Í FLESTA BÍLA

Sími: 567 6700 | vakahf.is

Startarar & alternatorar

í bíla, báta og vinnuvélar



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

Viðgerðir

Almennar bílavíðgerðir. Sérgrein bremsuviðgerðir. Renni diskar og skálar. Fljót og góð þjónusta. Bergfinnur ehf. 892 7852

Þjónusta

Hreingerningar

Hreingerningabjónusta
Þvegillinn
5 44 44 46

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

VY-ÞRIF EHF.

Öll almenn þrif, fyrir heimili, hústélg, fyrirtæki o.fl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

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 bill. Búslóðalyfta. Flutningabj. Mikael's. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsviðhald

FLÍSLAGNIR - MÜRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skílar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingabjónusta ehf.
S. 893 6994

k2
LOFTSTOKKAHREINSUNIN

- FYRIRTÆKI
- FIJLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR

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

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

Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir eru okkar besta auglýsing

FAST
Ráðningar

lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is
www.fastradningar.is

Fasteignir



SALA FASTEIGNA SÍÐAN 1957



GRENSÁSVEGUR 11

SÍMI 588 9090

NÝTT Í ÚLFARSÁRDAL – FJÖLSKYLDUVÆN HÚS



FULLFRÁGENGIN LÓÐ



ÚTSÝNI ÚR FLESTUM HÚSUNUM



FULLMÁLAD OG FRÁGENGIÐ RAFMAGN GÖLFHITI

OPÍÐ HÚS FIMMTUDAGINN 4. OKTÓBER MILLI 17.00 OG 17.30

Sjafnarbrunnur 5 – 19

113 REYKJAVÍK

Mjög vel skipulögð raðhús á tveimur hæðum í rísandi hverfi. Húsin eru frá 219,9 fm upp í 230,5 fm með innbyggðum bílskúr. Húsin skiptast m.a. í stofu, eldhús, þvottahús, fjögur svefnherbergi og tvö baðherbergi. Húsunum verður skilað fullbúnum að utan með hellulögðu bílapani en tilbúnum til innréttinga að innan.

Verð frá 73,5 m.
7 hús eftir

Daði Hafþórsson
löggtur fasteignasali
dadi@eignamidlun.is
Sími 824 9096



Pórarinn M. Friðgeirsson
löggtur fasteignasali
thorarinn@eignamidlun.is
Sími 899 1882



HUMBAUR

Kerrurnar frábæru frá Humbaur eru til á lager!

Öllum 750kg kerrum fylgir nefhjól, lás og strappar.



Startrailer 1280
750 kg. Mál: 205x109.5x30 cm.
Verð: 120.888 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.

Topplausnir

Smiðjuvegi 40 gul gata. Kópavogi.
Veitum upplýsingar í síma: 517 7718.
Heimasíða: www.topplausnir.is

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur.
Sími 694 7881, Janna.

Spádómar

SÁ SIMASPÁ Í 844 6845

Spáir í spil og bola. Simaspá,
Einkaspá. Geymið auglýsinguna. Er
á facebook

Keypt & Selt

Til sölu



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

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

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

Til bygginga



HARDVIÐUR TIL HÚSBYGGINGA. SJÁ NÁNAR Á: VIDUR.IS

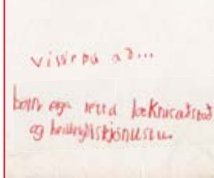
Vatnsklæðning, panill, pallaefni,
parket, útihurðir, ofl. Gæði á
góðu verði. Nýkomnar Eurotec
A2 harðviðarskrúfur. Penofin
harðviðarolla. Indús ehf,
Óseyrarbraut 2 Hf, Uppl. hjá Magnúsi
í sínum 660 0230 og 561 1122.

Heilsa

Nudd

NUDD

Heilnudd, slökun, íþróttanudd
og snyrting. Afslappandi og gott
umhverfi á sv. 105 rvk. Opíð kvöld
og helgar. S. 894 4817



Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 165 - 570 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í 116 REYKJAVÍK VERÐ FRÁ KR 990 FM

165 og 285 fm bil með allt að 9 m
loft hæð, stórar innkeyrsludyr, góð
malbikuð lóð, og greið aðkoma.
Nánari upplýsingar veitir
Sverrir í s. 661 7000

Góð 3ja. herb. íbúð í Stangarholti, er
laus. Verð 239þús per. mán. Nánari
uppl. í s. 663-5790

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
Sérgeymslur á mjög góðum
verðum. Frá 2-17 m². S: 564-6500

GEYMSLUR.IS SÍMI 555-3464

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

Atvinna

Atvinna í boði

Stýrimaður óskast á Friðrik
Sigurðsson AR 17 Uppl í síma:
4833548 email: sigrun@
hafnarnesver.is

Nám

Nám í Danmörku

**Hefur þú iðmenntun eða stúdentspróf og
hyggur á frekara nám**

University College Lillebælt heldur kynningu á námi við
skólann miðvikudaginn 3. okt. kl. 20.00. í húsakynnum
Garðyrkjufélags Íslands að Síðumúla 1 í Reykjavík

Eftirfarandi fagsvið námsgreina verða kynnt:

- Byggingatæknigreinar
- Framleiðslu- og tæknigreinar
- Ferðamála- og íþróttagreinar
- Viðskipta- og fjármálagreinar
- Sölu- og markaðsgreinar
- Tölvu- og fjölmiðlunargreinar
- Leikskóla- og kennslufræði
- Félagsráðgjöf
- Hjúkrunarfræði
- Sjúkra- og iðjubúðalfun
- Röntgentækni
- Landbúnaðarframleiðsla og tengdar greinar

**Frekari upplýsingar má finna á heimasíðum skólans
www.eal.dk. og www.ucl.dk.
Kennt er ýmist á ensku eða dönsku.**

University College Lillebælt er gamalgróinn skóli sem
leggur mikinn metnað í að bjóða nemendum sínum allt
það besta á hverjum tíma.

Komið og kynnið ykkur þá möguleika sem eru í boði
varðandi nám við skólann. **Frekari upplýsingar í síma
862 9131 eða á reynir@verksyn.is**

University College Lillebælt

Seebladsgade 1

5000 Odense C

Danmark

Tlf. 0045 - 70105800

heimasíður:

www.eal.dk. og www.ucl.dk.



Þjónusta

VANTAR ÞIG STARFSFÓLK

**Við útvegum hæfa
starfskrafta í flestar
greinar atvinnulífsins**

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

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



Suðurlandsbraut 6, Rvk. | SÍMI 419 9000

info@handafl.is | handafl.is

ERTU Í LEIT AÐ DRAUMASTARFINU?



Finndu þitt starf á atvinna.frettabladid.is

FRÉTTABLAÐIÐ IS Job.is

Þarftu að ráða?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum
og mannauðsráðgjöf.

Við komum til móts við þarfir
fyrirtækja og sérsníðum lausnir
sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
ráðningarstofa

WWW.RADUM.IS | 519 6770 | RADUM@RADUM.IS