



MIDVIKUDAGUR 27. MARS 2019

Heimili



Fiskur er hollur og góður og ætti að vera oftur á borðum landsmanna. Það er hægt að gera margvíslega góða rétti úr fiski. ➔4



Falleg mynd af Alexöndru umvafinni dýrum á framandi slóðum.

Safnar dömubindum fyrir indverskar stúlkur

Alexandra Kristjánsdóttir er aðeins 26 ára en hefur engu að síður ferðast til 48 landa. Hún er nú stödd í litlu þorpi á Indlandi við hjálparstörf. Á ferðalagi sínu um heiminn hefur Alexandra komist að ýmsu sem hún ekki vissi áður.

Elin Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Alexandra er núna stödd í Bandikui á Indlandi þar sem hún starfar með hópi fólks að því að skrifa bók um lífgas. „Við verðum hér í 3 mánuði en bókin er ætluð til að hjálpa indverskum bændum við að byggja sitt eigið lífgashús eða „biogas plant“ eins og það kallast á ensku. Við vonumst eftir því að úgáfa bókarnar verði unnin í samstarfi við UNDP (United Nations Developing Program). Bókin verður þýdd yfir á hindí, ókeyppis og aðgengileg öllum,“ útskýrir hún.

Um síðustu helgi var Alexandra í Nepal þar sem hún dvaldi í

viku fyrir holi-hátíðina. „Við tókum þátt í ruslatinslu í einni götu, hreinsuðum rusl úr ánni og árfarveginum í Katmandú þar sem tugir manna úr samfélaginu, lögreglan og herinn koma vikulega saman til að tina rusl. Við heimsóttum líka skóla og mundaarleysingjahæli ásamt nokkrum túristastöðum á víð og dreif um borgina.“

Blæðingar eru tabú

Alexandra hefur kynnst Indlandi vel undanfarnar vikur og meðal þess sem hefur komið henni á óvart er að blæðingar kvenna þykja mikið tabú. „Meirihluti fólks hér veit ekki af hverju blæðingar eiga sér stað hjá konum og trúir því að þetta sé bölvun frá guðunum. Konur mega til dæmis

ekki fara inn í hof eða á heilaga staði á meðan á blæðingum stendur. Sömuleiðis er algengt að stúlkur mæti ekki í skólann á blæðingadögum. Mig langaði að gera eitthvað í þessu þannig að fyrir afmælið mitt núna í mars ákvað ég að kaupa endurnýtanleg dömubindi fyrir þær. Ég bað vini og ættingja um pening í staðinn fyrir gjafir en fyrir þá langaði mig að kaupa taubindi fyrir tuttugu konur. Söfnuninni var deilt á Facebook og fólk alls staðar af Íslandi og víðar í heiminum tók þátt í söfnuninni sem fór fram úr mínum björtustu vonum. Peningarnir sem söfnuðust nægðu til að kaupa meira en 1.200 endurnýtanleg dömubindi sem munu nýtast 210 stúlkum og konum,“ segir Alexandra og bætir við að

hún hafi tárast yfir göðsemi fólks á afmælisdegi hennar. „Ég er svo virkilega þakklát yfir þessari gjafmildi. Við erum núna að bíða eftir sendingunni sem er á leiðinni. Ég hlakka mikið til að afhenda dömubindin. Ég verð með fræðslu fyrir þær í leiðinni um blæðingar almennt og hvernig á að nota og hirða um bindin. Ég veit að þessi gjöf mun hafa gríðarleg áhrif á líf þeirra allra.“

Með amerískri fjölskyldu um heiminn

Ferðalag Alexöndru um heiminn byrjaði þegar hún var valin úr hópi umsækjenda til að ferðast með amerískum hjónum og þremur börnum þeirra um heim-

Framhald á síðu 2 ➔

HVER VANN?

Sportíð á frettabladid.is færir þér allar nýjustu fréttirnar úr heimi íþróttanna.



Framhald af forsiðu →

inn. Í fyrstu var reyndar önnur stúlka valin en sú gafst upp eftir ferðalög til þriggja landa. Þá höfðu þau samband við Alexöndru sem ákvað að láta draum sinn um að kynna heiminum rætast. „Hjónunum bærust alls 24.400 umsóknir árið 2017 og þau lokuðu snemma fyrir vegna þess fjölda. Ég var því ofsein að sækja um starfið upphaflega og var alveg miður mín. Ég bjó til vandað myndband og sendi sem virkaði,“ segir hún. Ferðalögum hjónanna er lokið og þau eru aftur flutt til Bandaríkjanna þangað sem Alexandra hefur heimsótt þau enda skapaðist góð vinátta. „Ferðalag mitt um heiminn með þeim hófst í Búdapest í Ungverjalandi.“

Þegar Alexandra er spurð hvaða land hafi komið henni mest á óvart, svarar hún: „Líklegast Kína. Ég elska Kína en átti þó ekki von á því. Ég hafði ákveðna fordóma gagnvart landinu og ferðamönnunum sem komu þaðan. Núna skil ég menninguna og landið svo miklu betur. Tungumálið er líka svo athyglisvert, hvernig það hefur þróað og mótað land og þjóð. Annars eru nokkrir staðir sem mig langar að heimsækja aftur og get nefnt Salómonseyjar, Vanúatú, Kína, Suður-Afríku, Víetnam, Hawaii, Ástralíu og Frakkland, svo eitt-hvað sé nefnt.“

Hefur kynnst mörgum

Ég kynntist ótrúlega mörgu okunnugu fólki sem endaði stundum með því að við borðuðum saman. Mér var boðið á tónlistarhátið, í grillpartí, strandpartí og fjölskyldumatarboð til að nefna nokkur dæmi. Að kynna nýju fólki og fá að taka þátt í lífi þess er eitt það skemmtilegasta sem ég geri á ferðalögum. Ég trúi því að okunnugt fólk sé vinir manns sem maður á bara eftir að hitta. Eins og þeir segja á ensku: „Strangers are just friends you haven't met yet.“ Ég lærði líka ótrúlega margt. Svona ferðalög kenna manni margt, ekki bara um aðra menningarheima heldur líka um mann sjálfan og öll mannleg samskipti. Ferðalögin hafa þroskað mig og lífsreynslan hefur gert mig að betri manneskju.“

Mengun er ekkert grín

Alexandra segir að umhverfismál hafi aldrei skipt sig jafnmiklu máli og nú.

„Ég var engan veginn að átta mig á því hversu mikilvæg umhverfismálin eru í raun og veru. Það var ekki fyrir en ég sá öll dauða kóralrifin, allt ruslið, þurrkana, stormana og mengunina að ég fór að átta mig á því hversu virkilega slæmt ástandið er orðið alls staðar í heiminum,“ segir hún. „Á paradísareyjum eins og Hawaii sá ég hvítar beinagrindur af því sem áður höfðu verið litrík kóralrif full af lífi. Í Suður-Afríku máttum við ekki sturta niður í klósettunum vegna vatnsskortis. Í Kína fórum við á afskekktan stað, langt fyrir utan stórborgina, til þess að sjá Kínamúrinn, mengunin þar var svo mikil að það sást ekki til sólar. Vikuna eftir að við fórum frá Fídjí kom fellibylur sem eyðilagði stórt landsvæði og nokkrir létu lífið. Mengun af mannavöldum er ekkert grín. Við verðum að axla ábyrgð og gera eitthvað í þessu strax, allar þjóðir, öll saman sem eitt. Það er svo mikið í húfi.“

Alexandra segir að ferðalögin hafi víkkað sjónvildarhring sinn og skilning á mismunandi menningarheimum. Ég hef lært sögu þjóða sem mér finnst núna að við hefðum átt að fræðast meira um



Á Hawaii í barnfóstrustörfum.



Alexandra í Aþenu í Grikklandi.



Í Courmayeur, Mont Blanc.

í skóla, til dæmis þjóðarmorðin í Armeníu sem voru aðdragandi alls þess sem átti sér stað í seinni heimsstyrjöldinni. Ég mæli eindregið með því að ungt fólk ferðist um heiminn og kynnist innfæddum af eigin raun.“

Í móðurhlutverki

Á ferðalaginu með amerísku fjölskyldunni var Alexandra ekki bara barnfóstra heldur einnig kennari og jafnvel aukamóðir. „Börnin hoppuðu stundum upp í rúm til mín á morgnana og ég fékk að upplifa það að vera mamma án þess að vera mamma. Ætli ég sé ekki ágætlega búin undir móðurhlutverki þegar að því kemur. Ég hef líka lært að nýta tíma minn núna fyrir sjálfan mig,“ segir hún og bætir við að hún hafi ekki fengið heimprá. „Að sjálfsögðu

voru dagar sem ég vildi að ég hefði getað verið með fjölskyldunni minni eins og í afmæli litla bróður míns, en í heildina var ég alltaf sátt og ánægð þar sem ég var hverju sinni. Stundum óska ég þess samt að þau gætu verið með mér til þess að sjá og upplifa hlutina með mér,“ segir Alexandra en foreldrar hennar eru Unnur Elfa Þorsteinsdóttir og Kristján Kristjánsson. „Þau hafa að sjálfsögðu áhyggjur af mér en eru ánægð fyrir mína hönd. Þau hafa alltaf stutt við bakið á mér og hvatt mig áfram í öllu því sem ég tek mér fyrir hendur. Þau gátu alltaf fylgst með mér á meðan ég ferðaðist með fjölskyldunni því Five Take Flight, eins og þau kölluðu sig, hlóð alltaf niður myndbandi á sunnudögum frá því sem á daga okkar hafði drifið. Það varð vikulegur við-



Strandlíf á Möltu.



Á ferðalagi um Ísrael.



Í Höfðaborg í Suður-Afríku.

burður hjá foreldrum mínum og litla bróður að horfa myndböndin.

Hrædd í Portúgal

Þegar Alexandra er spurð hvort hún hafi einhvern tíma orðið hrædd á ferðalaginu, svarar hún: „Já, ég var einu sinni að ferðast ein í leigubíl á leiðinni heim af safni í Lissabon og leigubilstjórinn fór að tala um hversu hrifinn hann væri af rauðhærdum konum. Hann var mjög ágengur og sagðist hreinlega vilja ræna mér og taka mig heim til sín. Mér fannst þetta virkilega óþægilegt og leið ekki vel undir þessum kringumstæðum. Ég ákvað að vera mjög ákveðin og talaði skýrt við hann um að fólk biði mín heima. Ef ferðamenn eru í óþægilegum aðstæðum getur verið gott ráð að hringja (eða þykjast hringja ef síminn er batterislaus) í einhvern og segja þeim hvar maður sé staddur, með hverjum og hvert að fara,“ útskýrir Alexandra reynslunni ríkari.

Góður matur

Það var ekki hægt að sleppa Alexöndru án þess að spyrja hana um matinn á þeim framandi stöðum sem hún hefur heimsótt. „Úff, þetta er erfið spurning. Mér fannst víetnamskur matur rosalega góður

og sömuleiðis eþíópískur. Alvöru indverskur matur er líka alveg frábær. Svo allt öðruvísi en maturinn sem boðið er upp á hjá indversku veitingastöðunum í Evrópu og annars staðar. Ég hef fengið margar spurningar frá fólki varðandi mataræði mitt og hvernig það sé að ferðast á svona afskekktu staði sem vegan. Það var lítið mál, það er alls staðar hægt að finna eitthvað, eða fá veitingastaðina til þess að útbúa grænmetisrétti fyrir mann. Helsti vandinn er alltaf tungumálaerfiðleikar en í þeim tilfellum er Google Translate besti vinur minn. Það er reyndar einn veitingastaður í miklu upphaldi hjá mér en hann heitir Mantra Raw og er í Milánó. Svo voru búddistahlæðborðin í Kína virkilega skemmtileg,“ segir Alexandra sem býst við að koma heim í sumar.

„Ég stefni á að koma heim í vor eða sumar. Ég hlakka mikið til að koma heim í íslenska náttúru og hitta fjölskyldu og vini. Ég á mér langtímamarkmið, eitt þeirra er að gera eitthvað stórbrotið til þess að gera heiminn betri. Einn daginn myndi mig langa til að stofna mín eigin góðgerðarsamtök eða einhverja stofnun, helst tengda umhverfismálum. Það væri draumurinn,“ segir hún.

Kjólaveisla

20% afsláttur

af kjólum frá 27.- 30. mars



Mikið úrval af kjólum

frá RUNDHOLZ, japanska MOYURU og YAYA



SKÓLAVÖRÐUSTÍG 22, 101 REYKJAVÍK
Sími 8341809 fb BOEL insta boelisland

GERRY WEBER - TAIFUN
25% afsláttur



Af NÝLEGUM LÍNUM skoðið Laxdal.is/inspiring green



Skípholti 29b • Sími 551 4422 • www.laxdal.is

Fiskur er herramannsmatur

Samkvæmt rannsóknum borðum við ekki nægilega mikinn fisk. Hann ætti að vera á borðum að minnsta kosti tvisvar í viku enda vítamínríkur, hollur og góður.

Elin
Albertsdóttir
elin@frettabladid.is



Fiskur er ríkur af ómega-3 og gefur okkur D-vítamín sem allir þurfa á að halda hér á norðurhveli jarðar. Fiskur er sömu leiðis góður prótínjafi. Fiskur getur verið mikill veislumatur og hægt að matreiða hann á margvíslegan máta. Hér eru nokkrar hugmyndir.

Fiskur í kókos og karri

Þetta er bragðmikill og góður hversdagsréttur. Uppskriftn miðast við fjóra.

200 g brún hrisgrjón
800 g þorsklak

1 tsk. salt

½ blaðlaukur

½ græn paprika

2 msk. olía

4 dl létt kókosmjólk

2 msk. rautt karrimauk (curry-paste)

Safi og börkur af hálfri límónu

½ rauðlaukur, smátt skorinn

½ chilli-pípar

4 msk. ferskt kóriander

Hrisgrjónin eru soðin samkvæmt leiðbeiningum á pakkanum. Skerið þorsklak í bita og kryddið með salti. Skerið blaðlaukinn í sneiðar og papriku í bita. Setjið olíu í djúpa pönnu. Steikið blaðlauk og papriku þar til mýkist. Bætið þá karrimauki á pönnuna og steikið áfram í 1-2 mínútur. Hrærið allt saman. Bætið því næst kókos-



Það er hægt að framreiða fiskinn á glæsilegan máta. NORDICPHOTOS/GETTY

mjólkinni við og látið suðuna koma upp. Lækkið hitann og látið malla í tíu mínútur. Loks eru fiskbitarnir settir saman við og safi og börkur af límónu. Setjið lok á pönnuna og allt látið sjóða varlega í um það bil fimm mínútur. Bragðbætið með salti og pípar. Dreifið kóriander yfir í lokin ásamt smátt skornum chilli-pípar. Berið fram með hrisgrjónunum.

Rjómalöguð fiskisúpa

Þetta er góð súpa sem einfalt er að gera og hún smakkast mjög vel. Það má vel bæta í hana fleiri tegundum af fiski, til dæmis rækjum eða kræklingi. Einnig má vel setja tómata út í eða annað grænmeti. Uppskriftn er fyrir fjóra.

2 gulrætur

6 dl fiskisoð

2 dl mjólk

2 msk. hveiti

200 g lax

200 g þorskur eða annar fiskur

eftir smekk

1 dl frosnar baunir

1 dl rjómi

½ tsk. salt

½ tsk. pípar

1 msk. ferskur smátt skorinn

graslaukur

Sjóðið upp á fiskisoðinu í potti og setjið gulrætur í bitum út í. Látið malla í 3-4 mínútur. Blandið saman mjólk og hveiti í glasi með loki og hristið vel saman. Hellið blöndunni í fiskisoðið svo það þykkni. Látið sjóða í 5 mínútur. Lækkið hitann og setjið fiskibitana í súpu ásamt baunum. Allt soðið áfram á lágum hita í 5 mínútur. Þá er rjóminn settur saman við og bragðbætt með salti og pípar. Setjið meiri vökva ef ykkur finnst súpan ofþykk. Dreifið graslauk yfir. Berið fram með nýbökuðu brauði.

Þorskur með tómata og olíufum

Mjög góður réttur í tómatsósu. Passar vel með kartöflum eða hrisgrjónum. Uppskriftn er fyrir fjóra.

800 g þorskur, roðflettur

1 laukur

3 hvítlausrif

½ kúrbítur

4 msk. olíufuola

1 dós tómatar í bitum

1 msk. tómatauk

1 dl vatn

½ grænmetisteningur

1 tsk. salt

½ tsk. nýmalaður pípar

12 steinlausar olíufur

½ dl fersk skorin, fersk blaðstein-selja

Hitið ofninn í 180°C. Skerið lauk, hvítlauk og kúrbít smátt. Hitið olíu á pönnu og steikið lauk og kúrbít þar til mýkist. Hellið því næst tómatum á pönnuna, tómatmalki og teningnum. Látið suðuna koma upp og bragðbætið með salti og pípar. Skerið fiskinn í bita og gætið að því að hann sé beinlaus. Bragðbætið fiskinn með salti og pípar. Hellið tómatsósunni í eldfast mót og leggið fiskstykkinn þar ofan á. Dreifið olíufum yfir. Setjið formið mitt í ofninn og bakið í 10-15 mínútur, eftir því hversu þykkar fisksneiðarnar eru. Takið formið út og dreifið steinselju yfir. Berið fram beint úr ofninum.

Léttsaltaður þorskur með beikoni

Mörgum finnst léttsaltaður fiskur mjög góður. Hægt er að bera hann fram með kartöflumús, steiktu beikoni og gulrótum. Einfalt og gott. Uppskriftn miðast við fjóra.

800 g léttsaltaður þorskur

250 g beikon í litlum bitum

1 msk. smjör

200 g gulrætur

Kartöflumús

1 kg mjólmiklar kartöflur

1 msk. smjör

2 dl mjólk

1 tsk. salt

½ tsk. nýmalaður pípar

Skrælið kartöflurnar og sjóðið þær þangað til þær verða mjúkar. Hreinsið fiskinn og skerið í hæfilega bita. Sjóðið vatn og leggið fiskbitana í og látið sjóða undir loki í 8-9 mínútur.

Steikið beikonið í smjöri og setjið til hliðar. Skerið gulrætur í litla bita og sjóðið smástund í sóltuðu vatni. Sigtíð vatnið frá og setjið smá smjör saman við. Takið kartöflurnar upp og hellið vatninu. Maukið þær gróft og setjið smjör og mjólk saman við. Bragðbætið með salti og pípar. Hrærið kartöflurnar þar til blandan verður jöfn og fín. Bætið mjólk við ef það þarf. Berið fiskinn fram rjúkandi heitan með kartöflumúsinni. Sumum finnst gott að hafa sinnep með.

AUKIÐ FRELSI AUKIN HAMINGJA

31. mars - 5. apríl 2019

Fimm daga námskeið frá sunnudegi til föstudags. Rósa Richter sálfræðingur og listmeðferðarfræðingur

Ert þú tilbúin(n) að bæta líðan þína og/eða breyta skaðlegu hegðunarmynstri með því að skoða rót vandans, vinna úr erfiðum minningum og byggja upp nýja von og framtíðarsýn?

Með hjálp EMDR sem talin er áhrifaríkasta áfallameðferð sem býðst í dag, göldrum listmeðferðarinnar, mætti hugleiðslunnar og útveru í náttúrunni býður þetta námskeið upp á raunveruleg tækifæri til sjálfskoðunar, endurnýjunar og breytinga.

Þetta námskeið hentar þeim sem eru tilbúinir að:

- Takast á við rót vandans, öðlast skilning á afleiðingum áfalla, meðvirkni og áhrifum tengsla í uppeldisfjölskyldu
- Endurheimta bælda hluta persónuleikans sem hafa að geyma mikla orku og sköpunarkraft

Þátttakendur læra að tileinka sér öflug verkfæri til að fást við erfiðar tilfinningar s.s. morgunvenjur sem auka vellíðan. Einnig er stunduð dagleg hugleiðsla, létt hreyfing og útigöngur.

Innifalið:

Gisting, ljúffengur og hollur matur
Aðgangur að baðhúsi og líkamsrækt

Umsjón:

Rósa Richter sálfræðingur
og listmeðferðarfræðingur

Verð 165.000 kr.

20% afsláttur fyrir félagsmenn
NLFR og NLFA



RÁÐNINGAR

Árangur fyrirtækja ræðst af þekkingu, getu og reynslu starfsmanna.

Hver einstök ráðning er mikilvæg fjárfesting og er hagur bæði fyrirtækis og viðkomandi einstaklings að vel takist til.

Hafðu samband við okkur og sjáðu hvað við getum gert fyrir þig.

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 víðtæka 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

SÍÐFERÐISGÁTTIN

Eflir vellíðan á vinnustað

www.sidferdisgattin.is



SÍÐFERÐISGÁTTIN

Smáauglýsingar

550 5055

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

Bílar & Farartæki



Suzuki mótörhjul. Komdu og kattu við í sýningarsal Suzuki. Ýmislegt spennandi til, sjón er sögu ríkar.

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

Varahlutir

Startarar & alternatorar

í bíla, báta og vinnuvélur



Bílaraf
Flatahrauni 25 - Hafnarfrói
Sími 564 0400
www.bilaraf.is

Viðgerðir

Almennar bílaviðgerðir. Sérgræin bremsuviðgerðir. Renni diska og skálar. Fljót og góð þjónusta. Bergfinnur ehf. 892 7852

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA

Viðgerðir, viðhald og nýlagnir.

Upplýsingar í síma 868-2055

Sendibílaþjónusta

SENDIBÍLAÞJÓNUSTA.

Tökum að okkur allar flutningar, traust og góð þjónusta og vanir menn.

Upplýsingar í síma:
Árni 661-3166
Ásgeir 869-3741

Pípulagnir

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

Hreingerningar



Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thevegillinn. 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

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. Alhliða bókhaldsþjónusta. Sanngjörn verð og góð þjónusta. Uppl. í s. 8548080/5168080 eða olafur@retta.is.

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., planófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Húsaviðhald

FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skílar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

Nudd

NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

Trésmíði

Get bætt við mig verkefnum sem byggingastjóri. Uppl. sendist til stjorninn@gmail.com

Keypt & Selt

Til sölu



Humar, Ferskur Lax, Risarákjur og fleira góðgæti úr hafinu. Humarsalan SÉRFRÆÐINGAR Í SJÁVARFANGI. WWW.HUMARSALAN.IS S. 867 6677

Óskast keypt

STADGREIÐUM OG LÁNUM ÚT Á: GULL, DEMANTA, VÖNDUÐ ÚR OG MÁLVERK!

Hringar, hálsmen, armbönd, Rolex, Cartier, Patek Philippe o.fl. Hringdu núna og fáðu tilboð þér að kostnaðarlausu!

www.kaupumgull.is

Opið mán - fös 11-16,
Skípholt 27, 105

Upplýsingar í síma 782 8800

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR

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

Til bygginga



HARÐVIÐUR TIL HÚSABYGGINGA. SJÁ NÁNAR Á: VIDUR.IS

Vatnslæðning, panill, pallaefni, parket, útihurðir, ofl. Gæði á góðu verði. Nýkomnar Eurotec A2 harðviðarskrúfur. Penofin harðviðarolla. Indus ehf, Óseyrarbraut 2 Hf, Uppl.hjá Magnúsi í símunum 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 oliuudd auk annarra nuddtegunda Pantanir í síma 8923899.

HEILSUNUDD.

Nuddstofan, opið frá 9-20. Einnig um helgar S. 832 8863

GEFÐU HÆNU

gjofsemgefur.is
907 2003



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 lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.

Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS SÍMI 555-3464

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

WWW.GEYMSLAEITT.IS

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

GEYMSLURTILLEIGU.IS

SÍMI: 414-3000

Gerðu verðsamanburð!

Atvinna

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMIDI, MÚRARA, MÁLARA EÐA AÐRA STARFSMENN?

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

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



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.



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

þjónusta

Snyrti & nuddstofan Smart

Kirkjulundi 19 • 210 Garðabæ



Indverskt höfuð og andlitsnudd, litun og plokkun á augabrúnir
Verð 7.000,-

Munið gjafabréfin okkar.

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

Fasteignir

Höfðatorg
Brietartún 9- 11
105 Reykjavík



OPIÐ HÚS
miðvikudaginn 27. mars kl. 17:30 – 18:00



Glæsilegar íbúðir með lokuðum svölum
Sýnum samdægurs
Bókið skoðun
Afhending: Apríl 2019

Verð frá : **43,9 millj.**

FASTEIGNASALAN **569 7000** Lág múla 4 www.miklaborg.is
MIKLABORG Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar
- með þér alla leið -

Tilkynningar



Reykjavíkurborg
Velferðarsvið

Seljahlíð, heimili aldraðra.

Aðstaða fyrir fótaaðgerðafræðing

Seljahlíð er með aðstöðu til leigu fyrir fótaaðgerðafræðing í húsnæði Seljahlíðar, Hjallaseli 55, 109 Reykjavík.

Áhugasamir skulu senda inn ferilskrá fyrir **12. apríl 2019**, aðstaðan er tilbúin til leigu frá 1. júní 2019, eða fyrr eftir nánara samkomulagi.

Nánari upplýsingar veitir Margrét Árdís Ósvaldsdóttir, forstöðumaður Seljahlíðar, sími: 540 2400 netfang: margret.ardis.osvaldsdottir@reykjavik.is eftir 1. apríl 2019



Sérfræðingar í ráðningum

Ánægðir viðskiptavinir eru okkar besta auglýsing



FAST
Ráðningar

lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is

www.fastradningar.is

AUGLÝSING UM SKIPULAGSMÁL

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

Aðalskipulagsmál

Samkvæmt 1. mgr. 30. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér kynntar skipulagslýsingar fyrir eftirfarandi aðalskipulagsbreytingar:

1. Breyting á aðalskipulagi Ásahrepps 2010-2022, Miðmundarholt 1-6.

Kynnt er skipulagslýsing vegna fyrirhugaðrar breytingar á aðalskipulagi Ásahrepps 2010-2022.

Tillagan gerir ráð fyrir breyttri landnotkun í Miðmundarholti, úr Í3 sem er íbúðarbyggð, í verslunar- og þjónustusvæði, þar sem gert er ráð fyrir gistingu í rekstrarflokki II.

2. Breyting á aðalskipulagi Flóahrepps 2017-2029, Bitra, þjónustumiðstöð.

Kynnt er skipulagslýsing vegna fyrirhugaðrar breytingar á aðalskipulagi Flóahrepps

2017-2029. Breytingartillagan gerir ráð fyrir að byggingarmagn á lóðinni fyrir verslunar- og þjónustureit Bitru (VÞ8) verði aukið úr 5.000 m² í 8.500 m² og gististarfsemi verði heimilud á lóðinni.

Samkvæmt 2. mgr. 30. gr. skipulagslaga nr. 123/2010 er hér kynntar tillögur fyrir eftirfarandi aðalskipulagsbreytingar:

3. Breyting á aðalskipulagi Bláskógabyggðar 2015-2027, Launrétt, Laugarási

Tillagan felur í sér að lóðinni er breytt úr samfélagsreit, í verslunar- og þjónustureit, þannig að heimilt verði að gefa út rekstraleyfi í fl. II á lóðinni til sölu gistingar í atvinnuskyni.

4. Breyting á aðalskipulagi Bláskógabyggðar 2015-2027, Leynir Rimatjörn

Tillagan felur í sér að hluti frístundasvæðis, merkt F42 í aðalskipulagi, minnkar um 9 ha og þessum hluta svæðisins breytt í landbúnaðarsvæði.

Deiliskipulagsmál

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

5. Deiliskipulag, Þingvellir, Bratti í Botnsúlum, Bláskógabyggð

Kynnt er lýsing vegna nýs deiliskipulags sem tekur til Bratta í Súlunadal í Botnsúlum. Á staðnum var lítill skáli sem hefur verið fjarlægður. Til stendur að reisa nýjan skála allt að 80m² að stærð fyrir allt að 30 manns í gistingu. Ekki er vegur að staðnum og ekki heimilt að aka að skálanum. Svæðið er í Aðalskipulagi Bláskógabyggðar 2015-2027 skilgreint sem fjallasel.

6. Deiliskipulag, Svartárbotnar (Gíslaskáli), Afréttur norðan vatna, Bláskógabyggð

Kynnt er lýsing vegna nýs deiliskipulags sem tekur til Svartárbotna (Gíslaskála) á Kili í Bláskógabyggð. Á staðnum er gangnamannahús og aðstaða til að taka á móti hestahópum. Þar er einnig rekin þjónusta við ferðamenn. Í Gíslaskála er gistiþláss fyrir 45-50 manns. Til stendur að stækka skálann fyrir allt að 70 manns í gistingu. Einnig stendur til að bæta aðstöðu fyrir hesta. Aðkoma er af Kjalvegi. Á svæðinu er núverandi 270 m² svefnskáli, 96 m² hesthús og 20 m² starfsmannahús. Svæðið er í Aðalskipulagi Bláskógabyggðar 2015-2027 skilgreint sem fjallasel.

7. Deiliskipulag, Geldingafell, Framafréttur Bláskógabyggð

Kynnt er lýsing vegna nýs deiliskipulags sem tekur til skálasvæðis í Geldingafelli á Kili vestan við Bláfell. Á svæðinu eru alls 7 byggingar, ýmist fyrir starfsfólk og búnað vegna þjónustu vélsleðaferða á Langjökul. Aðkoma er af Kjalvegi á um Skálpanesveg. Til stendur að auka gisti- og veitingaaðstöðu fyrir allt að 50 gesti. Einnig er gert ráð fyrir byggingum fyrir búnað vegna ferða á Langjökul. Stærð svæðisins er um 2 ha. Geldingafell er í Aðalskipulagi Bláskógabyggðar 2015-2027 skilgreint sem skálasvæði.

8. Deiliskipulag, Árbúðir, Afréttur norðan vatna, Bláskógabyggð

Kynnt er lýsing vegna nýs deiliskipulags sem tekur til Árbúða sem eru við Svartá, skammt norðan við Hvítá á Kili og er aðkoma af Kjalvegi. Á svæðinu eru alls 4 byggingar, ýmist fyrir gisti- og þjónustu, starfsfólk, salernisaðstöðu og hesthús. Til stendur að auka gisti- og veitingaaðstöðu fyrir allt að 70 gesti. Stærð svæðisins er um 2 ha. Árbúðir eru í Aðalskipulagi Bláskógabyggðar 2015-2027 skilgreint sem hálandismiðstöð.

9. Deiliskipulag, Skálpanes, Framafréttur, Bláskógabyggð

Kynnt er lýsing vegna nýs deiliskipulags sem tekur til Skálpaness sem er við Langjökul, nokkuð vestan Geldingafells. Aðkoma er af Kjalvegi á um Skálpanesveg. Á svæðinu eru alls 2 byggingar, ýmist fyrir ferðaþjónustu og starfsfólk. Ekki er gert ráð fyrir frekari uppbyggingu, einungis viðhaldi á núverandi mannvirkjum. Stærð svæðisins er um 2ha. Skálpanes er í Aðalskipulagi Bláskógabyggðar 2015-2027 skilgreint sem fjallasel.

10. Deiliskipulag, Fremstaver, Framafréttur, Bláskógabyggð

Kynnt er lýsing vegna nýs deiliskipulags sem tekur til Fremstavers sem er sunnan við Bláfell, vestan Hvítár. Aðkoma er af Kjalvegi. Nokkur gróður er umhverfis húsið og einnig hafa verið útbúin áningarhólf fyrir hesta. Á svæðinu eru alls 3 byggingar, ýmist fyrir ferðaþjónustu, salernishús og hesthús. Gistiþláss er fyrir 30 manns. Til stendur að auka gisti- og veitingaaðstöðu fyrir allt að 50 gesti og bæta aðstöðu reiðhópa. Stærð svæðisins er um 2 ha. Fremstaver er í Aðalskipulagi Bláskógabyggðar 2015-2027 skilgreint sem fjallasel.

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

11. Deiliskipulagsbreyting, Kálholt 2 K2, L165296 í Ásahreppi.

Breytingin fellst í að í stað 5 smáhýsa á reit F1, verður heimilt að byggja allt að 120m² hús ætlað ferðaþjónustu. Svæðið er í samræmi við aðalskipulag Ásahrepps 2010-2022, skilgreint sem verslunar- og þjónustusvæði.

12. Deiliskipulag, Húsar 1 land, L165337 í Ásahreppi.

Deiliskipulagstillagan tekur til byggingar íbúðarhúss, hesthúss, skemmu og gestahúsa. Landeigandi hyggst byggja jörðina upp og hafa þar fasta búsetu. Aðkoma að jörðinni er af Kálfholtssvegi nr. 288 og um núverandi aðkomuveg. Í aðalskipulagi Ásahrepps 2010-2022 eru Húsar 1, skilgreindir sem landbúnaðarland en einnig sem frístundasvæði F4 og er gert ráð fyrir þeim þremur frístundahúsum sem eru á Húsa-jörðunum.

13. Deiliskipulagsbreyting, Dalbraut 6 og 8 á Laugarvatni, Bláskógabyggð.

Tillagan gerir ráð fyrir að sameina lóðir nr. 6 og 8 við Dalbraut og að byggingarreitur á Dalbraut 8 stækki til suðurs, austurs og vesturs. Einnig er óskað eftir að skilmálabreyting verði vegna þakforms þ.e. 10-30 gráður eða einhallandi þak. Ofangreindar breytingar eru skilgreindar í gildandi deiliskipulagi frá 2012 fyrir lóðirnar Dalbraut 6-12. Markmið breytingarinnar er að gera mögulega stækkun á núverandi verslunarhúsnæði ásamt öðrum smærri verslunar- og eða þjónusturekstri til viðbótar.

14. Deiliskipulagsbreyting, Freyjustígur 13, Ásgarði, í Grímsnes- og Grafningshreppi. Breyting á gildandi deiliskipulagi gerir ráð fyrir breytingu á lið 3. í greinargerð/skilmálum undir grein um "Húsagerðir og byggingarlag", að í stað kröfu um að byggingarefni húsa sé timburhús, verði byggingarefni húsa gefin frjáls.

15. Deiliskipulag, Hellnaholt, Fosnesi, Skeiða- og Gnúpverjahreppi.

Deiliskipulagstillagan tekur til byggingar íbúðarhúss, hesthúss, átta frístundalóða og einnar landbúnaðarlóðar. Aðkoma að jörðinni er af Gnúpverjavegi nr. 325 og um núverandi aðkomuveg að frístundahúsum norðan hans.

16. Endurskoðun deiliskipulags, Árnes, Skeiða- og Gnúpverjahreppi.

Tillaga að breytingu á gildandi deiliskipulagi þéttbýliskjarna í Árnesi, Skeiða- og Gnúpverjahreppi. Markmiðið með breytingunni er að laga skipulagsgrunninn til samræmis við raunveruleg lóðamörk skv. nýrri mælingu lóða og gatna innan þéttbýlisins í Árnesi ásamt fleiri breytingum s.s. skilmálabreytingum, breytingum á heitum ofl.

17. Deiliskipulag, Götumelur úr landi Birkikinnar í Skeiða- og Gnúpverjahreppi.

Deiliskipulagið tekur til lóðarinnar Götumels úr landi Birkikinnar sem er 8.829 m² að stærð. Gert er ráð fyrir að byggt verði allt að 160 m² frístundahús, auk gestahúss og geymslu. Nýtingarhlutfall lóðar fari þó ekki yfir 0,03. Aðkoma að lóðinni er um Hælisveg (326)

18. Deiliskipulag, Vorsabær 1 í Skeiða- og Gnúpverjahreppi.

Deiliskipulagstillagan tekur til afmörkunar tveggja lóða, annarsvegar fyrir hesthús ásamt reiðskemmu og hinsvegar fyrir frístundahús. Aðkoma að lóðunum er af Vorsbærjarvegi (312). Deiliskipulagstillagan er í samræmi við gildandi aðalskipulag Skeiða- og Gnúpverjahrepps 2004-2016.

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 tillögurnar sjálfar á vefslóðinni <http://www.utu.is>.

Skipulagstillögur nr. 1 - 10 eru í kynningu frá 27. mars 2019 til 17. apríl 2019, en tillögur nr. 11 - 18 frá

27. mars til 8. maí 2019. Athugasemdir og ábendingar við tillögu nr. 1 - 10 þurfa að berast skipulagsfulltrúa í síðasta lagi 17. apríl 2019, en

8. maí 2019 fyrir tillögur nr. 11 - 18. Athugasemdir og ábendingar skulu vera skriflegar.

Rúnar Guðmundsson
Skipulagsfulltrúi
runar@utu.is

Tilkynningar



Reykjavíkurborg
Umhverfis- og skipulagssvið

Auglýsingar um breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík

Í samræmi við 1. mgr. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010, eru hér með auglýstar tillögur að breytingu á deiliskipulagi í Reykjavík.

Skálafell

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 20. febrúar 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 7. mars 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi fyrir skíðasvæðið í Skálafelli, sem er í samræmi við samþykkt framtíðaráform samstarfsnefndar Skíðasvæða höfuðborgarsvæðisins. Í breytingunni felst m.a. að fella út og sameina byggingarreiti fyrir skíðalyftur, færa byggingarreiti fyrir smáhýsi, minnka það svæði sem skilgreint er fyrir skíðabrekkur, fækka mögulegum bílastæðum og fjölga valkostum um vatnslón fyrir snjóframleiðslu. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Borgartún 1 og 3

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 20. febrúar 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 7. mars 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Borgartúnsreits vegna lóðanna nr. 1 og 3 við Borgartún. Í breytingunni felst m.a. stækkun byggingarreits nr. 1 til austurs og byggingarmagn aukíð, hækkan hámarkshæðar, breyting á bílastæðakröfu og lóð nr. 3 minnkar sem nemur stækkun lóðarinnar nr. 1 við Borgartún. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Freyjubrunnur 23

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 20. febrúar 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 7. mars 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi að Freyjubrunni 23. Í breytingunni felst m.a. að fjölga íbúðum úr fimm í átta og auka byggingarmagn. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Lækjargata 8

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 20. febrúar 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 7. mars 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi reits 1.140.5, Pósthússtrætisreits, vegna lóðarinnar nr. 8 við Lækjargötu. Í breytingunni felst m.a. að einnar hæðar bakbyggingar gamla hússins og skúr við gafi Lækjargötu 6b verði fjarlægðar og endurbyggðar að hluta, byggðar eru 2 hæðir, portbyggt ris með kvistum yfir innkeyrslu, byggt upp að gaffi Lækjargötu 6b og gert ráð fyrir kjallara undir gamla húsinu og nýbyggingu. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Úlfarsárdalur - breyting vegna reits A

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 6. mars 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 14. mars 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Úlfarsárdals vegna Skyggnisbrautar 25-27 og 29-31, Gæfutjarnar 20-24 og 26-28 og Silfratjarnar 2-4. Í breytingunni felst m.a. að bæta við 10 bílastæðum, þar af eru 7 bílastæði staðsett ómerkt í göturými Silfratjarnar. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Kjalarnes, Esjumelar

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 6. mars 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 14. mars 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Esjumela á Kjalarnesi. Í breytingunni felst m.a. að rýmka heimildir iðnaðarstarfsemi á tiltekinni lóð í samræmi við aðalskipulagsbreytingu fyrir svæðið sem verður auglýst samhliða og jafnframt er gert ráð fyrir lóð undir veitumannvirki við norðvesturenda svæðisins. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Suður Selás og Norðlingaholt

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 6. mars 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 14. mars 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Suður Seláss og Norðlingaholts. Í breytingunni felst að gera byggingarreit fyrir nýtt lokahús norðan við Breiðholtbraut neðan við Pingás. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Háskóli Íslands

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 6. mars 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 14. mars 2019 var samþykkt að auglýsa tillögu að breytingu á deiliskipulagi Háskóla Íslands, Vísindagarða, vegna lóðanna nr. 15-19 og 21 við Sæmundargötu. Í breytingunni felst breyting á kröfum um fjölda bílastæða á lóðunum og samnýtingu bílageymslu á lóð nr. 21 við Sæmundargötu, felld niður krafa um ramp í bílakjallara á lóð nr. 19 við Sæmundargötu og felldur er niður dálkur í nýrri skilmálatöflu um heildarfjölda bílastæða á lóðunum auk þess sem dálkur með C-rýmum er felldur niður. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Skipulagslýsing fyrir nýtt deiliskipulag í Reykjavík.

Hlemmur, reitur 1.240.0, lýsing

Á fundi skipulags- og samgönguráðs þann 6. mars 2018 og borgarráði Reykjavíkur þann 14. mars 2019 var lögð fram lýsing umhverfis- og skipulagssviðs, dags. 1. mars 2019, vegna nýs deiliskipulags reits 1.240.0 Hlemmur í kjölfar hugmyndasamkeppni um svæðið, sem felst í endurskipulagningu svæðisins fyrir forgangsakreinar hágæða almenningsgangna, ný gatnamót við Snorrabraut/Bríetartún, nýtt torg og göngugötur, afmörkun byggingarreits fyrir flutningshúsið Norðurpóll, nýrra léttra mannvirkja fyrir verslun og þjónustu og ný afmörkun deiliskipulagsreita á svæðinu. Nánar um tillöguna vísast til kynningargagna.

Tillögurnar má einnig fara yfir á skjá og tölvu í þjónustuveri Reykjavíkurborgar að **Borgartúni 12-14**, 1. hæð, virka daga kl. 8:20 – 16:15 frá **27. mars 2019 til og með 8. maí 2019**. Einnig má sjá tillögurnar á vefsíðunni, www.reykjavik.is, skipulag í kynningu. Eru þeir sem telja sig eiga hagsmuna að gæta hvattir til að kynna sér tillögurnar. **Ábendingum og athugasemdum við tillögurnar skal skila skriflega til skipulagsfulltrúa eða á netfangið skipulag@reykjavik.is, eigi síðar en 8. maí 2019. Vinsamlegast notið uppgefið netfang fyrir innsendar athugasemdir með tölvupósti.**

27. mars 2019
Skipulagsfulltrúi Reykjavíkur

Borgartúni 12-14, 105 Reykjavík, sími: 411 1111, www.reykjavik.is



Reykjavíkurborg
Velferðarsvið

Seljahlíð, heimili aldraðra.

Aðstaða fyrir hárgreiðslumeistara

Seljahlíð er með aðstöðu til leigu fyrir hárgreiðslumeistara í húsnæði Seljahlíðar, Hjallaseli 55, 109 Reykjavík.

Áhugasamir skulu senda inn ferilskrá fyrir **12. apríl 2019**, aðstaðan er tilbúin til leigu frá 1. júní 2019, eða fyrr eftir nánara samkomulagi.

Nánari upplýsingar veitir Margrét Árdís Ósvaldsdóttir, forstöðumaður Seljahlíðar, sími: 540 2400 netfang: margret.ardis.osvaldsdottir@reykjavik.is eftir 1. apríl 2019

Parftu 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

Ráðgjafar okkar búa yfir viðtækri þekkingu á atvinnulífinu og veita trausta og persónulega ráðgjöf.

Við finnum rétta einstaklinginn í starfið

Capacent_

capacent.is