

LEO

MÁNUDAGUR 10. JÚLÍ 2017

Tíska



MYND/EYÞÓR



S-26 málningarkerfið
er svarið við íslensku veðurfari



- vörn til frambúðar

MÁLNINGARVERSLUN ÍSLANDS

Vatnagarðar 16 - 104 Reykjavík - Sími 415 0060 - malis@malis.is

Veskja-, hatta- og úrasjúk

Sylvía Briem Friðjónsdóttir ákvað að draga úr magninnkaupum á fötum og kaupir nú færri flíkur en veglegri. ➔2



Sylvia heldur mikið upp á hatta og hér má sjá smá brot úr safninu.

Sólveig
Gísladóttir

solveig@365.is



Ég spáði meira í tísku hér áður fyrr en er farin að gera það minna núna. Ég vil venja mig af því að fylgjast of vel með og skapa mig svolitíð sjálf,“ segir Sylvia sem er Dale Carnegie- og heilsumarkþjálfari og starfar auk þess í Ölgerðinni.

Hún segir stíl sinn eiga til að breytast dag frá degi, oft út frá skapi. „Ég er samt farin að finna mér flikur sem eru þægilegar, fjölnota og veglegar. Ég var áður þessi „bulk“ neytandi. Gat keypt endalaust en notaði ekki helminginn. Ég er að reyna að draga úr því.“

Sylvia segist helst kaupa fót erlendis en eftirlætisbúðin hennar

hér heima er Zara. „Finnst alltaf til mjög fallegar vörur þar.“

En á hún einhverja uppáhalds-flik? „Ég á það til að fá mjög leið á hlutum en sú flik sem ég fæ ekki leið á er svartu leðurjakkinn minn. Hann passar einhvern veginn alltaf.“

Hvað með fylgihluti? „Ég er algerlega veskja-, hatta- og úrasjúk en er lítið með skart. Reyndar nánast aldrei.“

Sylvia segist sækja innblástur úr nærumhverfinu. „Mér finnst íslenskar konur almennt mjög fallega klæddar. Mér finnst eiginlega skemmtilegast að horfa í kringum mig hér heima og sækja mér innblástur þar. Íslenska konan er svo fjölbreytt í klæðavali og maður sér svo margar týpur sem mér þykir mjög áhugavert!“



Sylvia segist vera veskjasjúk enda á hún ófa lík.



Sylvia í jakka frá Selected og skyrtu úr Urban Outfitters en buxurnar eru Oroblu galla-leggings.

MYNDIR/EYÞÓR

Þrjú af uppáhaldsúrnum Sylvíu.

Snerting maka dregur úr sársauka

Vel er þekkt að fólk hegðar sér á ólíkan máta eftir því við hvern það á samskipti, þannig samstillir það hegðun sína að þeim sem það er að tala við. Sýnt hefur verið fram á þessa hegðunarlegu samstillingu og þykir hún hafa nokkurt samfélagslegt gildi. Þá hefur einnig í nokkrum tilvikum verið sýnt fram á að fólk geti samstillt lífeðlisfræðilega. Til dæmis geti geti hjartsláttur og öndun elskenda orðið svipuð í vissum aðstæðum.

Bandaríski læknirinn Pavel Goldstein við Boulder háskólann í Colorado í Bandaríkjunum fékk hugmynd að rannsókn þessu tengdri þegar kona hans upplifði sársauka. Hann tók eftir því að ef hann hélt í hönd hennar virtist sásaukinn minnka. Hann langaði að vita af hverju þetta stafaði og hvort þetta gæti tengst lífeðlisfræðilegri samstillingu.

Dr. Goldstein starfar við rannsóknarstofu um hugræn og tilfinningaleg taugavísindi og hefur einbeitt sér að því að kanna hlutverk snertingar í tengslum við sársauka. Niðurstöður nýlegrar rannsóknar hans voru birtar í fræðitimaritinu Scientific Reports.

Rannsóknarteymið kallaði til 22 gagnkynhneigð þör á aldrinum 23 til 32 ára. Þau voru beðin að taka þátt í nokkrum tilraunum sem áttu að líkja eftir aðstæðum í fæðingarherbergi. Konurnar fengu hlutverk sársaukapólenda en karlarnir sársaukaáhorfenda. Mæld var



öndun og hjartsláttur þátttakenda meðan á tilrauninni stóð.

Fyrst var gerð tilraun án sársauka í þremur aðstæðum. Einhver þör sátu saman án þess að snertast, önnur sátu saman og héldust í hendur eða voru sitt í hvoru herberginu. Í sársaukasamhenginu voru allar þrjár aðstæður endurteknar en konan þurfti að þola mildan sársauka í tvær mínútur.

Rannsóknin studdi fyrri niðurstöður sem hafa sýnt að þör samstillast lífeðlisfræðilega með því einu að vera í nálægt hvort öðru. Breyting varð á þegar sársauki var kynntur til sögunnar. Þá minnkaði þessi samstilling hjá þörum sem ekki snertust en jókst ef makinn hélt í hönd konunnar. Við snertinguna samstilltist öndun og hjartsláttur hjá þörum og sársaukinn minnkaði. Þar að auki jókst samkennd karlmansins ef hann hélt í hönd konu sinnar meðan hún þjáðist.

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundið ritstjórnarefni. Blaðið fylgir fréttablaðinu daglega.

Umsjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@365.is, s. 512 5349 | Ragnheiður Tryggvadóttir, heida@365.is, s. 512 5367 | Sólveig Gísladóttir, solveig@365.is, s. 512 5351 | Sigríður Inga Sigurðardóttir, sigriduringa@365.is, s. 512 5372 | Starri Freyr Jónsson, starri@365.is, s. 512 5358 | Vera Einarsdóttir, vera@365.is, s. 512 5357

Útgefandi: 365 miðlar

Ábyrgðarmaður: Svanur Valgeirsson

Sölumenn: Atli Bergmann, atlib@365.is, s. 512 5457 | Jóhann Waage, johannaage@365.is, s. 512 5439 | Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@365.is, s. 512 5429 | Ólafur H. Hákonarson, olafurh@365.is, s. 512 5433

Tryggðu þér
áskrift á aðeins
333 kr. á dag*
9.990 kr. á mánuði

SKEMMTIPAKKINN



*9.990.- á mánuði.

365.is | Sími 1817

365

**30-80%
afsláttur**
af öllum útsöluvörum!

**ALVÖRU
ÚTSALA!**

Stærðir
36-56

ÚTSALA!

FRÁBÆRT úrval af útsöluvörum á ÓTRÚLEGU verði!

ZIKZAK
TÍSKUHÚS



BLÚSSA
ÁÐUR 5.990
NÚ 990
st.42-56



BOLUR
ÁÐUR 4.990
NÚ 990
st.S-XXXL



PEYSA
ÁÐUR 6.990
NÚ 2.990
st.36-56



TÚNIKA
ÁÐUR 3.990
NÚ 1.990
st.S-XXXL



PEYSA
ÁÐUR 5.990
NÚ 990
st.S-XXXL



BLÚSSA
ÁÐUR 6.990
NÚ 2.990
st.36-52



Fleiri litir og
týpur **fánlegar**
á 3.990kr!

ÚLPA
ÁÐUR 12.990
NÚ 3.990
st.46-56



BUXUR
ÁÐUR 6.990
NÚ 2.990
st.42-56



BOLUR
ÁÐUR 1.990
NÚ 1.393
st.S-XXXL



TÚNIKA
ÁÐUR 5.990
NÚ 2.990
st.S-XXXL



BLÚSSA
ÁÐUR 4.990
NÚ 1.990
st.S-XXXL



BOLUR
ÁÐUR 3.990
NÚ 1.990
st.36-46

Bílar & Farartæki



KRÓKUR

Við flytjum bifreiðar og vinnuvélar á öruggan og hagkvæman hátt.

Krókur
Sími: 522 4600
<http://www.krokur.net>



SUZUMAR gúmmibátar. Uppblásnir slöngubátar með algólfi og mikla burðargetu. Til í stærðum frá 2,9m - 4,2m. Verð frá 255.000.- kr.

SUZUKI UMBODIÐ ehf
Skeifunni 17, 108 Reykjavík
Sími: 565-1725
suzuki@suzuki.is
Suzuki.is / suzukisport.is



HYUNDAI Santa fe crdi. Árgærd 2009, ekin 172 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 5 girar. Ásett verð 2.490 SértilboðsVerð 1.890.000. Rnr.212317.



KIA Carens ex 7 manna. Árgærd 2015, ekin 68 Þ.KM, dísel, sjálfskiptur 6 girar. Ásett verð 3.490 SértilboðsVerð 2.890.000. Rnr.212251.

Nýja bílahöllin
Eirhöfða 11, 110 Rvk.
Sími: 567 2277
www.nyja.is

Bílar til sölu



FORD TRANSIT '11 - JUMBO TIL SÖLU.

Langur, Háþekja, Diesel, ek. aðeins 99 Þ. Km. Stór og glæsilegur með mikla möguleika. Verð aðeins 2.650 m. kr. Vel með farinn dekurbill. S. 868-3144

Skoda Oktavia tdi árg 2013. 5 gira beinskriptur. Toppluga, álfelgur, skoðaður til 2019, vel með farinn og vel útlitandi og eyðsla ca. 5 ltr pr. 100km. Sami eigandi frá upphafi. Ekin 170 þús. Sanngjarnt verð. S. 8930324

Bílar óskast

BÍLL ÓSKAST Á 25-250ÞÚS.
Má þarfnast lagfæringa.
Hringdu S. 615 1815 eða sendu sms.

Vinnuvélar



BÍLALYFTUR- DEKKJAVÉLAR
Tveggja pósta bílalyftur 3.8T, höfum einnig dekkjavélar (áffelgunar og ballance vélar) á tilboðsverði, ATH eignum enfrems vörubíla dekkjavél. O.K.Varahlutir ehf. Fyrirsp. sendist okspares@simnet.is

Hjólbarðar



TECHKING VINNUVÉLADEKK
Vorur að fá nýja sendingu af hinum frábæru vinnuvéla dekkjum frá Techking Búkolledekk-hjólaskófludekk Ofi. Ymsar algengar stærðir. O.K.Varahlutir ehf. Fyrirsp. sendist á okspares@simnet.is



NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.

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

Varahlutir

Startarar & alternatorar í bíla, báta og vinnuvélar



Bílaraf

Flatahrauni 25 - Hafnarfríði
Sími 564 0400
www.bilaraf.is

Þjónusta

Pípulagnir

PÍPULAGNIR
Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 699 6069

Hreingerningar

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

Garðyrkja



Smávélaviðgerðir, Garðsláttuvélar, sláttuorfl, sláttutraktorar, jarðvegsþjoppur, dælur, kerrusmiði, Gokart þjónusta, keðjusagir, rafstöðvar, einnig úrval af notuðum sláttuvélum. Vélverk JS S. 554 0661. www.velaverkjs.is

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

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

Bókhald

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

Málarar

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

Búslóðaflutningar

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

Húsviðhald

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

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Tímavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.
S. 893 6994

Nudd

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

Til sölu

www.verslun.is

Kælar

SD 419 H: 1980 B: 575 D: 605 - 338L
Kæling 4/-21°C - 5 hillur - Læsing - LED

99.000,- vsk

Kælar

SD 429 H: 1993 B: 577 D: 576 - 360 L
Kæling 0/+10°C - 5 hillur - Læsing - LED

99.000,- vsk

Kælar

SD 416 H: 1980 B: 606 D: 575 - 338 L
Kæling +2/+10°C - 8 hillur - Læsing

99.000,- vsk

2 stærðir

SD 1001 og SD 801 H: 2020 B: 1000/1130 D: 70/22
Kæling +2/+10°C - 8 hillur - Læsing

229.000,- vsk

Kælar

RTC 79 St. (hxbxd) 960 x425 x380mm Kæling +2/+12°C

69.000,- vsk

Kælar

RTC 236 St. (hxbxd) 1695 x515 x485mm Kæling +2/+12°C

139.000,- vsk

Kælar

RTC 286 St. (hxbxd) 1895 x515 x485mm Kæling +2/+12°C

179.000,- vsk

Frystar

SD 155 Stærð (hxbxd) 922x564x695mm Kæling -12/-24°C

79.000,- vsk

Kisturnar koma ómerkta

SD 305 Stærð (hxbxd) 905x950x695mm Kæling -12/-22°C

119.000,- vsk

Frystar

XS 801 Stærð (hxbxd) 840x2000x757mm Kæling -12/-24°C

189.000,- vsk

Kæli & frystitæki

Kælir

FKG 371 - Display kæli H: 185 B: 595 D: 595 - 650 ltra - Kæling -16°/-25°C - Lás - 650 ltra - Kæling -16°/-25°C - Lás

119.000,- vsk

Kælir

NFG 309 - Display frystir H: 185 B: 595 D: 595 D: 595 - 650 ltra - Kæling -16°/-25°C - Lás - 650 ltra - Kæling -16°/-25°C - Lás

199.000,- vsk

Kælir

OFC 200 Hxbxd. 1250x1000x560 Kæling 2/12°C

269.000,- vsk

Kælir

OFC 220 Hxbxd. 1750x495x600 Kæling 2/12°C

199.000,- vsk

Kælar h.85 cm

SC 139 St. (hxbxd) 865 x 555 x 520 mm Kæling +2/+10°C

79.000,- vsk

Kælar

SC 209 St. (hxbxd) 865 x 865 x 520 mm Kæling +2/+10°C

99.000,- vsk

Kælar

SC 309 St. (hxbxd) 865x1350x520mm Kæling +2/+10°C

119.000,- vsk

Kælar

SC 81 St. (hxbxd) 940x460x460mm Kæling +2/+10°C

79.000,- vsk

Kælar

DKS 122 St. (hxbxd) 850x500 x510mm Kæling +2/+10°C

49.000,- vsk

Kælar

DKS 61 St. (hxbxd) 510x480 x470mm Kæling +2/+10°C

39.000,- vsk

Vínkælar

VK 810 - Stærð (hxbxd) 865 x595 x572 LED ljós. Hurð ryðfritt stál

89.000,- vsk

Vínkælar

VK 902 - St. (hxbxd) 1390 x595 x677 Hurð ryðfritt stál. LED ljós

147.000,- vsk

Vínkælar

VK 922 - St. (hxbxd) 1762 x595 x677 mm LED ljós. Hurð ryðfritt stál

178.000,- vsk

RTW 100

RTW 100 Kæling +2/+12°C - Innbyggð ljýsing - Stærð b:682 d:450 h:675

89.000,- vsk

RTW 160

RTW 160 Kæling +2/+12°C - Innbyggð ljýsing - Stærð b:874 d:568 h:686

119.000,- vsk

Verð frá kr. (2 stærðir)

MB35 og MB 45 - St. (hxbxd) 485/560 x 385/400 x 485/425. Engin pressa, minni útrúgur - Hljóðlaus.

29.000,- vsk

SD 76

SD 76 Stærð (hxbxd) 675x595x520mm Kæling -9/-24°C

79.000,- vsk

SD 46

SD 46 Stærð (hxbxd) 500x570x510mm Kæling -9/-20°C

69.000,- vsk

Hjta skápur

SVS 145 Stærð (hxbxd) 785x465x487 mm Hitun: 30-90°C - Goð ljós

99.000,- vsk

Pizzaskápur

SVS 100 Stærð (hxbxd) 785x448x460 mm Hitun: 30-90°C - Goð ljós.

99.000,- vsk

VERSLUNARTÆKNI

Draghálsi 4 - 110 Reykjavík
Sími: 535 1300 - Fax: 535 1305 - verslun@verslun.is

Pöntunarsími: 535 1300 - Verslun Draghálsi 4