

# JÓL

MIDVIKUDAGUR 22. NOVEMBER 2017

## Heimili



Þórdís Baldursdóttir hönnuður tekur þátt í jólamarkaði Popup verzlunar í fyrsta sinn í desember. ➔4



# Jólasmaakökurnar renna úr ofninum

Eva Laufey Kjaran Hermannsdóttir hefur í nógu að snúast þessa dagana. Hún er í fæðingarorlofi en er engu að síður komin í jólaskap og reynir að baka þegar tími gefst til. Hún gefur lesendum girnilegar jólauppskriftir. ➔2



LÁTTU EKKI  
SÍMANN  
PLATA ÞIG

365 er á sama farsímakerfi og Síminn en á mun lægra verði

11GB + ∞ SMS

2.590 KR.

Á mánuði



Elin  
Albertsdóttir  
elin@365.is



Framhald af forsiðu →

Eva Laufey segir að það séu forréttindi að vera heima með dætrum sínum, Kristínu Rannveigu, Þrígga mánaða og Ingibjörgu Rósu, Þrígga ára. Þar sem hún er mikið jólabarn reynir hún að gefa sér tíma til baksturs. „Ég baka alltaf sösur með vinkonum mínum, þær eru mitt uppahald. Ég hef þær litlar og fallegar. Sösur eru eins og konfektmolar,“ segir Eva Laufey. „Núna ætla ég líka að prófa að baka kókostoppa eins og amma mín gerði. Það hef ég aldrei gert áður,“ segir hún.

Um þessar mundir eru vinsælir þættir Evu Laufeyjar og Gumma Ben um Ísskápastríðið sýndir á Stöð 2 en á næsta ári fer hún aftur í loftið með Matargleðina. Eva Laufey geislar á skjánum ekki síður en faðir hennar, Hermann Gunnarsson, gerði á sínum tíma. „Mér hefur alltaf þótt áhugavert að vinna við sjónvarp. Ætli það sé ekki í genunum,“ segir hún en Eva Laufey fær líka stórkostleg viðbrögð við uppskriftum sem hún setur inn á Facebook.

Eva Laufey og eiginmaður hennar, Haraldur Haraldsson, ætla að halda eigin jól í ár í fyrsta skipti. „Við höfum alltaf haldið aðfangadag með foreldrum okkar en nú ætlum við að breyta því. Það verður innbökuð nautalund í aðalrétt. Við erum dugleg að hitta fjölskylduna okkar á adventunni enda er ég mikið jólabarn og mikil fjölskyldumanneskja,“

segir Eva Laufey sem gefur hér æðislegar uppskriftir að jóla-kökum, meðal annars vinsælum piparköku-bollakökum með karamellukremi.

### Ómissandi sösur

Sösur eru ómissandi í desember og þær eru í sérstaklega miklu uppahaldi hjá mér og minni fjölskyldu. Ég byrja yfirleitt á því að baka þessar kökur fyrir jólin en það er svo gott að vera búin að því og geta fengið sér eina og eina í desember. Það er einnig svo gott að eiga þær í frystinum og geymast þær mjög vel. Ég ætla að deila með ykkur uppskriftinni sem ég geri alltaf fyrir jólin en uppskriftin er frá mömmu minni, þær eru aðeins grófarri vegna þess að við notum heslihnetur í botninn en auðvitað má skipta þeim út fyrir möndlur.

#### Botn

4 eggjahvítur  
230 g heslihnetur (eða möndlur)  
230 g flórsykur

Hitið ofninn í 180°C. Hakkið heslihneturnar eða möndlurnar í matvinnsluvél. Stífþeytið eggjahvíturnar þar til hægt er að hvolfa skálinni án þess að hvítur renni úr. Blandið hnetunum og flórsykrinum varlega saman við eggjahvítur með sleikju. Mótið kökurnar með teskeið og setjið á pappirsklædda ofnplötu. Bakið í 10-12 mínútur.

#### Krem

4 eggjarauður  
1 dl vatn  
130 g sykur



Ómótstæðilegar sösur.

#### 250 g mjúkt smjör

2-3 msk. kakó  
½ tsk. vanillusykur eða vanilla-extract  
1 msk. sterkt uppahellt kaffi

Þeytið eggjarauðurnar. Hitið vatn og sykur þar til það hitnar og verður að sírópi. Hellið sírópinu saman við eggjarauðurnar í mjörri bunu og haldið áfram að þeyta. Skerið smjórið í teninga og bætið út í. Næsta skref er að bæta kakó, vanillu og kaffi út í kremið. Þeytið í svolitla stund eða þar til kremið verður silkimjúkt. Það er ágætt að



Bollakökur með karamellukremi.

smakka sig til á þessu stigi. Kælið kremið áður en þið setjið það á kökurnar. Gott er að sprautu kreminu á kökurnar með sprautupoka eða nota teskeiðar til þess að smyrja kreminu á þær. Það er algjört smekksatriði hversu mikið af kremi fer á kökurnar. Kælið kökurnar mjög vel, helst í frysti, áður en þær eru hjúpaðar.

#### Hjúpur

300 g súkkulaði, t.d. suðu-súkkulaði

Bræðið súkkulaðið yfir vatnsbaði. Dýfið kremhlutanum á sörunum ofan í súkkulaðið. Gott er að geyma kökurnar í frysti, takið þær út með smá fyrirvara áður en þið berið þær fram.

### Piparköku-bollakökur með karamellukremi

#### Um 18-20 bollakökur

250 g sykur  
140 g mjúkt smjör  
3 egg, ekki nota þau beint úr ísskápnum  
250 g hveiti  
1 tsk. lyftiduft  
2 dl rjómi  
2 tsk. vanilla-extract eða vanillusykur (það er líka gott að nota fráein úr vanillustöng)  
1 tsk. kanill  
½ tsk. malaður negull  
½ tsk. hvítur pipar  
½ tsk. engifer krydd  
Bollakökuform

Hitið ofninn í 180°C. Þeytið saman smjör og sykur í um það bil þrjár mínútur, bætið einu og einu egg saman við. Þeytið vel á milli. Sigtíð saman hveiti og lyftiduft, bætið hveitiblöndunni, vanillu, rjómanum og kryddum saman við eggjablönduna og þeytið mjög vel í nokkrar mínútur þar til blandan verður silkimjúk. Skiptið deiginu niður í bollakökuform og bakið við 180°C í 15-18 mínútur. Kælið kökurnar mjög vel áður en þið smyrjið á þær kremi.

#### Karamellukrem

200 g mjúkt smjör  
400 g flórsykur  
2-3 msk. þykk söltuð karamellusósa  
1 tsk. vanilla-extract eða vanillusykur

Þeytið smjör og flórsykur saman í nokkrar mínútur, því lengur sem þið hrærið kremið því betri áferð verður á því. Bætið karamellu,

kanil og vanillu út í og þeytið enn betur í 2-3 mínútur. Setjið kremið í sprautupoka og skreytið kökurnar að vild. Það er afar gott að rífa niður smá súkkulaði og skreyta kökurnar með súkkulaðibitum eða ferskum berjum.

### Söltuð karamellusósa

#### 200 g sykur

2 msk. smjör  
½-1 dl rjómi  
½ tsk. sjávarsalt

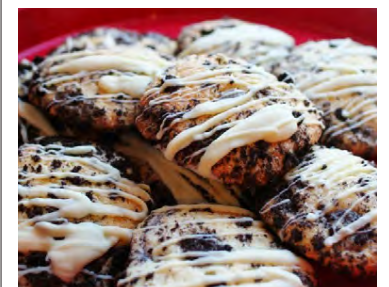
Setjið sykurrinn á pönnu og bræðið hann við vægan hita. Gott er að hafa ekki of háan hita og fara hægt af stað. Takið pönnuna af hellunni þegar sykurrinn er allur bráðinn og bætið smjörinu saman við og hrærið vel. Hellið rjómanum út í karamelluna og hrærið þar til karamellan er þykk og fin. Í lokin bætið þið saltinu saman við.

### Oreo-smákökur

#### 110 g smjör

100 g hreinn rjómaostur  
200 g sykur  
1 egg  
250 g hveiti  
1 tsk. lyftiduft  
150 g súkkulaði  
1 tsk. vanilla  
1 pakki Oreo-kexkökur  
100 g hvítt súkkulaði

Hitið ofninn í 180°C. Þeytið smjör og rjómaost saman þar til blandan verður létt og ljós, bætið sykrunum saman við og einu egg. Blandið hveitinu og lyftidufti út í og hrærið í 2-3 mínútur. Í lokin bætið þið vanillu og smátt söxuðu súkkulaði saman við og hrærið í smá stund. Geymið deigið í ísskáp í 10-15 mínútur. Mótið litlar kúlur með teskeið og veltið kúlunum upp úr muldu Oreo-kexi. Setjið kúlurnar á pappirsklædda ofnskúffu og inn í ofn við 10-12 mínútur við 180°C. Það er afar gott að bræða hvítt súkkulaði og sáldra yfir kökurnar þegar þær koma út úr ofninum.



Oreo-kökur.

**30%**  
**VALDAR VÖRUR**  
TILBOÐ GILDIR 22-26. NÓV

**LIVE IN Levi's®**

Levi's Kringlunni - Levi's Smáralind - Levi's Glerártorgi

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 Gisladóttir, solveig@365.is, s. 512 5351 | Sigriður Inga Sigurðardóttir, sigriduringa@365.is, s. 512 5372 | Starri Freyri Jónsson, starri@365.is, s. 512 5358 | Vera Einarisdóttir, vera@365.is, s. 512 5357

Útgefandi: 365 miðlar

Ábyrgðarmaður:  
Svanur Valgeirsson

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



Í TILFNI AF HEIMSÓKN STÍLISTA  
FRÁ GERRY WEBER BJÓÐUM VIÐ  
GLEÐILEGAN TILBOÐSDAG Í DAG 22. NÓV.  
- OPIÐ TIL KL. 20:00. -



GERRY WEBER - TAIFUN - SAMOON  
20-25% AFSLÁTTUR

Jólakaffi  
og  
Kransa-  
kökur



ADVENTAN NÁLGAST.  
NJÓTUM HENNA OG VERSLUM SNEMMA.

Skipholtí 29b • Sími 551 4422 • [www.laxdal.is](http://www.laxdal.is)





Ísbúðin  
**HAFÍS**  
Ógleymanleg upplifun

Íslenskur ís með ítalskri hefð

Komdu og fáðu rjómaís og laktósafrían vegan ís

Bæjarhrauni 2 | Hafnarfirði | Sími: 4370000 | hafs@hafis.is



Sugarbearhair

• VEGETARIAN • GLUTEN & SOY FREE • CRUELTY FREE •

Fríða Rut Heimisdóttir  
Hárgreiðslumeistari

Sugarbearhair hárvítamín  
sem styrkir hár, húð og neglur

#1\* BEST SELLER  
Get Healthy Hair

- \*Ég er björn sem elskar hár. Dökkt, ljóst, brúnt, rautt og alla líti þar á milli
- \*Ég elska allar hárgerðir
- \*Ég ákvað að búa til vítamín fyrir þig upp úr alvöru berjum svo þú munir eftir því að taka það á hverjum degi
- \*Ég gerði vítamínið líka krúttlegt og sætt, eins og ég er sjálfur

Þú finnur allt um mig á [www.regalo.is](http://www.regalo.is)

Regalo ehf Iceland Regalofagmenn



ALUPROF GEZE

Bjódum upp á sjálfvirkan hurðaopnunarbúnað, hringhurðir, hurðir og gluggakerfi ásamt uppsetningu og viðhaldi á búnaði.

Áratuga reynsla.

Framúrskarandi fyrirtæki

**JARN&GLER**

Járn & Gler hf. • Skútuvogur 1h. Barkarvogsmegin  
104 Reykjavík • S. 58 58 900 • [www.jarngler.is](http://www.jarngler.is)



**Blekhyllki.is**

Ódýr blekhyllki og tónerar!

Blekhyllki.is, S. 517 0150 – 2. hæð Smáralind



„Ég nota glerung til þess að gefa formunum lit og áferð en skreyti ekki hlutina að öðru leyti,“ segir Þórdís Baldursdóttir keramikhönnuður. MYND/ERNIR

## Sækir í náttúruna

Þórdís Baldursdóttir keramikhönnuður hennar og selur undir vörumerkinu Iceramic. Hún tekur þátt í jólamarkaði Popup verzlunar í fyrsta sinn í desember.

Starri Freyr  
Jónsson  
starri@365.is



Popup verzlun heldur árlegan jólamarkað sinn í porti Listasafns Reykjavíkur, Hafnarhúsinu, laugardaginn 9. desember. Rúmlega 40 hönnuðir munu sýna þar fjölbreytta hönnun sína, þ. á m. 23 hönnuðir sem ekki hafa tekið þátt áður. Einn þeirra er Þórdís Baldursdóttir keramikhönnuður sem hennar og selur undir vörumerkinu Iceramic. Undanfarin fimm ár hefur hún verið með eigin vinnustofu og framleiðslu í Íshúsinu í Hafnarfirði auk þess að reka Kaolin Keramik Galleri á Skólavörðustíg í Reykjavík í samvinnu við sjö aðra keramik listamenn sem selja þar framleiðslu sína.

### Breytti um stefnu

Þórdís segir verk sín einkennast af einföldum formum sem oft hafa meira en eitt hlutverk. „Ég nota glerung til þess að gefa formunum lit og áferð en skreyti ekki hlutina að öðru leyti.“ Þar sem hún bjó lengi úti á landsbyggðinni, þar sem hin óblíðu áhrif lands og veðurfars höfðu mikil áhrif á hana, segist hún hafa leitast við að ná fram í verkum sínum áhrifum hins hrjúfa í íslensku landslagi í mótvægi við hið hreina og tæra í náttúrunni, svo sem áhrif sands og iss. „Hlutirnir eru oftast úr postulíni í einföldum formum en með grófum og dökkum glerungi sem undirstrikar hvaðan efnid kemur og jarðtenginguna. Einnig hefur vinna mín við hjúkrun haft áhrif á hönnun mína þar sem skilningur á snertiflötum nýtjahluta og þarfa notandans nýttist mér t.d. í hönnun á bollum og matarstelli.“

Það eru tíu ár síðan Þórdís ákvað að breyta um stefnu í lífinu, skráði sig í hönnunardeild Tækniskóla Íslands



Desertskálar í mörgum litum.

og hóf nám í hönnun. „Áður hafði ég lært hjúkrun og starfað sem hjúkrunarfræðingur en þó verið tengd hönnun og handverki lengi þar sem hönnunarvinna með hin ýmsu efni hafði lengi verið aðaláhugamál mitt. Ég lauk fyrst námi í Myndlistaskóla Reykjavíkur með diploma í mótun árið 2009 og síðar BA-gráðu frá University of Cumbria í Englandi með áherslu á mótagerð í keramik árið 2011. Fljótlega eftir að ég kom heim úr námi varð ég meðlimur Kaolin Keramik Galleri sem þá var nýstofnað.“

### Einstakir fjallastjaker

Þórdís segist hafa gaman af ýmsum tilraunum með glerung og notar eingöngu náttúruleg efni í glerunginn. „Ég geri einnig myndverk úr leir og hef hannað og framleitt Fjallastjaka í nokkur ár. Það eru litlir kertastjaker sem eru með útlinum sérstakra íslenskra fjalla, þar sem fjallið lýsist upp þegar kveikt er á stjakanum.“

Stjakarnir hafa verið framleiddir eftir pöntunum fyrir íslenska fjallaunnendur undanfarin ár, þar sem hver stjaki er skúlptúr og einstakur. Þeir hafa farið stækkandi og eru ekki bara litlir lengur og eru líka útfærðir í veggglömpum.“

Eins og fyrr segir er þetta í fyrsta sinn sem hún tekur þátt í Popup markaðinum í Hafnarhúsinu. „Ég mun þar sýna og selja aðallega hluti tengda jólnum, t.d. kertastjaka og ljósakúlur. Einnig mun ég sýna nýja tegund af kertastjökum sem eru hannaðir sem adventustjaker, en hver og einn er sérstakur þar sem ég sameina nýtjahlut og skúlptúr.“



Hægt er að kynna sér hönnun Þórdísar betur á [www.iceramic.is](http://www.iceramic.is) og á Facebook undir Iceramic.





Eins og er raunin með flest heimilisverk þá eru rúmfataskipti alltaf skemmtilegri í góðum félagskap.

# Ódýr munaður en mikilvægur

Hreint rúm er munaður sem kostar lítið en gerir gríðarlega mikið fyrir andlega og líkamlega vellíðan.

Heimilisverk eru í mismiklu uppáhaldi hjá fólki. Sumir fá hroll við tilhugsunina um ryksugu á meðan aðrir finna sæluþing við tilhugsunina um þetta galdratæki sem fær ryk og rusl til að hverfa eins og dögg fyrir sólu og uppvaskið er einum hugleiðsla og notaleg einkastund en öðrum kinværsk vatnspýnding. Undir þau húsverk sem vekja blendnar tilfinningar fellur hin mikilvæga aðgerð að skipta á rúminu sem sumum finnst einfalt og auðgert en öðrum vex svo í augum að þeir fresta því vikum saman. Hér eru nokkur ráð til að halda rúminu hreinu og gera sængurfataskiptin ánægjulegri.

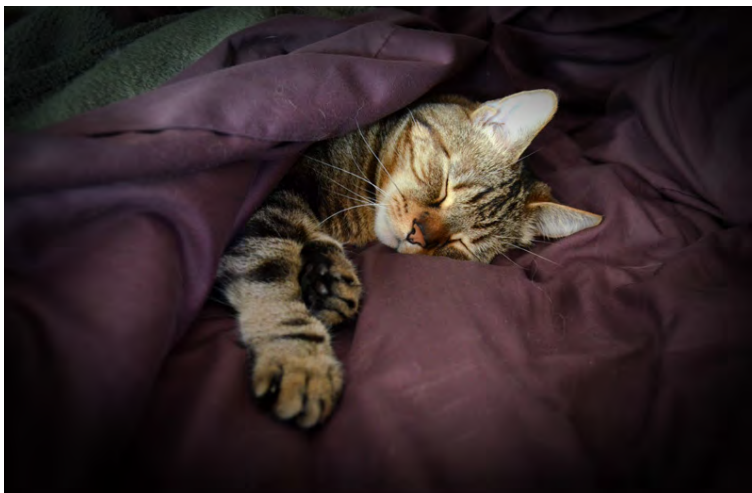
Í fyrsta lagi er nauðsynlegt að skipta á rúmunum að minnsta kosti aðra hverja viku, sumir segja einu sinni í viku. Ef um einhvers konar ofnæmi er að ræða þarf jafnvel að gera það oftar. Þegar kemur að því að velja þvottapógramm er þumalputtareglan: því heitara því betra. Þú eyðir miklum tíma sólarhringsins í rúminu og margir kjósa að fara í bað eða sturtu á morgnana og fara því með afrakstur dagsins upp í rúm á kvöldin. Þá eiga ýmsir líkamsvessar til að fara í rúmfötin svo ráðlegt er að hafa hitastigið nógu hátt til að það drepi bakteríur en ekki svo hátt að það skemmi rúmfötin eða slíti þeim um of. Ný rúmföt ætti alltaf að þvo áður en þau eru sett á rúmið. Sumir vilja setja rúmföt í þurrkara en aðrir kunna vel að meta tilfinninguna og ilminn þegar skriðið er undir snúruþurrkuð rúmföt, einkum ef snúrnarnar eru úti.

Dýnan fer ekki svo glatt í þvottavélina en það þýðir samt ekki að hún verði ekki óhrein. Gott og einfalt ráð til að hreinsa dýnuna er að byrja á að ryksuga hana vel og taka svo sigti og strá matarsóða yfir dýnuna þar til hún er alveg þakin. Láta biða yfir daginn og ryksuga burt. Þetta má líka gera við kotta og sængur að lokinni góðri útiþvottun.

Það sem fællir flesta frá því að skipta oftar á rúmunum er samt ekki aðgerðin að taka sængurfötin



Það getur verið leiðinlegt að skipta um sængurver ef sængin lætur ekki að stjórn.



Kísa veit hvað það er gott að kúra í tanderhreinu rúmi.

af og fleygja þeim þvottavél heldur það sem tekur við eftir þvott og þurrkun.

Margir hafa löngu gefist upp á því að brjóta saman teygjulök og henda þeim bara í hrúgu inn í skáp. Ekki þarf að órvænta þar sem á alnetinu má finna aðferðir sem svínvirka en er of flókið að lýsa hér. Það er hins vegar einfalt og þægilegt að setja teygjulakið á rúmið, þó það sé alltaf betra að fá aðstoð, einkum þegar um stærri rúm er að ræða.

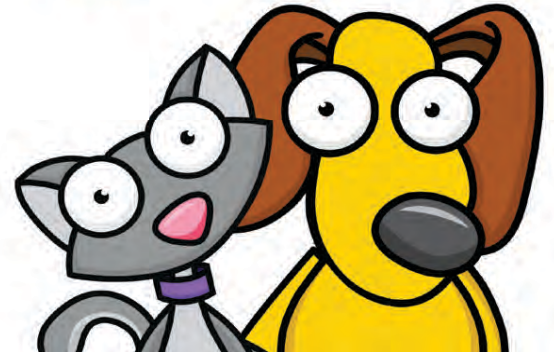
Að setja sængurver á sæng er hins vegar aðgerð sem getur orðið afar flókin þegar á að klæða tæpa tvo fermetra af sæng í fót, einkum þegar hún lætur ekki að stjórn. Besta ráðið til að setja sæng í ver er að snúa sængurverinu á rönguna og stinga höndunum inn í verið og út í hornin. Griptu svo í hornin á sænginni og togaðu sængina svo niður.

Svo er bara að leggjast til svefns í tanderhreinu rúmi og láta sig dreyma um hvít jól.

## Við erum komin í Hafnarfjörðinn

við hliðina á Bónus

**gæludýr.is**



## HEILSÁRS ÞJÓNUSTA

Öll garð- og vetrarþjónusta

...í áskrift



28 ára fyrirtæki



**GARÐLIST**  
ALHLIÐA GARÐÞJÓNUSTA



Tunguhálsi 7 - 110 Reykjavík - 554-1989 - www.gardlist.is



0 kr. fyrsti mánuðurinn!



Verið vel tengd

## Þjónustumiðstöð tónlistarfólks



**TÓNASTÖÐIN**

Allt fyrir tónlistarmanninn



# Smáauglýsingar

512 5000

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

## Bílar & Farartæki

### STÓRA BÍLASALAN



#### 100% LÁN

SKODA Octavia 1.6L Diesel Ambition. Árgæð 2014, ekinn 52 þ.KM, Beinsk. Verð 2.690.000. Rnr.136487.



#### 100% LÁN

SKODA Octavia 1.6L Diesel Ambition. Árgæð 2015, ekinn 79 þ.KM, Sjálfskiptur. Verð 2.880.000. Rnr.136234.



#### 100% LÁN

SKODA Octavia Scout Elegance. Árgæð 2015, ekinn 49 þ.KM, Sjálfskiptur. Verð 4.790.000. Rnr.136568.



#### 100% LÁN

SKODA Superb 4x4 Style. Árgæð 2016, ekinn 29 þ.KM, Diesel, Sjálfskiptur. Verð 5.290.000. Rnr.136157.

Stóra bílasalan  
Kletthálsi 2, 110 Reykjavík  
Sími: 5861414  
<http://www.stora.is>

## VAKA



Öruggir Vinnuvéla-Lyftara og Bifreiðaflutningar á verði fyrir þig.

Vaka  
Skútuvogi 8, 104 Reykjavík  
Sími: 567 6700  
24 tíma þjónusta  
<http://www.vakahf.is>



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](mailto:suzuki@suzuki.is)  
[Suzuki.is](http://Suzuki.is) / [suzukisport.is](http://suzukisport.is)



#### TOYOTA COROLLA ÚTSALA

Nýr 2017 Active Diesel. Álfelgur. Bakmyndavél. Leiðsöguþúnaður ofl lúxus. Á aðeins 2.990.000,-

Sparibíll ehf  
Hátún 6A, 105 Reykjavík  
Sími: 577 3344  
[www.sparibill.is](http://www.sparibill.is)

Vissir þú að...

holl og góð fæða stuðlar að líkamlegu heilbrigði sem börn eiga retta



## Hjólbarðar

### VAKA



#### NÝJU SAILUN DEKKIN Á FRÁBÆRU VERÐI.

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

## Varahlutir

### Startarar & alternatorar

í bíla, báta og vinnuvélar



### Bílaraf

Flatahrauni 25 - Hafnarfröi

Sími 564 0400  
[www.bilaraf.is](http://www.bilaraf.is)

## Viðgerðir

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

## Þjónusta

## Pípulagnir

#### PÍPULAGNIR

Faglærðir píparar geta bætt við sig verkefnum í bæði viðhaldi og nýlögnum. Vönduð vinnubrögð. Uppl. í s. 699 6069 og 663 5315

## Hreingerningar



Hreingerningar - Bónun - Bónleysing Flutningsþrif - Þrif eftir iðnaðarmenn thvegillinn. 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](http://www.vy.is)

## Málarar

#### REGNBOGALITIR

Getum bætt við okkur verkefnum innanhúss. Nýmálun, endurmálun, spörtlun, lökkun og fl. Vönduð vinnubrögð og snyrtileg umgengni. Hrólfur Ingi Skagfjörð löggiltur málaramestari Upplýs, malarar@simnet.is, Sími 891 9890

## Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. ofl. Extra stór bíll. Búslóðalyfta. Flutningaþj. Mikael. S. 894 4560 [www.flytja.is](http://www.flytja.is) flytja@flytja.is

## Húsaviðhald

#### FLÍSALAGNIR - 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



#### LOFTSTOKKAHREINSUNIN

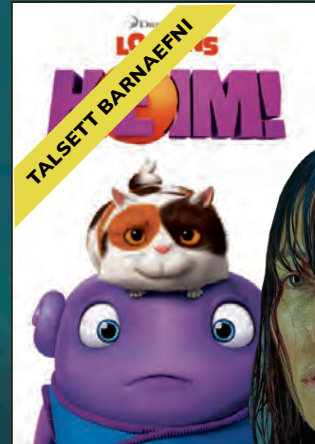
- FYRIRTÆKI
- FJÖLBÝLISHÚS
- SKIP
- VEITINGASTAÐIR



Við hreinsum allar gerðir loftræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu frjá ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná [www.k2.is](http://www.k2.is)

# 2 MARAÐON NOW

KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ  
Á 2NOW.IS  
ENGIN BINDING



## RÁÐGJÖF RÁÐNINGAR RANNSÓKNIR

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

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 [intellecta.is](http://intellecta.is)

# intellecta



## Bókhald

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

## Nudd

## NUDD

Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

## Spádómar

## SPÁSÍMINN 908 5666

Stjórnumspá. Tarot. Ársspá. Draumráðningar, ást og peningar. Andleg hjálp. Trúnaður.

## Rafvirkjun

## RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.

Þjóðum hagstætt verð í töfluskípti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

## Keypt &amp; Selt

## Til sölu

## STIGA®



**Snow Blizzard snjóbásari**  
B&S mótur með rafstarti, 249cc  
Dreifing 1 – 10 metrar  
69cm vinnslubreidd  
Með ljósum og á grófum dekkjum  
Frábær í mikinn og erfiðan snjó

Askalind 4, Kóp.  
Sími 564 1864  
www.vetrarsol.is

## Óskast keypt

## KAUPUM GULL - JÓN &amp; 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

Vatnasklæðning, panill, pallaefni, parket, útihurðir, ofl. Gæði á góðu verði. Nýkomnar Eurotec A2 harðviðarskrúfur. Penofin harðviðarolia. Indus ehf, Óseyrarbraut 2 Hf, Uppl.hjá Magnúsi í sínum 660 0230 og 561 1122. Lokað frá 12.

## Heilsa

## Nudd



## THAI Nuddstofan

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

## Atvinna

## LIND FASTEIGNASALA

**Auglýsir eftir fasteignasölum til starfa.**

**Reynsla af sölu fasteigna skilyrði.**

**Áhugasamir sendi tölvupóst og ferilskrá á hannes@fastlind.is**



FASTEIGNASALA Hlíðasmára 6 / 201 Kópavogur / www.FASTLIND.is

Uppspretta ánægjulegra viðskipta

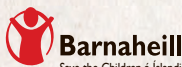
## Heimilið

## Barnavörur



## VAGNSTYKKI + KERRUSTYKKI + SKIPTITASKA

Verð frá 99.900 kr. Barnið Okkar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. barnidokkar.is



Vissir þú að...

Öll börn eiga rétt á samvistum við böta foreldra sína.

## Tómstundir &amp; Ferðir

## Ferðalög

## I OFFER GUIDED TREKS TO EVEREST BASE CAMP

plus other exciting treks in Nepal. Have guided many Icelanders and can provide recommendations upon request. Favourable prices.

Contact Rishi Kumar on Facebook or e-mail info@royalnepaladventure.com

## Húsnæði

## Húsnæði óskast

Óska eftir íbúðum fyrir erlenda starfsmenn á höfuðborgarsv. Uppl. í s: 895 2220

## Geymsluhúsnæði

## WWW.GEYMSLAEITT.IS FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR

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

## GEYMSLUR.IS SÍMI 555-3464

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

## Hönnun



## HÖNNUN

## VERKFRÆÐITEIKNINGAR

Tek að mér að gera verkfræðiteikningar af íbúðarhúsum og sumarhúsum. Fast verð. Upplýsingar í síma 783 4180 eða kjartangardars@gmail.com

## Atvinna

## Atvinna í boði

## BAKARÍ / KAFFIHÚS

Starfskraftur óskast til afgreiðslustarfa í bakarí frá kl. 7-13 og annan hvern lau. 8-14. Íslensku kunnátta skilyrði og ekki yngri en 20 ára.

Uppl. sendist á: sveinsbakari@sveinsbakari.is

## Atvinna óskast

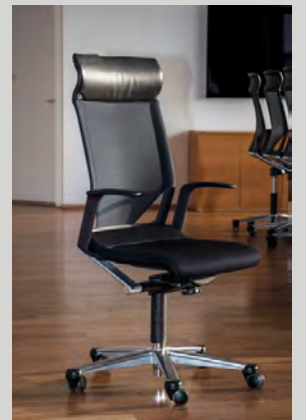
## SMIÐIR - VERKAMENN - MÚRARAR - LAGERSTARFSMENN

Erum með vana smiði, verkamenn, múrara, pípara og lagerstarfsmenn sem eru klárir í mikla vinnu. HANDAFL STARFSMANNAVEITA s. 780 1444

## Til sölu

## Húsgögn til sölu

Til sölu glæsilegt fundarborð 5 metrar á lengd og 140 cm á breidd. Borðið er í tveimur einingum með fallegum krómfótum. Einnig 16 fundarstólar við sama borð í mjög góðu ástandi. Tilboð óskast.



Nánari upplýsingar: johann@advania.is

## Atvinna

## SMIÐIR - VERKAMENN - MÚRARAR - LAGERSTARFSMENN

Erum með vana smiði, verkamenn, múrara, pípara og lagerstarfsmenn sem eru klárir í mikla vinnu.

**HANDAFL STARFSMANNAVEITA s. 780 1444**

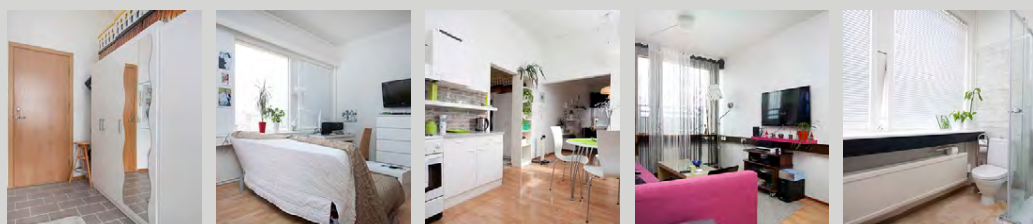
**AÐEINS 2 ÍBÚÐIR Í BOÐI!**

# 995 þúsund kr. út og þú átt þína eigin íbúð!

**TIL SÖLU** stúdióíbúðir 25 - 47 fm verð 15.9 til 22.9  
auðveld kaup aðeins 5% útborgun

## VERÐDÆMI

ÍBÚÐ <b>37,6 fm</b>	VERÐ <b>19,9 m</b>	LÁN FRÁ BANKA <b>90%</b>	LÁN FRÁ SELJANDA <b>5%</b>	ÚTBORGUN AÐEINS <b>995.000</b>
ÍBÚÐ <b>43,3 fm</b>	VERÐ <b>22,9 m</b>	LÁN FRÁ BANKA <b>90%</b>	LÁN FRÁ SELJANDA <b>5%</b>	ÚTBORGUN AÐEINS <b>1.145.000</b>



**Opið hús í dag  
kl. 17 – 18**



**535-1000**  
BORGARTÚNI 30 / 105 REYKJAVÍK  
stakfell@stakfell.is / www.stakfell.is

