

ÉÓIK

MÁNUDAGUR · 20. AGÚST 2018

Heimili



„Glugginn í eldhúsinu er minn gríðastaður og upphaldshluti heimilisins. Hann er stór og bjartur og búinn góðri sessu sem notalegt er að sitja á,“ segir Áslaug Guðrúnardóttir, markaðs- og kynningarstjóri Listasafns Reykjavíkur. MYND/ERNIR

Jurtir, steinefni og vítamín

SOLARAY[®]
KOSTTILSKUD
Spektro[®]
Multi-Vita-Min[®]

100 KAPSLUR

Dag optímísk kosttillskud með urtum og spónum!
Opplæs þú minkú með 20 mínútur!

Fæst í næsta apóteki eða heilsuvörverslun

Griðastaður á heimilinu

Bjartur og fallegur eldhúsglugginn er í upphaldi hjá Áslaugu Guðrúnardóttur, markaðs- og kynningarstjóra Listasafns Reykjavíkur. Þar fer hún yfir málin með eiginmanni sínum og fylgist með börnum sínum að leik. ➔2

Starri Freyr Jónsson
starri@frettabladid.is



Vinnudagurinn er oft annarsamur en um leið fjölbreyttur og skemmtilegur hjá Áslaugu Guðrúnardóttur, markaðs- og kynningarstjóra Listasafns Reykjavíkur. Henni þykir því notalegt að slaka á eftir langan dag með því að sitja í glugganum í eldhúsinu þar sem hún getur bæði rætt við eiginmann sinn og fylgst með börnunum að leik. „Glugginn í eldhúsinu er minn gríðastaður og upphaldshluti heimilisins. Hann er stór og bjartur og búinn góðri sessu sem notalegt er að sitja á. Þarna sit ég gjarnan þegar eiginmaðurinn er að elda matinn og við náum að fara aðeins yfir atburði dagsins og það sem er fram undan. Mér þykir gaman að fylgjast með honum elda og ekki síst þegar yngsti aðstoðarkokkurinn á

heimilinu er í stuði með honum. Ég sit þarna full þakklætis yfir að þurfa ekki að gera þetta sjálf! Þá er leiksvæði krakkanna í götunni hér beint fyrir utan og það er gaman að fylgjast með þeim úr glugganum.“

Gegnir ólíkum hlutverkum

Glugginn er líka mikið notaður þegar gestir mæta til þeirra. Þá er fordrykkur ósjaldan drukkinn í glugganum og í námunda við hann, segir Áslaug. „Hann er líka orðinn mælikvarði á vöxt og þroska yngstu dótturinnar, sem tókst að klifra upp í hann hjálparlaust án þess að nota stól, um daginn. Þá var hún mjög montin.“

Gluggans er einnig hægt að njóta utan frá, því á stéttinni fyrir framan hann er hvergi betra veður þegar sólin lætur sjá sig. „Þá sitjum við gjarnan þar og horfum á rósinar okkar. Ég þyrfti bara að láta setja í hann opnanlegt fag svo hægt sé að rétta veitingar beint út

úr eldhúsinu á sólpallinn.“

Þykir vænt um flest

Aðspurð um aðra muni eða hluta heimilisins sem henni þykir vænt um segist hún hafa gengið í gegnum hreinsunareld hins minimaliska lífsstíls. Því sé ekkert á heimilinu sem henni þykir ekki vænt um, nema hugsanlega ljóskastarnir í loftinu. „Mér þykir sérstaklega vænt um hluti sem tengjast mömmu minni sem lést langt fyrir aldur fram. Þar má nefna rjúpurmar tvær, aðra eftir Guðmund frá Miðdal og hina eftir Kjarval. Einnig má nefna gömlu bollastellin hennar ömmu og marga hluti sem við höfum sankað að okkur á ferðalögum. Málverkioð eftir Þorvald Skúlason er í uppáhaldi, enda hefur það skapað miklar umræður hjá ungum sem öldnum og hreint ekki allir sam-mála um að það eigi að vera sýni-legt. Ég var til dæmis beðin um að hylja það fyrir tíu ára afmælisveislu dóttur minnar um daginn. Þá þykir mér afar vænt um standlampann minn sem ég nurlaði saman fyrir, fyrir 25 árum eða svo.“

Eiga annað heimili

Hún segir þau hjónin ekki hyggja á neinar stóra breytingar á heimilinu á næstunni. „Við eigum annað heimili vestur á Flateyri, gamalt hús sem við erum að gera upp, svo framkvæmdir hér hafa setið á hak-anum og krafturinn og peningarnir hafa farið vestur.“

Hana dreymir þó um að endur-gera eldhúsið, opna það meira fram og endurnýja gólfid á jarð-hæðinni. „Við brugðum á það ráð að mála gamla parketið sem hér er gult, sem hefur gert merkilega góða hluti, en í samhengi við eldhús-framkvæmdirnar vildi ég gjarnan endurnýja gólfid líka. En ég held að það verði nokkur bið á þessu, við gerðum heilmikið fyrir húsið þegar við keyptum það, dýpkuðum kjallarann og gerðum innangengt í hann. Einnig settum við nýjan stiga upp á 2. hæð og endurgerðum baðherbergið. Það sem liggur fyrir næst af smærri framkvæmdum er kannski helst að útvega yngstu dótturinni skrifborð og stól í her-bergið sitt.“

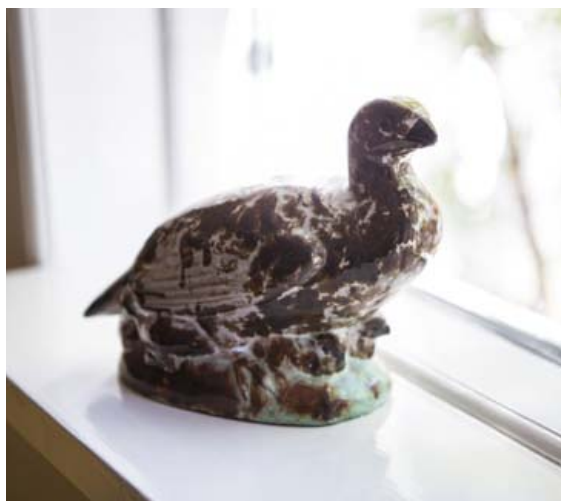
Nánd í götunni

Hún kann vel við sig í póstnúmeri 101 og segir fjölmarga kosti fylgja því að búa þar. „Þetta er eins og að búa í litlu þorpi þar sem þú mætir sama fólkinu dag eftir dag. Í því felst feegurðin, fyrir utan öll skráttu og skemmtilegu húsin á öllum aldri. Þú sérd alltaf eitthvað nýtt á hverjum degi ef þú gefur umhverf-inu gaur.“

Einnig sé stór kostur að geta farið fótgangandi í vinnuna og sótt flesta þjónustu í göngufæri. Haðar-



Gluggans er einnig hægt að njóta utan frá, því á stéttinni fyrir framan hann er hvergi betra veður þegar sólin lætur sjá sig, segir Áslaug. MYNDIR/ERNIR



Rjúpa eftir Guðmund frá Miðdal, áður í eigu móður Áslaugar.

Þetta er eins og að búa í litlu þorpi þar sem þú mætir sama fólkinu dag eftir dag. Í því felst fegurðin, fyrir utan öll skráttu og skemmtilegu húsin á öllum aldri.



Málverk eftir Þorvald Skúlason sem er í uppáhaldi hjá Áslaugu og hefur oft skapað líflugar umræður.

stígurinn, þar sem við búum, hefur líka mikla sérstöðu í borginni. Hún er vistgata og hér leika krakkarinn sér allan liðlangan daginn og fram á kvöld. Ferðamenn og aðrir borgar-búar njóta þess að rólta hér um og nágrannarnir eru hver öðrum betri. Það er mikil nánd í götunni, sannkölloð hverfisstemming, eins og í kringum 17. júní þegar við setjum langborð niður eftir götunni, skreytum hressilega með fánun og borðum saman.“



Gulmaðra úr Borgarfirðinum. Á vegg er rjúpamynd eftir Kjarval sem var áður í eigu móður Áslaugar. Úr lofti hangir filaórói frá Inlandi.

Margt í boði

Fram undan eru skemmtilegir mánuðir í Listasafni Reykjavíkur að sögn Áslaugar. „Við höldum áfram að laða fólk til Einkismannlands-ins, stórrar sýningar sem tekur yfir bæði Hafnarhús og Kjarvalstaði. Þar er hægt að ferðast um hálendi Íslands með augum myndlistar-manna, frá upphafsmönnum málara listar og ljósmyndunar allt til samtímalistamanna sem vinna í mjög ólíka miðla.“

Á Kjarvalsstöðum er fyrirhuguð sýning á verum Harald Jónsonar sem spannar feril hans og í Hafnarhúsinu eru fjölmargar

sýningar í farvatninu. „Erró snýr aftur eftir sumarleyfi með mjög sérstaka sýningu sem ég held að eigi eftir að koma fólki á óvart. Þar setjum við líka upp einkasýningu á verum Ingólfs Arnarsonar svo eitthvað sé nefnt.“

Ásmundarsafn er svo gimsteinn Listasafns Reykjavíkur að hennar sögn enda segir hún smástund þar fylla hvern mann ró og friði. „Við höfum fengið fjóra samtímalista-menn til að gera innrás í sýninguna sem þar stendur yfir og á Menningarnótt opnuðum við þriðju sýninguna af fjórum með verum Matthíasar Rúnars Sigurðssonar.“

LEIÐSÖGUNÁM

VIÐURKENNT STARFSNÁM AF ATVINNULÍFINU

Hnitmiðað og skemmtilegt nám fyrir þá sem vilja kynnast Íslandi í máli og myndum. Námið er opið öllum þeim sem áhuga hafa á að læra hvernig standa skal að Leiðsögn erlendra og innlendra ferðamann um Ísland.

- Flest stéttarfélög styrkja nemdur til náms.
- Nemendur geta að námi loknu gerst félagsmenn í Leiðsögufélaginu.

Helstu námsgreinar:

- Helstu viðkomastaðir ferðamanna á Íslandi í máli og myndum.
- Mannleg samskipti, leiðsögutækni, hestar, fuglar og flóra. Framsaga.
- Saga landin, jarðfræði, bókmenntir og listir, menningartengd ferðarþjónusta.
- Skipulagðar ferðir og afþreyingarferðir. Ritgerðarverkefni og margt fleira.

Leiðbeinendur eru þauvanir leiðsögumenn og sérfræðingar hver á sínu sviði. Boðið er upp á dag- og kvöldnáms, auk þess er farið í fjölda vettvangsferða.

Umsögn: Fyrir nokkrum árum stundaði ég leiðsögunám í Ferðamálastólá Íslands. Námið stóð vel undir væntingum þar sem fjölmargir kenningar komu að kennslunni og áttu þeir auðvelt með að ná til mín og auka áhuga minn á námsmálinu og ekki síst að vekja mig til umhugsunar um þá auðind sem landið okkar er og virðingun sem okkur ber að sýna í því. Kennarnir voru mjög færir og fróðir hver á sínu sviði og áttu auðvelt með að koma efinnu til skila.



Guðn Harpa Bjarnadóttir

Námið gefur mikla atvinnuáskilningu og spennandi tímar eru framundan.



Fólk er kynningarblað sem býður aug-lýsendum að kynna vörur og þjónustu í fönni viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðbundin ritstjórnarefni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi: 365 miðlar
Ábyrgðarmaður: Elmar Hallgrímsson

Umsjónarmenn efni: Solveig Gísladóttir, solveg@frettabladid.is, s. 512 5351 | Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 512 5349 | Ragnheiður Tryggvadóttir, heida@frettabladid.is, s. 512 5367 | Óddur Freyr Þorsteinsson, oddur@frettabladid.is, s. 512 5368 | Brynhildur Björnsdóttir, brynhildur@frettabladid.is, s. 512 5347 | Sigríður Inga Sigurðardóttir, sigridur@frettabladid.is, s. 512 5372 | Stóri Freyr Jónsson, stori@frettabladid.is, s. 512 5358 | Þóris Lilja Gunnarsdóttir, thordis@frettabladid.is, s. 512 5338

Sölumenn: Arnar Magnússon, arnarm@frettabladid.is, s. 512 5442, Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 512 5457, Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 512 5429.

Smáauglýsingar

512 5800

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

Bílar & Farartæki



EL-GO rafmagnsvespur. Ekkert próf, engin skráning, BARA GAMAN. Vespanar eru til í fjórum flottum litum. Sama lága verðið 152.000,- kr.

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

Bátar

VEIÐIVÖTN VEIÐIVÖTN

Netin tilbúin þekking reynsla gæði. heimavik.is s. 892 8655



viðgerðir
barnheill.is

Hjólbarðar



TECHKING VINNUVÉLADEKK
Vorur að fá nýja sendingu af hinum frábæru vinnuvéla dekkjum frá Techking Búkkuludekk-hjólaskófludekk Ofn. Ymsar algengar stærðir. OK Varahlutir ehf. Fyrirsp. sendist á oksparis@simnet.is



Viðgerðir

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

Varahlutir



ljósboðinn@ljósboðinn.is
s. 553-1244

Þjónusta

Hreingerningar

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

Bókhald

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

RETTA- BÓKHALDSÞJÓNUSTA.

Getum bætt við okkur verkefnum. Alhliða bókhaldsþjónusta. Samgjörn verð og góð þjónusta. Uppl. í s. 8548080/5168080 eða olafur@retta.is.

Húsviðhald

FLÍSLAGNIR - MÜRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - FLÖTUN - TREVERK
Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skílar fagmennsku og gæðum.

Timavinna eða tilboð.

Strúctur byggingaþjónusta ehf.
S. 893 6994

Tökum að okkur flíslagnir og viðgerðir bæði utanhus og innanhus. Upplýsingar í s:618-7712

Tek að mér allt alm. viðhald húsa, s.s. málun, múrur, flísa- & parketlagnir og træsmíði. S. 616 1569

Spádómar

SÁ SÍMASPÁ Í 844 6845

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

SPÁSÍMINN 908 5666

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

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR.
S. 663 0746.

Þjódum hagstætt verð í töfluskípti. Straumblik ehf. Löggiltur Rafverktafi. straumblik@gmail.com

Fasteignir



Pingvellir

Vel staðsett 36,1 fm sumarhús á 2000fm eignalóð að Kvistalandi 6. Bústaðurinn skiptist í : stofu, herbergi, eldhús, baðherbergi og geymslu. Húsið þarfnast viðhalds. Lóðin er grónn með fallegum trjám. Vernd er fram með austur, suður og vestur hlöð hússins. Rafmagn og vatn er tengt í bústaðinn. Bústaðurinn er vel staðsettur í göngufæri við Þingvallavatn og er hverfið lokað af með rafmagnshliði. Allt inni fylgir húsinu.

Nánari upplýsingar veitir Helgi Jónsson
Löggiltur fasteignasali í síma : 780-2700
eða á helgi@miklaborg.is

Verð: **9,9 millj.**

MIKLABORG 569 7000 Lágmúla 4 www.miklaborg.is

- með þér alla leið -

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is



NÝJIR 2018 ÁRGERÐ AF DACIA DUSTER 4WD

Eigum til sölu glænýjar Dacia Duster Diesel 4WD á frábæru verði, takmarkað magn.
Verð 2.990 þús – Sýningabílar á staðnum.



SKODA Octavia Style.
2,0L diesel, 4wd, Nýr bíll, dísel, sjálfskiptur 6 girar.
Verð 4.490.000. Rnr.140088.



SKODA Octavia Stw.
Nýr bíll, Árgerð 2018, 1,6L dísel, 5 girar.
Verð 3.490.000 Rnr.122346.



LAND ROVER Discovery SE.
Nýskr 10/2017, ek 14 P.KM, 3,0L dísel, sjálfsk 8 girar, 7 manna, Loftpúðar ofl ofl. Verð 10.990.000. Rnr.111203.



VW Golf 1.6 Diesel.
Nýr bíll, 5 girar. Verð 2.990.000. Rnr 110826
Sjálfskiptur m/álfegum ofl. Verð 3.690.000. Rnr.110875.



FORD Transit L3H1 Double Cab.
Nýr bíll, dísel, 6 girar, 7 manna.
Verð 3.990.000 + vsk. Rnr.111185.



FORD Transit Custom.
Nýr bíll, dísel, sjálfskiptur 6 girar, 9 manna.
Verð 4.830.000 + vsk. Rnr.111196.



FORD Transit Custom.
Nýr bíll, dísel, 6 girar, 9 manna.
Verð 4.024.000 + vsk. Rnr.111090.



FORD Transit Comfort.
Árgerð 2017, nýr bíll, dísel, 6 girar, 18 manna.
Verð 4.990.000 + vsk. Rnr.110988.

Keypt
& Selt

Til sölu



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



Kassagítarar í úrvall Gítarinn ehf Kassagítarar á tilboði Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða 27 s 552 2125 www.gitarinn.is gitarinn@gitarinn.is



Ungnautakjöt beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakki, gullas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204

Óskast keypt

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, úthurðir, ofl. Gæði á góðu verði. Nýkomnar Eurotec A2 harðviðarskrúfur. Penofin harðviðarolla. Indus ehf. Óseyrarbraut 2 Hf, Úpphljáh Magnúsi í sínum 660 0230 og 561 1122.

GEFÐU
VATN

gjofsemgefur.is
907 2003



Skólar & Námskeið

Námskeið



ICELANDIC, ENGLISH & NORWEGIAN F. FOREIGNERS - ENSKA - NORSKA

Levels/Stig. I, II, III, IV, V, VI: ISLENSKA f. útlendinga, NORSKA, ENSKA f. Fullorðna: Start/Bygja: 3/9, 1/10, 29/10, 26/11 - 2019: 7/1, 4/2, 4/3, 1/4, 29/4, 27/5, 24/6, 22/7: 4weeks/4 vikur x 5 days/5 daga. 2-6 students/nem. Morn/Aftern/Evenings. Morgna/Síðd/Kvöld. Skráning: www.iceschool.is - ff@icetrans.is - facebook.com/fullorðinsfræðslan. Fullorðinsfræðslan-IceSchool, Ármúli 5. 108 s. 5571155 / 8981175.

Húsnæði

Húsnæði til sölu



1 HÚS EFTIR 2018!

Flott hús, 39 ferm. 2 svefnhög og 2 baðherb. Stór stofa og eldhús. Fullbúið og tilbúið að flytja inn. Sendi teikn. og myndir og uppl. Plug and play! Verð 7,3 millj. Úppl. 820-5181

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464

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

WWW.GEYMSLAETT.IS

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

Atvinna

Atvinna í boði

LITALÍNAN EHF

Óskar eftir lærðum málurum og menn vana málningarvinnu einnig nema. Úppl. í S. 898 9591 & 896 5445

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMÍÐI, MÚRARA, MÁLARA EDA ADRA STARFSMENN?

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

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

Tilkynningar

Auglýsing um breytingu á deiliskipulagi Kambalands í Hveragerði.



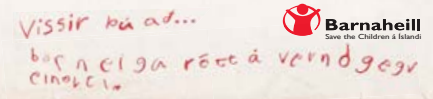
HVERAGERDISBÆI

Bæjarstjórn Hveragerðisbæjar samþykkti þann 16. ágúst 2018 breytingu á deiliskipulagi Kambalands í Hveragerði.

Deiliskipulagið nær til 30ha reits, sem afmarkast til suðurs og vesturs af Hringvegi (Suðurlandsvegi), til norðurs af Hamrinum og til austurs af núverandi byggð við Smyrlaheiði, Valsheiði, Kjarrheiði, Borgarhraun og Kambahraun.

Breytingin felur í sér þéttingu byggðar á suðausturhluta reitsins. Deiliskipulagsbreytingin hlaut meðferð skv. 43. gr. skipulagslaga nr. 123/2010.

Skipulagsfulltrúinn í Hveragerði.

Barnaheill
Save the Children & Iceland

Til sölu

retigo

25% kynningar-tilboð á retigo Vision

Allt hjá okkur

Við kynnum nýja kynslóð Retigo ofna: **Vision Generation II**

Af því tilefni bjóðum við 25% kynningarafslátt.

Sýningarsalur Draghálsi 4



VISION



VERSLUNARTÆKNI
www.verslun.is



Draghálsi 4
Sími: 535 1300
verslun@verslun.is