



# Fegurðin kemur innan frá

Hyalúrónsýra styður við uppbyggingu húðar, viðheldur þéttleika hennar og eykur styrkleika. Hyaluron Shot inniheldur einnig kollagen, fitusýrur, jurtir og andoxunarefni sem næra húðina.

Allt sem við innbyrdum fer gegnum meltingarveginn og frásogast þar út í líkamann en hlutverk næringarefnanna er margvíslegt og hefur áhrif á mismunandi líkamsparta eða líffæri. Þegar við hugum ekki að því að næra okkur rétt hefur það áhrif á heilsufar okkar á svo marga og mismunandi vegu og flest matvæli sem við þolum illa ásamt ruslfæðu kemur ólagi á meltinguna og oftar en ekki á húðina líka. Húðin, sem er okkar stærsta líffæri, þarfnast góðrar umhirðu og er það fyrst og fremst það sem við látum ofan í okkur sem hefur áhrif á heilbrigði hennar og útlit," segir Hrönn Hjálmarsdóttir heilsumarkþjálf.

**Mælt með af húðlæknum**  
Hyalúrónsýra er sennilega best

þekkt sem innihaldsefni í „anti-aging“ andlitskremum en hana er einnig oft að finna í líöbættiefnum, frunsumeðferðum, augndropum og varasalva. Hyalúrónsýra er líka eitt af því sem margir húðlæknar hafa mælt með vegna eiginleika hennar til að bæta áferð húðar, gefa henni fyllingu og raka. Að auki getur hún haft góð áhrif á liði sem eru farnir að stírdra sem og önnur einkenni sem fylgja oft hækkandi aldri.

## Náttúrulegt bótoxi

Hyalúrónsýra er eitt helsta vatnsbindiefni líkamans og getur hún viðhaldið hátt í 1.000-faldri þyngd sinni af vatni í húðfrumum. Það virkar eins og smurning fyrir liðina og er afar mikilvægt fyrir húðina. Þetta efni finnst í nánast hverri einustu frumu líkamans en með hækk-



Besta leiðin til að viðhalda heilbrigði er að næra líkamann innan frá og eru hyalúrónskotin frábær viðbót við góða næringu.

andi aldri dregur úr framleiðslu þess sem sést best í minni teygjanleika húðarinnar og hrukku myndun. Það tengist einnig augum og ýmsum vefjum þar sem það hjálpar til við að varðveita kollagen og auka mjókt og teygjanleika eins og til dæmis í liðum en stírdír liðir lagast við að fá auknið magn af hyalúrónsýru.

## 50% hyalúrónsýru eru í húð

Um 50% af hyalúrónsýru í líkamnum er að finna í húðvef. „Á yngri árum er húðin bæði mjúk og teygjanleg og líkaminn endurnýjar þetta efni stöðugt. Þegar við eldumst missir húðin raka og fyllingu og er því afar hollt fyrir líkamann að fá aðstoð við endurnýjun með inn-töku. Það getur stuðlað að hækkuðu rakastigi húðarinnar og bætt ásýnd hennar verulega,“ segir Hrönn.

## Hyalúrónskot – eitt á dag!

Skin Care Hyaluron Shot eru litil skammtaglös sem drukkjó er úr og þannig er efni tekin upp gegnum meltingarveginn og skila þau sér

**Hyalúrónsýra er eitt af því sem margir húðlæknar hafa mælt með vegna eiginleika hennar til að bæta áferð húðar, gefa henni fyllingu og raka.**

Hrönn Hjálmarsdóttir heilsumarkþjálf



þangað sem þeirra er þörf. Ásamt hyalúrónsýrunni inniheldur Skin Care Hyaluron Shot™ hafþyrni sem inniheldur næringarefni sem ýta undir heilbrigði húðar, C-vítamin sem hjálpar okkur að framleiða eigið kollagen, plöntuna Tagates Erecta (klæðisblóm) sem inniheldur öflug andoxunarefni sem næra húðina og kollagen sem er uppbyggingarprótein húðarinnar.

## Skin Care Hyaluron Shot er gott fyrir margar sakir:

- Gefur húðinni fyllingu
- Húðin fær fallegri áferð
- Dregur úr finum línum og hrukku myndun
- Vörn gegn óæskilegum efnum í andrúmslofti
- Hentar öllum húðgerðum

„Eins og áður kom fram er alltaf besta leiðin til að viðhalda heilbrigði að næra líkamann innan frá og eru hyalúrónskotin frábær viðbót við góða næringu. Mælt er með að í upphafi inntöku sé drukkjó eitt skot daglega í minnst 30 daga til að sjá og finna marktækan mun á húðinni.“

Hægt er að taka Skin Care Hyaluron Shot™ eitt og sér eða taka það með Skin Care Collagen Filler™ sem hluta af daglegri umönnun húðarinnar.

Sólustaðir: Aptótek

# Betri svefn

Melissa Dream er vísindalega samsett náttúruylf, hannað til að stuðla að djúpri slökun og værum svefni

Þessi blanda inniheldur ekki efni sem hafa sljúgvandi áhrif.



„Ég bæði sef fastar og sofa fyrr. Ég ligg ekki andvaka á koddanum og vakna endurnærð og úthvíld. Ég sef alla nóttina og er ekki sífellt að vakna upp eins og áður. Ég mæli hiklaust með Melissa Dream fyrir alla“

Elsa M. Víðis



Valið besta bættiefni við streitu hjá National Nutrition í Kanada



# Ensk jólakaka Pauls Newton

Enska jólakakan er órjúfanlegur hluti af jólahaldi margra. Undirbúningur hennar tekur dágóðan tíma en hana þarf að vökva vikum saman með áfengi áður en hinu fullkomna bragði er náð.

Brynhildur  
Björnsdóttir  
brynhildur@frettabladid.is



Þó sumum finnist jólin vera langt undan er ekki seinna vænna að fara að sinna ýmsum jólaverkum. Meðal þeirra má nefna bakstur hinnar sigildu og einstöku ensku jólaköku sem þarf að vökva með áfengi vikum saman til að ná hinu eina sanna djúpa ávaxtabragði sem fyrir sumum er órjúfanlegur hluti af jólnum. Paul Newton rak lengi verslunina Pipar og salt á Klapparstíg þar sem hann kynnti meðal annars breska jólasíði og jólagóðgæti fyrir Íslendingum. Hann gaf Fréttablaðinu uppskrift að enskri jólaköku árið 2010 sem á engan sinn líka svo við fengum góðfúslegt leyfi til að birta hana aftur.

## Ensk jólakaka

350 g ósaltað smjör  
350 g púðursykur  
450 g hveiti  
6 egg  
Salt á hnifsoddi  
½ tsk. kanill  
½ tsk. múskat  
½ tsk. negull  
300 g sykraðir blandaðir ávextir  
450 g ljósar rúsínur  
450 g kúrenur  
125 g rúsínur  
125 g mündluflögur  
30 ml siróp  
1 bolli kóniak  
1 krukka hreint apríkósumauk  
450 g mündlumarsipan

Leggið rúsínur og kúrenur í kóniakbleyti nóttina fyrir bakstur. Takið springform, annaðhvort eitt 23 cm í þvermál, eða tvö 18 cm. Setjið þrjú lög af smjörpappír á botninn og smyrjið með smjöri. Þetta er gert svo kakan brenni ekki. Setjið einnig þrjú lög af pappír í hliðar formsins. Brúnum maskinupappír er vafið utan um formið og bundið með bómullargarni. Á bókunarpólutuna eru sett tvö lög af brúnum maskinupappír. Deigið blandið saman í skál kúrenum, rúsínunum, ávöxtum, mündluflögum og kryddi. Þeytið í annari skál smjör og púðursykur uns létt og ljóst og bætið svo einu og einu eggi í. Sigtíð hveitið og blandið í eggjahraeruna. Blandið henni svo saman við ávextina. Að lokum er afgangi af kóniak bætt saman við og sirópinu. Deigið



Eitt aðalsmerki ensku jólakökunnar er hvað hún er oft fallega skreytt.

er tilbúið ef það dettur af sleif. Deigið er sett í form. Sumir geyma formið í ísskáp fram á næsta dag en einnig má baka kökuna strax. Úðið yfir kökuna með vatni og hyljið svo með tveimur lögum af smjörpappír

sem hefur verið smurður með smjöri og klippið á loftgæt. Kakan er bökðu við 140 gráðu hita í 6 klukkustundir (en 3 klukkutíma ef formin eru tvö). Þegar kakan er bökðu þarf að pakka henni í tvöfalt

lag af smjörpappír og pappírinn er festur vel með gúmmíteygjum. Svo er álpappír pakkað utan um hana og hún sett í loftþétt kökubox. Þar fær kakan að standa óhreyfð í nokkra daga. Vikulega er kakan tekin fram, gerðar litlar holur í botn og topp með grillprjóni og tveimur, þremur matskeiðum af kóniak hellt yfir. Hálfum mánuði fyrir jól er kakan pensluð með hreinu apríkósumarmelaði sem er hitað fyrst. Það er gert svo marspanið festist betur við kökuna. Marspanið má kaupa tilbúið í stórmörkuðum eða hjá bakara. Það er rúllað út og lagt yfir kökuna. Viku fyrir jól er kakan skreytt með flórskursbráð. Sumir láta nægja að lita marspanið hvítt því bráðina getur verið vandasamt að gera.

## Flórskursbráð

675 g flórskukur  
4 eggjahvítur  
1 msk. sitrónusafi  
2 tsk. glýserin  
Flórskurinn sigtaður, eggjaraður



Í þessum þverskurði má glóggst sjá hvernig sykurbraðin og marspanið spila saman. Og hvað ensk jólakaka er einstaklega falleg og hátíðleg.



Sumir kjósa að taka innihaldsefnin til áður en bakstur hefst.

þeyttar vel. Bætið við einni msk. af flórskuri í einu ofurhægt og þeytið vel á milli. Sitrónusafa og glýserini bætt út í og þeytt uns blandan er orðin eins og marengs. Skálin er hulin með rökum klút og geymd í einn til tvo tíma. Bráðina má lita með matarlit. Flórskursbráðin er borin á marspanhúð kökunnar. Fyrst er borin á topp kökunnar og þegar það hefur þornað er bráðin sett á hliðar hennar. Kökuna má síðan skreyta með marspan-skrauti.

## ÞÚ FÆRÐ EKKI BETRA FYRIR ANDLITIÐ!

Vinnur á öldrun húðarinnar, hrukkum og fínunum línunum.



TILVALIÐ Í  
JÓLAÞAKKANN



Söluastaðir: Flest apótek, heilsubúðir, [www.lyfja.is](http://www.lyfja.is) og [www.heilsanheim.is](http://www.heilsanheim.is)

Ótrúleg  
verð!



## Stórsýning á húsbílum í Reykjanesbæ um helgina



**Sunlight T 58:**  
**Árgerðir 2016-2017.** Markísa, hjólagrind, silfurgráar hlíðar, álfelgur, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling ofl. ofl.  
**Ótrúlegt verð, frá: 6.490.000.**



**Sunlight T 64**  
**Árgerð 2016.** Markísa, hjólagrind, silfurgráar hlíðar, álfelgur, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling ofl. ofl.  
**Ótrúlegt verð, frá: 7.590.000.**



**Sunlight T 67**  
**Árgerð 2016.** Markísa, hjólagrind, álfelgur, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 7.790.000.**



**Sunlight T 68**  
**Árgerð 2016.** Markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 7.990.000.**



**Sunlight T 69 L**  
**Árgerð 2016.** Markísa, hjólagrind, álfelgur, lestarlúga báðum megin, hjónarúm aðgengilegt beggja vegna, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 8.190.000.**



**Sunlight Cliff 640**  
**Árgerð 2018.** FIAT Maxi grindin, 16", markísa, gott geymslu-pláss aftur í, LED lýsing, 12V pressuisskápur, 6 gíra, cruise control, loftkæling, snúningsstólar, bakkskyrnjarar o.fl. ofl. **Ótrúlegt verð: 9.350.000.**



**LMC Breezer H 737 G**  
**Árgerð 2017.** Markísa, lestarlúga báðum megin, útdrag á milli rúma, fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling, bakkmýndavél o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 9.980.000.**



**Dethleffs Trend T 7057 DBM**  
**Árgerð 2018.** Markísa, hjólagrind, lestarlúga báðum megin, breið inngangshurð með samlæsingu, rafmagnsdrífið fellirúm í toppi, stór ísskápur, LED lýsing, 6 gíra, cruise control, snúningsstólar, loftkæling o.fl. o.fl. **Ótrúlegt verð: 10.890.000.**

**Frábært úrval  
stórglæsilegra tækja  
á ótrúlegum verðum,  
frá 5.990.000  
Árgerðir 2014-2018**

**Sunlight**

**Dethleffs**

**McRent**

**LMC**

**Opnunartímar**  
Laugardaginn 10. nóvember frá kl. 12-16  
Sunnudaginn 11. nóvember frá kl. 12-16

**Opið virka daga frá 10 - 17**

**Helgaropnanir auglýstar nánar á heimasíðu P. Karlsson.**

**P. Karlsson ehf | Smiðjuvöllum 5a, 230 Reykjanesbæ | 517 5200 | [www.pkarlsson.is](http://www.pkarlsson.is)**



Bit með fyrirvara um innséttarvillur

# Gleymir stund og stað

Í annasömu starfi sem húsmíðameistari hefur Sigmundur V. Kjartansson fundið hugarró og slökun í bílskrúnum heima. Þar smíðar hann ýmislegt sem gleður augað, t.d. fallegar tréslaufur.

Starri Freyr  
Jónsson

starri@frettabladid.is



Handavinnan hefur alltaf legið vel fyrir Sigmundi V. Kjartanssyni húsmíðameistara sem segist snemma hafa byrjað að skera út og skapa ýmislegt með höndunum. „Ég var nokkuð uppátækjasamur sem barn á Flateyri en þaðan flutti ég í Kópavoginn tíu ára gamall. Þá urðu eðlilega miklar breytingar á lífi mínu og útiveran minnkaði mjög. Það var á þessum tíma sem ég datt í útskröð og ýmsa handavinnu.“

## Tréslaufurnar vekja athygli

Starf húsmíðameistara er oft annasamt og því getur verið gott að gleyma stund og stað með góðu áhugamáli. Undanfarin ár hefur hann sinnt áhugamáli sínu í skúrnum heima á Álftanesi og á verkstæði sínu, en þar smíðar hann ýmsa fallega muni á borð við skálar, sleifar, kolla, trékúlur, gluggaskraut og svo tréslaufur sem hafa vakið athygli enda ekki á hverjum degi sem slaufur úr ólíkum viðartegundum eru seldar hér á landi. „Sonur minn vildi eignast tréslaufu og það mig um að



„Hugmyndirnar koma bara þegar ég byrja en þó er yfirleitt eitthvað sem blundar í kollinum á mér,“ segir Sigmundur V. Kjartansson.  
MYND/EYÞÓR



HOLLVINIR  
GRENSÁSS

Í dag  
kl 13:00 - 17:00

Jóla- og  
kökubasar  
Hollvina  
Grensáss

Safnaðarheimili Neskirkju við Hagatorg

Heitt kakó - vöffur m/rjóma  
(frítt fyrir börnin)

Tertur - Jólaskraut - þrjónavörur

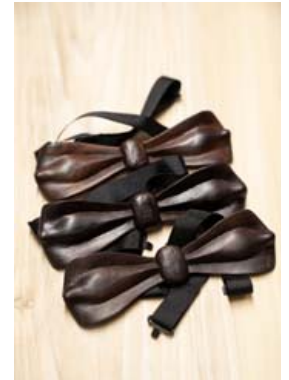
Happdrætti - Stórkostlegir vinningar -  
Söngur á sviði

HVAÐ ER AÐ  
FRÉTTA?

Frettabladid.is færir þér nýjustu fréttir dagsins og ítarlega umfjöllun um málefni líoandi stundar.



Ekki missa af neinu, fylgdu Fréttablaðinu á Facebook



Slaufurnar eru í ýmsum litum og smíðaðar úr ólíkum viðartegundum. MYNDIR/EYÞÓR OG ÓLÍNA RÖGNÚDÓTTIR

hjelpa sér við að smíða hana. Hann var ekki nógu sáttur við útkomuna í fyrstu þannig að við þróuðum hana saman. Því má segja þessar tréslaufur sem ég er að smíða í dag séu byggðar á hugmynd frá honum.“

## Góðar viðtökur

Hann segist öðlast mikla hugarró og slökun á verkstæðinu við sköpun sína auk þess sem honum finnst einfaldlega gaman að búa til eitthvað sem gleður augað. Auk sonarins hafa önnur börn hans og barnabörn fengið tréslaufur að gjöf og vinir og aðrir ættingjar hafa fengið nokkur stykki. „Viðtökur hafa verið mjög góðar hjá vinum og ættingjum en hingað til hef ég lítið verið að kynna þær og selja utan þeirra. Það er þó að breytast og nú langar mig að leyfa öðum að

Viðtökur hafa verið mjög góðar hjá vinum og ættingjum en hingað til hef ég lítið verið að kynna þær.



## Nýtir afgangar

Efniviðurinn kemur úr öllum áttum að hans sögn, frá fjöru til fjalla. „Oft nýti ég afganga úr verkefnum sem ég er að vinna í og

einnig nýti ég afganga sem annars hefðu farið í eldivið. Hugmyndirnar koma bara þegar ég byrja en þó er yfirleitt eitthvað sem blundar í kollinum á mér áður.“

Seinna í þessum mánuði tekur hann þátt í sýningunni Handverk og hönnun sem haldin er árlega í Ráðhúsi Reykjavíkur. „Einnig verð ég á jólamarkaði í Norræna húsinu í upphafi desember og svo er að sjá hvernig gengur. Nýjasta hugmyndin er að smíða borðlampa úr maðknetum rekaviði en hugmyndirnar eru í raun endalausar. Mestu skiptir þó að hafa eitthvað fyrir stafni á efri árum og hafa gaman af því.“  
Hægt er að skoða úrvalið á Facebook-síðunni (svkehf) og Instagram (svk.ehf). Áhugasamir geta nálgast slaufurnar og aðrar vörur hans gegnum sömu samfélagsmiðla.

# Sölusýning

## Breiðakur 2-4 Garðabæ

### Priggja og fjögurra herbergja íbúðir



OPID  
HUS

**Laugardaginn 10. nóvember frá 14:00 - 16:00**  
**Sunnudaginn 11. nóvember frá 14:00 - 16:00**

Glæsilegt nýtt, átta íbúða, fjölbýli með lyftu í vinsælu hverfi í Garðabæ.  
Priggja og fjögurra herbergja íbúðir afhendast fullbúnar án gólfefna.  
Stærðir frá 122- 138 fm verð frá 66.9 millj.  
Öllum íbúðum fylgja rúmgóð stæði í lokaðri bílageymslu.  
Afhending nóvember/desember.

## Verið velkomin í glæsilega sýningaríbúð



Guðbjörg Guðmundsdóttir,  
lögg.fasteignasali  
gudbjorg@manalind.is  
sími: 899 5533



Thelma Víglundsdóttir,  
lögg.fasteignasali  
thelma@manalind.is  
sími: 860 4700

**MÁNALIND**  
BYGGINGAFÉLAG

www.manalind.is Lágmúla 6 sími 511 1020



### Olsen Olsen veitingahús

Til sölu rekstur veitingahússins Olsen Olsen í Reykjanesbæ. Staðurinn er vel tækjum búinn í um 180fm húsnæði á mjög góðum stað í miðbæ Reykjanesbæjar m.a í nálægð við nokkur hótél. Veitingahúsið er með vínveitingaleyfi. Tilboð óskast.

Nánari upplýsingar veitir:  
Halldór Már víðskiptafr. lögg. fasteignasali í síma 898 5599 - [halldor@atvinnueign.is](mailto:halldor@atvinnueign.is)

Sala fasteigna frá  
Efta starfandi fasteignasala landsins

### Suðurgata 100, 101 Reykjavík

Opið hús þriðjudaginn 13. nóv. milli 18:00 og 18:30.

Vorum að fá í sölu mjög fallegt og mikið endurnýjað 201,3 fm einbýlishús með bílskúr við Suðurgötu í Reykjavík. Húsið sem er á tveimur hæðum auk kjallara skiptist m.a. í stofu, eldhús, 6 herbergi og þrjú baðherbergi. Úr stofu er gengið út á verönd. Mjög góð staðsetning. Göngufæri í miðbæ Reykjavíkur. V. 95,0 m.

Nánari upplýsingar veitir:  
Sverrir Kristinnson lg.fs. s. 861 8514, [sverrir@eignamidlun.is](mailto:sverrir@eignamidlun.is)

588 9090 - [www.eignamidlun.is](http://www.eignamidlun.is) - Grensásvegi 11 - 108 Reykjavík



FASTEIGNASALA • Ármúli 21, Reykjavík • [www.kjoreign.is](http://www.kjoreign.is)

### Starengi 2, 112 Rvk. - Til sölu eða leigu

Verzlunarhúsnæði, söluturn og eldsneytissala.

Um er að ræða sölu á húsnæði, rekstur á söluturni og yfirtöku á leigusamningi vegna eldsneytissölu. Húsið er steinsteypt og er á einni hæð, stærð hússins er 215,0 fm og lóðin er 1.487,0 fm. Húsnæðið er vel staðsett í Grafarvogi. Malbikað stórt bílplan í kringum húsið. Á lóðinni eru bensín og olíu dælur frá Olís. Eign sem býður upp á mikla möguleika

ATH. EINNING ER MÖGULEGT AÐ TAKA Á LEIGU REKSTRURINN Á SÖLUTURNINUM.

Upplýsingar um eignina og tíma í skoðun gefa sölumenn Kjöreignar í síma 533-4040 eða [kjoreign@kjoreign.is](mailto:kjoreign@kjoreign.is)



Dan V.S. Wiium - hdl. lögg. fast. s: 896 4013

TIL LEIGU

## Borgartún 26

Efta hæðin - Penthouse með þaksvölum



1.100 m<sup>2</sup> glæsilegt skrifstofuhúsnæði á efstu hæð í Borgartúni 26 í Reykjavík. Húsnæðið skiptist að mestu í opið vinnurými ásamt skrifstofum og fundarherbergjum.

Eldhús og mótuneyti á hæðinni ásamt stórum suður - þaksvölum.

Mikil lofthæði í húsnæðinu og frábært útsýni yfir Esjuna og Skarðsheiði.

20 bílastæði í bílarkjallara fylgja með. Stutt í alla þjónustu.

Nánari upplýsingar veitir:

Þróstur Þórhallsson, lögg. fasteignasali  
[throstur@miklaborg.is](mailto:throstur@miklaborg.is) sími: 897 0634



MIKLABORG Með þér alla leið

569 7000 Lágmúla 4 [www.miklaborg.is](http://www.miklaborg.is)

Oskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

Austurland símar: 440-6016 | Þjónustusími eftir lokun 897-6060

## STÓRAVÍK - EGILSSTAÐIR

### 6 SUMARHÚS TIL SÖLU

6 sumarhús seljast öll saman eða hvert um sig. Með hverju húsi mun fylgja misstórar eignarlóðir. Hitaveita, heitur pottur. ljósleiðari. Einstaklega fallegt útsýni. Góð aðkoma allt árið.

STÓRAVÍK ER UM 5 KM FRÁ EGILSSTÖÐUM.



## Spennandi tækifæri fyrir byggingaverktaka

Til sölu heildareignin að Starmýri 2a, Reykjavík, sem er í dag verzlunar-, þjónustu- og lagerhúsnæði. Húsið er steinsteypt og byggt árið 1965, samtals 1.344 fm.

Heimilt er að byggja eina hæð ofan á fasteignina og þannig auka byggingarmagnin um líðlega 720 fm. Þá hafa skipulagsyfirvöld ekki gert skipulagslegar athugasemdir við að

sótt verði um deiliskipulagsbreytingu til að heimila tvær íbúðarhæðir (þ.m.t. hæðin skv. gildandi deiliskipulagi) ofan á eignina. Hluti hússins er í útleigu.

Óskað er eftir tilboðum í eignina.

NÁNARI UPPLÝSINGAR VEITA:

Sverrir Pálmason, hdl.,  
löggiltur fasteignasali,  
í síma 867-1001 - [sverrir@jas.is](mailto:sverrir@jas.is)  
Arnar Sölvason  
í síma 896-3601





**Kristján Baldursson**  
 hdl., löggiltur fasteigna-,  
 fyrirtækja- og skipasali,  
 löggiltur leigumálarí.  
 S: 867-3040

**Guðbjörg C. Sveinbjörnsdóttir**  
 Söluséðjör, Váðskaftr,  
 lögg. fasteigna-,  
 fyrirtækja- og skipasali,  
 leigumálarí.  
 S: 899-5949

**Bergþóra Heiða Guðmundsdóttir**  
 Lögfræðingur - löggiltur  
 fasteigna-, fyrirtækja-  
 og skipasali.  
 S: 779-1929

**Einar P. Pálsson**  
 löggiltur fasteigna-,  
 fyrirtækja- og skipasali  
 S: 857-8392

**Sólveig Regína Biard**  
 Aðstoðarmaður  
 fasteignasala, í námi til  
 löggildingar fasteigna-,  
 fyrirtækja- og skipasölu.  
 S: 869-4879

**Styrmir Þór Sævarsson**  
 Aðstoðarmaður  
 fasteignasala, í námi til  
 löggildingar fasteigna-,  
 fyrirtækja- og skipasölu.  
 S: 846-6968

**Bára Danielsdóttir**  
 Skrifstofustjóri  
 S: 695-1637

**Gylfi Jens Gylfason**  
 hdl., löggiltur fasteigna-,  
 fyrirtækja- og skipasali.  
 S: 822-5124

**Garðar Kjartansson**  
 Aðstoðarmaður  
 fasteignasala  
 S: 853-9779

**Gunnar Þórisson**  
 Váðskaftr, aðstoðarm.  
 fasteignasala, í námi til  
 löggildingar fasteigna-,  
 fyrirtækja- og skipasölu.  
 S: 692-6226

**Einar Örn Guðmundsson**  
 Váðskaftr, aðstoðarm.  
 fasteignasala, í námi til  
 löggildingar fasteigna-,  
 fyrirtækja- og skipasölu.  
 S: 823-4869

**Garðar B. Sigurjónsson**  
 Aðstoðarmaður  
 fasteignasala, í námi til  
 löggildingar fasteigna-,  
 fyrirtækja- og skipasölu.  
 S: 898-0255

**Guðbjörg Helga Jóhannesdóttir**  
 Aðstoðarmaður  
 fasteignasala, í námi til  
 löggildingar fasteigna-,  
 fyrirtækja- og skipasölu.  
 S: 897-7712


**OPÍÐ HÚS**

### Hörpugata 4 101 Reykjavík

**OPÍÐ HÚS Í DAG LAUGARDAGINN 10. NÓVEMBER KL. 14:00-14:30**

Fallegt og uppgeft 192,2 fm. bárujárnsklætt timburhús á þremur hæðum sem stendur á eignarlóð. Tvær útleigueiningar fylgja eigninni og bjóða upp á góðar leigutekjur. Húsið er byggt árið 1932 og hefur fengið gott viðhald. Góður sólpallur er á lóðinni. Svalir með fallegu sjávarútsýni. **Verð: 111 millj.**


**OPÍÐ HÚS**

### Úthlíð 12 105 Reykjavík

**OPÍÐ HÚS MÁNUDAGINN 12. NÓVEMBER KL. 17:00-17:30**

Rúmgöð og björt 99,2 fm. 3ja herbergja íbúð á jarðhæð með sérinnngangi í Hlíðunum. Húsið hefur fengið gott viðhald og hefur nýlega verið steinað að utan, skipt hefur verið um hluta af gluggum íbúðar og nánast allt gler, dren endurnýjað, þak yfirfarið og málað sem og skólp-lagnir verða fódraðar í nóvember 2018. **Eignin er laus við kaupsamning. Verð: 47,9 millj.**


**OPÍÐ HÚS**

### Njarðargata 5 101 Reykjavík

**OPÍÐ HÚS MÁNUDAGINN 12. NÓVEMBER KL. 18:00-18:30**

Rúmgöð og björt 75,2 fm. 3ja herbergja íbúð á tveimur hæðum í fallegu bárujárnsklæddu timburhúsi við Njarðargötu í Pingholtunum í Reykjavík. Tvö rúmgöð herbergi. Þak var yfirfarið og lagað árið 2014. Skipt var um þakrennur og settar snjógildrur voru 2018. Skólp endurnýjað árið 2013. Fallegur garður og góð staðsetning. **Verð: 43,9 millj.**


**OPÍÐ HÚS**

### Kársnesbraut 49 200 Kópavogur

**OPÍÐ HÚS MÁNUDAGINN 12. NÓVEMBER KL. 18:00-18:30**

Mikið endurgerð og vel skipulögð 62,9 fm. 3ja herbergja íbúð ásamt 11,3 fm. sérgeymslu í kjallara. Vestursvalir. Eignin var endurnýjuð fyrir ca 10 árum, innihurðir, gólfefni, innréttingar og heimilistæki. Húsið var málað að utan og múrviðgert fyrir tveimur árum. Ljósleiðari tengdur inn í íbúð. Vel staðsett eign með góðu útsýni. Stutt í stofnbrautir og góðar hjóla- og gönguleiðir. **Verð: 37,9 millj.**


**OPÍÐ HÚS**

### Breiðavík 20 112 Reykjavík

**OPÍÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 13. NÓVEMBER KL. 17:00-17:30**

Rúmgöð og björt 3ja-4ra herbergja 90fm. íbúð á 3. hæð (efstu) í snrytilegu fjölbýli við Breiðavík í Grafarvogi. Samkvæmt teikningum er íbúðin 4ra herbergja en er í dag 3ja herbergja og er lítið mál að bæta aftur herberginu við. Þvottahús innan íbúðar. **Eignin er laus við kaupsamning. Verð: 37,9 millj.**


**OPÍÐ HÚS**

### Fróðáping 6 203 Kópavogur

**OPÍÐ HÚS ÞRIÐJUDAGINN 13. NÓVEMBER KL. 18:00-18:30**

Einstaklega fallegt og rúmgott 6 herbergja 229,6 fm. einbýlishús á einni hæð, þar af er rúmgöður innbyggður bílskur 36,2 fm. á þessum eftirsóttu stað við Fróðáping í Kópavogi. Stofa einstaklega rúmgöð og með aukinni lofthæð. Herbergi hússins eru öll rúmgöð. Viðhaldsfrír gluggar og svalahurðir eru í húsinu. Gólfhiti er í öllu húsinu. **Verð: 109 millj.**


**OPÍÐ HÚS**

### Háaleitisbraut 121 108 Reykjavík

**OPÍÐ HÚS MIÐVIKUDAG 14. NÓVEMBER KL. 16:30-17:30**

Vel skipulögð 4ra herbergja íbúð á 3. hæð. Eignin er skráð 130,1 fm., þar af er 24,2 fm. bílskur. 3 rúmgöð svefnherbergi og vönduð eldhúsinnrétting. Tengi fyrir þvottavél á baðherbergi. Góðar flisalagðar suðursvalir og stór sameiginlegur bakgarður. Glæilegt útsýni er yfir Esjuna og til suðvesturs að Perlluni. Húsið var múrviðgert og málað í sumar. **Eignin er laus 1. febrúar 2019. Verð: 48,9 millj.**


**OPÍÐ HÚS**

### Sogavegur 172 108 Reykjavík

**OPÍÐ HÚS MIÐVIKUDAG 14. NÓVEMBER KL. 17:00-17:30**

Rúmgöð og björt 93 fm. 4ra herbergja hæð á efri hæð í risi með sérinnngangi og sérgarði. Fallegt útsýni. Eignin hefur öll verið endurnýjuð, ofnar, rafmagn, vatnslagnir, innréttingar, innihurðir, gólfefni, blöndunartæki, eldhústæki og baðtæki. Sérgarður eignarinnar var tyrfdur upp á nýtt í sumar, nýr pallur og nýtt grindverk. **Eignin er laus við kaupsamning. Verð: 48,9 millj.**


**OPÍÐ HÚS**

### Norðurbraut 23b 220 Hafnarfjörður

**OPÍÐ HÚS MIÐVIKUDAG 14. NÓVEMBER KL. 17:45-18:15**

Rúmgöð og björt 144,4 fm. 4ra herbergja hæð í tvíbýlishúsi með fallegu útsýni og einstökum garði. Baðherbergi hefur nýlega verið tekið í gegn, 3 rúmgöð herbergi, rúmgott eldhús með nýju gólfefni. Rölegt og gróiv herfri. **Verð: 54,9 millj.**

# Smáauglýsingar

550 5055

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



**TRAUST OG ÖRUGG ÞJÓNUSTA**  
SÍMI 533 4040

**kjoreign@kjoreign.is**  
Opnunartími mán-fös kl. 9-17  
Dan V.S. Wíium hdl., lögg. fasteignasali

FASTEIGNASALA • Ármúli 21, Reykjavík • www.kjoreign.is

Starengi 2, 112 Rvk. - Til sölu eða leigu

**Verslunarhúsnæði, söluturn og eldsneytissala.**

Um er að ræða sölu á húsnæði, rekstur á söluturni og yfirtöku

á leigusamningi vegna eldsneytissölu. Húsið er steinteypt og er á einni hæð, stærð hússins er 215,0 fm og lóðin er 1.487,0 fm. Húsnæðið er vel staðsett í Grafarvog. Malbikað stórt bílplán í kringum húsið. Á lóðinni eru bensín og olíu dælar frá Olís. Eign sem býður upp á mikla möguleika

**ATH. EINNIG ER MÖGULEGT AÐ TAKA Á LEIGU REKSTURINN Á SÖLUTURNINUM.**

Upplýsingar um eignina og tíma í skoðun gefa sölumenn Kjöreignar í síma 533-4040 eða kjoreign@kjoreign.is

Dan V.S. Wíium - hdl. lögg. fast. s: 896 4013



**Bílar & Farartæki**

**BÍLABORG.is**



AUDI A4 1.8T Nýskr 10/2009, ek 81 PKM, bensín, sjálfsk, leður og toppluga. Verð 1.690.000. Rnr.111588.



FORD Transit Connect Nýskr 08/2011, ekinn 99 ÞKM, dísel, 5 girar. Verð 1.190 þús Rnr.111019.



HONDA Jazz Elegance. Árgærd 2017, ekinn 3 Þ, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.690.000. Á staðnum



M.BENZ GLK 220 CDI 4Matic. Nýskr 04/2011, ek 81 ÞKM, dísel, sjálfsk, Verð 2.950 þús. Rnr.111549.



SKODA Octavia STW Nýskr 05/2015, ek 86 ÞKM, dísel, 6 girar, álfelgur, krókur. Verð 2.190 þús Rnr.122919.



TOYOTA LC 150 GX Nýskr 12/2010, Ek 193 Þkm, dísel, sjálfsk. krókur. Verð 3.950 þús Rnr.111497.

**Bílaborg**  
Stórhöfða 26, 112 Reykjavík  
Sími: 517 1111  
<http://www.bilaborg.is>



**ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?**  
Bílauppbod.is er uppboðsvefur þar sem þú getur keypt eða selt bíl á einfaldan og hagkvæman hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is Sími 522-4610.

Bílauppbod - Krókur  
Sími: 522 4610  
[www.bilauppbod.is](http://www.bilauppbod.is)

**LITLA bílasalan**



RENAULT Talisman. Árgærd 2017, ekinn 28 Þ, dísel, sjálfskiptur, Verð 3.750.000. Á staðnum



RENAULT Captur Intens. Árgærd 2017, ekinn 15 Þ, dísel, sjálfskiptur. Verð 2.690.000. Á staðnum

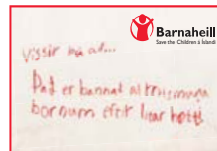


HONDA Jazz Elegance. Árgærd 2017, ekinn 3 Þ, bensín, sjálfskiptur. Verð 2.690.000. Á staðnum



MMC OUTLANDER PHEV INSTYLE Árgærd 2018. Ekinn -1 ÞKM Nýskráður -1. Næsta skoðun 2022 Okutæklið er á staðnum. Verð kr. 4.390.000. Litur GRÁR

Litla bílasalan  
Eirhófða 11, 110 Rvk.  
Sími: 587 7777  
Opnið á laugardögum 12-15  
[www.litla.is](http://www.litla.is)



**Bílaþjónusta**



**Þjónusta**

**Pípulagnir**

**PÍPULAGNINGARÞJÓNUSTA**

Viðgerðir, viðhald og nýlagnir. Getum enn bætt við okkur verkefnum fyrir jölin. Uppýsingar í síma 868-2055

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

**Hreingeringar**

**VY-ÞRIF EHF.**  
Öil almenn þrif, fyrir heimili, húsfélög, fyrirtæki ofl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 [www.vy.is](http://www.vy.is)



Tökum alla bíla uppí sem eru ökufærir á kr 500.000.-



**Bókhald**

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

**Málalrar**

**REGNBOGALITIR EHF**  
Alhliða málingarþjónusta löggilttra fagmanna. malarar@simnet.is Sími 891 9890

**Búslóðaflutningar**

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðalyfta. Flutningabj. Mikael S. 894 4560 [www.flytja.is](http://www.flytja.is) flytja@flytja.is

**Nudd**

**NUDD**  
Slökunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

**Húsaviðhald**



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

**HYUNDAI Santa fe premium panorama.**  
Árgærd 2017, ek. 27 Þ.KM

dísel, sjálfskiptur 6 girar. sólþak, lykjalaust aðgengi, rafr. opnun á skotti, loftkæld sæti, leggur sjálfur í stöð, blindhornsviðvörðun, 360 gráðu myndavél, akreínnavari.

Verð 5.990.000. Rnr.105080.

Bíldshöfða 3 • 110 Reykjavík  
S. 587 6600 • [www.bilabraut.is](http://www.bilabraut.is)

## 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](http://WWW.RADUM.IS) | 519 6770 | [RADUM@RADUM.IS](mailto:RADUM@RADUM.IS)

**HÖFÐAHÖLLIN**

Funahöfði 1 | 110 Reykjavík | Sími 567 4840 | [www.bilo.is](http://www.bilo.is) | [bilo@bilo.is](mailto:bilo@bilo.is)



**HYUNDAI I30 WAGON CLASSIC**  
Árg. 2018, ekinn 22 Þ.km, bensín, 6 girar. Verð 2.990.000 kr. Raðnúmer 258711



**HYUNDAI TUCSON COMFORT**  
4WD Árg. 2018, ekinn 43 Þ.km, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.590.000 kr. Raðnúmer 380209

**SPRENGI TILBOÐ**

Tökum ALLA\* notaða bíla uppí á 550.000 kr.

KÍKTU VIÐ FYRIR NÁNARI UPPLÝSINGAR

Ath. örfá eintök í boði!

\*Allir notaðir bílar ganga sem 550.000 kr. upp í. Bílarnir þurfa að vera á númerum og hægt að aka þeim. Aldur, akstur og litur skiptir ekki máli.



**HYUNDAI I30 WAGON CLASSIC**  
Árg. 2018, ek. 23 Þ.km, bensín, 6 girar. Verð 2.990.000 kr. Raðnúmer 380126



**SUZUKI VITARA GLX 4WD**  
nýskr. 05/2018, ekinn 36 Þ.km, bensín, sjálfskiptur. Verð 4.190.000 kr. Raðnúmer 258679

Þú finnur bílinn á bilo.is Auglýstir bílar eru á staðnum