

LEIÐ

MÍÐVIKUDAGUR 1. AGÚST 2018

Heimili



Nýtti gömlu skápana

Svava Björk Hjaltalín Jónsdóttir sneri eldhúsinu við heima hjá sér og stækkað það. Hún endurnýtti gamla skápa og segir málningu og nýjar höldur gera kraftaverk. Fallegt eldhús geri mikið fyrir andann. ➔2

Svava Björk segist njóta þess að útbúa mat í fallegu umhverfi. Nýja eldhúsið kemur vel út. MYND/SIGTRYGGUR ARI

EKKI KLIKKA Á ÞESSU!



VERÐHRUN
ALLT AÐ 70% AFSLÁTTUR
LÍÐUR AÐ ÚTSÖLULOKUM

Skoðið laxdal.is

BERNHARD LAXDAL

Vertu vinnur á Facebook

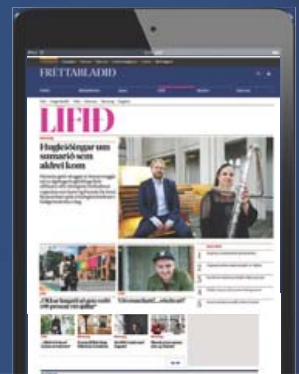
Laugavegi 63 • Skipholt 29b • S: 551 4422

LÍFIÐ ER Á FRÉTTABLAÐIÐ.IS

Lífið á frettabladid.is fjallar um fólk, tisku menningu, heilsu og margt fleira.

Fylgstu með á frettabladid.is/lifid

Ekki missa af neinu, fylgdu Fréttablaðinu á Facebook



Ragnheiður Tryggvadóttir
heida@frettabladid.is



Framhald af forsiðu →

Matur er mín helsta ástríða fyrir utan arkitektúr. Að hanna og útbúa mat er slökun og nautn og að gera það í fallegu umhverfi getur ekki annað en haft góð áhrif," segir Svava Björk Jónsdóttir arkitekt en hún tók eldhúsið hjá sér í gegn.

„Ég opnaði eldhúsið að hluta til inn í stofuna. Þá sneri ég því við og færði ísskáp og ofnaeiningu yfir á vegginn á móti og setti eldavélina hinum megin til að fá langa borðplötu. Efri skápar voru teknir niður og nýttir sem neðri skápar en hugmyndin var að nýta allt sem hægt var til að spara kostnað. Innréttingin var máluð og nýjar höldur keyptar. Ég tók allar flisar af veggjum þar sem að mig langaði til að fá eitthvað allt annað á veggina. Ég málaði svo gölflisarnar og sökkla í sama lit. Allt miðaðist þetta við að gera nánast allt sem ég gat ein til að geta splæst svo á mig nýrri finni borðplötu. Borðplatan getur nefnilega breytt öllu," segir Svava.

Hún ræðleggur þeim sem stefna á framkvæmdir að ætla sér góðan tíma. Verkið teygðist yfir meira en ár.

„Það eru þessi smáatriði sem maður asnast ekki til að klára strax sem taka lengstan tíma. Að saga vegginn tók bara einn dag en að þrifa eftir það tók marga daga. Að snúa innréttingunni tók ekki nema nokkur kvöld, með góðri aðstoð vinar og málningarvinnan tók nokkrar kvöldstundir. Borðplatan kom á mettingu og var komin upp þegar ég kom heim úr vinnu. Svo þurfti ég að tengja vask með aðstoð Youtube og símhringinga. Múrvinna á vegg tók líka talsverðan tíma," segir Svava. Málningarvinnan hafi verið þó tímafrekasti hluti verksins og raskið og draslið sem fylgir framkvæmdum hafi einnig tekið á taugarnar. „Í svona framkvæmdum skiptir öllu að vera jákvæður og þolinmóður og leyfa hinum fjölskyldumeðliminum að taka þátt.“

Hvað ætti að varast í svona framkvæmdum? „Að ætla of stuttan tíma. Svo getur verið varasamt að elst af mikið við tiskustrauma og alls ekki byrja á að brjóta allt niður með sleggjunni fyrr en þú sérð fram á að geta byrjað á öllu hinu. Skápa og skúffur er vel hægt að endurnýta og breyta til dæmis bara framhlöunum.“

Hvaða verkefni ertu að fást við þessa stundina? „Ég var að klára diplóma í jákvæðri sálfræði í vor og sá möguleiki að blanda saman



Eldhúsið áður en framkvæmdir hófust. Gölflisarnar fengu nýjan lit.



Smáatriðin hafa mikið að segja. Pastavélin nýtur sín uppi á hillu.

jákvæðri sálfræði og arkitektúr hefur opnað óteljandi dyr fyrir mér í faginu. Aðgengismál eru mér einnig ofarlega í huga og hvernig hægt er að bæta og auka hamingju í byggðu rými. Verkefnastaðan í dag er ofboðslega fjölbreytt, frá fjölbýlishúsum yfir í þriggja fermetra gestasnyrtingu. Mér þykir vænt um öll verkefni min," segir Svava. Leiðtogasetur á Suðurlandi eigi hug hennar þessa stundina. „Þar fékk að vinna með eitt af mínum uppáhaldi byggingaformum, A-bústaðinn. Táknafræði í arkitektúr getur verið ofboðslega skemmtileg. Tengingin við náttúruna er ómetanleg og er hver gluggi rammaður utan um ákveðna stemningu og útsýni. Þetta verkefni nær ekki bara yfir það að hanna sjálf húsinn heldur allt umhverfið og hvernig hægt er að móta allskyns rými utandyra fyrir námskeið og til að iðka andlega og líkamlega uppbyggingu.“



Skáparnir fremst á myndinni voru áður efri skápar á veggnum á móti. MYNDR: SIGTRYGGUR ARI



Úrvall hráefni fær að njóta sín uppi á borðum.



Matreiðsla í fallegu umhverfi veitir Svövu mikla ánægju og slökun en hún er mikill fagurkeri.



Séð frá nýja rýminu en veggur var áður á milli.



Kryddjurtir setja matarlegan svip á eldhúsið.



Einfalt formið á A-bústaðnum er í uppáhaldi hjá Svövu en eitt af verkefnum hennar er hönnun leiðtogaseturs með því formi.

Fólk er kynningarblað sem býður auglýsendum að kynna vörur og þjónustu í formi viðtala og umfjallana. Í blaðinu er einnig hefðandið ritstjórnar-efni. Blaðið fylgir Fréttablaðinu daglega.

Útgefandi:
365 miðlar
Ábyrgðarmaður:
Elmar Hallgrímsson

Umjónarmenn efnis: Elin Albertsdóttir, elin@frettabladid.is, s. 512 5349 | Ragnheiður Tryggvadóttir, heida@frettabladid.is, s. 512 5367 | Óddur Freyr Þorsteinsson, oddurfr@frettabladid.is, s. 512 5368 | Sigríður Inga Sigurðardóttir, sigriduringa@frettabladid.is, s. 512 5372 | Stærri Freyr Jónsson, starr@frettabladid.is, s. 512 5358 | Þórdís Lilja Gunnarsdóttir, thordisg@frettabladid.is, s. 512 5338

Sölumenn: Atli Bergmann, atli@frettabladid.is, s. 512 5457 | Jón Ívar Vilhelmsson, jonivar@frettabladid.is, s. 512 5429 | Ólafur H. Hákonarson, olafurh@frettabladid.is, s. 512 5435 |

Laugardaginn 14. ágúst gefur Fréttablaðið út aukablaðið

SKÓLAR & NÁMSKEIÐ

Skólar & námskeið kemur út að jafnaði þrisvar sinnum á hverju ári. Að vanda er boðið upp fjölmargar fróðlegar greinar og viðtöl.

Allir sem eru velta fyrir sér námi í haust munu fá í blaðinu góða yfirsýn yfir það sem er í boði

Blaðið er mjög vinsæl valkostur ýmissa menntastofnanna og einkaskóla sem nýta blaðið til auglýsa eða kynna nám sem hefst í haust.

Nánari upplýsingar um auglýsingar og umfjallanir fyrir blaðið veitir;

Jón Ívar Vilhelmsson, markaðsfulltrúi Fréttablaðsins.
Netfang, jonivar@frettabladid.is – Beinn sími 512-5429



Smáauglýsingar

512 5800

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

Þjónusta

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélag, fyrirtæki o.fl. Gerum vörutíðbóð. S. 512 4010 www.vy.is

Spádómar

SÁ SÍMASPÁ Í 844 6845
Spáir í spil og bólla. Símaspá, Einkaspá. Geymið auglýsinguna. Er á facebook

Bókhald

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., planöfl. o.fl. Extra stór bill. Búslóðafl. Flutningaþj. Mikael. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Rafvirkjun

RAFLAGNIR, DYRASÍMAR. S. 663 0746.
Þjóðum hagstætt verð í töfluskípti. Straumblik ehf. Löggitur Rafverktaki. straumblik@gmail.com

Ábendingahnappinn má finna á www.barnaheill.is



Húsviðhald

FLÍSLAGNIR - MÚRVERK - FLOTUN - SANDSPARSL - MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar fagmennsku og gæðum.

Timavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994



Við hreinsum allar gerðir lofttræstikerfa. Hafðu samband og pantaðu frjá ástandsskoðun í síma: 557 7000 eða inná www.k2.is

HÚSAVIÐGERÐIR

ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI

- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

☎ 788 8870
eind@eind.is

Eind ehf

567 2277 **NÝJA** WWW.NYJA.IS

BÍLAHÖLLIN

BÍLAKJARNINN VIÐ BREIÐHÖFÐA 110 REYKJAVÍK

Opíð: Mánudaga-föstudaga kl. 10-18. **Lokað um helgar í sumar.**

GÓÐIR UM VERSLUNARMANNAHELGINA



BMW X5 xdrive40e iperformance
m pakki. Árgærd 2018, ekinn 6 P.KM, bensín, sjálfskiptur 8 girar.Þessi er með öllu öllu Verð **10.980.000.** Rnr.116416.



VOLVO Xc60 t8 hybrid inscription.
Árgærd 2018, ekinn 9 P.KM, bensín t8 hybrid sjálfskiptur.krókur og m fl Verð **9.500.000.** Rnr.116377.



VOLVO Xc60.
Árgærd 2017, ekinn 44 P.KM, dísel, sjálfskiptur 6 girar.gullmoli Verð **6.490.000.** Rnr.116476.



PORSCHE Macan s dísel.
Árgærd 2015, ekinn 7 P.KM, dísel, sjálfskiptur 7 girar. mikið af aukahlutum Verð **8.990.000.** Rnr.116136.



FORD F350 king ranch.
Árgærd 2018, ekinn -1 P.KM, dísel, sjálfskiptur. Einn með öllu Verð **8.370.000.+vsk** Rnr.213088.

Yfir 150 bílar á staðnum

Bill með myndum selst betur

Innisalur

NÝR TOYOTA YARIS 2018*

Til afgreiðslu strax
Komið og reynsluakið

Vel búnir

- ✓ Bluetooth
- ✓ Hiti í sætum
- ✓ Akreinavari
- ✓ Árekstrarvari
- ✓ USB og Aux tengi

*Yaris 1,0 beinsín beinskíptir nýr bill árgærd 2018

Bílar í ábyrgð - Skoðum með upptöku á öllum tegundum bifreiða

VERÐ KR.
1.990
ÞÚS.

ÁÐEINS
25 ÞÚS
Á MÁNUÐI**
80%lán

ÁÐEINS
29 ÞÚS
Á MÁNUÐI***
90%lán

Fyrir aðeins
99 þúsund kr.
aukalega færð
þú 15* sjálfgur
og filmaðar
rúður.

**Mílað við 60% lán til 84 mánaða - Árleg Vaxtakjör 7,95% - ÁHK 9,64%
***Mílað við 90% lán til 60 mánaða - Ársvextir eru 8,15% - ÁHK 10,05%

586 1414

stora@stora.is · stora.is
facebook.com/storabilasalan
Kletthálsi 2 · 110 Reykjavík

kaffi á könnunni
opíð mán-fös 10-18

2017 Fyrirmyndaryrirtaki Íræstri
Vilgáðunni Stöðlan

STÓRA BÍLASALAN
...á verði fyrir þig!

HUMBAUR

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.



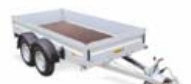
Gerð 1374
Opnanleg að framan.
750 kg. Mál: 251x131x35 cm.
Verð: 201.612 kr. án vsk.



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.

Topplausnir

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

Garðyrkja

HELLULAGNIR

LÓÐAFRAMKVÆMDIR

- Jarðvinna
- Drenlag्नir
- Hellulagnir
- Þökulagnir

☎ 788 8870
eind@eind.is

Eind ehf

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

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

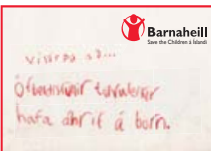
Bílar & Farartæki

bilfang.is
S. 567 2000



FRÁBÆRT VERÐ!
M-Benz Sprinter 316 D (164 HÖ) árg 2012 ek 164 þ.km /með lyftu! Allur yfirfarinn (Göður) Verð aðeins 1490 þús + VSK!!!

Bilalasan Bilfang
Malarhöfða 2, 110 Rvk.
Sími: 567 2000
Seljum í dag!
www.bilfang.is



Vísir 2018
Ókeypis tölubók
hafa áhrif á börn.



Suzuki mótorhjól Komdu og kaktu við í sýningarsal Suzuki. Ýmislegt spennandi til, sjón er sögu rikari.

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

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BILINN ?
Kaupi bíla 25-250þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu sms og ég hringi til baka

Bátar

MARÁS
TOHATSU
UTANBORÐSMÓTORAR



Léttir Fyrirferðalittir Hjólátir
Kraftmiklir Sparneytnir 3,5-250 hÖ

Miðhraun 13 - 210 Garðabær
Sími: 555 6444 - www.maras.is

Varahlutir

VAKA

BÍLAPARTAR ERU PARTUR AF OKKUR!
MIKID ÚRVAL VARAHLUTA Í FLESTA BÍLA



Sími: 567 6700 | vakahf.is

Viðgerðir

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

Keypt & Selt

Til sölu

STIGA



Stiga TwinClip 50 SB
Lúxus sláttuvél með driif B&S 625E mótör
Tvískiptur sláttuhúfur, slær 23var 70 litra kassi, "notendavænn"
Frábær vél í flestan slátt

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

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 HÚSBÝGGINGA. SJÁ NÁNAR Á: VIDUR.IS

Vatnaskæðning, panill, pallaefni, parket, úthurðir, ofl. Gæði á góðu verði. Nýkomnar Eurotec A2 harðviðarskrúfur. Penofin harðviðarolla. Indus ehf, Óseyrarbraut 2 HF, Upplíhjá Magnúsi í sínum 660 0230 og 561 1122.

Húsnæði

Húsnæði í boði

Einstaklingsíbúð á Langholtsvegi til leigu. Laus strax. S. 888-2171

55m2 íbúð á góðum staði í 101 Reykjavík, er til leigu. Möguleiki að leigja greiðst að hluta með vinnuframlagi. Gæti hentað t.d. eftirlaunapögum. Áhugasamir sendið umsókn á Gardurogthrif@gmail.com

Geymsluhúsnæði

WWW.GEYMSLAEITT.IS
FYRSTI MÁNUÐUR FRÍR
á minna en 7 m2. Ódyrt eftir það. S: 564-6500

GEYMSLUR.IS
SÍMI 555-3464
Parftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Atvinna

Atvinna í boði



Viljum ráða manneskju í móttöku KvikkFix. Lífflegt starf. Góð laun og vinnuástaða. Umsóknir sendist e mail á hinrik@rng.is

Óskum eftir að ráða smíði, múrara og vana menn við hellulagnir.

Uppl. sendist á eind@eind.is
EIND EHF

BAKARI / KAFFIHÚS

Starfskraftur óskast til afgreiðslustarfa í bakari frá kl. 7:30 -15:00.
Íslensku kunnáttu skilyrði og ekki yngri en 20 ára.
Uppl. sendist á: sveinsbakari@sveinsbakari.is

Atvinna óskast

VANTAR ÞIG SMÍÐI, MÚRARA, MÁLARA EDA ADRA STARFSMENN?
Höfum á skrá menn sem geta hafið störf með skömmum fyrirvara.
Proventus starfsmannabjónusta - proventus.is Sími 551-5000
Netfang proventus@proventus.is

Reynslumikill smíður, tilbúinn í verkferni. Uppl. sí: 7718554

VANTAR ÞIG STARFSFÓLK

Við útvegum hæfa starfskrafta í flestar greinar atvinnulífsins

Markmið okkar er að spara viðskiptavinum tíma, fyrirhöfn og fjármuni.

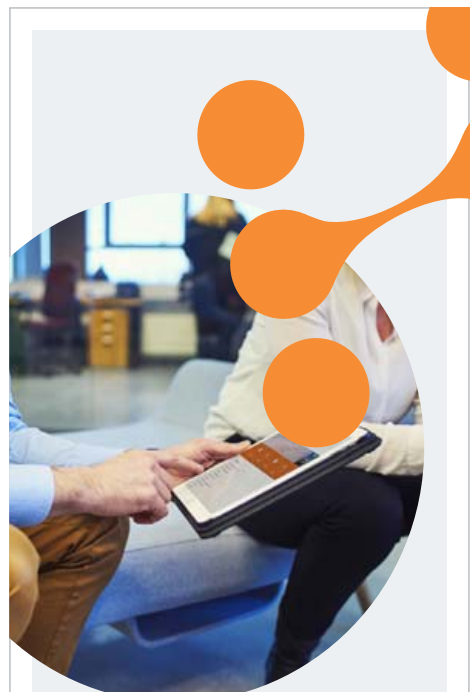
Handafl er traust og fagleg starfsmannaveita með margra ára reynslu á markaði þar sem við þjónustum stór og smá fyrirtæki.



HANDAFL
STARFSMANNAVEITA

Súðurlandsbraut 6, Rvk. | Sími 419 9000

info@handafl.is | handafl.is



Ný tækifæri,
nýjar áskoranir!

HAGVANGUR

www.hagvangur.is