

# ALLT FYRIR HEIMILIÐ

FÖSTUDAGUR 16. MAÍ 2014

Kynningarblað Húsgögn, litaval, stíll, gjafahugmyndir og góð ráð.



Guðmundur Jóhannsson er verkefnastjóri í markaðsþróun Símans. Hann segir Fitbit gefa nýja sýn á sólarhringinn fyrir þá sem mæla lífsstíl sinn með armbandinu.

MYND/DANIEL

## Armband sem mælir lífsstílinn

Síminn hefur hafið sölu á lífsstílsarmböndum frá Fitbit, stærsta framleiðanda lífsstílsarmbanda í heimi. Fitbit-armbandið fylgist með allri hreyfingu eiganda síns, svefni og svefnmynstri, þyngd, fituprósentu og BMI-stuðli, skráir allt niður sjálfkrafa og samkeyrir yfir í snjallsímann.

Þegar sól hækkar á lofti og hitastig hækkar á landinu fara margir að hreyfa sig meira utanhúss. Þeir segja skilið við hlaupabrettið og hlaupa meira úti við eða hjóla í vinnuna, sjálfum sér til ánægju og yndisauka," segir Guðmundur Jóhannsson verkefnastjóri í markaðsþróun Símans.

Hann segir marga sakna þess, þegar þeir stígi af hlaupabrettinu og fari að rólta átján holurnar eða út að skokka, að sjá ekki hraðann, vegalengdina og hve mörgum hitaeiningum var brennt.

„Með snjallsímavæðingunni hafa margar nýir möguleikar opnast

enda eru nýjustu símarnir búnir ýmsum innbyggðum græjum sem app-framleiðendur einir höfðu nýtt sér til að fylla upp í þessa eftirspurn. Má þar nefna forritin RunKeeper, Endomondo og Strava. Lífsstílsarmböndin sam- eina í raun eiginleika flestra þessara appa og síma.“

### Tækni til að klæða sig í

Lífsstílsarmböndin, sem sumir

kalla klæðanlega tækni, er framfaraskref fyrir þá sem vilja vera upplýstir um heilsu sína.

„Síminn hefur nú hafið sölu á slíkum armböndum frá Fitbit, stærsta framleiðanda slíkra hluta í heiminum. Með Fitbit er hægt að láta snoturt armband, sem alltaf er á úlnið, fylgjast með allri hreyfingu eiganda síns. Armbandið skráir hana svo sjálfkrafa og samviskusamlega niður og samkeyrir yfir í snjallsímann,“ útskýrir Guðmundur.

Meðal þess sem Fitbit skráir er hversu mörg skref hafa verið farið og hversu mörgum hitaeiningum hefur verið brennt.

„Tækið sýnir brennsluna í venjulegu amstri dagsins en einnig hvernig hún eykst við mikla hreyfingu, eins og til dæmis hlaupi.“

Fitbit skráir einnig svefnmynstur eiganda síns og sýnir hvernig nætursvefn hans þróast.

„Tækið sýnir lengd svefnins og þróun hans úr grunnum svefni yfir í djúpan svefn, og hvort maður hafi rumskað eða vaknað yfir nóttina. Fitbit er einnig sérstök vekjaraklukka því armbandinn vekur notandann

á réttum tíma; það er að segja þegar hann er ekki í djúpsvefni og á best með að vakna.“

### Fitbit bætur lífsstílinn

Snjallvigtin Aria er frábær viðbót við Fitbit. Vigtin sýnir þyngd, mælir fituprósentu og BMI-stuðul og samkeyrir gögnin yfir í snjallsímann.

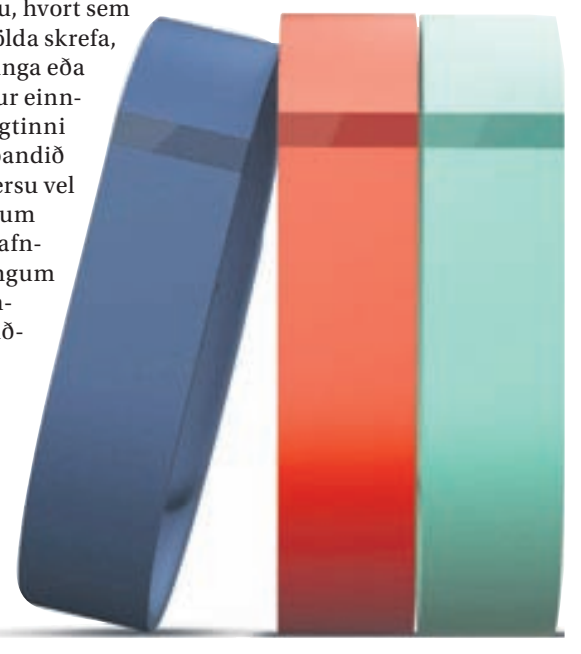
„Með Fitbit-appinu er því ekki aðeins hægt að setja sér markmið um hreyfingu, hvort sem þau snúast um fjölda skrefa, brennslu hitaeininga eða vegalengdir heldur einnig þyngd þegar vigtinni er bætt við. Armbandinn lætur svo vita hversu vel gengur að ná settum markmiðum og safnar öllum upplýsingum saman í snjallsímann,“ útskýrir Guðmundur.

Með Fitbit er einnig hægt að halda matardagabók og setja inn allar tegundir æfinga sem stundaðar eru.

„Með því að vaka og sofa

með Fitbit er hægt að fá nýja sýn á sólarhringinn. Armbandinn er fyrir alla, ekki aðeins þá sem hreyfa sig, þótt þeir sem nota armbandinn hafi sagt að það hvetji til aukinnar hreyfingar, þótt ekki sé nema bara til að standa oftar upp í amstri dagsins og taka smá hring á vinnustaðnum.“

Skóðu Fitbit betur á [www.siminn.is](http://www.siminn.is)





# Stærðin skiptir máli!

ÍSLENSK HÖNNUN OG FRAMLEIÐSLA  
Hornsófar, tungusófar, beinir sófar eftir málum sem henta!



Jökull horntungusófi

Smíðum sófa eftir málum, hentar vel fyrir heimilið og sumarbústaðinn.



Jökull tungusófi

## GÆÐI Á GÓÐU VERÐI.



10 ÁRA  
ÁBYRGÐ

10 ára ábyrgð á grindum.



GÆÐA  
VOTTUN

Fjölbreytt úrval áklæða bæði tau og leður frá viðurkenndum framleiðendum.



ÍSLENSK  
HÖNNUN

Íslensk hönnun og framleiðsla.

Kíktu við í sýningarsal okkar á Smiðjuvegi 9

# zenus

ÍSLENSK HÖNNUN OG FRAMLEIÐSLA

Zenus - Smiðjuvegur 9 - 200 Kópavogur - S: 554 24 50 - [www.zenus.is](http://www.zenus.is)

OPIÐ FRÁ 9 - 17 VIRKA DAGA LAUGARDAG FRÁ 11 - 15

Ábendingahappinn má finna á  
[www.barnaheill.is](http://www.barnaheill.is)



S A F T



# Fylgihlutir skapa karakter heimilisins

Guðrún Halldórsdóttir er innanhúss- og húsgagnahönnuður. Hún starfar við að aðstoða fólk við að gera heimilið fallegt og notalegt. Guðrún kann ýmis góð ráð þegar kemur að fyrstu íbúðinni. Grábrúnir litir eru vinsælir í sumar.

Guðrún segir nauðsynlegt þegar ungt fólk er að kaupa sína fyrstu íbúð að hafa með sér fagmann til að kanna hvort komið sé að dýru viðhaldi. Viðgerðir geti verið mjög kostnaðarsamar. „Ef keypt er eldri íbúð getur verið kominn tími á endurnýjun á lögnum, þakviðgerð eða öðru. Þá þarf að varast að ekki sé myglusveppur í íbúðinni. Ég myndi því mæla með að fólk keypti íbúð sem hentar fjölskyldustærð og ekki þarf að gera mikið fyrir,“ segir Guðrún.

Alltaf ætti að mála íbúðina áður en flutt er inn. Litir á veggjum ættu að tóna við þau húsgögn sem valin hafa verið. „Það skiptir máli hvort fólk er með létt eða þung húsgögn, antík eða nýmóðins. Skemmtilegt er að blanda saman nýju og gömlu. Ef fólk hefur ekki mikinn pening á milli handanna er sniðugt að skoða sölusíður með notuð húsgögn á netinu. Þar er oft hægt að gera góð kaup. Stundum er hægt að fá mjög ódýr húsgögn sem gaman er að gera upp til dæmis með því að mála þau. Yfirleitt langar fólk til að breyta um húsgögn eftir nokkur ár og þess vegna er sniðugt að kaupa ódýrt fyrst.“

Guðrún segir að nú sé í tísku að mála einn vegg í stofunni eða svefnherberginu. „Grábrúnir litir fara einstaklega vel með hvítum veggjum og passa einnig við viðarhúsgögn. Þetta þurfa ekki að vera dökkir litir. Einn litaður veggur setur dýpt á heildarsvippinn og gefur hlýju, sérstaklega þegar fólk á ekki mikið af húsgögnum. Síðan þarf að velja litla hluti gaumgæfilega, eins og púða, teppi, mottur, myndir og annað slíkt. Fylgihlutirnir skapa oft mesta karakterinn á heimilinu. Gott er að skoða heimasíður áður en lagt er af stað í búðarferð og vinna sig út frá þeim lit sem valinn var á vegginn.“

Ef eldhúsinnréttingin er orðin sjúskuð hef ég mælt með fyrirtækinu Innréttingaklæðningar og veggjaskraut en þar er hægt að fá filmu yfir innréttinguna sem gerir hana eins og nýja. Einnig er hægt að setja filmu yfir hurðir. Þetta fyrirtæki er á Facebook. Hægt er að mála ljótar flísar með skipalakki frá Slippfélaginu. Það er ýmsar lausnir í boði sem kosta ekki mikið,“ segir Guðrún sem aðstoðar fólk við uppröðun, val á litum og húsgögnum. „Aðstoð fagmanns getur sparað fólk mikla peninga.“



Myndin sýnir ganginn hjá Guðrúnu sem hún segir að hafi alltaf verið til vandræða: „Hann er of mjór fyrir stór húsgögn en samt of breiður til að hafa ekkert, svona frekar ónýtt pláss. Ég málaði gömul húsgögn og gerði þau upp með ljósgrárri málningu og vegginn svo í aðeins dekkri gráum lit.“



Gamall og lúinn stóll sem Guðrún ákvað að gera upp.



Eftir meðhöndlunina lítur stóllinn svona út.



# Fjölskyldan talar endalaust og samnýtir gagnamagnið!

**4G**  
LTE

Kynntu þér endalaust tal og sms á [www.siminn.is](http://www.siminn.is)

## Fjölskyldukort

Viðskiptavinir með Endalaust Snjall 500 MB, 1 GB eða 3 GB, geta bætt við aukakortum fyrir fjölskylduna þar sem fjölskyldan deilir gagnamagni.

Fjölskyldukort með endalausum tali og SMS á aðeins **2.990 kr. á mánuði.**

Gagnakort í spjaldtölvur **490 kr. á mánuði.**

## Þrjár í boði:

ENDALAUST TAL OG SMS	ENDALAUST TAL OG SMS	ENDALAUST TAL OG SMS
<b>5.990 kr.</b>	<b>6.990 kr.</b>	<b>8.990 kr.</b>
500 MB	1 GB	3 GB



**Fjölskyldukort á 2.990 kr.**



# Getum boðið alveg tveimur í mat

Akureyringurinn Silja Björk Björnsdóttir er nýflutt að heiman. Hún leigir með bestu vinkonu sinni í miðbæ Reykjavíkur og segir það þroskandi að þurfa að sjá um sig sjálf. Vinkonurnar voru fljótar að koma sér fyrir, nýttu sér Bland.is og Góða hirðinn og kallar Silja heimilisstílinn „Sitt lítið af hverju“. Hún segir hluti með sögu gera heimili að heimili.

Nánast allt inni hjá okkur er notað og kemur af Bland.is eða úr Góða hirðinum. Reyndar var líka aðeins búið að ýja að því, með gjöfum, að ég ætti nú að fara að flytja að heiman svo ég átti eitthvað til,“ segir Silja Björk Björnsdóttir, nemandi í kvikmyndagerð við HÍ, en hún er nýflutt með bestu vinkonu sinni í miðbæ Reykjavíkur.

Íbúðin er tæplega 50 fermetrar, en Silja segir síður en svo þröngt um þær. Það sé spennandi að koma sér fyrir á fyrsta heimilinu.

„Við tókum upp úr öllum kössum strax fyrsta kvöldið. Við eigum báðar mikið af dóti og skrauti en erum sem betur fer samstiga þegar kemur að heimilisstílnum. Ef ég ætti að lýsa honum myndi ég kalla hann „Sitt lítið af hverju“. Við erum líka báðar heimakærar og finnst gaman að bjóða heim. Við eigum fjóra stóla og getum boðið alveg tveimur í mat,“ segir hún hlæjandi. „Það er æðislegt að leigja með bestu vinkonu sinni. Áður leigði ég ein eitt herbergi en það er allt annað að vera komin í íbúð,“ segir Silja.

Leigan í miðbænum er há og segir



Silja Björk Björnsdóttir er nýflutt að heiman. Hún segir þroskandi að þurfa að sjá um sig sjálf og spennandi að koma sér fyrir á fyrsta heimilinu. MYND/DANIEL

Silja þær stöllur þurfa að fylgjast vel með í hvað peningarnir fara. Þær kaupa skynsamlega inn og reki til dæmis ekki bíl.

„Við kaupum matvöru sem endist og hendum helst ekki mat. Í lok mánaðar er stundum ekkert til nema skyr og hafragrautur, ólíkt því þegar maður bjó hjá mömmu og pabba. Svo verðum við alltaf glaðar þegar ættingjarnir bjóða okkur í mat,“ segir hún spök. „Við hjóluum allt eða löbbum og þess vegna er gott að vera vel staðsettar,“ segir hún og mælir með því að ungt fólk kíki í geymslurnar hjá ættingjun-

um þegar það byrjar að búa, til að spara aurinn.

„Ég fann til dæmis gamla kaffivél og ýmislegt fleira sem mamma og pabbi voru hætt að nota. Maður verður að gera málamiðlanir. Það er ekki hægt að fara í dýrustu búðirnar og kaupa allt nýtt. Enda finnst mér hlutir með sögu, sem maður safnar að sér héðan og þaðan, gera heimilið að heimili.“

Hvers gæti hún ekki verið án?

„Eldhúsdótið mitt og Jamie Oliver-bækurnar eru ómissandi. Ég neita mér miklu frekar um að kaupa fót ef ég get eldað og borðað góðan mat.“



Silja er dugleg að elda og gæti ekki verið án Jamie Oliver-matreiðslubókanna sinna.



Heimilisstílinn kallar Silja „Sitt lítið af hverju“.



„Við eigum fjóra stóla og getum boðið alveg tveimur í mat!“



Vinkonurnar voru fljótar að koma sér fyrir og dreifðu dótinu sínu um allt. „Hlutir með sögu, sem maður safnar að sér héðan og þaðan, gera heimilið að heimili.“

## Bræðir þig



» Koparáhöld eru ekki bara snotur. Kopar hefur óviðjafnanlega leiðni, dreifir varma haganlega og dregur fram seiðandi bragð. De Buyer hefur búið til eldhúsamboð frá 1830 og þar á bæ vita menn að koparpottarnir þeirra eru pottþétt meistaraverk. Þess vegna lofa þeir lífstíðarábyrgð.

**kokka**  
laugavegi 47



## HEIMATILBÚIN KRÍTARMÁLNING

Krítartöflur er bráðsniðugar til að koma skilaboðum milli sambýlísfólks og því stærri því betri. Sérstaka krítartöflumálningu er hægt að kaupa í málningarvöruverslunum ef mála á heilu veggina en það má líka blanda hana heima úr afgangsmálningu.

Það sem til þarf

- Málning, flísafúga, fata, málningarhræra og borvél.
- Blandið fúgunni saman við málninguna í hlutföllunum einn hluti fúga á móti átta hlutum af málningu. Mikilvægt er að blanda afar vel svo málningin verði ekki kornótt á veggnum.
- Hreinsið vegginn sem á að mála vel með hreinsilegi. Farið svo aftur yfir flötinn með vatni þar sem sápuþeifar gætu hrint frá sér málningunni.
- Rúllið heimagerðu blöndunni á vegginn með svamprúllu eða svamppensli. Farið tvær umferðir.
- Málningin er fljót að þorna en leyfið henni þó að taka sig í tvo til þrjú daga, áður en krítað er á hana.
- Þegar allt er orðið þurrt er gott að fara yfir vegginn með krít og þurrka hana svo út aftur með nánast þurrum klút.
- Eftir það má gefa ímyndunaraflinu lausan tauminn.





# Fibo-Trespo

## Baðplötur

Baðplöturnar henta vel í:  
Baðherbergi  
Sturtuklefa  
Þvottahús  
Eldhús  
svo dæmi séu nefnd..  
**yfir 60 gerðir á lager!**

Hafðu samband við sölumann okkar og fáðu sendan kynningarbækling  
eða kirtu við í glæsilegum sýningarsal okkar að Ármúla 29



**Plöturnar smella saman**  
einfaldara verður það ekki!



**P. ÞORGRÍMSSON & CO**

Ármúla 29 • 108 Rvk • 512-3360 • [korkur.is](http://korkur.is)

Baðplötur - Korkgólfefni - Loft og veggjapiljur - Utanhússklæðningar - Þakskífur - Hljóðeinangrun - Kerfisloft ofl...



# HUGSUM UM UMHVERFIÐ!



Kährs bæklingurinn 2014 kominn út!

## ENDURRÆKTUN SKÓGA

Kährs vinnur með svæðisbundnum og landsbundnum samtökum til að tryggja að skógarnir séu sjálfbærir fyrir komandi kynslóðir. Sænskir skógar eru í dag 60% stærri en þeir voru um 1920. Kährs vinnur samkvæmt alþjóðlegum áætlunum um endurræktun skóga og með leiðandi umhverfissamtökum.



Burstað, fasað, mætt, matt eða háglansandi. Gólfín okkar eru fánleg í miklu úrvali umhverfisvænna viðartegunda, allt frá náttúrulegri áferð og litbrigðum til kvista og hnúska. Við bjóðum einnig upp á látlaus en stílhrein gólf, úr einsleitum viðartegundum með litlum lita- og mynsturbrigðum og sléttri áferð.







# NÝAR VÖRUR



SMILE - Grey 3ja sæta sófi 217cm | kr. 187.200



DAPHNY  
Armsstóll  
kr. 99.400



YUMI  
2 saman  
í setti  
kr. 28.900



Quartz  
Púði 40x60  
kr. 7.900



FLINGA  
Tímaritahillur  
20x160 cm  
kr. 16.900



TURTLE  
Hægindastóll  
kr. 239.000

Púði 40x60  
kr. 7.900



PÚÐAR  
NÝ SENDING  
Frábært úrval

Púði 50x50  
kr. 7.900



LUIGI - Tungusófi með stillanlegum böfum  
248x166 cm | kr. 316.800

## LÍNAN

BÆJARLIND 16 - KÓPAVOGUR - Sími 553 7100 - WWW.LINAN.IS  
OPIÐ MÁNUDAGA TIL FÖSTUDAGA 12 - 18 LAUGARDAGA 11 - 16



Fólk sem er nýfarið að búa tímir ekki endilega að kaupa sér íslenska hönnun en langar örugglega í.



Kökukefli, bökunarform og eldhúsahöld koma sér vel fyrir fólk sem er að hefja búskap. Það er sniðugt að velja sitt lítið af hverju saman í þematengda gjafakörfu.

## Innflutningsgjafir sem koma sér vel

Þegar velja á innflutningsgjöf er ráð að veðja á hluti sem koma sér vel og fegra heimilið en teljast kannski ekki beint til nauðsynja. Slíkar gjafir bæta raunverulega einhverju við heimilishaldið.

Ymiss konar hjátrú fylgir því að flytja inn á nýjan stað. Ein sú lífseigasta er að bera fyrst inn salt og brauð svo aldrei skorti salt í grautinn né mat á borðið. Þá setja sumir klink í allar gluggakistur til þess að enginn á heimilinu líði skort. Sumir taka sig sömuleiðis til og telja gluggana á heimilinu áður en þeir ganga til hvílu fyrstu nóttina en það á að boða gott. Enn aðrir vilja helst flytja inn á laugardegi - til lukku.

Hvað sem hjátrú líður er algengt að færa fólk sem flytur á nýjan stað innflutningsgjöf og lauma þeir hjátrúarfullu gjarnan salti eða smápeningi með.

Sumum þykir erfitt að velja góða innflutningsgjöf. Fyrir þá er hér haldgóður listi yfir hluti sem koma að góðum notum á flestum heimilum. Sé fólk að byrja að búa ætti valið þó að vera leikur einn enda vantar þá flest á heimilið. Almenn gildir að velja hluti sem koma sér vel eða fegra heimilið en teljast kannski ekki til helstu nauðsynja enda á fólk það til að neita sér um þá. Slíkar gjafir bæta raunverulega einhverju við heimilishaldið.



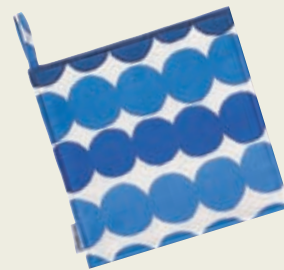
Það er ekkert heimili án pönnukökupönnu.

### Innflutningsgjafahugmyndir:

Gott sófateppi úr ull eða flísefni.  
Pottaleppa, viskustykki og svuntu – gjarnan í stíl  
Skrautpúða  
Íslenskan hönnunarmun  
Verkfæri; til dæmis hamar, naglbít, skiptilykil, sög, skrufjárn eða málband  
Verklegan tappatogara  
Skurðarbretti  
Gæðaolíur í eigulegum glerflöskum  
Spagettímæli  
Kokkabók  
Bökunarform, bökunarskálur og mæliskeiðar  
Garðáhöld  
Kertastjaka

Ilmkerti  
Lampa  
Málverk  
Blómavasa  
Eldhúsklukku  
Ostabakka  
Kaffimál  
Kökukefli  
Pönnukökupönnu og pönnukökuspaða  
Vöflujárn  
Eldföst mót  
Tertuspaða  
Eldhúsvog

Ýmist er hægt að velja einn hlut eða nokkra saman og velja jafnvel í þematengda körfu.



Það er sniðugt að gefa pottaleppa, viskustykki og svuntu og þá gjarnan í stíl.



Eldhúsklukka er tilvalin innflutningsgjöf.



Kökudiskur á fæti er kærkomið punt sem gott er að eiga þegar eitthvað stendur til.



Allir hafa not fyrir gæðaolíu og gott skurðarbretti.



Gefðu tertudisk og tertuspaða. Það getur ekki klikkað.

Vissir þú að...



börn eiga rétt á vernd gegn klámi.



# IKEA® PS 2014 - á ferðinni

**29.950,-**

**IKEA PS 2014 fataskápur**

Þú getur hannað þitt eigið mynstur á málmgrindina með litríkum plaststykkjum sem fylgja með. Duftlakkað stál. B101×D60, H187cm. Hvítt Einnig til silfurlítt

IKEA PS 2014 er fyrir heimili sem er á stöðugri hreyfingu, alltaf tilbúið að bregðast við nýjum kringumstæðum og þörfum. Skoðaðu nýju IKEA PS 2014 línuna í versluninni og á [www.IKEA.is](http://www.IKEA.is)

Verslun opin **11-20** alla daga - Veitingastaður opin 9:30-19:30 - [www.IKEA.is](http://www.IKEA.is)





Rotary tray, snúningsbakkur eftir Jasper Morrison. Bakkinn er ný sýn á hefðbundinn hlut og passar alls staðar, hvort sem er í eldhúsi, stofu eða jafnvel barnaherberginu.



## Nýjungar Vitra kynntar í Mílanó

Húsgagnasýningin í Mílanó, Salone del Mobile, sem haldin er í apríl á hverju ári, er sú stærsta sinnar tegundar í heiminum. Þangað flykkjast öll helstu fyrirtækin í heimilishúsgagnageiranum til að kynna það sem nýjast er á markaði. Eitt þeirra er svissneska húsgagnafyrirtækið Vitra. Hér á landi má fá húsgögn frá Vitra hjá Pennanum.

**H**úsgagnafyrirtækið Vitra hefur þá sérstöðu að framleiða hönnun eftir marga af frægustu hönnuðum heims, bæði lifandi og látinna. Hönnuðum þykir afar eftirsóknarvert að komast í samstarf við Vitra, enda þykir fyrirtækið leiðandi á markaði og með puttann á púlsinum þegar kemur að nýjungum á markaði.

Á húsgagnasýningunni í Mílanó nú í apríl urðu menn ekki fyrir vonbrigðum frekar en fyrri daginn. Á myndunum má sjá hluta af því sem var að finna í básnum hjá Vitra.



Seb stool heita þessir barstólar eftir hönnunarteymið Barber-Osgerby. Þeir eru fánlegir í nokkrum litum og útfærslum.



Borðið Wood table eftir Barber-Osgerby. Borðið og bekkurinn eru úr gegnheilum viði en hægt er að fá parið í ýmsum stærðum og mismunandi viðartegundum.

East river chair heita þessir fallegu stólar eftir hollensku listakonuna Hella Jongerius. Jongerius er í raun þekktust fyrir leirkerasmiði en á greinilega framtíðina fyrir sér í húsgagnahönnun líka. Stólarnir eru litríkir og hægt að fá þá í ýmsum litasamsetningum.



Kyntir voru nýir litir á hinum þekktu Slow chair eftir hönnuðum Ronan & Erwan Bouroullec.



Mariposa-sófinn eftir Barber-Osgerby. Sófinn er með hreyfanlegum örmum og baki. Barber-Osgerby er breskt hönnunarteymi sem orðið er nokkuð þekkt. Til dæmis hönnuðu þeir kyndilinn fyrir Ólympíuleikana í London.





### NAUÐSYNJAÖRUR

Þegar flogið er úr hreiðrinu í fyrsta sinn er nauðsynlegt að eiga vissa hluti. Einnig er sniðugt að hafa þessa sömu hluti tiltæka þegar fólk skiptir um heimili.

**Eftirfarandi hlutir** eru þeir sem best er að hafa efst í kössunum þegar flutt er.

Í eldhúsið þarf að hafa glös, diska og hnífapör fyrir hvern heimilismeðlim. Einnig er gott að hafa eldhúspappír tiltækan ef eitthvað skyldi sullast niður.

Á baðherbergið er nauðsynlegt að hafa snyrtivörur, sápu, tannkrem, tannbursta, salernispappír og handklæði, bæði baðhandklæði og til að þurrka hendurnar. Gott er að hafa alhliða hreinsiefni, sóp og tusku til að geta sinnt lágmarksþrifum. Rúmföt og föt til skiptanna er að sjálfsgöðu eitthvað sem þarf líka að hafa til taks.



### FEGRÐ MEÐ BÓKUM

**Þegar flutt** er úr foreldrahúsum léttist þyngjan töluvert og þeir brottfluttu þurfa að venja sig á að horfa í aurinn.

Á flestum nýjum heimilum er yfirleitt ekki til afgangur til að kaupa skreytingar til að fegra heimilið. Þá er gott að nýta gamla og ódýra hluti á sniðugan máta. Bækur eru tilvaldar til að lífga upp á umhverfið og svo má að sjálfsgöðu grípa í þær þegar tími gefst til og lesa sér til gagns og gaman. Það kemur til dæmis vel út að leggja bækurnar hverja ofan aðra undir aðra skrautmuni til að gera þá meira áberandi. Ódýrar og oft og tíðum fallegar bækur má fá í fornbókabúðum, á mörkuðum, í Kolaportinu og í Góða hirðinum.

## Sparaðu peninga

Það kostar oft mikla fjármuni að setja heimili á fót í fyrsta sinn. Það þarf að huga að mörgum þáttum eftir að búíð er að kaupa íbúð eða skrifa undir leigusamninginn. Fjölmargir ólíkir og misstórir rekstrarliðir fylgja flestum heimilum en hægt er að spara sér háar fjárhæðir árlega með ýmsum skynsamlegum aðgerðum.

Fyrst ber að nefna tryggingar en góð regla er að leita tilboða í heimilis- og bifreiðatryggingar á hverju ári. Það getur munað um tugi þúsunda króna árlega að gera það.

Kostnaður vegna fjarskiptaþjónustu nemur háum upphæðum árlega á flestum heimilum. Mörg fyrirtæki veita þjónustu á sviði fjarskipta

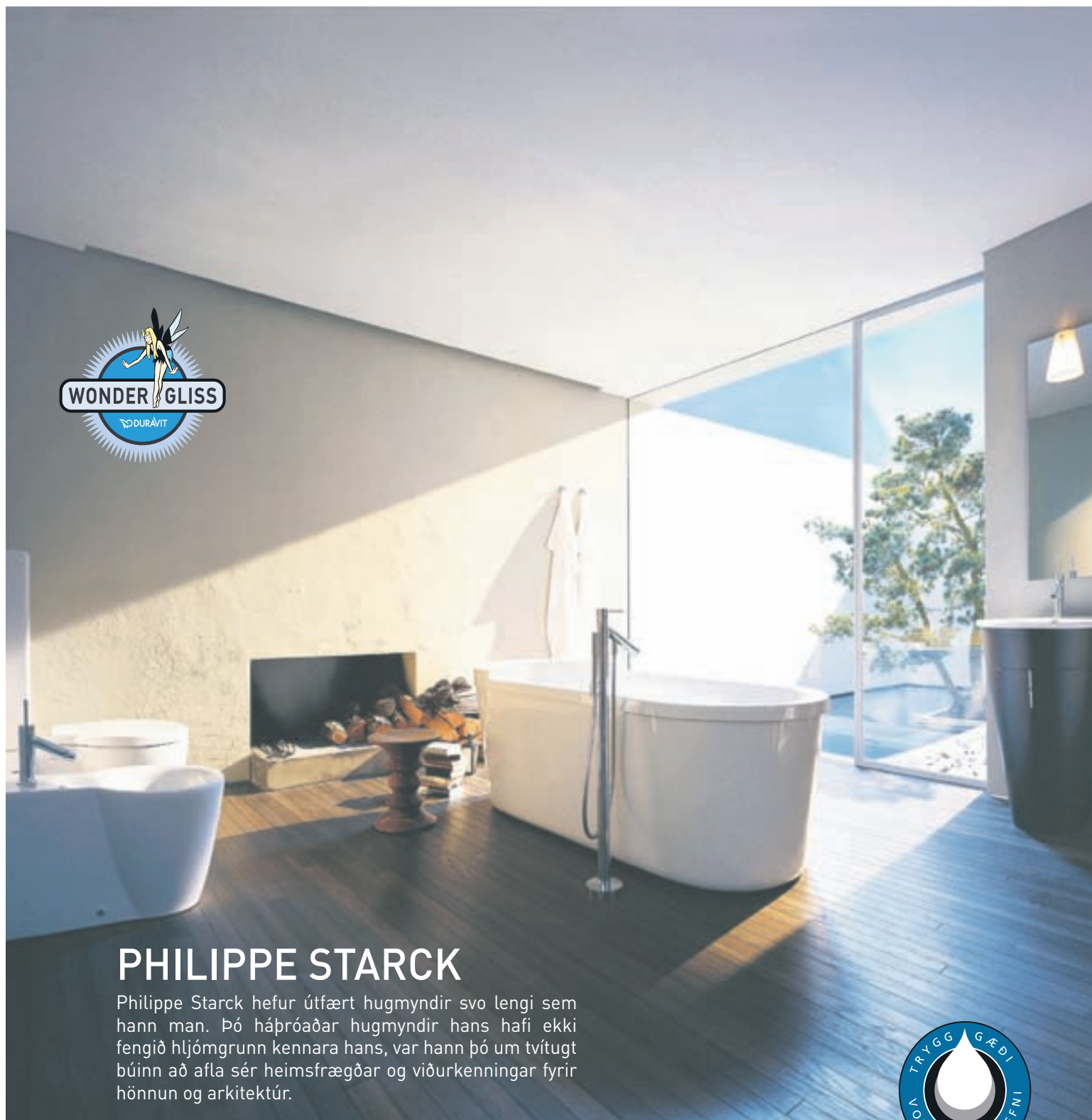
og það margborgar sig að leita tilboða reglulega í net- og símaþjónustu.

Það er góð regla að fá tilboð í banka- viðskipti á eins til tveggja ára fresti. Bankar bjóða upp á ólíka þjónustu til viðskiptavina með ólíkum kjörum. Það munar um lægri yfirdráttarvexti, niðurfellingu ýmissa árgjalda og betri vaxtakjör ef nauðsynlegt er að taka lán, t.d. vegna framkvæmda.

Rekstur bifreiðar er stór hluti rekstrar-kostnaðar heimila. Best er auðvitað að takmarka notkun hans eins og hægt er og nota strætó, hjól eða ganga til vinnu eða skóla sé þess kostur.



# ODURÁVIT



## PHILIPPE STARCK

Philippe Starck hefur útfært hugmyndir svo lengi sem hann man. Þó háþróaðar hugmyndir hans hafi ekki fengið hljómgrunn kennara hans, var hann þó um tvítugt búinn að afla sér heimsfrægðar og viðurkenningar fyrir hönnun og arkitektúr.



Velkomin í stórglæsilegan sýningarsal okkar að Draghálsi 14-16.

**IOI**  
ÍSLEIFUR  
JÓNSSON

Dragháls 14 - 16 | Sími 4 12 12 00  
110 Reykjavík | Fax 4 12 12 01 | www.isleifur.is



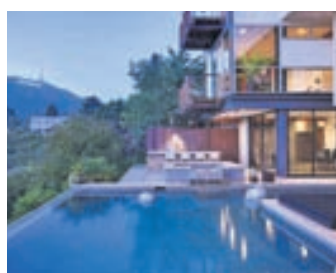


### BRÓDERAÐIR BOLTAR

**Sýningin Handverk** og hönnun stendur nú yfir í Ráðhúsi Reykjavíkur. Þar gefur að líta íslenska hönnun á fatnaði og skarti en einnig fallega nytjalist sem prýða má heimilið með.

**Á meðal** hönnuða og handverksfólks á vorsýningunni nú er kennarinn Auður Bergsteins sem sýnir gullfallega og litríka ullarbolta sem hún hefur ofið og bróderað af mikilli kostgæfni. Upphafið að fagurri sköpun Auðar má rekja til hannyrðabolta sem hún sá hjá vinahjónum og notaðir voru á fyrri hluta síðustu aldar fyrir konur sem áttu garn og spotta heima fyrir og vildu fá útrás fyrir sköpunargáfuna. Sjálf sat Auður uppi með mikið af garni sem handverkskonurnar móðir hennar og ömmur höfðu skilið eftir sig og lengi velt vöngum yfir því hvað hún gæti gert við það. Um júlín 2012 ákvað Auður að gefa börnum sínum bróderaða bolta í jólagjöf og urðu börnin svo hrifin að þau óskuðu eftir fleiri boltum fyrir síðustu jól. Eftir það varð ekki aftur snúið; Auður var eindregið hvött til að koma bróderaðu boltunum sínum á framfæri, sem hún vefur og saumar alfarið eftir eigin mynstrum.

**Boltarnir eru** hlýlegt og íburðarmikið heimilisskart, bæði fyrir augun og til að handfjatla heima við.



### ASHTON KUTCHER SELUR GLÆSIVILLU

**Þótt Ashton Kutcher** hafi aðeins átt lúxusvillu sína í Hollywood í tvö ár hefur hann ákveðið að selja. Reyndar hefur hann búið í húsinu lengur því hann tók það fyrst á leigu árið 2011 fyrir tæpar sex milljónir á mánuði. Þegar söngvarinn Justin Bieber sýndi áhuga á að kaupa húsið varð Ashton fyrri til og pungaði út heilum milljarði fyrir það. Ástæða sölunnar er sögð sú að kærasta hans, Mila Kunis, sé ófrísk að fyrsta barni þeirra og lúxusvillan er ekki sérlega barnvænt heimili. Mikið af stigum og glerveggjum. Leikarinn sem gerir garðinn frægan um þessar mundir í þáttunum Two and a Half Men vill fá töluvert meira fyrir húsið en hann keypti það á. Húsið var byggt árið 2007 og þar er fagurt útsýni. Húsið er með fimm herbergjum, átta baðherbergjum, risastofu og -eldhúsi ásamt líkamsræktar- aðstöðu, sána og vínkjallara. Stór sundlaug er fyrir utan og glæsileg vernd að því er LA Times greinir frá.

## Umfangsminni teygjulök

Teygjulök geta verið erfið við að eiga þegar brotinn er saman þvottur. Margir bregða á það ráð að kuðla þeim saman og troða inn í skáp. Þeir sem vilja spara pláss geta nýtt sér þessa aðferð sem Martha Stewart bendir á á síðunni sinni.

- 1 Taktu tvö horn af skammhlið laksins í sitthvora hendi. Stingdu höndunum inn í hornin þannig að lakið er á röngunni.
- 2 Settu nú hornið úr hægri hendinni yfir hornið sem vinstri höndin heldur á. Teygðu þig í næsta horn sem hangir

fremst og leggðu það einnig yfir hin hornin tvö í vinstri hendi. (hornið sem er yst er nú á röngunni).

- 3 Gríptu síðasta hornið og settu yfir öll hin. (Nú er ysta hornið á réttunni)
  - 4 Leggðu lakið niður og sléttaðu úr líkt og á mynd 3.
  - 5 Brjóttu upp á enda laksins svo teygjan sjáist ekki.
  - 6 Brjóttu lakið í rétthyrning og síðan eins oft og þarf til að passa vel inn í línskápinn.
- Þeim sem enn eru í vafa er hægt að benda



á ýmis myndbönd á YouTube þar sem þessi aðferð er sýnd. Sláðu þá inn leitarorð „How to fit a folded sheet“.

nettoline

**25% AFSLÁTTUR Í MAÍ**

**ELDHÚSDAGAR**  
25% AFSLÁTTUR AF ÖLLUM ELDHÚS-  
INNRETTINGUM Í MAÍ  
FJÖLBREYTT ÚRVAL AF HURÐUM, FRAMHLIÐUM, KLÆÐNINGUM OG EININGUM,  
GEFA ÞÉR ENDALAUSA MÖGULEIKA Á AÐ SETJA SAMAN ÞITT EIGIÐ RÝMI.



Baðherbergi



Sérsmíði



Þvottahús



Pottaskápar



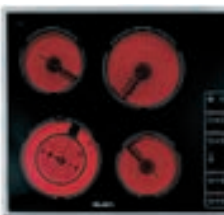
Allar útfærslur

### VIÐ HÖNNUM OG TEIKNUM FYRIR ÞIG

Komdu með eða sendu okkur málin af eldhúsinu, baðinu, þvottahúsinu, anddyrinu eða svefnherberginu - og við hönnum, teiknum og gerum þér hagstætt tilboð í glæsilega danska innréttingu í hæsta gæðaflokki og vönduð raftæki á vægu verði.

### ÞITT ER VALIÐ

Þú velur að kaupa innréttinguna í ósamsettum einingum, eða lætur okkur um samsetninguna. Að sjálfsögðu önnunumst við líka uppsetningu og endanlegan frágang fyrir þá sem þess óska – fullkomin þjónusta, eigið verkstæði.



### RAFTÆKJAÚRVAL

15% afsláttur af raftækjum þegar þau eru keypt með innréttingu.



friform.is

**Friiform**

Askalind 3 • 201 Kópavogur • Sími: 562 1500 • Opið: Mán. - föst. kl. 09-18 • Laugardaga kl. 11-15