

# hér & nú

Fimmtudagur 13. júlí 2006 - 27. tbl. - 2. árgangur - Verð: 395 krónur



Dóttir Arngríms  
**EIGNAÐIST STRÁK**



„DORRIT STENDUR SIG  
EINS OG DROTNING“



## KLÁR Í BÁTANA

SIV FRÍÐLEIFSDÓTTIR HEILBRIGÐISRÁÐHERRA ÚTILOKAR EKKI AÐ  
VERA Á LEIÐ Í FORMANNSLAGINN Í OPINSKÁU EINKAVIÐTALI.



MATUR, TÍSKA,  
STJÖRNUSPÁ OG  
MENNING

Á LAUSU  
OG FÍLAR  
ÞAÐ Í BOTN

# citré shine

## hárvörur

Citré Shine hárvörurnar eru hágæða vörur sem ætlaðar eru fyrir daglega notkun. Ásamt því að hreinsa og mýkja hárið gefa þær því fallega áferð og aukinn gljáa.



- **Smooth out sjampó og hárnæring**  
Fyrir úfið há. Gerir hárið meðfærilega, nærir það og róar.
- **Moisture burst sjampó og hárnæring**  
Fyrir þurrt há. Veitir hárinu aukinn raka og endurnærir það.
- **Daily revitalize sjampó og hárnæring**  
Fyrir allar hárgerðir. Endurlífgar, nærir og verndar hárið.
- **Color brilliance sjampó og hárnæring**  
Fyrir lítað og meðhöndlað há  
Nærir og verndar hárið ásamt því að auka fyllingu þess.

**KJARNAFÆÐI**

**GIRNILEGT, GÓMSÆTT  
& SEIÐANDI...**

**VELDU GÆÐI  
VELDU KJARNAFÆÐI**



GEIMSTOFAN

*-hvað er betra!*

**VELDU FYRSTA FLOKKS  
LAMBALÆRISSNEIÐAR FRÁ KJARNAFÆÐI  
EINUNGIS ÚR MIÐLÆRINU**

# FERÐA FRELSI

## Taktu Frelsið með í ferðina.

Ferðafrelsið virkar alveg eins og Frelsið þitt hér heima!

Símtölin eru gjaldfærð samstundis og því færðu enga bakreikninga eftir heimkomuna. Núna þarftu ekki að skrá þig sérstaklega í Ferðafrelsi Og Vodafone og þú getur notað það í flestum löndum. Kynntu þér málið á [ogvodafone.is](http://ogvodafone.is) áður en þú leggur af stað.

Góða ferð.

Smelltu þér á [www.ogvodafone.is](http://www.ogvodafone.is), komdu í næstu verslun **Og Vodafone** eða hringdu í 1414 og fáðu nánari upplýsingar.

og

 **vodafone™**

Heyrumst!

# hér&nú



50-52



8



35-37

**6-7** Fréttamolar.  
**8** Nana Idol-söngkona giftist kærustunni síðustu helgi.  
**10-13** Elis Pétursson tónlistarmaður í einlægu viðtali.  
**14-15** Magnús Kjartansson afmælisbarn og Flugfreyjukórinn.  
**16-20** Siv Friðleifsdóttir í einka-viðtali.  
**22-23** Álitsgjafar um Dorrit.  
**24-27** Erlendir molar.  
**28-29** Gróf partístemning í Guerilla Store.  
**31** Arnar í GK Reykjavík veit allt um herratískuna.  
**32-33** Leikkonur í hvítu og allt um belti í Hollywood.  
**35-37** Snooze ræðir um ástina.  
**38** Pokkafull fyrir þúsundkall.  
**40-41** Heiða söngkona í Súpernóva.  
**42-43** Greta Mjöll Samúelsdóttir, fótbolastelpa með flotta rödd.

**45** Ingvar kokkur og Kristján Grétarsson elda saman.  
**47** Salsa í Vetrargarðinum og Örygur tónsmiður.  
**48-49** Reynslusaga Evu Þórdísar sem er fötluð.  
**50-52** Erla sem leikur nördinn í Símaauglýsingunum í viðtali.  
**53** Elísabet Ólafsdóttir skrifar pistil um frægd á Íslandi.  
**54-55** Todmobile á Írskum dögum.  
**56-57** Úr og töscur frá Leonard.  
**58-59** Pikknikkúðin og íslensk hönnun.  
**60-61** Dóra Svavarsdóttir er kokkur á Á næstu grösum.  
**62** NYX-snyrtivörur.  
**64-65** Kolbrún Pálína Helgadóttir nýkomin frá Indlandi.  
**66** Krossgáta vikunnar.  
**68** Lausn á krossgátu síðustu viku og Fataskápurinn.



64-65



16-20



10-13



14-15



Útgáfufélag 365 – prentmiðlar.  
Útgefandi Páll Baldvin Baldvinsson abn.  
Ritstjóri Elly Ármannsdóttir elly@365.is,  
Ritstjörn Anna Kristine Magnúsdóttir annakristine@hognu.is  
Hér & nú Skaffahlíð 24, 105 Rvík, sími: 550 5000.  
Fax Auglýsingar: 515 7599 – Ritstjörn: 550 5075.  
Netfang Ritstjörn: ritstjorn@hognu.is – Auglýsingar:  
auglysingar@hognu.is. Umbrot 365 – prentmiðlar.  
Prentvinnsla Ísafoldarprentmiðja. Dreifing Pósthúsið ehf.,  
dreifing@posthusid.is. Hér & nú áskilur sér rétt til að birta aðsendar myndir í tímaritinu á stafrænu formi og í gagnabönkum án endurgjalds.

## Horft til veðurs

Er ekki í vafa um að óöryggi leiðir af sér yfirgengilega gætni. Efast um að það sé gott að vernda sig með því að loka sig inni í eigin brynju. Sorglegt þegar þekkt fólk tekur sjálft sig svo alvarlega að það sér ekki geisla sólarinnar fyrir eigin mikilfengleika. **Siv Friðleifsdóttir** heilbrigðisráðherra sendir hins vegar frá sér finar og jákvæðar bylgjur. Hún er ein af þeim sem hvetur aðra til góðra verka og nær þar af leiðandi í gegn til okkar hinna.

Átti gott spjall við ungan tónlistarmann, **Elís Pétursson** í Jeff Who? Hann virðist hafa komið auga á hið góða innra með sér. Horfir til framtíðar með réttu viðhorfi og gerir sér raunhæfar hugmyndir um hvernig hann vill að hljómsveitin vaxi og dafni. „Ég er bara venjulegur strákur.“ sagði hann þegar ég forvitnaðist um rokkaraútlitid og síða toppinn. Elís sér til sólar og kom mér skemmtilega á óvart.

Spurning um að hegða sér af hugrekki með því að framkvæma þá hluti sem hræða. Eins og að takast á við erfitt fólk og erfiðar aðstæður sem fylgja því að starfa hjá Hér & nú.

Elly Ármanns



# BJÖRK KEMUR SÉR Í GOTT FORM

S tærsta stjarna og helsta útflutningsvara landsins, Björk Guðmundsdóttir, er um þessar mundir afar upptekin af líkamlegri hreysti. Söngkonan ástsæla hefur sést víðsvegar um bæinn við æfingar og má gera ráð fyrir að hún sé að koma sér í form fyrir nýju plötuna.

Björk hefur verið dugleg að stunda uppáhaldssundlaugina sína í Vesturbænum þar sem hún hefur tekið hreint ótrúlegar 25 mínútna sundtarnir. Svo leiðis sprettir myndu fá jafnvel hörðustu sundkappa til þess að hugsa sig tvisvar um. Síðast sást hún á skokki um Ægissíðuna klædd í harlequin-samfestingi, líkt og trúðar klæddust forðum og í hvítum gúmmistígvélum sem getur ekki verið gott fyrir bakið.

Í öðrum fréttum af söngkonu okkar er að nýjasta mynd hennar og Matthews Barney kærastans, Drawing Restraint 9, hefur vakið gifurlega athygli hvar sem hún er sýnd. Myndin þykir ennþá flottari og sýmbóliskari en fyrri myndir Barney's úr Cremaster seríunni.



## Ljósmyndarar eltu Nylon-söngflokkinn á röndum

Rétt áður en Nylon-stúlkurnar fóru í sjónvarpsviðtal í þættinum The Den á RTE í vikunni sem leið náðu breskir ljósmyndarar að fanga þær á mynd. Stúlkurnar veittu hins vegar Boston Terrier hundinum meiri athygli en ljósmyndurum sem eltu þær til að ná myndum.



Dóttir Arngríms Jóhannessonar  
fjölgar mannkyninu

# FRAMTÍÐAR- FLUGMAÐUR FÆDDUR



**D**óttir Arngríms Jóhannessonar flugmanns og stofnanda flugfélagsins Atlanta, Ragnheiður Arngrímsdóttir, sem er að sama skapi flugmaður eignaðist heilbrigðan og fallegan dreng 25. júní síðastliðinn. Ragnheiður er gift einkabjálfaranum Árna Mar Haraldssyni og eiga þau tvö börn, Arngrím 10 ára og Kristinn Loga þriggja ára. Hér & nú óskar fjölskyldunni hjartanlega til hamingju með prinsinn sem er víst nauðalíkur mömmu sinni, fallegasta flugmanni landsins.

HELGIN SEM LEIÐ Á DJAMMINU

Bærinn iðaði af lífi síðustu helgi. Á föstudaginn sást **Eyrún Magnúsdóttir**, karlmannslausa sjónvarpskonan úr Kastljósinu, á Kaffi Oliver ásamt **Baldvini Þór Bergssyni** og fleira starfsfólki hjá Ríkissjónvarpinu. **Rósi, Kormákur** og **Skjöldur** skemmtu sér vel. Þar var einnig **Sóley** förðunardama frá Mac og **Gúndi** ljósmyndari. KR-ingar voru áberandi margir að jafna sig eftir tæpið á móti FH, en á laugardaginn mátti sjá fjöldann allan af Fylkismönnum. **Krummi** í Mínus kíkti á systur sína **Svölu Björgvinsdóttur** sem spilaði fyrir dansandi gesti



ásamt kærastanum **Einari Egilssyni** við góðar undirtektir.

**Dóri litli** frá Rex mætti sama kvöld og skemmti sér vel. **Jón Kári** sem rekur fyrirtækið Night life friend kom ásamt fríðum flokki piparsveina í leit að ástinni. En Jón Kári sér um erlenda piparsveina sem heimsækja landann. **Hrafn Jökulsson** sást tilsýndar og **Ragnheiður Guðfinna** fyrrverandi umsjónarmaður þáttarins Ísland í bítið að sama skapi en hún var karlalaus og róleg.



**HRINGDU INN PARTÍ EDA FRÉTT**

**550 50 70**

Láttu vita!

Er veisla framundan? Veistu eitthvað sem enginn annar veit? Hringdu í Hér & nú ef þú lumar á fréttaskoti. Fréttaskotssimsvorinn okkar er 550 5070. Láttu í þér heyra og þú gætir átt fréttaskot vikunnar og fengið 15.000 krónur fyrir. Ef fréttin fer á forsiðu færðu 5.000 krónur og 3.000 ef fréttin þín ratar inn í blaðið. Láttu endilega í þér heyra.



**FRÉTTASKOT**

**hér&nú**

**Skýr smoothie**  
SKYRDRYKKUR





## 60 SEKÚNDUR

**Hæ!**  
Hæ.

**Hvernig gengur?**

Rosalega vel.

**Til hamingju með konuna þína og brúðkaupið.**  
Takk fyrir það.

**Hvernig tóku foreldrar ykkar því þegar þið sögðu þeim að þið væruð lesbiur?**

Mjög vel. En það tók tíma fyrir foreldra okkar að átta sig á þessu eins og fyrir alla foreldra en það er allt komið í gott form. Foreldrar okkar studdu algjörlega við bakið á okkur.

# NANA SÖNGKONA ER GENGIN ÚT

Sú heppna heitir Arndís Heiðarsdóttir. Hér & nú sló á þráðinn til Nönu til að forvitnast um brúðkaupsdaginn um síðustu helgi.

**Mikið er gott að heyra það. Hvernig var dagurinn?**

Við vorum gefnar saman hjá sýslumanni. Þar sem foreldrar okkar og svaramenn voru með okkur. Fengum síðan blessun í Fríkirkjunni. Hjörtur Magni blessaði okkur. Hann var æðislegur. Yndislegur maður og skemmtilegur í athöfninni. Gerði daginn eftirminnilegan.

**En brúðkaupsveislan?**

Fullkomin í alla staði. Yndislegt og skemmtilegt fólk kom í veisluna. Góður matur, gott vín og hundrað divur. Þetta var ótrúlega flott.

**Í hverju varstu?**

Ég var í hvítum og svörtum sumarkjól. Svólítið rokkuað. Ég er ekki mikið fyrir að vera pen.

**En konan þín?**

Hún var í stíl við mig. Í hvítu dressi með svörtu tjulli og með blátt hár. Hún fór í hárgreiðslu daginn fyrir brúðkaupið og það var eitthvað sem gerðist með háralitinn. Það varð dökkblátt og grænt. Hún fékk mikið hrós fyrir hárið.

**Hver greiddi þér?**

Ég var með Idol-krjúið allt mér til aðstoðar. Jói og félagar sáu um hárið og Stína sminka á Stöð 2 sá um að mála mig. Þau eru frábær.

**Mínútan er nærri liðin, Nana. Þú hljómar glöð og í góðu jafnvægi og það er gott. Hvað ertu að sýsla í tónlistinni?**

Ég var að koma fyrsta laginu í spilun það heitir Loose my mind og er á ensku en á ársplaninu hjá mér er plata sem ég og Dísá vinnum saman og allt verður á íslensku....

# ANNA RAKEL KOMIN HEIM ÚR VESTURFÖR

**A**nna Rakel Róbertsdóttir, fjölmiðlastúlka og alt-múligt-manneskja, er komin aftur á Klakann. Anna hefur verið að ferðast þvers og kruss um Bandaríkin til þess að kynna íslenskt áfengi.

Anna Rakel stakk okkur bændurna af síðastliðu haust og hóf vesturfærð sína. Hún var að kynna Reykja Vodka fyrir Kananum.

Vodkinn er unnið úr vatni sem rennur undan árpúsunda gömlu íslensku hrauni og er eins íslenskt og hrútsþungar. Síðustu mánuði hafa verið að seytle inn fréttir af Önnu þar sem henni hefur brugðið fyrir í áfengisverslunum í Kansas eða að djamma í New York. En nú geta landsmenn varpað öndinni léttar þar sem prinsessan er komin í kotið.





# ÞÚ BERÐ HANN EKKI UTAN Á ÞÉR



Í 100 ML AF VÍKING LITE:

PRÓTEIN 0.36 G

KOLVETNI 0.8 G

HITAEININGAR 29 KKal.



**Elís afgreiðir í Smekkleysu á daginn** Smekkleysa er verslun sem er staðsett í kjallaranum í Kjörgarði. Þar eru seldar ljóðabækur og fleira áhugavert.

# BARA VENJULEGUR STRÁKUR

## Hvernig var að ræða við popparana í inntökuprófinu fyrir Súperónva?

„Það var skondið. Menn sem...“ segir Elís sem er einn af meðlimum hljómsveitarinnar Jeff Who? sem slegið hefur í gegn undanfarið. Hann grípur fram

í: „Afsakaðu mig ég þarf að afgreiða aðeins. Við jánkum því og Elís útskýrir fyrir viðskiptavininum í Smekkleysu að hér sé um viðtal að ræða og segir: „Viltu afrit?“ Síðan heldur spjall okkar áfram: „Já, það var fyndið að sjá menn sem búnir eru að sanna sig á Ís-

landi allt í einu komna upp á svið aleina og óstudda til að gera allt saman aftur. Þá verða menn eðlilega óöruggir. Þegar maður sér svona rokkara eins og Tommy Lee og Jason þá á maður von á alvöru rokkurum. Þetta voru mestmegnis sveitaballastrarar,

rokkstrararnir íslensku, Kristó og Jenni, lögðu sig kannski ekki mikið fram til að komast hjá höfnunartilfinningunni. Þegar maður leggur sig allan fram þá fær maður toppinn af höfnunartilfinningunni ef mañni er hafnað. Ég þekki báða og kann mjög vel við þá.

**Barfly hittari** „Nei. Lagið er ekki um okkur. Það fjallar um svona týpur sem eru til. Þá er spenningur sem skapast innra með þeim áður en farið er að skemmta sér. Þær fara í klippingu, kaupa fót og svo enda þær dauðadrukknar og hangandi í hurðarhúnum nær dauða en lífi. Eyða fullt af pening til að líta vel út og fimm tímum seinna þá er ekkert sem getur reddað þeim. Hvorki ný fót né ný klipping.“



Elís Pétursson, 26 ára, í Jeff Who? vinnur á daginn í Smekkleysu sem er verslun sem selur tónlist og ljóðabækur. Hann ræðir um tónlistina, Súpernáva og golfið.



**Jeff Who?** „Pormóður Dagsson spilar á trommur og er blaðamaður á Morgunblaðinu. Ásgeir Valur Flosason er gítarleikari. Þorbjörn Sigurðsson er hljómborðsleikari og síðan er það Bjarni Lárus Hall söngvari og ég. En ég spila á bassa og syng.“

Kristó er með brjáláða rödd. Svo komust heldur ekki allir út. Heyrði að sumir hafi ekki fengið vísa til Bandaríkjanna og komust þar af leiðandi ekki í lokaprufuna í LA.“

#### **Pú ert sjónvarpsstjarna!**

„Ég var nú bara fenginn í að hósta þetta. Annar datt út og ég datt þar af leiðandi inn í þetta hlutverk.“

#### **Okkur langar að heyra eitt-hvað um þig sjálfan. Hvað gerir þú þegar þú ert ekki að spila eða vinna?**

„Þegar ég er ekki að vinna reyni ég að eyða tímanum með kærustu og vinum. Kæran mín heitir Ásgerður Ottesen og vinnur í Gyllta kettinum og starfar líka sem stílisti. Er reyndar nýbyrjaður að sækja svokölluð driving-range, þar sem menn negla golfkúlum út í loftið í engum öðrum tilgangi. Svona til að taka af allan vafa, þá er ég ekki í köflóttum hnébuxum eða krum-

póttum Nike-ípróttagalla. Það er ekki flott. Huey Lewis and the News kenndu mér að það er miklu flottara að vera bara í leðurjakka með vindil.“

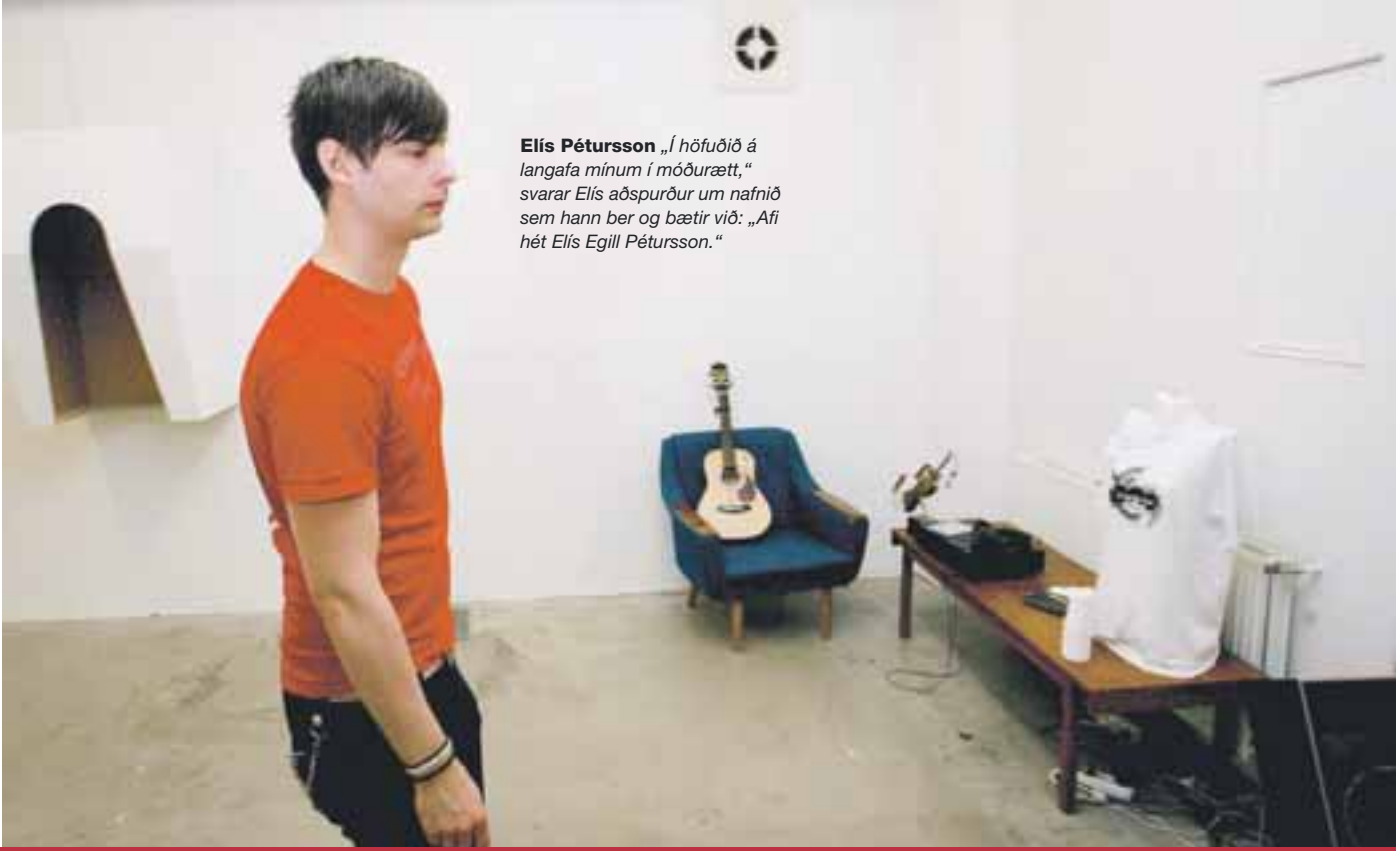
#### **Menntun?**

„Ég fór beint í Háskólann eftir MR og tók BA-gráðu í sálfræði. Vinn núna hér í Smekkleysu sem allt-muligt-maður. Er með puttana í rekstrinum og dreifingu. Við erum fáir hérna þannig að ég er alltaf gera eitthvað nýtt. Það kemur sér vel.“

#### **Jeff Who?**

„Þetta eru vinir mínir. við vorum allir saman í Menntaskólunum í Reykjavík og kynntumst þar. Allir fyrir utan einn, Þorbjörn (Tobbi) sem er hljómborðsleikari og píanósnillingur með meiru. Gullmolinn okkar. Flinkur og fær tónlistarmaður. Hann hefur verið í kór. Var lengi í Módettukórnum og hefur sungið með Björk sem kórdrengur. En í bandinu erum við, Baddi söngvari (Bjarni Lárus Hall), Ásgeir gítarleikari og Pormóður er trommari og blaðamaður.“





**Elís Pétursson** „Í höfuðið á langafa mínum í móðurætt,“ svarar Elís aðspurður um nafnið sem hann ber og bætir við: „Afi hét Elís Egill Pétursson.“

### Metsala plötunnar Death before disco?

„Slatti. Eitthvað um 1500 plötur hafa selst Það vantar dálítið upp á í gullið.“

### Það er áberandi hvað þið drekkið og reykið í myndbandinu Barfly. Er það málið?

„Eftir á að hyggja þá áttuðum við okkur ekkert á því með það. Vorum ekkert að fatta það að

þetta yrði einhver hittari frekar en eitthvað annað lag á plötunni. Vorum samdauna verkefninu. Við höfðum ekkert átsæderlúkk á þetta. En þetta er svona drykkju-lag. Fylleriískórinn í endann til dæmis. Þar fengum við heilt partí í stúdíóið og tókum upp kórinn. Þetta varð bara svona. Eins mikið og maður vill skilja forvarnarstarf og það allt þá getur maður ekki alltaf séð hver útkoman verður. En okkur þykir gaman að skemmta

okkur. Þetta er ýkt rosalega mikið í myndbandinu.“

### Tónlist Jeff who?

„Þetta er rokkpopptónlist. Ekkert svo ögrandi að þetta kallist einhverjum öðrum nöfn-um. Stuðtónlist væri rétta orðið.

### Móralinn?

„Rosalega góður. Við vorum vinir í grunninn. Kunnum allir

hver á annan. Það er ekki rifist í bandinu.“

### Tækifæri í útlöndum?

„Það er í vinnslu, svona hlutir gerast mjög hægt. Við förum ekki í filu ef við meikum það ekki.

### Þú ert sem sagt ósköp venjulegur. Ekki rokkari eins og í myndbandinu?

„Nei, ég er bara venjulegur strákur.“



## Ríkidæmi?

„Nei. En það var gaman að vinna að myndbandinu. Að sjálf-sögðu, annars væri maður ekki að þessu nema það væri gaman fyrst og fremst. En þetta er alveg dýrt batterí. Það er dýrt að gera vídeó og dýrt að gera plötu. Tekurnar fara í að auka veg tónlistarinnar.“

## Búnir að ráða umboðsmann?

„Það má segja það. Hún er eiginlega bara vinkona okkar. Ekki offisielt umboðsmaður. Hún vinnur með okkur og hefur unnið á Skandinavíusvæðinu sem tónlistarumboðsmaður. Hún er amerísk en annars er enginn umboðsmaður. Ég oftast. Það þarf ekkert hérna heima.“

## Textinn í Barfly - hárið sem rætt er um í textanum er það toppurinn á þér?

„Nei. Lagið er ekki um okkur. Það fjallar um svona týpur sem eru til. Þá er spenningur sem skapast innra með þeim áður en farið er að skemmta sér. Þær fara í klippingu, kaupa föt og svo enda þær dauðadrukknar og hangandi í hurðarhúnum nær dauða en lífi. Eyða fullt af pening til að líta vel út og fimm tímum seinna þá er ekkert sem getur reddað þeim. Hvorki ný föt né ný klipping.“

### Þessi fallega lengst til vinstri

„Kæran min heitir Ásgerður Ottesen. Hún vinnur í Gyllta kettinum og starfar einnig mikið sem stílisti.“



# UPPÁHALDS

## Kaffi

„Það myndi sennilega vera Prikið. Þar er notalegt að vera og yfirleitt frekar afslöppuð stemning. Svo er kaffið líka gott og ekki skemmir að eigandinn er góðhjartaður þungarokksbolti.“

## Matur

„Fiskibollurnar hennar ömmu eru allavega mjög ofarlega á lista. Það hafa margir í ættinni reynt að gera fiskibollur eins og amma en öllum mistekist hráalega. Amma er einfaldlega bara fiskibollukóngurinn. Þannig er nú það.“

## Verslun

„Smekkleysa plötubúð og Gyllti kötturinn eru mínar uppáhaldsverslanir af augljósri ástæðu. Þetta eru verslanirnar þar sem ég og kærastan mín vinnum.“

## Vinur

„Það er hann Fróði Steingrímsson. Hann er harður krakki með hausinn í lagi. Svo veitir hann mér líka ókeypis lögfræðiaðstoð sem kemur sér oft vel. Fróði er líka sleipur í ferskeytlunum og mana ég fólk til að reyna að kveðast á við hann ef það hittir hann úti á götu.“

## Hvað myndir þú kaupa þér ef ég millifærði 750 þúsund inn á reikninginn þinn með því skilyrði að þú eyddir ÖLLU?

„Þetta hljómar eins og það sé einhver kvöð að fá 750 þúsund til að spreða. Ég yrði ekki í miklum vandræðum allavega. Ég myndi annað hvort bjóða mínum nánustu í hressilegt sumarfrí eða gera plötu. Bankanúmerið mitt er: 120-26-113048.“

Hver öskrar „123...“ í laginu Barfly? „Tobbi hljómborðsleikari.“





**Kossafleus Ekki þykir**  
Magga leiðinlegt að fá  
slíkar hamingjuóskir.

# FLUGFREYJUKÓRINN KOM MAG



**Stutt í brosið**  
Maggi tekur við sér.



**Herskari flugfreyja**  
Flugfreyjukórinn mætti  
til þess að hressa upp  
á Magnús.



**Afmælissöngurinn**  
Stelpurnar taka lagið  
fyrir Magga.



**Gamalt samstarfsfólk**  
Magnús Kjartansson tók  
við stjórn Flugfreyjukórs-  
ins árið 2003.



**Sjokkið!** Maggi átti alls ekki von á þessu.



**„Fly me to the moon“** Kórin hefur lært af þeim besta.



**Tvær sætar flugstúlkur** með handhægt undirspil.



**Besta afmælisgjöfin** Svona ættu allir karlmenn að fá á afmælisdaginn.

# GNÚSI SKEMMTILEGA Á ÓVART



**„Nú má ég!“** Stelpurnar keppast við að smella einum á afmælisbarnið.



**„Usss, ekki segja frá.“**



**Skipuleggjarinn** Sirrí, eiginkona Magnúsar, skipulagði uppákomuna.

Siv Friðleifsdóttir heilbrigðisráðherra og þingmaður Framsóknar

# ÚTILOKAR EKKI FORMANNSFRAMBOÐ



**H**ún er norskur Seltirningur, ættuð úr Siglufirðinum og þykir gott að finna rætur sínar með heim söknum þangað. Siv Friðleifsdóttir heilbrigðisráðherra mun ekki geysast um á mótorfák þetta sumarið, því mótorhjólíð seldi hún fyrir skömmu. Hún tekur sumarið hins vegar með trompi með helgarferðum út á land með fjölskyldu sinni til að njóta náttúrunnar eða við veiðiferðir.

„Í sumar hef ég farið í nokkrar helgarferðir út á land með fjölskyldunni til að njóta náttúrunnar á göngu eða í veiði-

skap,“ segir Siv Friðleifsdóttir heilbrigðisráðherra, eiginkona og mamma. „Við höfum meðal annars farið í Þingeyjarsýslurnar, í Borgarfjörðinn, á Snæfellsnes og til Siglufjarðar. Við mamma og Hákon, yngri sonur minn, skruppum líka í stutta Noregsferð þar sem við heimsóttum Tusenfryd-fjölskyldugarðinn, Vigelandsparken, Vikingasafnið, Fram-safnið og tækniminjasafnið. Á næstunni langar okkur að heimsækja Heiði, vinkonu mína, og fjölskyldu hennar í sumaraðstöðu þeirra í Landbrotinu. Björn, faðir Heiðar, hefur staðið fyrir umfangsmikilli skógrækt þar ásamt

fjölskyldunni. Núna á næstu dögum er ég á leið í veiðiferð í Breiðdalsá með Steina, maninum mínum, Ingunni systur, Sigurgeiri mági og Árna bróður. Breiðdalsá er með falletgri ám á landinu og fjöllin í Breiðdalnum hafa verið kölluð „litlu alparnir“. Þessi veiðiferð hefur verið einn af hápunktum síðustu sumra hjá okkur. Í ágúst fer síðan fjölskyldan í veiðiferðir meðal annars á Suðurlandið. Við munum líka fara til Siglufjarðar í húsið okkar og fara í göngur þar og víðar. Það er hins vegar svo að framtíðaráform geta breyst skyndilega hjá stjórnmanni. Ráðherra þarf nánast

ávallt að vera tiltækur. Sá sem vinnur á vettvangi stjórn mála á því ekki hefðbundið sumarfrí, það segir sig sjálf.“


*Hvert er besta sumarið í minningu þinni?*

„Öll sumur eru góð í minningunni. Sumrin í Noregi hjá ömmu og afa voru alltaf skemmtileg. Þá skemmtum við „Íslandsfjölskyldan“ okkur vel í góða veðrinu við að busla í sjónum og leika okkur léttklæddari en við áttum að venjast hér heima.“

*Langar þig alltaf til Noregs á sumrin?*

„Mig langar yfirleitt alltaf að skreppa til Noregs einhvern tímann á árinu. Þar býr





**Í Grasagarðinum** „Sumrin hér eru svo stutt og hin seinni ár höfum við fjölskyldan ekki lagt mikla áherslu á að vera í útlöndum á sumrin heldur reynt að njóta íslenska sumarsins.“

**Matarhlé ráðherrans**

„Sá sem vinnur á vettvangi  
stjórnála á því ekki hefðbundið  
sumarfrí, það segir sig sjálf.“



móðurfjölskyldan mín og þar á ég rætur sem mig langar að rækta. Mamma er norsk og ég er mjög stolt af henni og Noregi.“

## Fallegasta landið á hnettinum

*Hver er fallegasti staður á Íslandi að þínu mati?*

„Úff, þessu er ekki hægt að svara, það eru svo margir staðir á Íslandi fallegir og mikilvægir. Á ég að byrja réttisælis eða rangsælis á að telja upp...? Sem umhverfisráðherra skoðaði ég eitt sumarið um sjöttu svæði á landinu sem voru í drögum að náttúruverndaráætlun. Mér finnst ég ekki geta valið einn stað og sagt að hann sé fallegastur. Ísland er eitt fallegasta landið á hnettinum þori ég þó að fullyrða þótt ég hafi ekki komið til þeirra allra.“

*Hvar á landinu hvílistu best frá þínu ábyrgðarstarfi?*

„Ég hef tekið eftir því að ég hvílast einstaklega vel á Siglufirði. Kannski er það vegna þess að pabbi er Siglifröngur. Ætli maður sé ekki svo frumstæður að manni þykir gott að vera þar sem ræturnar liggja? Það skal hins vegar viðurkennt að ég tek vinnuna með mér í sumarfríð. Það fá yfirleitt einhverjir pappírar að fljóta með í fríð. Svo er sáinn líka alltaf með, en eins og ég sagði: sumarfrí ráðherra er ekki sumarfrí í venjulegum skilningi. Þegar fjölskyldan leggst í venjulegt „sumarfrí“ þarf ég stundum að fara að vinna.“

## Væri ekki að standa mig ef óumdeild!

*Éru þessi nýju mál, lyfja- og læknamálin, nokkuð að eyðileggja fyrir þér fríð?*

„Maður er löngu kominn yfir það að láta einstök mál eyðileggja fyrir sér daginn. Mitt mottó er að leggja mig alla fram í mínum störfum af skynsemi, gera mitt besta og láta þar við sitja, punktur, basta. Ég hef sterkar skoðanir á mörgum málum og hika ekki við að breyta til batnaðar. Þeir sem vilja breytingar stugga við ríkjandi hagsmunum og það kallar á viðbrögð. Ef ég væri óumdeild væri ég ekki að standa mig. Það er ekki alltaf hægt að gera öllum til geðs.“

*Értu mikið með strákunum þínum og eiginmanninum á sumrin?*

„Já, okkur þykir mjög gaman að fara í ferðalög saman. Oftast förum við saman að veiða. Oftast

í silungsveiði en stundum förum við í lax. Veiðarnar eru sameiginlegt áhugamál okkar allra og strákarnir eru sérlega áhugasamir um þá iðju. Þeir eru búnir að koma sér upp ágætis graejum og tína maðka og hnýta flugur fyrir sjálfa sig. Mér finnst gott að þeir búa að þessu góða áhugamáli þegar þeir eldast.“

## Einu sinni á ágústkvöldi...

*Hvernig eru bestu sumarkvöldin í þínum huga?*

„Sumarkvöldin í ágúst eru best. Þá er allt orðið svo gróðið og fallegt. Sumarkvöld í ágúst þegar skyggja tekur á hlýjum degi eru yndisleg.“

*Á hvaða árstíma viltu helst vera í útlöndum og á hvaða árstíma alls ekki?*

„Flestar ferðir mínar til útlanda eru vinnuferðir, þannig skiptir ekki máli hvenær þær eru farnar. Mér finnst sniðugt hjá þeim sem hafa tök á að fara til heitari landa í janúar, febrúar, því þá er hávetur hér á Íslandi, kalt og dimmt. Sumrin hér eru svo stutt og hin seinni ár höfum við fjölskyldan ekki lagt mikla áherslu á að vera í útlöndum á sumrin heldur reynt að njóta íslenska sumarsins.“

*Értu hætt að vera á mótörhjólínu?*

„Já, ég seldi mótörhjól til góðrar konu á Akureyri fyrir nokkru. Hún keypti hjólið snemma vors og lenti í slýddu á Holtavörðuhéiðinni á leið sinni til Akureyrar. Allt gekk þó vel. Við systkinin höfum verið áhugasöm um mótörhjól og erum öll með mótörhjólapróf.“

*Sérðu eftir hjólinu?*

„Nei, og þó, jú, ég sé þó svolítið eftir því... Þetta var gott hjól, Honda Magna 500. Ég hef hins vegar ekki enn keypt mér nýtt hjól. Kannski kemur að því síðar.“

## Birtustig ástarinnar

*Hvernig mat finnst þér best og skemmtilegast að borða á sumrin?*

„Sumarsalöt og grillmat er vinsælt hjá okkur. Þeim mun grænni salöt, þeim mun hollari. Vð grillun mun meira á sumrin enda svalir á Seltjarnarnesi ekki kjöraðstæður grillarans á vinda-sömum vetrarkvöldum.“

*Finnst þér rómantik blómstra meira á sumrin en veturna?*

„Já, einhverra hluta vegna sér maður fleiri ástfangin pör á sumrin. Kannski er það vegna þess að

„Skapið er yfirleitt í góðu lagi, óháð veðri og vindum. Ef skapið ætti að sveiflast í takt við veðrið væri nánast óbærilegt að búa hér á landi þar sem veðrið breytist oft á dag.“

þá eru fleiri í frii og að slappa af saman. Veðrið hefur líka jákvæð áhrif á stemninguna.“

*Verðurðu skotnari í manninum þínum á björtum nóttum en dimmum?*

„Nei, birtustigið skiptir engu máli í því sambandi!“

## Skapið óháð veðri og vindum

*Fer rigningin mikið í taugarnar eða skapið á þér?*

„Skapið er yfirleitt í góðu lagi, óháð veðri og vindum. Ef skapið ætti að sveiflast í takt við veðrið væri nánast óbærilegt að búa hér á landi þar sem veðrið breytist oft á dag. Sólin hefur þó bætandi áhrif, því er ekki að neita.“

*Gengurðu jafn mikið í roki og rigningu og logni og sól?*

„Já, ég hef þá reglu að hreyfa mig reglulega óháð veðri. Ganga í þrjátíu, fjórutíu mínútur, helst daglega, það hefur mjög góð áhrif á bæði líkamlega og andlega heilsu. Með göngu styrkir maður allar varnir gegn sjúkdómum. Það er líka gaman að ganga hvort sem maður er einn eða í félagi með öðrum. Þeir sem komast upp á lagið með að ganga reglulega geta ekki hugsað sér að sleppa þeirri heilsubót.“

*Er Seltjarnarnesið fellegra núna en í febrúar?*

„Seltjarnarnesið hefur sinn sjarma bæði sumar og vetur. Vorin og sumrin eru sérlega skemmtileg á Seltjarnarnesi því þá koma allir fuglarnir, ungar skríða úr hreiðrum og hamast í fæðuleit í fjörunni og á tjörninni. Seltjarnarnesið er vinsælt útivistarsvæði þeirra sem búa á höfuðborgarsvæðinu. Vestursvæði nessins á að vernda til framtíðar. Á árum mínum í bæjarstjórninni var mjög hart tekið á um þá stefnu. Ég var einharður stuðningsmaður verndunar vestursvæðisins og beitti mér ásamt félögum á Neslistanum fyrir þeirri stefnu. Ég vona að sú stefna fái að standa til framtíðar.“

## Klár í bátana

*Hvernig leggst komandi vetur í þig?*

„Mjög vel. Við erum að fara inn í kosningavetur því næsta vor eru alþingiskosningar. Kosningaveturinn á Alþingi eru alltaf mjög fjörugir og skemmtilegir. Þá takast flokkarnir á með beittari hætti en annars. Það verður engin lognmolla á Alþingi í vetur, því get ég lofað. Við framsóknarfólk erum búnir að vinna vel í stjórnarsamstarfinu að framfaramálum fyrir íslenskt samfélag. Við erum því klár í bátana og göngum brött til kosningavetrar.“

*Þetta viðtal er um allt nema pólitik en: Ætlarðu að bjóða þig fram til formanns Framsóknarflokksins?*

„Það kemur í ljós. Það er nægur tími framundan til að taka slíka stóra og mikilvæga ákvörðun. Ég útiloka það ekki, en ég vil ekkert segja um það fyrr en það er afráðið. Það er ekki minn stilli að vera að segja „já, hugsanlega“ eða „kannski“. Ég mun greina frá ákvörðun minni þegar hún liggur fyrir. Framsóknarflokkurinn er á vissan hátt á tímamótum núna og hér er ég ekki bara að tala um forystumenn heldur líka þá staðreynd að flokkurinn þarf að endurskilgreina sig og áherslur sínar til að svara kalli nýrrar framsækinna íslenskrar aldamótakynslóðar. Varðandi bæði menn og málefni þurfum við að horfa fram en ekki aftur. Á tímamótum eiga menn að líta yfir söguna til að læra af reynslunni. Blómскеiðin í 90 ára sögu Framsóknarflokksins hafa verið þegar flokkurinn hefur borið gæfu til að fela ungu, kraftmiklu fólk forystuhlutverk, fólk sem hefur sýnt það og sannað að það er tilbúið til að berjast fyrir þeim hugsjónum sem saga og framtíð flokksins hvílir á – hugsjónum um samvinnu og jöfnuð.“

*Értu ánægð með aukinn hlutkvæna í ríkisstjórn eða þarf að gera enn betur?*

„Ég er mjög ánægð með að Framsóknarflokkurinn hafi nú

„Bakslagið sem varð í síð-  
ustu kosningum er óásætt-  
anlegt. Í næstu alþingis-  
kosningum verðum  
við að sækja fram  
og fjölga konum  
aftur.“

jafnt kynjahlutfall í ráðherra-  
stólum sínum. Við höfum sex  
ráðherra og er helmingur þeirra  
konur, það er við Valgerður  
Sverrisdóttir og Jónína Bjart-  
marz. Það er mikilvægara en orð  
fá lýst að öflugar konur takist á  
við krefjandi verkefni hvort sem  
um er að ræða á stjórnámálum, í  
forystu fyrirtækja eða á öðrum  
sviðum. Jú, við þurfum að gera  
betur í jafnréttismálum. Í síð-  
ustu alþingiskosningum fækkaði  
konum á Alþingi almennt úr um  
35% í um 30%. Bakslagið sem  
varð er óásættanlegt. Í næstu  
alþingiskosningum verðum við  
að sækja fram og fjölga konum  
aftur. Þegar flokkarnir raða upp á  
lista í haust og vetur verða þeir  
að setja fleiri konur í efstu sætin.  
Aðeins þannig fjölga konum á  
Alþingi.“

### Gamla, góða glimmerskyrtan

Hafið þið Steini einhvern tíma  
farið út að Gróttu um miðja nótt  
og stigið þar dansspor?

„Ó, nei.“

Heldurðu að þið eigið eftir að  
gera slíkt?

„Það þykir mér afar, afar,  
ólíklegt. En maður á jú aldrei að  
segja aldrei!“

Í ljósi þess að þú ert alltaf  
dömullega klædd, í kjól eða pils,  
varstu nokkurn tímann stráka-  
stelpa?

„Ég klæði mig eftir tilefninu  
og í það sem mér finnst þægi-  
legt. Í starfinu þarf maður að eiga  
nokkuð af fatnaði til skiptanna.  
Á unglingsárunum vorum við  
vinkonurnar fyrst diskóklæddar í  
hvítum plaststígvélum og glimm-  
erskyrtum og seinna hippa-  
klæddar í stórum gæruúlpum  
og með palestínusjöli um háls-  
inn. Okkur fannst við vera mjög  
smart á þeim tíma. Fyrir þann  
tíma þældi maður lítið í klæðn-  
aði, maður fór bara í það sem  
mamma rétti manni!“

Finnst þér sumartískan  
skemmtileg?

„Já, því á sumrin léttist  
klæðnaðurinn og verður litríkari.  
Mér finnst Íslendingar almennt  
fylgjast ágætlega með tískunni  
og vera það sem kallast á norsku  
„motebevisst“. Íslendingar eru  
farnir að klæðast litríkari fatnaði  
í meira mæli en fyrr. Það er góð  
þróun.“

Texti: Anna Kristine

Hér & nú mynd:

Gunnar V. Andrússon og Hari.



# Hollustuna heim!

Hollur og góður kínamatur,

## BARNABOX



2 kjúklingaleggir franskur  
og kokteilsósa kinderegg  
700 kr

stórir skammtar  
- beint heim til þín.

### TILBOÐ 1

Djúpsteiktur rækjur  
Original hot and  
sweet svinakjöt  
Snöggsteikt nauta-  
kjöt í ostrusósu  
Kínverskar  
eggjanúðlur  
m/kjúklingi og  
grænmeti  
Hrisgrjón, súrsæt  
sósa, þrjónar og  
soya sósa

1.345 á mann  
2.690 fyrir tvo

### TILBOÐ 2

Djúpsteiktur rækjur  
Peking kjúklingur  
m/kínasveppum  
Wok steikt lamba-  
kjöt m/svartbauna-  
sósu  
Original hot and  
sweet svinakjöt  
Hrisgrjón súrsæt  
sósa, þrjónar og  
soya

1.445 á mann  
2.890 fyrir tvo

### TILBOÐ 3

#### Rifjapartý

Konton svinarit  
Hrisgrjón, þrjóna  
og soya  
poki af Maarud

1.250 á mann  
2.500 fyrir tvo



ORIENTAL RESTAURANT • LAUGAVEGI 19

#### FRÍ HEIMSENDING

Lágmarkspöntun er kr. 1.900,- en kr. 4.000,- í Hafnarfjörð.  
Opíð: mán.-fim. 12-22, fös. og lau. 12-23, sun. 17-22

2 L COKE OG RÆKJUFLÖGUR FYLGJA Í „TAKE AWAY“

PÖNTUNARSÍMI 552 2399

# STOLTIR AF DORRIT



## Dorrit stendur sig eins og drottning

„Efast ekki í sekúndubrot um óbrigðulan fatasmekk Dorritar og litaval,“ svarar Ólafur Páll Gunnarsson, verkefnisstjóri tónlistar Rásar 2, aðspurður um fataval Dorritar og bætir við: „Ef ég væri kona myndi ég vilja eiga svona dragt og ekki öðruvísi. Mér finnst Dorrit bara standa sig eins og drottning, frekar en forsetafrú. Ég endurtek: Dorrit er alltaf eins og drottning.“



## Það er skap í henni og það er bara gæðamerki

„Mér finnst Dorrit standa sig afburðavel. Hún sinnir sínu hlutverki vel og er bæði sýnileg og einlæg í því sem hún er að gera. Hún hefur náð góðum tókum á íslenskunni og er mjög vinsæl meðal þjóðarinnar sem er auðvitað besti mælikvarðinn á það hvernig hún stendur sig. Hún sýndi einnig um daginn á ísraelska flugvellinum að það er skap í henni en það er bara gæðamerki,“ segir Ágúst Ólafur Ágústsson, varaformaður Samfylkingarinnar.



## Hvað finnst þér um dragtina sem hún klæðist á myndinni?

„Ég verð að viðurkenna að ég hef ekki heitar skoðanir á drögtum. Og reyndar er þekkingin á góðri dragt ekki ýkja mikil heldur. En Dorrit er ljómandi fín, eins og alltaf.“

## En litavalið?

„Hvítt er alltaf klassi. Kannski er aðalatriðið að vera í stíl við perlunar?“



### Kominn tími á fallegan íslenskan upplut

„Dorrit kom svolítið bratt inn í þetta „hlið-arembætti“ og þarf að fylla í ákveðin skörð, þ.e.a.s. geðjast öllum. Það er erfitt og nánast ógerlegt jafnt fyrir innlendan sem erlendan aðila í hennar stöðu. Hún er að reyna að vera alþýðleg og tekst það oftast en stundum skín í yfirstéttarkonuna og það er bara í finu lagi.“ segir Hinrik Ólafsson leikari sem er um þessar mundir að vinna með sjónvarpsstöðinni Animal Planet og þekktum dýralífljósmynd-ara að gerð heimildarmyndar og ljósmyndabókar um íslenska hestinn. Við komumst ekki hjá því að forvitnast um það líka: „Það var krefjandi verkefni en spennandi og gríðarleg kynning fyrir „gæðinginn okkar“. Þættirnir verða sýndir á öllu dreifikerfi sjónvarpsstöðvarinnar og bókun gefin út á sjö tungumálum af einu stærsta bókaforlagi Bretlands. Í vor var ég að vinna með BBC2 á Íslandi að gerð heimildarmyndar um móðuharðindin. Það er þáttaröð sem heitir Time watch þar sem skoðaðir eru heimssögulegir atburðir í nýju ljósi. Síðan hef ég verið í leiðsögn með erlenda gesti víðs vegar að úr heiminum auk þess sem ég er að undirbúa mig fyrir leik í stuttmynd sem tekin verður í ágúst.“



### Alltaf glæsileg til fara og útkoman flott

„Mér finnst hún standa sig með þrýði,“ segir Björn Sveinbjörnsson, framkvæmdastjóri NTC, og heldur áfram: „Hún er mjög alþýðuleg, jákvæð og gaman að sjá hvað hún hefur lagt sig mikið fram við að læra íslenskuna. Hún hefur mikinn áhuga á öllu sem er íslenskt. Það er augljóslega viðskiptavit í henni. Hún er ötul við að kynna íslenski framleiðslu, sjá möguleikana hér eða erlendis.“



#### Fatavalið?

„Dorrit er alltaf mjög glæsilega til fara. Góð ímynd kvenna á öllum aldri. Hún á greinilega mikið af glæsilegum fötum og skartgripum og útkoman er mjög flott hjá henni. Hún er oft mjög elegant, enda forsetafrú, en kann líka að vera flott þegar hún er kasúal.“

#### Fatavalið?

„Dragtin er fín og sumarleg í samanburði við dökk jakkaföt herra. Litavalið er eftir árstíðinni rétt. En ég hefði valið annan lit á skyrtuna – jafnvel hvíta eða bara verið í bol svo dragtin og myndarlega Dorrit njóti sín betur. Annars er kominn tími á fallega íslenska upplutinn fyrir Dorrit – uppluturinn vekur alltaf upp rómantískar og kynþokkafullar kenndir.“

### Hún er skemmtilegt mótvægi við Ólaf Ragnar

„Þessi dragt er mjög sumarleg og brýtur þessa mynd mjög skemmtilega upp. Hún fær plús frá mér fyrir dragtina,“ segir Jón Sigurðsson söngvari þegar við sýnum honum mynd sem birtist á forsiðum dagblaðanna sem sýnir forsetahjónin færa George Bush, fyrrverandi forseta Bandaríkjanna, veiðistöng við komuna á Bessa- staði á þjóðhátíðardegi Bandaríkjanna 4. júlí síðastliðinn. „Dorrit finnst mér vera að standa sig mjög vel, hún er alltaf glæsileg og virðuleg en gefur sér samt þínu lausan tauminn stöku sinnum og hefur þetta skemmtilega mótvægi við herra Ólaf Ragnar. Þannig að saman mynda þau mjög heilsteypa einingu.“



#### Hvað finnst þér um litavalið?

„Litavalið finnst mér mjög gott en Dorrit er einmitt vön að vera svolítið skemmtileg þegar kemur að vali á litum og er alveg óhrædd við að fara í það sem hún vill hverju sinni. Hún velur sér oft áberandi og æpandi liti sem er flott því að forsetinn er oftast í svörtum eða gráum jakkafötum og ef hún væri þannig líka myndu þau líta út eins og þau væru að fara í jarðarför,“ segir Jón sem er um þessar mundir á fullu að semja tónlist og æfa og útsetja með félagnum í ofurtríóinu Tobiaz-i. „Við erum svona að byrja að æfa upp efni og stefnt er á frekari útrás með haustinu.“

### Er svo fullkomlega og áreynslulaust kurteis og þægileg í viðmóti

„Mér finnst Dorrit standa sig stórkostlega sem forsetafrú. Ég hef tvisvar orðið þeirrar ánægju aðnjótandi að vera borðherrann hennar,“ segir Adolf Ingi Erlingsson íþróttafréttamaður og bætir brosandí við: „Ásamt Ólafi Ragnari að sjálfsögðu, á kjöri íþróttamans ársins og hef sjaldan eða aldrei kynnst eins sjarmerandi konu. Hún er svo fullkomlega, og áreynslulaust, kurteis og þægileg í viðmóti. Okkur Íslendingum er sómi að því að eiga svona glæsilega forsetafrú sem vekur athygli hvar sem hún kemur fyrir glæsileika, þokka og smart klæðaburð.“



# TOBLERONE Í STAÐ KAMPAVÍNS

Vilhjálmur prins er rosalegt kvennagull og hafa ljósmyndarar gaman af því að taka myndir af kappanum. Vilhjálmur tók nýlega þátt í góðgerðarþólmóti og mætti enginn annar en tónlistargúrúinn Pharrell á staðinn til þess að fylgjast með. Það þótti frekar fyndið að sjá hversu lífill Pharrell er við hliðina á prinsinum sem er nú bara venjulegur á hæð.

Annars var Vilhjálmur bara hress. Hann borðar víst Toblerone eins og við hin og finnst voða gaman að senda sms.



### Umkringdur frægu fólki

Vilhjálmur prins heilsaði upp á Pharrell á góðgerðarþólmóti á dögnum. Takið eftir því hversu lágvaxinn Pharrell er.



**Algjört hönk** Vilhjálmur þykir sláandi líkur foreldrum sínum og er eftirsóttur piparsveinn. Hann hefur þó fundið ástina í lífi sínu. Sú heppna heitir Kate Middleton. Þau leigðu saman er hann stundaði nám við St. Andrews-háskólann.



**Sendir sms** Ætli Vilhjálmur hafi verið að senda Kate kærustunni sinni sms.



**Nammi, namm** Villi sleppti kampavíninu en fékk sér Toblerone í staðinn.

## Lindsay Lohan alltaf á ströndinni KOMIN MEÐ NÝJAN GÆJA

Litla Lindsay Lohan gerir lítið annað þessa dagana en að hanga á ströndinni. Þessar skemmtilegu myndir náðust af henni að teygja sig og beygja út um allar trissur.

Ekki er vítað hvort að Lindsay hafi verið að spreyta sig á jóga en hún getur hreyft sig. Nýjasti vinur leikkonunnar lá með henni á bekk og þau kúru saman.

Gaurinn heitir Harry Morton og er 25 ára veitingahússeigandi í Los Angeles.

### Nýi gaurinn

Harry Morton er nýjasti kærasti leikkonunnar Lindsay Lohan.



### Upp með lappir

Lindsay teygir á líkama sínum af fullum krafti.



**Ég er svo sexí** Lindsay þykir algjör skvísa og hún veit það vel, eins og sést á þessari mynd.

**Á fullu** Lindsay alveg á fullu í teygjunum.



Hér & nú kíkir inn í framtíðina

# STJÖRNURNAR MUNU LÍTA SVONA ÚT EFTIR 20 ÁR

**P**að sést oft á manneskjum hvernig lífi þær lífa og hvernig þær eigi eftir að líta út í framtíðinni. Hér & nú tók nokkur þekkt andlit fyrir og rýndi í hvernig útlit þeirra mun vera eftir 20 ár.



**Jessica Simpson**  
Suðurríkjamaer með ljósa lokka og flottar lappir.



**Loni Anderson**  
Jessica er sláandi lík Loni Anderson fyrrverandi eiginkonu Burts Reynolds.



**Nicole Richie** Nicole hefur heldur betur stolið stíl ítölsku leikkonunnar Sophiu Loren. Báðar tvær ávallt með stór sölgleraugu.



**Sophia Loren** Kynbomba aldarinnar. Hún og Nicole hafa sama smekk á sölgleraugum en vaxtarlag þeirra er eins ólíkt og mögulegt er.



**Dakota Fanning**  
Barnastjarna með meiru. Það er aldrei að vita nema að Dakota verði einn daginn leikstjóri.



**Jodie Foster** Jodi Foster sló í gegn aðeins 14 ára gömul í kvikmyndinni Taxi Driver. Jodie hefur átt farsælan feril og það er vonandi að Dakota feti í fótspor hennar.



**Benjamin McKenzie**  
O.C.-stjarnan er alltaf rosalega alvarlegur á svip. Já, lífið er erfitt.



**Russell Crowe** Benjamin og Russell gætu verið bræður. Þeir eru fáránlega líkir. Það er vonandi að Benjamin nái að vinna sig upp úr sjónvarpi og yfir í kvikmyndirnar.



**Paris Hilton** Er ung og með sléttu húð núna en bíðum róleg. Eftir 20 ár af þessu líferni sem hún lifir núna verður hún næsta Donatella Versace.



**Donatella Versace** Er orðin svolítið sjúskuð eftir mikið rokk og ról. Hún hefur farið þó nokkuð oft undir hnifinn. Paris mun líta svona út er hún eldist.



**Mandy Moore** Litla, sæta Mandy Moore er uppahald Bandaríkjanna. Hún hóf ferilinn sem söngkona en hefur nú snúið sér að kvikmyndum og er að gera góða hluti.



**Diane Lane** Unfaithful-stjarnan hóf ferilinn ung. Hún dró sig síðar í hlé og kom sterk aftur til leiks í myndinni Unfaithful. Mandy Moore þarf ekki að órvænta ef hún mun líkast henni.

# FLOTTARI BRONSLIT

Hollywood-stjörnurnar elska brúnkusprey



**Alltof brún** Jessica Simpson missti sig aðeins í brúnkuspreyinu. Þetta er ekki fallett.



**Lindsay Lohan** Er rauðhærð og mjög fól af náttúrunnar hendi.



**Hvít og sæt** Hér er mynd af Jessicu venjulegri. Hún lítur alls ekki illa út.

**S**tjörnurnar í Hollywood hafa ekki alltaf tíma til að liggja í sólinni og skella sér þá í brúnkusprey til að fá gylltan og fallegan húðlit. Þær eiga það þó stundum til að missa sig og líta út eins og geislavirkar geimverur. Það er spurning hvort þær líta betur út án brúnkuspreysins. Dæmi hver fyrir sig.



**Gaman að breyta til** Lindsay Lohan er þekkt fyrir að skipta um háralit og greinilega húðlit líka.

Tískuvikan í Frakklandi hefst með ótrúlegri sýningu Christians Dior

## GALLIANO ER SNILLINGUR

**E**in falgasta Christian Dior-sýningin til þessa var haldin nú á dögunum í París. Hönnun Gallianos sló heldur betur í gegn og var altað eftir sýninguna að þetta hafi verið ein falgasta hönnun kappans til þessa.

Kvikmyndastjörnurnar flyktust að

til að fylgjast með sýningunni sem getur aðeins verið kallaður viðburður. Þar á meðal voru Liv Tyler, Mischa Barton og Liz Hurley. Drew Barrymore mætti og það skein af henni. Hún sagði eftir sýningunna: „Þetta var svo fallett. Galliano er snillingur og þetta virkar.“



**Ótrúlega ánægð** Liz Hurley og unni hennar Arun Nayar brostu hringinn á sýningunni.

# TADAR EÐA HVÍTAR?



**Gyllt gella** J.Lo með gomu af gervibrúngu. Hún glitrar nánast.



**Jennifer Lopez** Er alltaf glæsileg á rauða dreglinum. Hér er mynd af henni án brúnkuspreys.



**Paris Hilton** Engin gervibrúnka og ávallt glæsileg.



**Glitrandi Paris** Hún er þekkt fyrir að nota brúnkuspreyið mjög mikið og á það til að fá sér alltof margar umferðir.



**Drew Barrymore** Hefur aldrei verið meiri gella. Hún hefur grennst alveg ótrúlega mikið og veit vel af því að hún er algjört beib.



**Ellen Pompeo** Úr Grey's Anatomy flaug sérstaklega til Frakklands til að vera viðstödd tiskusýninguna.



**Ánægðar með sjóvið** Leikkonurnar Liv Tyler og Mischa Barton voru feikiánægðar með sýninguna.



**Mischa Barton** Elskar hönnun Johns Galliano.





Grúv Dj Egill Þórðarson spilaði raftónlist.

Ilmvatnskygning var haldin í Guerilla Store þar sem hátískuvörur frá Comme des Garçon eru seldar. Gróf partístemning ríkti á Mýrargötunni.

„Sú sem er í rauða bolnum heitir Birna Reynisdóttir og er einn af eigendum Guerrilla Store. Við hlíðina á henni er mikill vinur okkar, ljósmyndarinn og stílistinn Charlie Strand, og kærastan hans Hildur.“



„Ilmvatnið Guerilla er gert úr kryddum. Svörtum pipar og rauðum og engifer,“ segir Sonja Bent sem er einn af eigendum Guerilla Store í Reykjavík. Aðspurð hvernig

kynningin gekk segir hún: „Það skapaðist gróf partístemning þar sem allt leystist upp í tjútt.“ Ilmvötnin fást einungis í París og hjá Sonju Bent í Guerilla Store.

# GRÓF PARTÍSTEMNIN

Veronique Zidane áhyggjufull á úrslitaleik Frakka og Ítala

## EIGINKONA ZIDANES TRÚÐI EKKI SÍNUM EIGIN AUGUM!

Það brá mörgum í brún er Zinedine Zidane, fyrrihlið fransk landsliðsins í fótbolta og einn besti fótboltamaður í heiminum í dag, snéri sér snögg við í fram- lengingu úrslitaleiksins á HM og stangaði Marco Materazzi beint í brjóstakassann og það hart.

Þær getgátur hafa verið uppi að Materazzi hafi kallað Zidane hryðjuverkamann. En Zidane er bæði með franskan og alírskan ríkisborgararétt og er múslimi.

Í kjölfar atviksins fékk Zidane á sig rautt spjald og var rekinn út af vellinum.

Ítalir unnu leikinn með víta- spyrnukeppni og kom Zidane ekki aftur inn á völlinn til að taka á móti silfurverðlauninum. Ljósmyndir náðust af eiginkonu hans, Veronique Zidane, er at- vikið átti sér stað og það kemur kannski engum á óvart að henni

var heldur betur brugðið, rétt eins og öllum í kringum hana.

Zidane kvaddi skemmtileg-ustu og vinælustu íþrótt í heimi, sem ruddi en ekki hetjan sem hann er.



Elin Hrund, Hanna Björk, Anna Margrét



Marín, Þórarinn og Sara María.



Ásta Kristín Sveinsdóttir, Milena og Jóna Þorsteinsdóttir.

H&N myndir: Daniel Rúnarsson

# ING Í GUERILLA STORE



**Rautt spjald** Þessi leikur verður einn sá eftirminnilegasti í sögunni vegna skalla Zidanes.

**Bróðir Zidane**  
Fylgdist áhyggjufullur með atburðarásinni.



**Hvað er að gerast?** Veronique veltir því fyrir sér af hverju leikurinn hefur verið stoppaður og stendur upp. Það getur verið erfitt að sjá hvað er að gerast á vellinum.

NÝ ÞÁTTARÖÐ!

Eiginkonur fótboltastjarnanna eru mættar aftur í nýrri þáttaröð – þeirri svæsnustu til þessa.

## FOOTBALLERS' WIVES

Á fimmtudögum kl. 21:20



Mörgum konum finnst erfitt að mála sig á náttúrulegan hátt þannig að þær líti út fyrir að vera lítið sem ekkert málaðar. Konur vilja að húðin sé óaðfinnanleg án þess að farðinn sé mikill, augnhárin löng og þétt án þess að maskarinn sjáist og þar fram eftir götunum. Þetta er ekki svo erfitt ef réttu vörurnar eru notaðar.

# „ENGIN FÖRÐUN“ ER ÞAÐ SEM VIRKAR



**Skapaðu umgjörð í kringum augun** Nuddaðu eyeliner með þéttum bursta á milli augnháranna. Útkoman er þéttari augnahár og skarpri umgjörð í kringum augun.



**Snyrtibuddan segir allt um þig** Farðu yfir snyrtitöskuna, sumt þarf ef til vill að endurnýja. Það sem virkaði vel fyrir einhverjum árum þarf ekkert endilega að vera það besta fyrir þig í dag. Húðin breytist eftir árstíðum og auðvitað með aldrinum.

## Margrét mælir með:

Kanebo – Gel Bronzant  
MAC – Cream Blush  
Lancome – Color ID-farða  
Estée Lauder – Self Tan  
Dior 5 – skuggapalletta (brúntóna)

Texti >> Margrét R. Jónasar, föðunarmeistari

H&N-myndir >> margret.is



**Hálsinn líka farðaður** Notaðu hlýlegan lit í sólarpuðri yfir allt andlitið og niður á háls. Varastu að nota of dökkan lit.



**Þú finnur hvað hentar þér best** Ef þér líkar betur við hlýja tóna þá er hægt að velja úr ótal mörgum brúnum tönnum. Ef þú ert hrifnari af köldum litum er hægt að velja grátóna liti og jafnvel brúgráa í kringum augun.

✓ Farðu yfir snyrtitöskuna, sumt þarf ef til vill að endurnýja. Það sem virkaði vel fyrir einhverjum árum þarf ekkert endilega að vera það besta fyrir þig í dag. Húðin breytist eftir árstíðum og auðvitað með aldrinum. Taktu tillit til hvaða áferð af farða og hvaða litur hentar best hverju sinni. Prófið vörur ávallt á eigin húð áður en þær eru keyptar.

✓ Haltu þig við náttúrulega liti fyrir náttúrulega fördun. Ef þér líkar betur við hlýja tóna þá er hægt að velja úr ótal mörgum brúnum tönnum. Ef þú ert hrifnari af köldum litum er hægt að velja grátóna liti og jafnvel brúgráa í kringum augun.

✓ Gott er að eiga eyeliner-köku eða krem-eyliner. Nuddaðu eyeliner með þéttum bursta á milli augnháranna. Útkoman er þéttari augnhár og skarpri umgjörð í kringum augun. Veldu maskara sem lítar augnhárin án þess að klessast. Góður maskari hefur millþykkt krem og góðan bursta. Gott er að þurrka örliði úr burstanum áður en maskarinn er borinn á og greiða yfir augnhárin eftir á með hreinum bursta.

✓ Notaðu hlýlegan lit í sólarpuðri yfir allt andlitið og niður á háls. Varastu að nota of dökkan lit. Frábært trix er að finna náttúrulegan kremlit, til dæmis í stiftformi, sem hægt er að nota á augu, kinnar og varir. Það er bæði fljótlegt og gefur fallegt frísklegt útlit.



# FJÁRMÁLAS

Við skoðum fjármálin út frá stjörnumerkjunum þar sem fram kemur að fiskurinn ætti ekki að fresta ákvörðunum, hrúturinn mætti sýna hlutleysi í viðskiptum og krabbinn ætti ekki að gleyma að huga að heilsunni í öllum hamaganginum.

## Vatnsberinn (20. jan.–18. feb.)

**Óþekktar dyr opnast í júlilok**

Fyrir þér er ávallt til ein rétt leið og hana ferð þú með því að safna ómeðvitað að þér upplýsingum að hætti vatnsberans en hér ættir þú að tileinka þér að opna hjarta þitt og tjá hugmyndir þínar þegar starf þitt er annars vegar. Ef þú gerir ávallt aðeins meira en þér er borgað fyrir færðu að lokum meira borgað en í dag.



Vertu opinn fyrir tækifærum til að gera aðeins meira en í dag því ef þú tileinkar þér það munu óteljandi, áður óþekktar dyr opnast þér. Taktu svokallað aukaspor

því framtíð þín felur ekki í sér neinar takmarkanir þegar velgengi þín er annars vegar.

Þú ert bjartsýnn og væntir þess að í viðskipta-sambandi gefi báðir aðilar og þiggi ósleitilega og að sama skapi ert þú án efa fær um að skilja hvað það er sem er nauðsynlegt til að viðskipta-sambönd þín gangi.

## Fiskarnir (19. feb.–20. mars)

**Burt með sektarkennd og mórál yfir engu**

Sektarkennd er stöðnuð orka, hafðu það hugfast ef þú ert fæddur undir stjörnu fiska. Sektarkennd hefur alls enga býðningu og hneppir nánast allt í fjótra en það er hins vegar lofsvert að bera ábyrgð á gjörðum sínum og dreyma stóra drauma.



Varðandi fjármál/viðskipti ættir þú að fjárfesta betur í tíma þínum. Byggðu upp huga þinn meðvitað og möguleika þína til að afla þér tekna. Gefðu skynhneigð þinni lausan tauminn, tjáðu þig og viðurkenndu eigin líðan og óskraðu upphátt það sem þú þráir að upplifa. Gerðu þér grein fyrir því að tilvera þín er skilgreind samkvæmt þinni eigin skynjun og á það einnig við um fjárhag þinn.

Stundum áttu það til að afneita eðli þínu sökum óöryggis. Hættu því hið fyrsta ef þú vilt ná ásættanlegum árangri, því þú verður ákaflega háður þessari afneitun.

## Hrúturinn (21. mars–19. apríl)

**Næmur hugmyndasmiður**

Þú virðist vita hvað þú þráir á sama tíma og þú ert hugmyndríkur, næmur og þolgóður. Þú ert fær um að skilja eigin tilfinningar. Hér birtist þú yndislega sveigjanlegur, greiðvirkinn og undantekningarlaust töfrandi í starfi sem og á heimilinu. Þér er ráðlagt að hafa það sem almenna reglu að vera hlutlaus í garð fólksins sem þú átt nán samskipti við og tileinka þér að hafa skýra hugmynd um hvernig þú ætlar þér að skapa verðmæti/upplifun sem þú sækist eftir.



Sál þín lætur án efa undan þegar þú leyfir þér að treysta og hlýða á hjartað. Glampi skín úr augum þínum sökum vellíðunar því heimurinn tekur niður grímu sína fyrir þér en á sama tíma er mikilvægt að þú áttir þig á að reiði er viðbragð og ópolinmæði að sama skapi.

## Nautið (20. apríl–20. maí)

**Þú ert fæddur leiðtogi**

Hér kemur fram að þú heldur huga þínum opnum og fordæmir ekki gjörðir annarra sem er svo sannarlega jákvæður eiginleiki í fari nautsins en einnig er minnst á að þú ættir að gera þér grein fyrir yfirburðasviði þínu svokölluðu ef þú kýst að ná ásættanlegum árangri þegar fjármálin eru annars vegar.



Hugaðu betur að því hvað þú gerir, sérstaklega þegar þú stendur frammi fyrir ákvörðunum því þú átt það til að vera tvístigandi stundum og það tefur fyrir þér.

Þú ættir einnig að gera þér grein fyrir lykilhæfileikum þínum sem eru áberandi í fari þínu. Stjarna þín sýnir velmegun og öryggi en þú verður að vilja það sannarlega. Þú ert fæddur leiðtogi og ef þú sættir þig við þá staðreynd verður veröldin svo sannarlega leikvöllur þinn. Einnig ert þú minntur á að hika ekki við að starfa í þágu fólks af sanngirni og auðmýkt.

## Tvíburarnir (21. maí–21. júní)

**Nýttu þekkingu þína betur**

Hérna ert þú minntur á að þú lifir á tímum tækifæra þar sem fólk getur náð meiri árangri en áður hefði verið hægt að ímynda sér. Þú trúir því að það séu tvær hliðar á hverju máli og því reynir þú að sjá þær báðar áður en þú kemst að niðurstöðu. Þú kannar, skoðar og greinir þangað til þú veist svarið. Notaðu innsæi þitt í meira mæli.



Þú tilheyrir þriðja merkinu í dýrhringnum og birtist því hér mjög breytilegur. Loft verður illa sett í flösku, það sleppur undan. Það er að sama skapi mjög erfitt að hemja það því það vill frelsi og þannig er þér lýst þegar viðskipti eru annars vegar því loft er svokallaður miðill hljóðs sem tengir saman hugsanir, staði og ekki síður fólk. Merkúrís sýnir þig vera greindan en þig skortir oft á tíðum dómgreind og rökvisi, sem ekki ber að rugla saman við greind þína. Nýttu þekkingu þína betur.

## Krabbinn (22. júní–22. júlí)

**Ónæmiskerfi líkamans þarfnast aðhalds**

Hér er minnst á verkefnalista þegar stjarna krabba er tekin fyrir varðandi fjármál/árangur og að fólk fætt undir þessari stjörnu ætti að stefna öllum stundum að jafnvægi milli starfs og einkalífs. Hér er þörf á jafnvægi. Skoðaðu vandlega hvers þú væntir af þeim sem þú starfar með eða fyrir og hvað þú kýst að leggja sjálfur af mörkum.



Höfsemi er lykिलinn að framhaldinu þar sem jákvæðar tilfinningar upphéfa þig sannarlega. Þú hefur ákveðnar hugmyndir um hvað eigi að gerast og ef þú ert njórvaður niður við þá hugmynd/verkefni þá ert þú samstundis búinn að útiloka óteljandi möguleika sem eru enn ókannaðir. Þú getur orðið einkar klókur við að sjá hvernig aðrir bregðast við líðan þinni á vinnustað/skóla.



# SPÁIN ÞÍN



## FYRIR SUMARIÐ

### Ljónið (23. júlí–22. ágúst)

Hugaðu að kjarnanum fyrir alla muni

Vertu ávallt viss hvað er mikilvægast fyrir fyrir-tæki þitt, starf eða nám, kæra ljón. Þú býrð yfir þeim ágæta eiginleika að taka réttar ákvarðanir og þar er færni þín svo sannarlega á ferðinni.

Þér er ráðlagt að hugsa. Tjáðu þig og temdu þér þolinmæði. Mikilvægt skref í því að breyta hugsunarhætti þínum er hugleiðsla sem gæti auðveldað þér að komast fyrir rætur

afbrýðisemi þinnar, egðsins sem býr innra með þér. Ef þú ert í vafa hvernig þú átt að bregðast við ákveðnum aðstæðum (á við viðskipti) ættir þú að hlusta vel á líkama þinn sem svarar þér án áreynslu. Hegðaðu þér af hugrekki og þér berst aðstoð úr þeirri átt sem þú áttir jafnvel ekki von á.

Sérhver einstaklingur hefur svokallaða persónulega velgengnisþætti sem ákvarða framtíð hans þegar fjármál og viðskipti eru annars vegar.

### Meyjan (23. ágúst–22. sept.)

Þú lætur hlutina einfaldlega ganga upp

Þegar stjarna þín er skoðuð kemur fram að líf þitt blómstrar ef þú einn kýst að láta hlutina ganga upp. Hérna er þér ráðlagt að hegða þér af hugrekki og festu fram að vordögum þegar fjármunir og áhættur eru annars vegar.

Stjarna þín sýnir þig og líðan þína að sama skapi þar sem þú hneigist til að vera þrjúskur og verndar þig jafnvel tilfinningalega og það kemur í veg fyrir að draumar þínir rætist. Nú er komið að þér að gefa í stað þess að halda aftur af þér því vilji þinn til að fylgja ákvörðunum þínum eftir mun svo sannarlega færa þér hjálp ósýnilegra af.

Frankvæmdu kæra meyja og ekki hika við að setja þér há markmið og mundu að skipuleggja og forgangsraða áherslum tilveru þinnar betur en þú hefur tileinkað þér. Taktu áhættu, sýndu hugrekki og sjá, þér mun berast aðstoð en aðeins ef þú hugar vel að sjálfínu og ekki síður náunganum.

### Vogin (23. sept.–23. okt.)

Rökhugsun er lykill að velgengni

Fólk fætt undir stjörnu vogar er fært um að sá eigin rökhugsun yfir tilfinningalegar þrjár. Fagnaðu því að vera óyfirvegaður því þegar þú leyfir þér að fá útrás á tilfinningasviðinu getur hjarta þitt opnast og þú verður fær um að takast á við velgengni.

Hér birtist upphafspunktur þegar stjarna þín er skoðuð þegar fjármál/ávinningur er annars vegar. Þú ert fær um að einbeita þér og skilgreina hvað það er sem umhverfið býst helst við af þér ef þú hlustar og lætur ótta lönd og leið. Þú birtist hér ákafur við að skilja eðli og merkingu tilveru þinnar og finnur það eflaust innra með þér að hjarta þitt er rafall sköpunargleðinnar og að sál þín leitast við að finna rétta taktinn samhliða líkama þínum.

### Sporðreki (24. okt.–21. nóv.)

Spara, spara, spara

Sporðrekin er ábyrgðarfullur mjög sem er mikill kostur þegar fjármál eru annars vegar. Hann er öruggur í framkomu og býr yfir réttu viðhorfi til lífsins. Hann er sterk manneskja þegar kemur að andlegum styrk en er oft á tíðum með hugann við annað en starfið/námið.

Sporðrekin er opinn fyrir skoðunum annarra og samhliða því er minnst á að því að taka mikilvægar ákvarðanir. Einnig er hann orkumikill, en á það til að vera óþolinmóður þegar kemur að smáatriðum og samhliða því er minnst á að því hraðar sem þú kemst nær fjárhagslegu sjálfstæði, því hraðar færir þú það nær þér.

Hafðu hugfast að fólk sem nýtur fjárhagslegrar velgengni hefur til að bera reynslu af því að leggja mjög hart að sér áður en það fékk tækifæri og það sama gildir einnig um þig kærri sporðreki en þú ert án efa meðvitaður um þá staðreynd.

### Bogmaður (22. nóv.–21. des.)

Tjáðu þig rétt og eðlilega við samningaborðið

Merki þitt segir þig stöðugt þarfnast breytinga. Þú ættir ekki að leyfa kunnuglegu mynstri og vana að stjórna gjörðum þínum heldur læra að taka meðvitaðar ákvarðanir. Til að ná stjórn á eigin tilveru, verður þú fyrst að ná valdi á þínum eigin huga.

Hættu að leita og og reyndu að vera rólegur og afslappaður í samskiptum við aðra með því að leita leiða til að tjá þig rétt og eðlilega og ekki síður með því að skora á hölm þær skoðanir sem halda aftur af þér þegar velgengni er annars vegar. Hér kemur fram að væntingar fólks sem fætt er undir stjörnu bogmanns hafa gríðarleg áhrif á fólkíð sem það umgengst.



### Steingeit (22. des.–19. jan.)

Markmiðin þurfa að vera skýr

Hæfileiki þinn til að finna út hvað þú kýst að eiga og njóta byggist einfaldlega á því að geta ákvarðað æskileg markmið og er það upphafspunktur farsældar þinnar. Ánægt fólk hefur þann vana að hugsa og ræða einungis það sem það vill og þráir og þú, kæra steingeit, ættir að tileinka þér það næsta árið.

Ef þú stundar viðskipti ættir þú að ákveða hér og nú hverjir eru mikilvægustu viðskiptavinir þínir sem þú verður einfaldlega að gera til hæfist ef þú vilt að þeir haldi tryggð við þig. Auðgaðu meðvitað líf viðskiptavina þinna og ekki síður fólksins sem þú starfar með/fyrir.

Aldrei kenna öðrum um eigin vandamál. Ekki koma með afsakanir. Hættu að framkvæma langt undir getu þinni og fyrir alla muni skaltu hætta að sýna flóttahæðun því þú ert sigurvegari í eðli þínu. Vertu ánægður með sjálfan þig og settu þér það markmið að ná stjórn á eigin lífi.



# SUMARÚTSALAN HAFIN

CALVIN KLEIN - FILIPPA K - PATRIZIA PEPE - LACOSTE - STELLA MCCARTNEY - RITZOU - LEE - WRANGLER - SPORT MAX  
GK REYKJAVÍK - DAY BRIGER & MIKKELSEN - JUCY COUTURE - PRIMA BASE - PDM O'AM - MINI & TURE

# ÚTSALA

40% AFSLÁTTUR MENN OG KONUR  
50% AFSLÁTTUR AF BARNAFÖTUM  
60% AFSLÁTTUR AF DAY VÖRUM

GK REYKJAVÍK

MENN, KONUR OG BÖRN

Við hittum kærustuparið Brynjar Mát Valdimarsson, 27 ára, og Kristínu Yri Bjarnadóttur, 22 ára, sem skipar tónlistarbandið Snooze, í Vero Moda þar sem það mátaði föt og sprellaði. Þau ræða opinskátt um fyrsta kossinn, ástina og hvort eitthvað sé upp úr því að hafa að vera tónlistarmaður á Íslandi.

# VIÐ KOLFÉLLUM FYRIR HVORT ÖÐRU

## Hvernig kynntust þið?

„Þetta byrjaði svona hægt og rólega að þróast hjá okkur,“ svarar Brynjar Mát útvarpsmaður og heldur áfram: „Við erum að sjálfsögðu bæði í bransanum og vorum svo sem búin að sjá hvort annað öðru hvoru í dágóðan tíma áður en við töluðum saman í fyrsta skipti. Þetta þróaðist hægt og rólega í það að við fórum að spjalla saman sem félagar eins og gengur og gerist og kannski svona ómeðvitað fylgdi því þínulítið daður,“ segir hann og lítur brosandí á Kristínu Yri sem tekur við:

„Það eftirminnilegasta er að Brynjar Mát var að spila á Hverfis-

barnum um helgar á þessum tíma og þar var vinsælt að íþróttafólkið liti við og að sjálfsögðu vorum við Valsstelpurnar þar í góðu yfirlæti. Eitt skiptið þegar við komum á Hverfisbarinn bárum við allar gullmedalú um hálsinn og hvítt fyrirliðaband. Við höfðum þetta kvöld unnið mót og hampað bikari. Ég kom beint upp í búr til Brynjars og setti á hann medalúna mína og bandið og skipaði honum að bera það og að halda með Val. Þegar kvöldið var búið var ég löngu farin heim enda var Brynjar Mát að spila til kl. 6. Svo Brynjar tók medalúna og bandið með sér heim og geymdi á góðum stað þangað til



Texti >> Elly Ármannsdóttir, [elly@365.is](mailto:elly@365.is)  
H&N-mynd >> Stefán  
Fatnaður >> Vero Moda og Jack & Jones

## HELGIN HJÁ SNOOZE

### Föstudagur

„Brynjar er að spila bæði föstudags- og laugardagskvöld þannig að hann mun sennilega vakna seinni part laugardags. Ég mun að öllum líkindum halda áfram að taka upp úr kössum og koma heimilinu í stand. Það tekur langan tíma að taka upp úr milljón kössum og ákveða hvar og hvernig allt á að vera.“

### Laugardagur

„Laugardagurinn fer því í að sofa út.“

### Sunnudagur

„Það er ekki ólíklegt að Bláa lónið verði tekið svona upp úr fjögur til að endurnæra sig fyrir langa vinnunótt sem er framundan. Það er eitthvað sérstakt við Bláa lónið sem endurnærir mann svo að það er ekki að ástæðulausu sem við ákváðum að fjárfesta í árskort. Það er erfitt að elda heima þegar allir pottar og pönnur eru ofan í kassa. Auk þess sem það er ekki búið að kaupa almennilega inn í ísskápinn. Skyndibitinn er að taka völdin á heimilinu um þessar mundir en úr því verður bætt um leið og pottarnir og pönnurnar finnast í þessum kössum sem eru enn óopnaðir. En að öllu jöfnu á venjulegri helgi finnst okkur voðalega ljúft að vera í góðra vina hópi, taka grill og spil eða spjalla um lífið og tilveruna.“

## Hvernig kynntust þið?

„Þetta byrjaði svona hægt og rólega að þróast hjá okkur,“ svarar Brynjar Már útvarpsmaður og heldur áfram: „Við erum að sjálfsgöðu bæði í bransanum og vorum svo sem búin að sjá hvort annað öðru hvoru í dagóðan tíma áður en við töluðum saman í fyrsta skipti. Þetta þróaðist hægt og rólega í það að við fórum að spjalla saman sem félagar eins og gengur og gerist og kannski svona ómeðvitað fylgdi því pínulítið daður,“ segir hann og lítur brosandí á Kristínu Ýri sem tekur við:

„Það eftirminnilegasta er að Brynjar Már var að spila á Hverfisbarnum um helgar á þessum tíma og þar var vinsælt að íþrótafólkið líti við og að sjálfsgöðu vorum við Valsstelpurnar þar í góðu yfirlæti. Eitt skiptið þegar við komum á Hverfisbarinn bárum við allar gullmedalíu um hálsinn og hvítt fyrirliðaband. Við höfðum þetta kvöld unnið mót og hampað bikari. Ég kom beint upp í búr til Brynjars og setti á hann medalíuna mína og bandið og skipaði honum að bera það og að halda með Val. Þegar kvöldið var búíð var ég löngu farin heim enda var Brynjar Már að spila

til kl. 6. Svo Brynjar tók medalíuna og bandið með sér heim og geymdi á góðum stað þangað til hann fékk símtal frá mér. Þá var ég loksins komin með ástæðu til að hringja í hann.

Eftir þetta kynntumst við betur og betur og það gat auðvitað bara endað á einn veg. Við fórum heim saman eitt kvöldið. Og þar af leiðandi byrjuðum við að tala meira saman og urðum aðeins nánari vinir en byrjuðum ekki saman strax.

Stuttu seinna gekk fyrsta helgin í júlí í garð og þá var stefnan tekin á Þórsmörk sem var ákveðið með nokkrum fyrirvara. Þar fer alltaf „Déjà Vu“-hópurinn saman og fylgir því mikið sprell, kassagítar og söngbók og fullt af fjöri. Brynjar Már náði með mikilli snilld að plata mig til að koma með í þá ferð, en auðvitað bara sem vinur. En eins og þú veist gerir náttúran kraftaverk og þarna í góðum félagsskap, söng og góðu veðri kolféllum við fyrir hvort öðru,“ segir Kristín Ýr og Brynjar Már kinkar kolli með sælubros á vör.

Strax eftir helgina voru þau orðin þar og Kristín flutti inn til Brynjars í þeirri viku. Auðvitað ekki með allt hafurtaskið með sér,



**Samstarfið** „Þetta er svolítið trikki, en samt kannski ekki. Auðvitað erum við bæði að semja það sem við erum að gera og miklu meira til. En ef það á að skipta þessu niður, þá er þetta eiginlega þannig að Kristín Ýr semur alla texta og við semjum saman melódíur í lög.“

heldur bara byrjaði að gista og öll kvöld og nætur fóru í það að kynnaast betur og betur. Smám saman voru fleiri hlutir úr lífi Kristínar komnir inn í íbúðina, eins og sæng og koddí, snyrtidót og fótboltaföt og svo þegar takkaskórnir og nærfötin voru mætt á svæðið var ekki aftur snúíð.

„Þá var hún mætt á svæðið með allt sitt hafurtask,“ segir Brynjar, „og farin að hugsa um heimilið og allt sem því fylgir. Stuttu síðar fórum við saman til Spánar þar sem við eyddum alveg

yndislegum tveimur vikum saman í sólinni og náðum að vera saman í rólegu og rómantísku umhverfi. Upp úr þessu fluttum við í Sala hverfið í Kópavogi og stofnuðum lítið heimili. Þar höfum við verið í rúmlega níu mánuði og erum nýbúin að fjárfesta í stærri og betri eign í Vallahverfinu í Hafnarfirði.“

## Fyrsti kossinn

*Hver tók fyrsta skrefið?*

„Það er frekar óljóst þegar við reynum að rifja það upp hver reyndi við hvern, erum bara sam-



# SAMVINNA ELSKENDA

## Kostir

„Kostirnir við að vinna saman eru að þetta er eins og að ein manneskja sé að gera hlutinn. Við hugsum eins og vinnum mjög vel saman. Auðvitað höfum við bæði sterkar skoðanir og oft ólíkar, en mætumst alltaf á miðri leið. Sem er kostur líka, því við tökum yfirleitt lag og semjum bæði lagið og veljum svo úr það besta hjá okkur báðum. Þetta er alveg frábær kostur.“

## Gallar

„Gallarnir eru eiginlega bara þeir að oft vantar nokkra klukkutíma í sólarhringinn og maður þarf að fórna miklum svefni til að ná öllum endum saman. Það auðvitað bitnar aðeins á deginum þegar maður nær bara 3–4 tíma svefni. En það er alltaf þess virði. Auðvitað bitnar öll þessi vinna í tónlist og öðru því tengdu á okkar rómantísku stundum saman og „quality time“ en á móti kemur að maður metur það bara meira þegar tími gefst til þess að hafa það notalegt saman.“

## Erfitt

„Það sem er kannski stundum erfitt er ef við stöndum gallhörð hvort á sinni skoðuninni og náum ekki að finna hinn gullna meðalveg. Þá þarf annað okkar að gefa eftir. En sem betur fer gerist það ekki oft.“

## Létt

„Það sem er létt er að við skiljum hvort annað svo vel þegar setja þarf lífið til hliðar þegar kemur að tónlistinni og það þarf að loka sig af til að semja eða vinna eitthvað í henni. Þá gefum við hvort öðru alveg hlé og reynum að bita bara á jaxlinn og fara bara seinna í bíó.“

mála um að það hafi verið jafn mikið um daður á báða bóga. Bæði frekar feimin í fyrstu en urðum strax það nán að feiminn hvarf fljótt. Eftirminnlegasti kossinn átti sér hins vegar stað í Þórsmörk þegar við kolféllum fyrir hvort öðru. Það var þegar við sátum við brennuna og vorum að spila á gítar og syngja. Við gleymdum okkur og öllu í kringum okkur í nokkrar sekúndur og kysstumst innilega í fyrsta skipti.“

*Hvernig kom það til að þið fóru að syngja saman?*

„Nánast strax á fyrstu dögnum vorum við farin að leika okkur saman í tónlist, sem okkur fannst svo eðlilegt, því það er og hefur alltaf verið það sem við bæði elskum og dáum og nánast lífum fyrir,“ segir Brynjar. „En auðvitað var Kristín búin að vera rappa í mörg ár og þá með hljómsveitinni Igore, og ég að gera tónlist í mörg ár með hinum og þessum hljómsveitum, en þó haldið því meira út af fyrir mig.“

Við fórum að hjálpast að við að gera enn betur og pródúsera tónlistina hjá hvort öðru. Svo gerðum við lag saman sem heppnaðist bara nokkuð vel, svo við ákváðum að prufa að halda því áfram. Það

þróaðist síðan á þann veg að við vorum farin að eyða öllum okkar frítíma í stúdíói. Farin að semja lög eins og við værum á launum við það og taka upp demóupptökur öll kvöld.

Við komum hvort úr sínu horninu þar sem Kristín hefur verið að rappa en ég að syngja og því ákváðum við að mætast á miðri leið. Búa til eitthvert nýtt sánd. Nýjan íslenskan hljómsveit myndi skera sig eitthvað úr þeirri íslensku flóru sem er í gangi. Og áherslan var lögð á að reyna að gera sem mest á íslensku.

Þetta hefur gengið svo vel að við settum upp stúdíó heima hjá okkur og er eitt herbergið alveg heilagt en það geymir öll okkar demó og lagasmíðar. Fljótlega settum við okkur í samband við Vigni Snæ Vigfússon og fengum hann í lið með okkur. Þá var ákveðið að hella sér í plötu.“

*Er eitthvað upp úr þessu að hafa?*

„Þetta er ekki erfið spurning. Nei! Það er alls ekki mikið upp úr þessu að hafa og alveg deginum ljósara að þegar að kemur að Íslandi er þetta alltaf fyrst og fremst eitthvað sem maður lifir fyrir og bara áhugamál. Hins vegar þarf

## MYNDBANDIÐ FÖRUM ALLA LEIÐ

„Þetta byrjaði allt saman á því að það þurfti að finna leikstjóra og Kalli Lú varð fyrir valinu. Svo þurfti að teikna upp myndbandið frá A til Ö og þá hófst öll vinnan. Í myndbandinu okkar við „Alla leið“ þurftum við að fá um 30 manns með okkur í lið. Þemað var fótbolli, þó kannski ekki alveg hefðbundinn fótbolli, því þarna má sjá stelpur í pilsum og stráka sem kunna ekkert í boltanum. Stelpurnar sem voru með okkur eru flestar að spila í úrvalsdeildinni og nokkrar í landsliðinu. Við þurftum að leita að tókustað fyrir myndbandið sem var alls ekki létt en endaði í Sporthúsinu og það gerði mikla lukku. Við notuðum þar gervigrasvöllinn undir boltann og skvassallinn fyrir hljómsveitina. Svo skiptum við þar á milli við og við. Kostnaðurinn við svona myndband eins og í þessu tilviki var um hálf milljón. Samt gáfu allir vinnuna sína meira eða minna. Og þetta tók svona sirka 18 tíma, alveg án þess að anda, í tókum. Jú, stoppuðum einu sinni fyrir pitsu. Svo tók þetta alveg um tvær vikur í klippingar og að setja myndbandið allt saman. KEA skyr-smoothie sá um kostnað við myndbandið og er okkar stærsti kostandi. Það samstarf er alveg frábært.“



**Förum alla leið** „Upphaflega var Snooze konsept sem átti bara að þróast hægt og rólega, en í dag er stefnan tekin á að fara ALLA LEIÐ, þó svo að lagið Alla leið fjalli alls ekki um það að við ætlum okkur alla leið, en boðskapurinn er góður og að sjálfsögðu er þetta bara það sem við ætlum að gera. Við ætlum okkur að klára plötuna sem við erum að vinna á fullu núna og gera það eins vel og við getum. Og reyna að skila öllu frá okkur 100%.“



**Brynjar Már** „Ég vinn á daginn á útvarpsstöðinni FM957 og er þar í útsendingu á milli 10 og 14 virka daga.“



**Kristín Ýr** „Ég vinn á daginn í heilðsölu- unni Hexa við að þjónusta fyrirtæki með vinnufatnað. Svo fer að sjálfsögðu mikill tími í heimilisverkin. Sérstaklega þar sem það er bara einn sem sér alfarið um heimilið.“



# ÞOKKAFULL FYRIR ÞÚSUNDKALL



Það þarf ekki að kosta mik-  
ið að lífga upp á sjálfan sig  
og tilveruna. Þú þarft ekki  
að draga fram Vísakortið í hvert  
skipti sem þig langar að bregða  
birtu á lífið, ilma vel eða skreyta  
þig með skarti. Í Lyf og heilsu við  
Melhagann – gamla, góða Vest-

urbæjarapótekinu – er skemmti-  
leg snyrtideild þar sem hún Dista  
og samstarfsfólk hennar, konur  
sem kunna til verka þegar kemur  
að kvenlegu útliti eru boðnar  
og búna til aðstoðar. Hér & nú  
mætti í apótekið eldsnemma  
morguns...



**Græn og glöð.**  
Ragnheiður,  
starfsstúlka í L&H  
á Melhaganum,  
skreytti sig með  
grænni perlufesti á  
762 krónur, grænum  
eymalokkum á 611  
krónur og setti tvær  
blómategyjur fyrir  
486 krónur í hárið.



**Svart og silfrað,** alltaf  
klassískt. Hárbönd með  
perlusteinum eru svin-  
sæl. Þau kosta 762 krónur.  
Silfurliðuð lokkamir  
og silfurmenið kosta 982  
krónur hvort um sig.



**Brúnn, þrátt fyrir sólarleysið!**  
Brúnkukrem eru snilldarlausn fyrir  
þá sem forðast ljósabekki og ef sólin  
skín ekki má alltaf ná fram hraustlegu  
útliti. Þessi krem kosta öll rétt yfir  
500 krónur, en rétt er að taka fram  
að brúnkukremið frá Dove fæst ekki  
í Lyf og heilsu. Það er í raun „body  
lotion“ með lit og ódýrasta kremið í  
því merki fundum við í Europris.

## HVERJU SÆKJAST KARLAR EFTIR Í FARI KVENNA?

- ❑ Fótleggir höfða til þeirra því þeir sýna þroska konunnar.
- ❑ Háir hælur, nælonsokkar og þröngar siðbuxur undirstrika lokkandi lögun kvenna.
- ❑ Grannt mitti, berar axlir og varir vekja kynlöngun hjá þeim.
- ❑ Brjóstin eru helsti kynhvattinn.
- ❑ Hljá, samúð, manngæska, blíða og glaðværð.
- ❑ Bólfimi er eftirsóknarverðari en húsmóðurhæfileikar.
- ❑ Konan má ekki vera feit en heldur ekki svo grönn að hana skorti kvenlegar línur.
- ❑ Yfirpyrmandi lykt af kynfærum er ekki aðlaðandi. Náttúruleg líkamslykt er góð.
- ❑ Vel lagaðar, snyrtar og hreinar hendur.
- ❑ Ekki of mikið líkamshár, hreint og mjúkt hár.
- ❑ Ekki andfúlar konur. Ferskur andardráttur án níkótínstækju er það sem freistar.

**Hársþangir** eru  
algjört móst í sumar.  
Þær kosta 385 krónur  
og fást í nokkrum  
litum. Fallegur  
kambur í hárið á  
425 krónur getur  
gjörbreytt hárgreiðslu-  
unni og með því að  
sveipa sig litríkum  
klút fyrir 933 krónur  
er lúkkið komið!



**Naglalakk** er ómissandi, sérstaklega  
ef neglurnar eru í þokkalegu standi og  
hendurnar ekki alveg bláleitar. Grænt,  
gult, bleikt – hvaða litur sem er í stil við  
klæðnaðinn – setur svip á heildarútlitið.  
Þessi naglalakksglós kosta frá tæpum  
300 krónum upp í tæpar eitt þúsund.



**Marglitur klútur**  
á 933 krónur  
getur algjörlega  
breytt heildar-  
svipnum. Eyrna-  
lokkamir kosta  
611 krónur og hér  
sjáum við perlu-  
festi í hvítum lit.



# Verður þú tilbúinn eftir sumarið?

"Ekki eingöngu les ég hraðar.

Ég les með ...margfalt meiri skilning."

Inger, 24 ára Sjúkraliði og nemi.

"...held ég sé á góðri leið með að ná inntökuprófinu í læknadeild í vor."

Bergþóra Þorgeirsdóttir, 18 ára næstum því stúdent.

"...Núna er mér fyrst að takast að sjá fram á að klára lesefni vikunnar sem ég taldi áður ómögulegt."

Elva Dögg, 20 ára Hjúkrunarnemi.

"...Þetta námskeið var vonum framar og ætti að vera skylda fyrir alla! Námskeiðið eykur lestrarhæfni á öllum sviðum..."

Haraldur Haraldsson, 18 ára nemi.

## Hvað segja nemendur okkar um námskeiðið:

Frábært, markvisst, hnitmiðað, æviábyrgð, nytsamlegt, krefjandi, skemmtilegt, mjög gott, skipulagning, einbeiting, jákvæðni, mikil aðstoð, góður kennari, spennandi, árangursríkt, hvetjandi, góð þjónusta.

**Nýttu sumarið til góðra verka og náðu árangri hjá okkur  
Sumarnámskeið Hraðlestrarskólans**

**6 vikna námskeið 9. ágúst**  
**3 vikna hraðnámskeið 14. ágúst**

**Allar upplýsingar á [www.h.is](http://www.h.is)**



**HRADLESTRARSKÓLINN**

VR og fleiri stéttarfélög styrkja þátttöku félagsmanna sinna á námskeiðinu.

Aðalheiður Ólafsdóttir eða Heiða söngkona lætur allt flakka um rokkið og það sem hún upplifði ásamt Magna söngvara í Los Angeles þegar þau þreyttu prufur fyrir Súpernova sem sýndur er á Skjá einum.

# ER Á LAUSU OG FÍLA ÞAÐ Í BOTN

„Það var ein prufa úti í LA. Það var rosa gaman,“ svarar Aðalheiður Ólafsdóttir eða Heiða eins og við könnumst við hana aðspurð út í ævintýrið í Los Angeles fyrir Súpernova-þáttinn. „Prufurnar voru haldnar á hótelinu sem við gistum á, bara í svona ráðstefnusal sem var búið að rokka upp og gera allt svart þar inni. Dimmt og svona. Ég stóð á gólfinu fyrir framan bandið sem lék undir og söng geit fyrir framan Tommy Lee, Gilby og Jason sem sátu í sófa og Mark Burnett sat hjá þeim. Hann er aðalkallinn í þessum sjónvarpsbransa úti. Hann er með Survivor og marga fleiri þekktu þætti. Svo var fullt af öðru fólki að hlusta líka frá sjónvarpstöðinni, staffið og svoleiðis. Það var alveg geggjað að fá að syngja með húsbandiinu, þetta eru alveg klickað góðir spilarar og rosalega þéttir. Petta er sama band og spilaði undir í INXS-seriunni og þeir spila líka í þessari seríu.“

## Fórum fjögur á vit ævintýranna

„Ég var búin að fá sendan 20 laga lista áður en ég fór út, af honum átti ég að velja 5-7 lög sem ég vildi syngja og kunnir. Ég valdi 5 af listanum og var með tvö frumsamin lög eftir mig líka. Ég fékk að velja fyrra lagið sem ég söng í prufunum. Valdi lagið Heartbreaker með Pat Benatar og svo völdu þeir (Tommy, Gilby og Jason) eitt af listanum sem ég

var með, það var lagið If it makes you happy með Sheryl Crow.

Svo bara performeraði ég fyrir liðið og þegar það var búið settist ég hjá Supernova, nýja bandinu, og þeir spurðu mig nokkurra spurninga eins og til dæmis út í hvernig mér hafi fundist að taka þátt í Idol-keppninni á Íslandi og hverjar upphaldshljómsveitirnar mínar væru. Svo bara tók við bið. Við vorum fjögur Magni, ég, Hreimur og Kristó, sem er söngvari í Hljómsveitinni Lights on the highway, sem fórum frá Íslandi í 50 manna úrtak úr öllum heiminum. Það er náttúrulega alveg frábært fyrir okkar litla Ísland. Það voru tæplega 30.000 manns sem mættu í prufur um allan heim þannig að það er bara geggjað að ná svona langt. Þessar prufur voru í raun mjög auðveldar og bara skemmtilegar því að það voru allir svo jákvæðir og almennilegir þarna.“

## Upplifun í líkingu við Idol?

„Nei. Petta er ekki eins og Idol-keppninni þar sem þú ert gagnrýndur í prufunum þannig að maður bara slakaði á og naut þess að fá að rokka.“

## Stálumst til að tala saman þótt það væri bannað

„Ég, Magni og Hreimur vorum svo heppin að við ferðuðumst saman út öll þrjú. Petta var nefnilega ansi langt ferðalag og það var æði að hafa félagsskap. Við flugum frá Íslandi til Boston, Boston til Las Vegas og svo Las

Vegas til LA, þannig að þetta voru um 18 tímar á ferðalagi. Það var búið að segja við okkur áður en við fórum að við mættum ekki tala við neinn nema starfsfólk í þættinum, sem sagt máttum ekki heldur tala við hvert annað. Við sögðum við þá úti að það væri nú ekki alveg hægt þar sem við þekktumst fyrir og reyndum að segja þeim hvað Ísland er lítið land. Við fengum „leyfi“ til að tala saman á ferðalaginu en leið og við komum á hótelið þá tók við þagnarbindindi. Við sem sagt máttum alls ekki tala hvert við annað né aðra keppendur. Við laumuðumst nú reyndar til að tala saman til að geta frétt hvernig hinum hefði gengið og svo framvegis.

Þetta var allt mjög sérstakt, ég var innilokuð ein á hótélherbergi. Fékk að fara þrisvar sinnum á dag að borða og einu sinni á dag í ræktina og sundlaugina og ég fékk gefinn ákveðinn tíma til dæmis morgunmatur klukkan níu og ef ég missti af mínum tíma þá gat ég ekki fengið að mæta á öðrum tíma. Bara daginn eftir. Þess á milli var ég bara ein að væflast inni á herbergi, mjög skritið að vera svona einn. En ég var þó allavega með netið og gat horft á sjónvarp og svo var ég rosa dugleg að æfa mig fyrir prufurnar inni á herberginu.

Þegar maður var að borða eða í ræktinni þá mætti alltaf eitthvað fólk að tala við mann. Þetta fólk var að vinna við það að fylgjast





með okkur og spjalla við okkur svo maður yrði ekki einhverfur,“ segir hún og hlær út í annað en heldur áfram: „En þau voru aðallega að fylgjast með því að keppendur væru ekki að laumast til að tala saman. Þau voru svona eins og stalkerar, mjög spes vinna sem þau eru í en það var allavega fínt að geta spjallað við einhvern.

Við lentum um nótt og fórum þá bara beint að sofa en svo var fyrsti dagurinn hjá mér bara að mæta í blóðprufu og þvagprufu, svo bara meira hangs. Dagur tvö var svakalegur. Purfti að mæta eldsnemma í rosaleg sálfræði-próf. Purfti að svara meira en 600 spurningum sem voru hver annarri fáránlegri og svo var lesið út úr því og maður hitti sálfræðing með niðurstöðurnar. Ég var allavega greind normal. Svo var dagur þriðji bara hangs og að æfa mig og loksins á fjórða degi fór ég í prufuna og fékk að spreyta mig. Svo á fimmta degi fékk ég úti-vistarleyfi, þetta var nefnilega svo spes að vera í LA en samt ekki í LA af því maður var bara innilokaður á hóteli. Jæja allavega, ég fékk að kíkja út í fjóra tíma, að sjálfsgöðu alein eins og alltaf.

*Ertu farin að plana hvað þú gerir í framtíðinni tengt tónlistinni?*

„Ég er alltaf að spekulera og pæla. Það er svo margt sem hægt er að gera, ég gef auðvitað út fleiri plötur og held áfram að starfa við að syngja. Svo stefni ég auðvitað að því að það komi út sem fyrst eitthvað efni eftir mig. Í sumar er ég í geggjáð skemmtilegu djöbbl. Ég er að syngja í Footloose í Borgarleikhúsinu og þar er ég að vinna með eintómum snillingum sem er æði, hvet alla til að mæta, þetta er bara gaman!

*Vilti kötturinn innra með þér. Hvenær fáum við að sjá hann?*

„Úff, ég veit ekki, ég er soldið kreisí stundum eins og nánir vinir og vandamenn vita en það er ekki eitthvað sem ég er að fela, mér finnst bara gaman að flippa stundum og hafa gaman. Kem bara til dyranna eins og ég er klædd og er ég sjálf.“

*Ertu á föstu?*

„Neibb, er á lausu og fíla það í botn.“

*Texti: elly@365.is*

*Myndir: Hari*

*Förðun: Margrét R. Jónasar*

Gítarinn sem Heiða er með á myndinni er FENDER MUSTANG '69 og kostar kr. 69.900. Hljóðfærahúsið er með úrval af hljóðfærum. En merkin þeirra eru FENDER: gítarar, bassar og magnarar. YAMAHA: gítarar, trommusett og hljómborð. IBANEZ: rafmagns- og kassagítarar. Kíkðu í Hljóðfærahúsið því þar er gífurlegt úrval af öllu fyrir tónlistarmanninn og konuna. Strákarnir þar eru alltaf hressir.

### Heiða rokkar

„Já ég myndi segja það, ég fíla rosa vel að syngja rokk og fíla rokk tónlist þannig að ég er soldill rokkari í mér.“



Eitt vinsælasta lagið á landinu um þessar mundir er gamall slagari í nýjum búningi. Það er Greta Mjöll Samúelsdóttir, fótbolta-kona í Breiðabliki, sem syngur lagið af mikilli list. Glænýtt myndband við lagið er komið úr vinnslu og er að finna á netinu.

# FÓTBOLTASTELPAN MEÐ FLOTTU RÖDDINA

Greta Mjöll Samúelsdóttir er ekki aðeins gullfalleg fótbolta-mær heldur syngur stúlkan líka eins og engill. Greta söng sig inn í hjórtu landsmanna í söngvakeppni framhaldsskólanna í apríl með laginu Ó, María. Nú er búið að gera myndband við lagið og hefur það skotist upp í fyrsta sætið á tónlist.is.

## Hæstánægð með útkomuna

„Ég er ekkert vön því að leika af því að ég hef alltaf verið upptekin við að fótboldast eitthvað,“ segir Greta Mjöll. Hún segist engu að síður hafa notið þess að vinna að myndbandinu og vera hæstánægð með útkomuna. „Það var samt gaman að fylgja laginu eftir og klára þetta dæmi. Þetta er líka skemmtileg tímasetning, að myndbandið skuli vera tilbúið, því að núna er að koma út sumardiskur með

laginu. Þetta er safndiskur fyrir sumarið þar sem Margrét Eir og fleiri koma við sögu. Svo er ég líka bara ógeðslega stolt af myndbandinu, það er voða flott.

## Söngurinn tekur sinn toll

Þrátt fyrir velgengnina sem söngkona segist Greta langt frá því að leggja takkaskóna á hilluna enda er hún í besta kvennaliði landsins, Breiðabliki. „Þetta er skemmtileg tilbreyting. Ef ég er beðin að syngja einhvers staðar tek ég það kannski að mér. En þótt ég sé ekki mikið að syngja finn ég samt að þetta er farið að taka sinn toll af fótboldanum. Þannig að ég efast um að ég gæti gert hvort tveggja á fullu á sama tíma.“

## Fjölskylduframleiðsla

Greta Mjöll stendur ekki ein að laginu heldur fékk hún hjálp úr bestu átt. „Systir mín Hólfríður



Ósk og kærastinn hennar Pálmar Örn Guðmundsson sömdu lagið. Textinn er eftir Ólaf Gauk og er gamall og þekktur. Hólfríður syngur bakraddir í laginu og það er náttúrulega voða gaman að syngja með systur sinni og það gerir þetta líka miklu persónulegra að hún semur lagið.“

## Ástin blómstrar

Í myndbandinu, sem gert er af Eggerti Baldvinsyni hjá Pega-

sus, má sjá ástina blómstra milli Grétu og ungs sjómanns. „Strákurinn í myndbandinu er píanóleikarinn í laginu, hann Kristján Sturla Bjarnarsson. Hann var líka með okkur í söngvakeppninni. Þannig að hann á voða stóran hlut í laginu. Svo var hann líka í söngleik í Versló svo hann kann að leika. Okkur þótti nauðsynlegast að sagan bak við myndbandið kæmist vel til skila.“

Texti: PIJ

Kúrekastígvélin eru sígild á þessum árstíma þrátt fyrir sól og hita

# KÚREKASTÍGVÉLIN HEIT Í JÚLÍ

„Ökklakúrekastígvél til  
í hvítu og beisliðu.“  
Verð: 12.995 kr.



Stígvélin fást í Valmiki í Kringlunni  
Myndir: Hörður

### Góðar systur

Hólmfríður, systir Gretu, samdi lagið og syngur bakraddir en sjálfur Ólafur Gaukur samdi textann við lagið.



### Greta Mjöll snjöll í boltanum

Stelpan er ekki aðeins flink með knöttinn heldur syngur hún líka eins og engill.



### Stolt stelpa

Greta er stolt af laginu sem nú kemur út á sumarplötu og ekki síður af myndbandi við lagið sem er lítil, falleg ástarsaga.

### ◀ Laxaroð að framan og geitaskinn að aftan

„Þetta er toppurinn. Íslensk hönnun eftir Maríu K. Magnúsdóttur.“  
Verð: 34.900 kr.  
(Bönd seld sér, 4.900 kr.)

„Þessi eru til hvít og beis, með spennu yfir ökkla.“ ▶

Verð: 14.950 kr.



### ◀ „Ljósbrún, líka til í hvítu og beis. Þetta er leður með fni saumuðu á.“

Verð: 16.950 kr.

„Gylltar slettur á stígvélunum. Þá fylgja böndin með. Eru líka hönnuð af Maríu. Þetta er geitaskinn og hrosshár eða „ponyskin“.“ ▶

Verð: 49.950 kr.



Fræga fólkið á sína slæmu daga eins og við hin. Zirh hjálpar þegar fólk kýs að líta út eins og stjörurnar í Hollywood.

# HOLLYWOOD-STJÖRNUARNAR NOTA ZIRH



## Antonio Banderas

Antonio er ómóttæðilegur enda notar hann rakakrem frá Zirh og Protect-kremið líka.

## Justin veit hvað virkar á bóluarnar

Fix – ótrúlega vinsælt fyrir bólur og filapensla. Borið á óhreinindin eða bóluarnar 2–3 sinnum yfir daginn og þú sérð muninn – bakteríudrepani. Það má einnig bera á inngróin hár. Nauðsynlegt að hafa í vasanum. Þetta er uppáhald Justins Timberlake.

## Shave Foam – frábær nýjung í raklínuna – það veit DiCaprio

Raksturslínan í Zirh hefur því líkt slegið í gegn. Nú var að koma rakfroða sem hentar öllum, þó sérstaklega viðkvæmri húð. Inniheldur Aloe Vera, e-vítamín og piparmyntu. Leonardo DiCaprio notar Defend-kremið.

## Banderas veit hvað þarf fyrir kynþokkann

Shave Cream – fyrir alla en sérstaklega þá sem eru með gróf hár. Gerir raksturinn auðveldari og kemur í veg fyrir óþægindi eftir og við rakstur. Mel Gibson notar þetta og Protect-rakakremið frá þeim. Antonio Banderas notar það einnig og Protect-kremið líka.

## Aðþrengdar eiginkonur hrifnar af raksturslínunni

Á nárasvæði er gott að nota Prepare á undan öllum rakgeli, froðu og kremi. Prepare kemur í veg fyrir brunu, ef þú ert viðkvæm, inngróin hár og fleira. Sex and the City-stelpurnar notast við raksturslínuna frá Zirh og líka leikkonurnar í Aðþrengtum eiginkonum, sem hafa eflaust áhrif á hvað konur velja að nota í dag.



## Aðþrengdar eiginkonur

Nota Prepare á nárasvæði áður en þær raka sig. Gott fyrir viðkvæma húð. Kemur í veg fyrir brunu, inngróin hár og fleira.



Ashton Kutcher Ætlar að halda í fagra húð og unglegt útlit eins og spúsa hans og notar þar af leiðandi Zirh.



## Calista notar augnkremið

Leikkonan Calista Flockhart, kærasta Harrison Ford, notar alltaf augnkremið frá Zirh sem heitir Restore.

## Leonardo DiCaprio er með viðkvæma húð

Raksturslínan frá Zirh hefur slegið í gegn. Froðan hentar öllum, sérstaklega þeim sem hafa viðkvæma húð. Leonardo notar Defend-kremið.



Justin Timberlake Uppáhalds-kremið hans kemur í veg fyrir að filapenslar myndist í andliti. Ohhh... ómóttæðilegur!



James Gandolfini Parf eflaust að raka sig daglega og þarf því að huga að mjúku kremi á andlitið.



## Sérstaða Zirh

- Vörurnar eru unnar úr lífrænum efnum í hæsta gæðaflokki.
- Náttúrulegar olíur og kjarnar.
- Auðveldar í notkun.
- Heitið á hverri vöru segir til um hvernig á að nota hana.
- Sjáanlegur árangur.



„Kristján Grétarsson er ekki síður liðtækur í eldhúsinu en í að spila á gítar,“ segir Ingvar á Salatbarnum og segir að þegar þeir kappar elduðu saman hafi hann komist að því að Kristján er hrifinn af suðrænum og umfram allt ferskum mat.

# SUÐRÆNN OG SEIÐANDI Í ELDHÚSINU

Ítalskt salat með fylltri grísakótiletu

Fyrir tvo

- 2 stk. grísakótiletur
- 4 sneiðar pepperoni
- 2 sneiðar maribóostur
- 1 lítið höfuð af iceberg
- 2 tómatar
- 1 stk. paprika
- 1 stk. rauðlaukur
- 1 stk. pera
- 8 sneiðar af ferskum íslenskum mozzarellaosti
- 8 blöð af ferski basilíku
- Ólívuolía
- Salt
- Pipar



- Í grísakótlettuna er skorinn vasi og í hann sett pepperoni og maribóostur.
- Kótílettan krydduð með salti og pipar og steikt á pönnu í ca. 4 mín. á hvorri hlið.
- Grænmetið er skorið í sneiðar og sett á díska, mozzarellaostinum raða ofan á.
- Salatið og að síðustu er grísakótílettan sett ofan á.
- Ólítið af ólívuolíu hellt yfir.



H&N Myndir: Hönn

Flottur Kristján Grétarsson er ekki síður liðtækur í eldhúsinu en í að spila á gítar.



Fantafloftir feðgar í tónlist

Kristján spilaði með Stjórninni en faðir hans, Grétar, er liósmáður í þeirri hljómsveit.



Suðrænn og seiðandi í eldhúsinu Ingvar kokkur segir Kristján vera mjög hrifinn af suðrænum og ferskum mat. Hann notar gjarnan olíur og edik þegar hann matreiðir.



sykurlaus  
**Kjörís**  
Mínus

ÚT  
UM ALLT  
Í ALLT  
SUMAR!



**Kjörís**  
sykurlaus

# FUNHEITT Í VETRARGARÐINUM

Ferðamálaráð Spánar í Noregi, í samstarfi við Ferðamálaráð Andalusíu, Gran Canaria, Lanzarote og Tenerife, bauð til móttöku í Vetrargarðinum í Smáralind um síðustu helgi. Margt var um manninn og ekki var laust við að gestum hlýnaði innra með sér þegar Minerva Iglesias



Belén ræðir við fulltrúa Andalusíu.



Fiesta Boðið var upp á léttar veitingar að spænskum hætti.



Belén González, framkvæmdastjóri ferðamálaráðs Spánar í Noregi og Minerva Iglesias Garcia flamengódansari, áður en hún steig funheit á svið, ásamt gesti.



Tignarleg Minerva Iglesias Garcia sýndi funheitan flamengódans.

## BJARTMAR FLYTUR NÝTT DANSLAG Á GAY PRIDE

Ég er alltaf að vinna eins og brjálæðingur sem hljóðmaður og svo í músíkinni en reyni að skella mér eitthvert í sólinu í lok sumarsins," svarar Örlygur Smári lagahöfundur þegar við spyrjum hann út í verkefni sumarsins. „Var að gera nýtt lag fyrir Bjartmar Þórðarson sem söng fyrir mig eitt af lögnum mínum í Söngvakeppni Sjónvarpsins fyrr í vetur. „Í þetta skiptið er það dúndur danslag sem hann syngur. Lagið var að fara í spilun og Bjartmar flutti lagið fyrir fullu húsi á gay-dansleik á NASA um síðustu helgi. Svo ætlar hann að syngja það á Gay Pride.“



Vinnur eins og brjálæðingur Örlygur stílti sér upp með Ardlísi söngkonu sem söng lagið hans Eldur nýr í Söngvakeppni Sjónvarpsins eins og landsmenn muna.



Flottur á sviði Bjartmar söngvari á sviði. Flottur söngvari og dansari endar dansar hann í Footloose, söngleik sumarsins.

Dúndur danslag fyrir Gay Pride „Lagið sem ég gerði fyrir Bjartmar heitir Vil annan dag í paradís og má sækja það á hljodhonnun.is. Hann ætlar að flytja það á Gay Pride.“



Eva Þórdís Ebenezersdóttir ræðir opinskátt um fötlun sína og staðalímynd kvenna á Íslandi.

# FULLKOMLEGA ÓFULLKOMIN

„Daglegt líf er bara daglegt líf. Ég vakna, fer í vinnu eða geri það sem ég þarf að gera, borða öðru hvoru, fæ mér kaffi einhvern tímann yfir daginn og fer svo að sofa að kvöldi! Þessi spurning minnir mig á það þegar fólk spyr hvort það sé ekki óþægilegt, erfitt eða þreytandi að ganga með gervifót eða spelku. Hvernig á ég að svara því? Svona er ég og hef alltaf verið. Reyndar spyr ég oft á móti, hvernig sé að vera með svona tvo jafnlanga fætur, hvort það sé ekki voðalega þægilegt,“ segir Eva Þórdís ákveðin spurð um daglegt líf sitt.

## Spennandi áhugamál og verkefni

„Áhugamál númer eitt er auðvitað að vera til. Þegar ég var unglingur æfði ég sund með ÍFR og skipar það enn stóran sess í huga og hjarta. Svo eru félagsmálin hátt skrifuð líka, enda erfitt að halda öðru fram verandi formaður Ný-ungar, ungliðahreyfingar Sjálfsbjargar, landssambands fatlaðra og í stýrihóp Kvinnahreyfingar ÖBÍ. Af því sem liggur fyrir hjá mér er framtíðin mest spennandi, draumurinn um íbúð með mannum mínum, góða vinnu og jafnvel fjölgun mannkynsins einhvern tímann í fjarlægri framtíð. Af spennandi verkefnum í félagsmálum stendur hvað hæst handbók fyrir hreyfihamlaða verðandi foreldra sem ég og þrjú önnur úr Ný-ung ætlum að vinna að næsta árið. Þarna verða teknir fyrir fjórir málefnaflokkar; reynslusögur, aðgengi, umönnun og hjálpartæki. Við

munum gera okkar best til að fá sem bestar og vonandi jákvæðastar upplýsingar, bæði fyrir okkur sjálf og allt annað hreyfihamlað fólk sem langar að verða foreldrar.“

## Kvinnahreyfingin

„Kvinnahreyfing ÖBÍ var stofnuð fyrir rúmu ári og hefur dafnað ágætlega þetta fyrsta ár. Kolbrún Dögg hefur setið í stýrihópnum og getur því gefið betri mynd af því hvernig hlut-

við eins og aðrar konur að fella okkur að fyrirmyndum í samfélaginu. En við lendum í meiri vandræðum með hina stöðluðu konu en þær sem ófatlaðar eru. Það er til dæmis ekki beinlínis reiknað með því að hin almenna kona sé fötluð. Það er hins vegar reiknað með því að sú kona sé kynvera og móðir en margir virðast eiga í stökustu vandræðum með að sjá fatlaðar konur fyrir sér stunda kynlíf og þar með búa til börn og ala þau

gerir það að verkum að sem konur eigum við einungis að nota sleipiefni en sem fatlaðar konur eigum við einungis að nota hjólastól. Það er ekki gert ráð fyrir því að konur í hjólastól noti sleipiefni eða að konur sem nota sleipiefni séu hugsanlega í hjólastól.

Ég held að allar konur séu í stríði gegn staðalímyndum því oftast eru þær óraunhæfar með öllu. Okkur sem fatlaðar erum er hins vegar lífsins ómögulegt að verða eins og súpermódel sama hversu mikið við sveltum okkur og hversu margar lýtaaðgerðir við förum í. Við erum alltaf fatlaðar og sem slíkar „ófullkomnar“. Af þessum sökum held ég að fatlaðar konur láti sér kannski í léttara rúmi liggja sú áhersla sem er á fegurð og fullkomnum og geri grín að herlegheitunum. Það kemur auðvitað fyrir að kona verður reið og sár út í samfélagið fyrir að búa til þessar fáránlegu staðalímyndir, en þá er bara málið að pirra sig smávegis og hlæja svo að því að ef konur væru eins og Barbie þá værum við allar í hjólastól vegna mislukkaðra líkamshlutfalla. Mín persónulega sýn er þó sú að ég er fullkomlega ófullkomin og þar með fullkomin og fyrst ég er fullkomin, þá ætti ég kannski að gerast ofurmódel?!“

„Ég held að allar konur séu í stríði gegn staðalímyndum því oftast eru þær óraunhæfar með öllu. Okkur sem fatlaðar erum er hins vegar lífsins ómögulegt að verða eins og súpermódel sama hversu mikið við sveltum okkur og hversu margar lýtaaðgerðir við förum í. Við erum alltaf fatlaðar og sem slíkar „ófullkomnar“.

irnir hafa verið. Ég kom svo inn í forustuna nú í vor og verð því með í skipulagninu næsta veturs. Framundan eru frábærir fyrirlestrar auk þess sem lögð verður mikil áhersla á að kynna hreyfinguna innan aðildarfélaga ÖBÍ.“

## Er til staðalímynd fatlaðra kvenna?

„Þetta er stór spurning og áhugaverð. Almenn séð held ég að svo sé ekki heldur reynum

upp. Ég held að önnur hlið á sama teningnum sé að fólk sem ekki þekkir til fatlaðra kvenna og heyrir setningu sem felur í sér orðin „kona“ og „hjálpertæki“ sér ekki fyrir sér spelkur, hækjur eða hjólastóla heldur egg, sleipiefni og gervilimi. Ef þessu fólki væri svo kurteislega bent á að ekki eru öll hjálpartæki ástarlífsins þá ætti það sennilega í miklu basli með að sjá fatlaðar konur fyrir sér nýta hjálpartæki ástarlífsins. Þetta

Texti >> Sigurlín Margrét Sigurðardóttir  
H&N-mynd >> Valli



# REYNSLUSAGA

**Eva Þórdís** Er stúdína frá Kvinnaskólanum í Reykjavík og stolt af því. Hvað aðra menntun snertir er hún að bíða eftir því að fötlunarfræðin í Hl verði færð á BA-stig. Í sumar vinnur hún á skrifstofu Hrafnistu, í leit að framtíðarstarfi og íbúð til að kaupa með kærastanum sínum.

# NÖRDAR ERU INNI



## Spurt & svarað

### Sumarvinna?

„Ég er svo nýbyrjuð á Te og kaffi að ég er ekki búin að læra á kaffivélina ennþá, en ég get blandað Frappuccino, sem er kaldur kaffidrykkur. Hann samanstendur af klökum, kaffi og sýrópi með bragði að eigin vali, þetta er síðan hrist saman og úr verður svalandi kaffidrykkur.“

### Hvert ætlar þú?

„Ég stefni að því að klára stúdentinn og reyna að komast inn í LHÍ á leiklistarbraut. Því mig langar að verða leikona.“

### Áhugamál?

„Áhugamál mín eru leiklist, söngur og útivera. Og svo ætla ég að prófa dansinn í vetur.“

**Æ**vintýrið byrjaði allt á því að frænka mín sem vinnur við kvikmyndagerð kom til mín á sunnudegi og bað mig um að koma í prufu fyrir auglýsingu. Ég var bara heima að læra undir próf, ótilhöfð og úfin um hárið,“ svarar Erla María Hilmarsdóttir (16) brosandí en hún hefur nýlokið við 10. bekk í Lindaskóla og stefnir á menntaskóla í haust: „Ég stefni að því að klára stúdentinn og reyna að komast inn í LHI á leiklistarbraut. Langar að verða leikkona.“

### Nördahlutverkinu landað

„Frænka mín sagði mér bara að skella mér í svartan bol og koma yfir strax því hún býr við hliðina á mér. Ég fékk ekki að vita strax fyrir hvern auglýsingin var. Hún sagði mér að ég ætti að vera nördaleg og því hentaði útlitið á mér mjög vel á þessu augnabliki,“ segir Erla brosandí en hún var látin gera ýmsar kúnstir eins og að hlæja asnalega og tala um tölvur og líffræði. „Síðan í vikunni á eftir sagði hún mér að ég hefði verið valin í hlutverk. Það hjálpaði mér eflaust að ég er með þykkt úfið hár og spangir sem ég hef haft í nær tvö ár og losna vonandi við fljótlega.“



**Erla María Hilmarsdóttir leikur nörd í auglýsingu Símans.** „Ég hef nýlokið 10. bekk í Lindaskóla og er á leiðinni í menntaskóla. Ég vinn í unglingavinnunni *Te og kaffi* í Smáralind.“



**Erum ósköp venjuleg.** „Ég hitti Sverri mótaleikara minn fyrst á tókustað og það eru margir sem halda að við séum ekta nördar en hvorugt okkar er það. Við erum ósköp venjuleg.“

„Margt skemmtilegt og fyndið gerðist á tókustað, til dæmis fengum við lánaðar kindur og þær sluppu frá okkur og allir fóru að elta kindurnar upp um hæðir og hóla. Þær náðust svo að lokum, en þetta seinkaði tókum um þó nokkurn tíma.“

### Nördaherferðin hófst á Laugarvatni

„Fyrsta herferðin var tekin í byrjun febrúar á Laugarvatni. Tökurnar stóðu yfir eina helgi. Það voru allir frábærir sem unnu við þessar auglýsingar. Allir hressir og skemmtilegir og skemmtu sér vel við tókurnar. Góð reynsla og mikill heiður fyrir mig að fá að vinna með svona frábæru fólki. Það var hugsað vel um okkur leikarana, góður matur og aðstæður mjög góðar. Síðan var seinni herferðin tekin núna í júní aftur á Laugarvatni. Það voru eingöngu útitökur,“ segir Erla og viðurkennir að stundum hafi verið dálítið kalt. „Ég fékk smá

flensu upp úr því. En það var allveg þess virði því þetta var æðislega skemmtilegt. Það sem kom mér mest á óvart var hvað það er mikil vinna sem liggur á bak við upptökur á auglýsingum. Ég hitti Sverri mótaleikara minn fyrst á tókustað og það eru margir sem halda að við séum ekta nördar en hvorugt okkar er það. Við erum ósköp venjuleg.“

*Nördar eru vinsælir ekki satt?*

Jú, nördar virðast vera inni í dag, eins og „nörda-fótboltaliðið“ og „Beauty and the Geek“ á Stöð 2. Ég held að hugmyndin að nördauglýsingunni hafi komið fram á hárréttum tíma.



**Skapari auglýsinga Samúel Bjarki vann auglýsingarnar: Sýn – með Sveppa og Eíði Smára, Fót-boltaskóli Péturs. Síminn – Englar (Sveppi og co.), Kúrekar (Sveppi og co.) ásamt Gunnari Páli.**

# VIÐ BJUGGUM TIL NÖRDANA

**H**ugmyndin kemur í raun og veru frá auglýsingastofunni EnnEmm og það var Þorsteinn Guðmundsson leikari sem átti hugmyndina. Við bjuggum til nördabema fyrir vöru sem heitir Dælan og fundum þessa krakka með hjálp Garúnar. Sú herferð gekk vel og því var ákveðið að gera framhald af þeirri sögu sem var búið að búa til þar og ákveðið að gera netta sumarást milli aðalpersónanna tveggja. Hugmyndin í grófum dráttum er sú að það er handhægara að senda SMS heldur en að notast við gamla mátann eins og kíkí og þess háttar. Báðar herferðirnar eru teknar á Laugavatni, það hefur verið notað lítið í auglýsingar og gefur líka þessa sveita- og þorpstílfínungu sem við vorum að sækjast eftir,“ segir Samúel Bjarki Pétursson sem leikstýrði nördaauglýsingunum ásamt Gunnari Páli Ólafssyn leikstjóra en þeir vinna þessi verkefni saman.

„Ferlið er yfirleitt þannig að auglýsingastofan hefur samband

við framleiðslufyrirtækið sem í þessu tilfalli er Sagaflim og biður yfirleitt um ákveðna leikstjóra í verkið. Síðan er farið yfir hugmyndirnar í sameiningu og þær útfærðar og lagaðar eitthvað til. Síðan er farið og fundið fólk til að leika í auglýsingunni og fundin staður til að taka upp á, að því kemur casting-persóna, stílisti og leikmyndahönnuður. Síðan er farið í tökur með oft á tíðum fjölda manns og myndin gerð. Síðan er hún klippt, hljóðsett, lag valið og grafík og önnur eftirvinnsla gerð og kunnasýnd. Síðan er hún send á stöðvarnar.“

Samúel hefur unnið mikið af auglýsingum og tónlistarmyndböndum í gegnum tíðina. Tónlistarmyndbönd eins og Jeff Who? með lagið Barfly, Sálin hans Jóns míns og lögin Undir þínum áhrifum, Á nýjum stað, Tíminn og við, Uppi í skýjunum, Öll sem eitt, Hinn eini sanni, Á einu augabragði. Svo má nefna Quarashi lagið Payback, 70 min vs. Quarashi og Crazy Bastard.



**Á settinu „Við bjuggum til nördabema fyrir vöru sem heitir Dælan og fundum þessa krakka með hjálp Garúnar. Sú herferð gekk vel og því var ákveðið að gera framhald af þeirri sögu sem var búið að búa til þar og ákveðið að gera netta sumarást milli aðalpersónanna tveggja.“**



# AÐ VERA FRÆG EÐA EKKI

**E**inu sinni var ég ógeðslega fræg. Ég var konan sem kom í Tvíhöfða og Tvíhöfði var ógeðslega frægur. Svo hætti ég í útvarpinu og hélt að ég myndi þá hættu að vera fræg. Hef meira að segja haldið því fram að ég sé ekkert fræg því ég er ekkert að gera neitt frægumannalegt núna og hef ekki gert neitt frægumannalegt í rúm fjögur ár. En maður slekkur ekki á frægðinni... ekki í þessari litlu vik er kennd er við reykt. Ég er fyrst núna að sætta mig við það og næsta skref er að hættu að skammast mín fyrir það. Þó að mér finnst frægt fólk neyðarlegt þegar það gefur „opinská“ viðtöl um ekki neitt nema einkamál þá þarf það ekkert að þýða að ég eigi að skammast mín fyrir að vera fræg. Ég fæ meira að segja svona kjánahnút í magann þegar einhver kallar mig fræga því mér finnst það svo klént eitthvað. En núna skal ég hættu að skammast mín því að skammast sín fyrir að einhver ókunnugur þekki mann er bara asnalegt. Ég virkilega fáttaði það ekki fyrr en á landsmóti hestamanna um daginn þegar einhver skaut á mig að vera ekki að þykjast vera enginn þegar það væru fimm ókunnugir á borðinu sem vissu hvað ég hétí. Allt í einu varð æðislega hallærislegt að vera að neita þessum sökum því það er alveg fullt af ókunnugum sem veit hvað ég heiti.

## Gerður Kristný bað mig um viðtalsþátt

Það sem hefur samt farið mest fyrir brjóstið á mér er að svo virðist sem enginn muni af hverju ég er fræg og haldi því að ég sé fræg því ég er svo frek og treð mér. Sem ég geri ekki. Ég er ýkt ljúf. En allavega... síðan ég var í Tvíhöfða hef ég aldrei farið í viðtöl án þess að vera að selja mig, þátt sem ég var í eða mína vöru. Ég man meira að segja þegar ég var að byrja með þessi innslög í Tvíhöfða að Gerður Kristný bað mig um að koma í smá viðtalsþátt fyrir eitthvert blað og ég neitaði því mér fannst 7 mínútur í útvarpi einu sinni í viku ekki vera það merki-

legt að fólk myndi nenna að lesa um mig eitthvert viðtal. Fannst ég einfaldlega ekki hafa neinn tota til að ota eins og ég orðaði það svo stórskemmtilega við Gerði. Hún bað mig hins vegar að vera ekki svona mikil kona. Kona??? Er það kvenlegt að vilja ekki ana sér fram á síðum blaðanna? Eru það bara karlmenn sem stunda frægð á Íslandi? Nei, annars. Nenni ekki að fara í þá pælingu. Tölum frekar um hvað er að stunda frægð. Það að stunda frægð á Íslandi er að fara í viðtöl þegar það er ekki að selja neitt. Að hringja sjálf í slúðurblöðin því það fór í klippingu og er komið með nýjan stíl. Yfirleitt er þetta fólk sem enginn man af hverju er frægt, það veit bara að það er frægt. En hver stundar frægð á Íslandi? Svona í alvöru?

*„Margir láta Gillzenegger pirra sig því þeir setja hann í flokk með mér. Fræg fyrir að vilja vera fræg. En málið er að hann fékk allt í einu laun fyrir að birta bullið sitt á prenti og gerði það því honum fannst gaman.“*

## Fjölirnir og seleben

Yfirleitt hugsa ég ekki það mikið um fræga fólk nema mér sé boðið í frægumannapartý sem ég fer í því mér finnst þau svo skemmtilega súrrealísk. En aldrei hef ég heyrð eins oft orðið „seleb“ og á landsmótinu því ég átti að skrifa um þau. En ég gat það ekki. Ég hitti Arnar Grant sem bauð mér í selebenpartý þar sem ég hitti Fjölni Þorgeirs en ég fékk mig ekki til að biðja þá um að vera með í einhverjum þætti fyrir blaðið því ég hélt að þeir myndu skammast sín eins mikið fyrir að vera frægir og ég. Já, Arnar og Fjölirnir voru einu seleben í þessu fimm

manna selebenpartýi en það var alveg nóg því þeir fóru úr að ofan sem var mjög skemmtilegt. Og mig langar bara að segja að þeir eru ýkt finir þó þeir séu frægir. Ég veit ekki alveg af hverju ég meika ekki fræga eða meika ekki að vera kölluð fræg. Kannski er ég bara að gera of mikið úr frægðinni. Kannski ég skammast mín frekar fyrir karakterinn sem gerði mig fræga. Jiiii, ég fatta það núna. Ég skammast mín ekki fyrir að vera fræg. Ég skammast mín bara fyrir beturokk og sorakjafinn sem hún var með. Alteregó eru nefnilega svolítið hættuleg. Veit það núna. Hvernig ætli Ágústu muni líða eftir tíu ár? Ennþá verði að kalla Silvía á eftir henni á björtum sumarnóttum. Hún nær samt að koma á fjarlægð því hún er leik-kona. Hún verður ekki samdauna

ina. Það stundar nefnilega enginn frægð á Íslandi. Þeir sem koma í blöðunum eru oftast jafn hissa og aðrir lesendur þegar kemur eitthvað um nýju hárgreiðsluna þeirra eða húsa kaupin. Hér verða fasteignasalar frægir. Sumir eru kannski eins og ég, urðu frægir fyrir eitthvað í korter og geta svo ekki slökkt á frægðinni. Það er ýkt erfitt í alvöru. Blaðmenn dagsins í dag hringja bókstaflega í alla sem hafa verið í fjölmiðlum einhvern tímam. Og endrum og eins látum við tilleiðast því við skuldam hringjarunum greiða eða málefnið er hressandi. Og hvað græðum við? Ekkert! Við græðum gullnar setningar á djammínu eins og „Hei... ertu ekki þessi þarna Sigga Diskó?...nei, Magga Pönk.“ Eða það er einfaldlega æpt á mann einhverju sem engan veginn er hægt að svara.

## Afmælisbarn dagsins

Frægðin á Íslandi er ekki fallvölt. Hún er klettur því við búum á kletti. Hérna eru næstum því allir sem hafa brugðið eitthvað aðeins út af vananum orðnir frægir og þegar þeir eru orðnir frægir er engin leið til baka. En það er allt í lagi því frægðin skiptir engu máli. Ekki nema fyrir þá sem eru ekki frægir og vilja vera það. Hinum er alveg sama. Þegar ég byrjaði að vera fræg fannst mér það ógeðslega gaman. Ég var unglingur þá og síðan er liðinn áratugur. Núna fæ ég ekki einu sinni það eina sem er heillandi við að vera frægur í dag en það er að vera valin afmælisbarn dagsins í Birtu eða Mogganum. Ég vil vera afmælisbarn dagsins en neeeee, Friðrik Friðriksson á afmæli sama dag og ég og því fæ ég aldrei að vera afmælisbarn dagsins. Jú, ég er að gera of mikið úr frægðinni og hef eytt allt af mikilli orku í að agnúast út í hana en ég er að sætta mig við hana.

Að vera fræg eða ekki...skiptir bókstaflega engu máli.

Texti >> Elísabet Ólafsdóttir



# TÓM HJÁ TO



Árið 1988 birtust á skrifstofu Steina hf. þrír tónlistarmenn með frumdrög að laginu Sameiginlegt í þússi sínu.



Þríeykið hafði svo sem stigið í vænginn við poppið áður; Andrea með Grafík, Eyþór með Tappa Tikarrassi og Þorvaldur með Pax Vobis.



Þau kusu að kalla sig „Todmobile“ en þetta sérkennilega nafn fengu þau úr teiknimyndasögu sem vinur Þorvaldar var að fást við um svipað leyti. Þar ók ofurhetjan Tod D. Todson um á todmóbílnum.

## SAGA TODMOBILE

Árið 1988 birtust á skrifstofu Steina hf. þrír tónlistarmenn með frumdrög að laginu Sameiginlegt í þússi sínu. Þetta voru þau Andrea Gylfadóttir, Þorvaldur Bjarni og Eyþór Arnalds. Þeir Þorvaldur og Eyþór voru félagar úr tónsmíðadeild Tónlistarskólans í Reykjavík. Þorvaldur hafði áður lokið einleikaraprófi á klassískan gítar og Eyþór burtfararprófi á selló um sama leyti. Andrea hafði stundað sellónám og lokið prófi frá Söngskólanum í Reykjavík 1986. Samstarf þeirra hófst þegar Andrea lagði Þorvaldi og Eyþóri lið við flutning á námsverkefnum í Tónó.

Þríeykið hafði svo sem stigið í vænginn við poppið áður; Andrea með Grafík, Eyþór með Tappa Tikarrassi og Þorvaldur með Pax Vobis en fýsti að nýta sér kynnin af klassíkinni til að semja popptónlist með alvarlegum undirtón og Sameiginlegt var fyrsta skrefið á þeirri braut. Að uppbyggingu var það frekar óvenjulegt af popplagi að vera og gaf fyrirheit um frekari hræringar í lagasmíðum þremmenninganna. Þau kusu að kalla sig Todmobile en þetta sérkennilega nafn fengu þau úr teiknimyndasögu sem vinur Þorvaldar var að fást við um svipað leyti. Þar ók ofurhetjan Tod D. Todson um á todmóbílnum.

# GLEÐI DMOBILE



Myndir: Eiríkur Kristófersson

Það var á safnplötunni Frostlög sem fyrsta lag hljóm sveitarinnar birtist landslýð á jólum 1988. Frostlagaplatan gaf forsmekkinn af því hvaða hljóm sveitir áttu eftir að taka völdin í íslenska poppinu næstu árin því þar mátti finna lög með Nýdönsk, Sálinni hans Jóns míns og fleiri efnilegum hljóm sveitum. Lagið vakti enga almenna athygli en þeim mun meiri urðu viðbrögðin í herbúðum útgefandans. Þar var ákveðið að leggja fjármagn í gerð breiðskífu með þessu frumlega triói. Fjárframlag útgefandans átti að nema 180.000 krónum, en þegar áfrakstur fyrstu upptakna kom í ljós var ákveðið að leggja meira undir. Þegar upp var staðið varð Betra en nokkuð annað, sem var frumburður Todmobile, ein dýrasta plata ársins.

Á gamlársglag 1993 kvaddi hljóm sveitin eftir fimm ára samstarf, fimm plötur á íslensku og tvær á ensku. Eyþór fór þá alfarið að vinna með Mðeiði en Andrea og Þorvaldur stofnuðu léttisveitina Tweety ásamt bassaleikaranum Eiði Arnarssyni, hljómborðsleikaranum Mána Svavarssyni og trommaranum Ólafi Hólmi. Þau einbeittu sér að léttri popptónlist og lögðu áherslu á að feta ekki sömu braut og Todmobile hafði gert.

Sennihluta árs 2003 kom sveitin saman á ný, tilefnið var tónleikar sveitarinnar með Sinfóníuhljóm sveitinni kveikti í þráðum hennar á nýjan leik því í kjölfarið efndi sveitin til dansleikja með upp runalegri liðskipan, en Eyþór hafði ekki komið fram með Todmobile frá því um miðjan tíunda áratuginn.

Texti: Tonlist.is.

Todmobile hélt uppi stuðinu á Akranesi um síðustu helgi. Lopapeysan 2006 var yfirskrift tónleikahelgarinnar.

Írskir dagar náðu hámarki um síðustu helgi með risatónleikunum Lopapeysan 2006, sem haldnir voru í mikilli sementsskemmu og stórum tjöldum niðri við höfnina á Akranesi. Eins og myndirnar sýna bar hljóm sveitin Todmobile hitann og þungann af hljóðfærslættinum.



Á gamlársglag 1993 kvaddi hljóm sveitin eftir fimm ára samstarf, fimm plötur á íslensku og tvær á ensku.



Sennihluta árs 2003 kom sveitin saman á ný, tilefnið var tónleikar sveitarinnar með Sinfóníuhljóm sveitinni kveikti í þráðum hennar á nýjan leik því í kjölfarið efndi sveitin til dansleikja með upp runalegri liðskipan, en Eyþór hafði ekki komið fram með Todmobile frá því um miðjan tíunda áratuginn.



**Helga Danielsdóttir, verslunarstjóri í Leonard.**



◀ **Guess 17.500 kr.**  
Guess-úrin eru mjög töff tískuúr. Þetta er skreytt Swarovski-krystalsteinum.



**TAG Heuer 199.000 kr.** ▶  
Parna er komið demantskreytt kvenmannsúr frá TAG Heuer, einum besta úraframleiðanda heims. Ef J-Lo kæmi í innkaupaleiðangur í Kringluna myndi hún næla sér í eitt slíkt.

# VESKIÐ OG ÚRIÐ SEGJ



**Guess 19.900 kr.**  
Þetta pokalag er sérstaklega heitt og mjög vinsælt. Munstrið er hið þekktu Guess-munstur og litirnir eru samskipt af drapplitu og brúnu.



**Guess 10.900 kr.**  
Sexí kirsuberjafillingur. Upplagt til þess að láta strákana falla fyrir sér í sumar.



**Coccinelle 35.800 kr.**  
Dáldið rokkuð með keðjum. Taskan er gyllt og brún og með retró fíling. Töf við öll tækifæri.

## HÁRIN RÍSA Í BÍÓ Í JÚLÍ

**M**agnaðar myndir og í góðri blöndu eru í bíóhúsum í júlí. Þann 19. júlí verður frumsýndur sci-fi spennutryllirinn Ultraviolet með Millu Jovovich sem lék í Resident Evil-myndunum og barna- og fjölskyldumyndin Over the Hedge, eða Yfir limgerðið sem

er nýjasta tölvuteiknaða teiknimyndin frá framleiðendum Shrek og Madagaskar og verður sýnd bæði með íslensku og ensku tali. Í lok mánaðarins verður hrollvekjan Silent Hill frumsýnd, þann 26. júlí. Magnaður þriller sem fær hárin til að rísa og fór beint á toppinn í Ameríku.

Skoðið einnig kvikmyndavefinn bio.is og fáið upplýsingar um það sem er og verður að sjá í bíóhúsum landsins í sumar.







◀ **Calvin Klein**  
**19.900 kr.**  
 Stílhreint og sérstaklega kvenlegt stálúr. Úrið er afar vel hannað og minnir á armband.



**Balmain** ▶  
**58.500 kr.**  
 Fallegt svissneskt dömuúr með með demantsskreyttri skífu. Svólítið klassíkt.



**Karlmennska og klassi** Brad Pitt montar sig af TAG Heuer-úrinu.



**Einföld fegurð** Uma Thurman var fengin sem talskona TAG Heuer fyrir nýja línu af kvenmannsúrum.

# A HEILMARGT UM ÞIG



**Coccinelle**  
**28.200 kr.**  
 Vandaðar ítalskar handtöskur. Þessi appelsínulitur er aðalliturinn í sumar.



**Coccinelle**  
**42.500 kr.**  
 Léttur sumarlitur og með nýjasta laginu. Taskan er með aukahólfi framan á og passar sérstaklega vel við finni kjólana.



**Guess**  
**18.900 kr.**  
 Flottar Guess-töskur úr gallaefni. Þessar eru úrban. Kasúal en klassí.

Myndir: Hörður Sveinsson





H&N Myndir: Hörður Sveinsson

Áslaug Snorradóttir og Hlín Helga Guðlaugsdóttir reka verslunina Pikknikk.

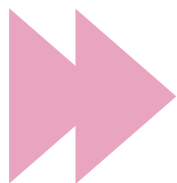
Áslaug Snorradóttir og Hlín Helga Guðlaugsdóttir reka verslunina Pikknikk sem er upplifunarverslun og hönnunarpikknikk-búð. Þær selja forvitnilega hluti sem gaman er að nota og gleðja augu og hjarta.

**Iceland Review Dream on**

Þetta er nýjasta tímarit Iceland Review, sem fjallar mikið um íslenska hönnun. Katrín Pétursdóttir, grafískur hönnuður, hannaði forsiðuna.

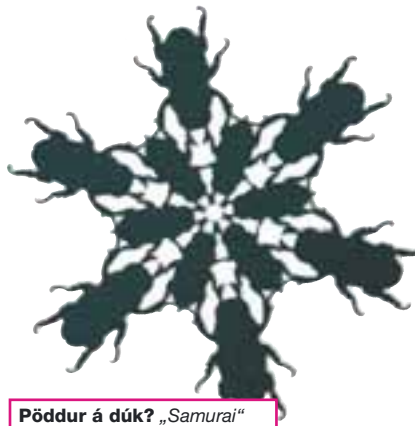


# PIKKNIKK OG ÍSLENSK HÖNNUN Í BLAND





**Hvítur kókubakki**  
Þessi er eftir Þóru Breiðfjörð.



**Pöddur á dúk?** „Samurai“ eftir Tinnu Gunnarsdóttur vöruhönnuð sem er nýkomin heim frá Hong Kong þar sem hún tók þátt í sýningu í einu virtasta listasafni Tókýó.



**Tréborð** „Molar“ eftir Sigríði Sigurjónsdóttur, Guðrúnu Lilju Guðmundsdóttur og Tinnu Gunnarsdóttur vöruhönnuði. Project sem þær voru með á „Salone Satellite“ í Milánó í apríl. Kollar unnir úr íslensku birki.



**Límrúllur, rauðar og bláar** Límbönd eftir Hlín Helgu Guðlaugsdóttur vöruhönnunarnema. Gamli boðskapurinn: Drottinn blessi heimilið, settur í nýtt form, sem hentar nýjum kynslóðum.



**Appelsínugul sundhetta** Sundhettur úr þæfðri ull eftir Sigríði Ástu, „Kitchfridur“, textílhönnuð.

**Bleikur stóll, bolli dúkur og kökur** Bleiki stóllinn er hluti af projecti sem heitir „Súpuproject“, 30 listamenn sem breyttu IKEA-stól eftir sínu höfði. Bollinn og dúkurinn, diskamottur og glós eru framleiðsla Icelandic Picnic.



**Langur svartur kassi** „Kolar“ eftir Ólaf Frey.

Dóra Svavarsdóttir er einn af eigendum veitingastaðarins Á næstu grösum. Þar hefur hún bætt við þekkingu sína sem matreiðslumaður við að þróa og elda grænmetisrétti undanfarin fimm ár. Þessa vikuna hugar hún að þægilegum sumarrétti.

# SÚPA SEM GEFUR YL Í KROPPINN

**M**örgum finnst súpur bara vera vetrarmatur en þar sem við búum á þessu skemmtilega landi verður maður að sætta sig við að rigningin og rokið er alveg jafn stór hluti af sumarveðrinu og sól og hiti.

Hér kemur uppskrift af súpu sem kemur yl í kroppinn og ber með sér sól í hjarta þótt hún skíni ekki úti við. Þetta er ein af þessum súpum sem verður betri á öðrum degi, þess vegna læt ég stóra uppskrift fylgja.



Texti >> Dóra Svavarsdóttir

H&N-mynd >> Valli

**Grænmeti í súpunu** Undirbúið grænmetið eins og við á, svítið blaðlaukinn, rauðlaukinn, hvítlaukinn, chilliin og gulræturnar í potti. Þar til laukurinn er orðinn mjúkur.



**Blaðlaukur skorinn niður** „Best finnst mér þegar ég vinn með blaðlauk að skera hann fyrst og skola hann svo undir köldu rennandi vatni. Það kemur mér alltaf á óvart hversu mikil sandur getur fest á milli blaðanna í lauknum. Ég leyfi mér að nota næstum því allan hlutann af blaðlauknum, hendi eingöngu ystu blöðunum séu þau orðin trénuð eða sólnuð.“



# TORTILLA-SÚPA

FYRIR FJÓRA OG AFGANGUR Í  
HÁDEGISVERÐ DAGINN EFTIR

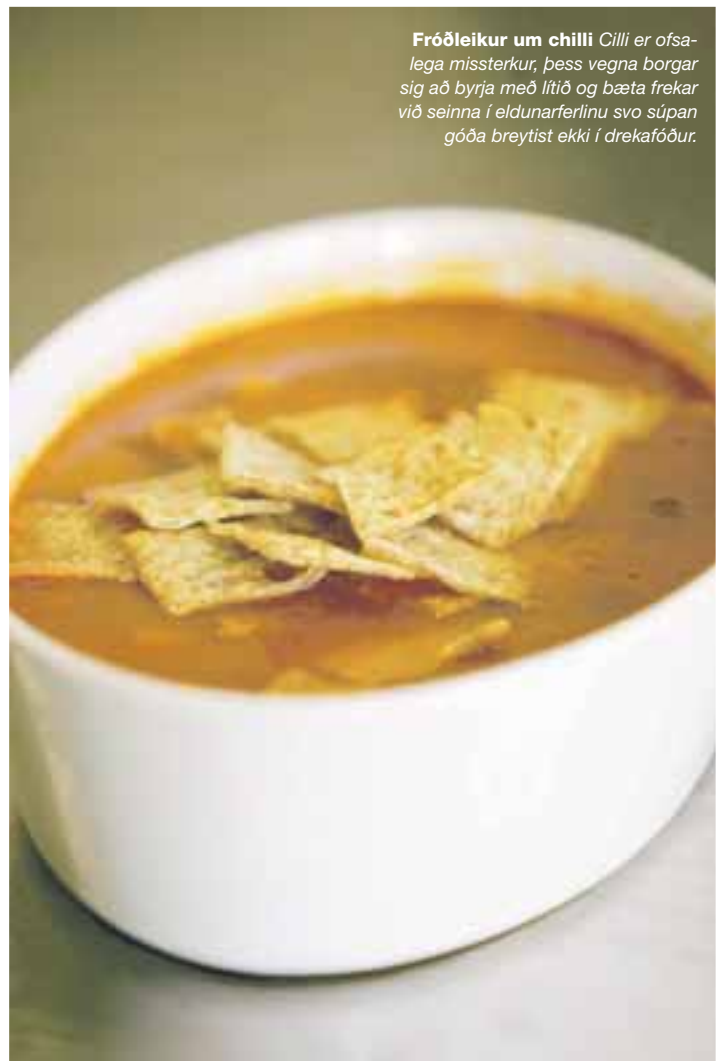
1	stk.	blaðlaukur, skorinn og þveginn
1	stk.	rauðlaukur, saxaður
3	stk.	hvítlauksgeisar, saxaðir
½	stk.	rauður chilli, saxaður
2	stk.	gulrætur, skornar í teninga
1	msk.	kóríanderfræ, ristnuð og möluð
2	dósir	niðursoðnir tómatar (400 ml. dósir)
100	g.	maís, helst fersk korn
1	tsk.	kanill
1,5	ltr.	vatn
		salt, eftir smekk
4	stk.	heilveiti tortilla-kökur

**Smá brætt smjör eða kókosfeiti**

## Aðferð:

- Undirbúið grænmetið eins og við á, svitið blaðlaukinn, rauðlaukinn, hvítlaukinn, chilliinn og gulræturnar í potti. Þar til laukurinn er orðinn mjúkur.
- Chilli er ofsalega missterkur, þess vegna borgar sig að byrja með lítið og bæta frekar við seinna í eldunarferlinu svo súpan góða breytist ekki í drekafóður.
- Ristið kóríanderfræ á sér pönnu og malið í mortéli. Dembið í pottinn ásamt tómtunum maísnum, kanill og vatni. Látið sjóða í um 30 mín. (Þeim mun lengur sem tómatarinn sjóða því sætari verða þeir.) Bætið við vatni ef ykkur finnst súpan of þykk.
- Smakkið til og setjið salt eftir smekk hvers og eins og einnig má styrkja súpuna með cayenne-pípar ef þurfa þykkir.
- Bræðið smjórið eða kókosfeitina og penslið á tortilla-kökurnar, bakið við 180°C í 5–10 mín. á grind, þar til þær verða stökkar, brjótið þær niður og setjið í hverja súpuskál þegar hún er borin fram. Kókosfeitin hentar vel þeim sem ekki þola mjólkurafurðir.

**Fróðleikur um chilli** Cilli er ofsalega missterkur, þess vegna borgar sig að byrja með lítið og bæta frekar við seinna í eldunarferlinu svo súpan góða breytist ekki í drekafóður.



# Carmen Electra lenti í smáslysi á flugvællinum í Los Angeles

## PISSAÐI HÚN Á SIG?

**Blaut á bossanum**  
Pissaði Carmen á sig  
eða hvað?

Megaskvísan Carmen Electra var stödd á flugvællinum í Los Angeles á dögunum. Ekki þykir það frétt næmt fyrir utan það að annað hvort hefur Carmen sviptað svona mikið eða pissað á sig. Þetta er mjög furðulegur staður til þess að vera blaut á. Hvað hefur gerst? Það er óvitað. En þetta eru áhugaverðar myndir.



**Í spreng** Það lítur út fyrir að Carmen þurfi virkilega að pissa á þessari mynd.



**Hvað er að gerast?**  
Carmen er eitthvað skrytinn hérna. Takið eftir því hvar hönd hennar er.



## MJÚKIR LITIR Á ANDLITIÐ Í SUMAR...

### Bronzer Powder

Sólarpúður. Gefur andliti og líkama eðlilegan og fallegan sólarlit og áferð. Einnig má nota það sem augnskugga og kinnalit, til að ná fram náttúrulegu og eðlilegu fersku útliti. Púðrið fæst í þremur litatönum. Ljóssum, miðlungs og dökkum. Umbúðirnar eru stærri en gengur og gerist. Kjörið að nota við öll tækifæri. Verð kr. 3.900.



### Ultra Pearl Eyeshadow.

NYX-augnskugginn gefur augunum fallegan glans. Hann hefur mikla sanseringu og fæst í mörgum skemmtilegum litum. Verð kr. 1.440.



### Powder Blush.

NYX-kinnalitirnir eru mjúkir og gefa andlitinu fallega áferð. Kinnalitirnir fást í yfir 20 mismunandi litatönum. Verð kr. 1.440.



### Blýantur.

NYX-litaflóran fyrir augn- og varablýanta er afar fjölbreytt. Blýantarnir eru mjúkir og frábært að nota þá. Þeir endast mjög vel. Verð kr. 750.



### Diamond Sparkle Lip Gloss.

Glossið gefur vörnum fallega áferð, sem gefur mikinn glans og dýpt. Fæst í mörgum mismunandi litatönum. Eitthvað, sem þú verður að eiga. Verð kr. 1.140.



Texti >> Sólveig Birna Gísladóttir  
Förðunarmeistari

Sólveig rekur Airbrush & Makeup Gallery í Dalshrauni í Hafnarfirði sem selur NYX-snyrtivörurnar.

# VERÐ SPRENGJA

Bolir frá ..... 500kr.

Kjólar frá ..... 1.000kr.

Gallabuxur frá..... 2.000kr.

Leðurstígvél frá ..... 3.500kr.

# TOPSHOP

SMÁRALIND | 522 8383

Kolbrún Pálína Helgadóttir, einkabjálfari, förðunarmeistari og mamma, er nýkomin frá Indlandi. Hún rifjar upp hvernig það er að taka þátt í fegurðarsamkeppni og hverju þarf að huga að í módelbransanum.

# NÆLDI Í MÓDELVERKEFNI Á INDLANDI



## Hvaða stjörnumerki til- heyrir þú?

„Ég er í nautsmerkinu.“

## Hvernig er að vera mamma?

„Miklu meira og betra en ég átti von á.“

## Hvað er Sigurður Viðar orðinn gamall?

„Hann verður tveggja í ágúst. Nú er hann að byrja að læra að

tala og gera í koppinn. Hann er hraustur. Við erum heppin og þakklát.“

## Hvernig upplifðir þú keppnina þegar þú fórst út 2001?

„Að fara í keppni eins og Miss World er eins og að taka erfiðan áfanga í skóla. Þetta er lærdómur frá a til ö. Keppnin fór fram í Suður-Afríku og þar var ég í fjórar vikur ásamt níutiu

og tveimur stelpum alls staðar að úr heiminum. Ég deildi herbergi með stelpu frá Ítalíu og gekk sambúðin nokkuð vel hjá okkur. Þarna fór fram frábær skemmtun, glæsileg matarboð, ferðalög, myndatökur, viðtöl og auðvitað strangar æfingar fyrir lokakvöldið. Tilfinningin var ólýsanleg síðasta kvöldið þegar árangur allrar vinnunnar naut sín í frábærri sýningu á risasviði með sex þúsund manns í salnum.

Ég er óendanlega þakklát fyrir þetta tækifæri því þetta gaf mér ansi gott veganesti út í lífið. Ég þurfti að stóla á sjálfa mig allan tímann, sýna umburðarlyndi og þolinmæði gagnvart öllu fólkinu sem þarna var. Ég eignaðist vinkonur frá ýmsum heimshornum sem ég er í reglulegu sambandi við. Þetta var hreint út sagt ómetanleg reynsla.“



## Góð ráð fyrir ungar og verðandi fyrisætur?

„Það er mikilvægt að hugsa vel um líkama og sál. Munið að láta ykkur ganga fyrir, ekki láta þvinga ykkur í eitthvað sem þið villjið ekki gera. Svo er auðvitað allra mikilvægast að hafa gaman af þessu, brosa og njóta þess að vera til.“

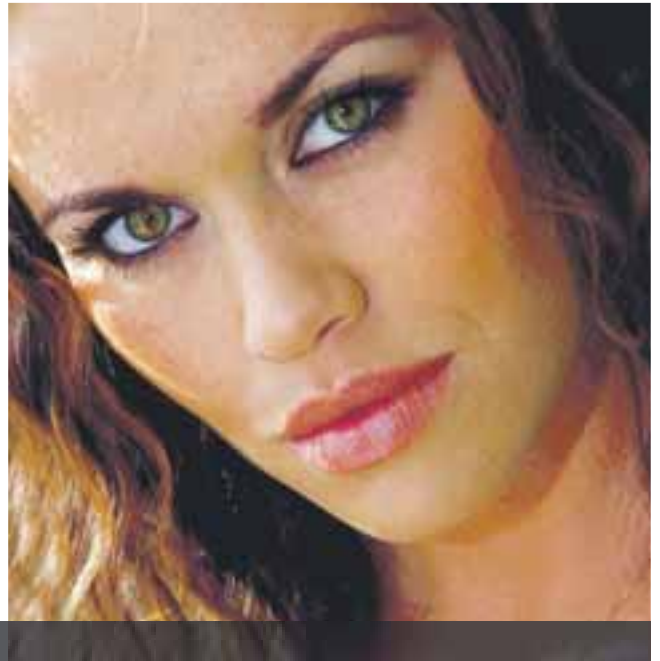
## Gott foreldri?

„Að mínu mati þarf að ríkja gagnkvæm virðing á milli foreldra og barna. Foreldrar þurfa að geta treyst börnum sínum og geta staðið með þeim í gegnum súrt og sætt. Hvatning skiptir miklu máli, öll börn eiga sér drauma og það er hlutverk foreldranna að sannfæra þau um að allt sé hægt

ef viljinn er fyrir hendi. Börnin líta upp til foreldra sinna svo að það skiptir miklu að vera góð fyrirmynd. Síðast en ekki síst vertu vinur barnanna þinna.“

## Ef ég gæfi þér eina ósk?

„Ég er ennþá undir rosa-legum áhrifum frá Indlandi. Var þar í tæpar fimm vikur. Fór að módelast og nældi mér í verkefni fyrir Cosmopolitan og sjónvarpsauglýsingar. Lífið á Indlandi hafði mikil áhrif á mig. En þetta er ósanngjörn spurning. Það fær enginn eina ósk bara sí svona, en það eru víst ekki fáir hjálparþurfi í þessum heimi þannig að ég splæsi þessari ósk á allt það fólk í heiminum sem lifir við hungursneyð og fátækt.“



Hákon Þorsteinsson afgreiðslumaður í Adidas Concept Store í Kringlunni veit og skilur að hlaupaskórnir skipta öllu þegar fólk skokkar sér til heilsubótar.

# GÓÐIR ÍÞRÓTTASKÓR SKIPTA ÖLLU

**G**óðir íþróttaskór eru mikilvægir til að ná árangri og til að vernda heilsuna,“ segir Hákon Þorsteinsson afgreiðslumaður í Adidas Concept Store í Kringlunni. „Fólk hefur oft á tíðum ekki trú á því að hlaupaskórnir virki en þeir virka. Sumir eru ekki tilbúnir að fjárfesta í dýrari skóm en það fer auðvitað eftir því hvort þeir hlaupa mikið eða lítið. Hlaupaskórnir hafa svokallaða ánægjutryggingu. Þá kaupir þú hlaupaskóna og ferð heim og prufar. Við ráðleggjum þér áður en þú ákveður þig og ef hlaupaskórnir henta þér ekki þá máttu skila þeim innan 28 daga og fá endurgreitt. Þessi ánægjutrygging á við um nokkrar týpur hjá okkur. Við höfum farið á fræðslunám-skeið hjá Adidas-umboðinu og teljum okkur vita hvað um ræðir.“



### Verðlaunaskór

„Þetta eru verðlaunaskór frá Adidas. Þeir hafa verið verðlaunaðir af virtum hlaupatímritum. Þetta eru herraskór með púða í hæl og öllum framfætlinum. Dempandi púðar eru í öllum skónum staðsettir í hælnum því þar kemur fóturinn fyrst niður þegar þú hleypur. Fjaðrandi púðar í tábergi létta frástigið.“

Verð: 11.990 kr.

### Extra stöðugir hlaupaskór

„Fyrir það fyrsta eru þetta herra-hlaupaskór. Þeir eru kallaðir A3 sem þýðir að hælþúðarnir eru uppskiptir (ekki einn púði) þannig að þeir gefa meiri stöðugleika.“

Verð: 9.490 kr.



### Henta vel ef konur eru þungar

„Þessir skór eru líka með A3 systemið sem gerir þá extra stöðuga. Taldri henta vel fyrir þá sem eru í þyngri kantinum.“

Verð: 11.990 kr.



### Stillanlegir hlaupaskór

„Þetta er sambærilegt við A3-systemið. Konur eru oftast með grennri fætur en karlar þannig að þetta hentar vel fyrir þær. Hér er hægt að stilla þrengdina eða viddina yfir ristina. Púðar eru í tábergi og hæl.“

Verð: 7.990 kr.



			1	2	3		4	5	6				
						7		8		9			
					10		11						
	12	13		14		15						16	
17				18	19				20		21		
22			23		24			25		26			
	27			28			29		30		31		
32			33		34	35		36		37		38	
		39					40		41		42		
43	44				45			46		47			48
49			50	51		52				53		54	
			55		56		57		58			59	
						60			61			62	
			63								64		

### LÁRÉTT

- 1 VERKFÆRI (3)
- 4 BÓKSTAFUR (3)
- 8 ÓHLJÓÐ (3)
- 10 PILLUR (6)
- 12 EINNIG (4)
- 15 KVIKMYND (5)
- 16 SÆLGÆTI (2)
- 17 UNG STÚLKA (3)
- 18 MÓT (4)
- 20 UMSIÓN (5)
- 22 STEINTEGUND (4)
- 24 ÞUS (4)
- 26 SKÁN (4)
- 27 PÓLL (5)

- 29 BEIN (3)
- 31 ÝLFUR (3)
- 32 TÖLVUVERSLUN (2)
- 33 MARR (4)
- 36 LOFT (3)
- 38 ÍPRÓTTAFÉLAG (2)
- 39 HNETUMASSI (6)
- 41 BÁS (4)
- 43 AF (3)
- 45 ENGI (4)
- 47 GANGÞÓFI (2)
- 49 LÍKJA EFTIR (5)
- 52 REGLA (3)
- 53 VEGUR (4)
- 55 KÆLA (3)

- 57 SJÚKDÓMUR (4)
- 59 TVEIR EINS (2)
- 61 DREIFA (2)
- 62 SOÐNINGUR (3)
- 63 MULDRA (6)
- 64 UNDIROKA (4)

### LÓÐRÉTT

- 1 TAFL (4)
- 2 HRÖÐ (2)
- 3 HRYGNING (3)
- 5 BYLTA (4)
- 6 SELLU (5)
- 7 GALDRA (5)

- 9 RÓT (5)
- 11 LIÐUGUR (5)
- 12 NEÐST (5)
- 13 LAND (4)
- 14 FRÁ (2)
- 16 MJALTA (6)
- 17 SKÓLI (2)
- 19 SAMIÐ (3)
- 21 MÓÐUÞYKKNI (3)
- 23 BANNHELGI (4)
- 25 ARR (3)
- 28 SARG (3)
- 30 FRAMKOMA (3)
- 32 NAUTASTEIK (4)
- 34 TEMJA (3)

- 35 TERTA (4)
- 37 TRAPPA (5)
- 39 TIL SAUMA (3)
- 40 TUTTUGU (4)
- 42 STRÁ (3)
- 44 GUD (2)
- 46 SKISSA (5)
- 48 GRAFA (5)
- 50 VERST (4)
- 51 HEIMSÁLFU (4)
- 54 ÍLÁT (4)
- 56 EINKAR (3)
- 58 HEF LEIFI (2)
- 60 TVEIR EINS (2)
- 62 GYLTA (2)

Lausn síðustu viku er á blaðsíðu 68.

*Gullfallegar borðdömur bjóða þig velkominn*

*Flottasti herraklúbbur Íslands*

# *The Champagne Club*



Opið öll kvöld  
frá kl 21:00



**Happy Hour  
með borðdömum**

Friday- Saturday from 21:00-01:00

**Ert' að steggja?  
Sérhæfum okkur í  
góðum steggjapartíum  
Leitið upplýsinga**

NightClub

Hafnarstræti 17 - 101 Reykjavík • Sími/Tel. 820 2230

# HINN FULLKOMNI FATASKÁPUR

Birna Björnsdóttir ásamt Hrafnhildi Hjaltadóttur sem vinnur hjá henni. „Í góðum fötum sem henta best líkama okkar og lífsstíl líður okkur alltaf best.“



Fatastíll er misjafn og stílistinn Birna Björnsdóttir fræðir okkur um grunnatriðin þegar velja skal föt og fylgihluti.

**hér&nú**

LAUSN Á KOSSGÁTU NR. 41

1	Á	2	R	3	A	4	U	5	S	6	S				
	B	7	R	8	U	9	M	10	Ó	11	M	A			
	Ó		R	13	Ö	14	S	15	K	16	U	R			
	E	12	L	13	T	14	I	15	T	16	A	17	N	18	G
	A	17	L	18	A	19	M	20	A	21	U	R	22	A	N
	A	23	G	24	N	25	A	26	U	27	N	28	G	29	A
	U	27	G	28	G	29	U	30	R	31	A	32	G	33	I
	K	32	R	33	A	34	N	35	S	36	I	37	A	38	L
	R	39	B	40	R	41	A	42	L	43	L	44	A	45	M
	A	44	R	45	I	46	Á	47	L	48	U	49	N	50	P
	P	51	Á	52	L	53	M	54	I	55	A	56	K	57	A
	A	54	Ð	55	A	56	A	57	U	58	S	59	A	60	Á
	R	59	U	60	S	61	L	62	T	63	Á	64	E	65	G
	G	63	R	64	A	65	M	66	S	67	A	68	G	69	E

**H**inn fullkomni fataskápur er ekki skápur fullur af fötum sem sjaldan eða aldrei eru notuð heldur eru í honum fáar vel valdar flíkur sem allar gegna sínu hlutverki og allar fitta saman hvernig sem blandað er. Síðan er nauðsynlegt að krydda samsetninguna með persónulegum smáatriðum, annað hvort litum eða fallegum fylgihlutum.

## Stakur jakki í skápinn

Til að mynda er gott að eiga stakan jakka í lit, eins og rauðu, og láta hann stýra öllum hinum flíkunum í safninu. Hafa jakkann þá í þeirri sidd sem okkur finnst best og með góðu sniði

fyrir líkamsbygginguna. Síðan koma dragtin, buxurnar, pilsin, skyrturarnar, topparnir og auðvitað kjólar fyrir kjólakonur.

## Huga að heildinni

Allir litirnir á þessum flíkum, hliðarlitir og andstæðulitir, verða að ganga 100% með staka jakkanum. Síðan verða öll sniðin að passa við líkamslagið til að okkur líði vel í fötunum. Ekki of stór, ekki of þröng og síddir (jakkar, buxur og pils) í samræmi við hæð og þyngd. Allt þarf að smella saman til að heildarútlitið verði sem best. Í góðum fötum, sem henta best líkama okkar og lífsstíl, líður okkur alltaf best.



Texti >> Birna Björnsdóttir  
Stílistinn.is



# EINI SÚLUSTADURINN Á LANDINU

**Goldfinger** er eini sölustaðurinn á höfuðborgarsvæðinu.

Auk glæsilegra kvæna, erum við með mikið úrval smokkagæða, óvísir er það þú ert í annað eins.

Á **Goldfinger**, getur þú gengið að þér véru að hópar gufalegra kvæna frá fjölmörgum þjóðmáttum. Þú ert fyrir þig áttir áttir og áttir þér á óþekktum hátt.

Endu á **Goldfinger**, og njótu þú í furbetti stömmingu og kvíði þú áttir 20.

## GOLDFINGER

L' O R

---

# Color Riche

Kynnir línuna

## Star Secrets

4 leyndardómsfullir, frábærir litir afhjúpa einstaka persónutöfra.

Einstaklega þægilegur varalitur.  
Frábærir E-vítamínbættir litir.

Eva Longoria sést hér með Color Riche Star Secrets caramel nr. 704

# É A L

## Eva Longoria

„Ég elska þennan lit, Caramel, með kopargljáa sem fellur vel að möttu litarhafti mínu. Ég hef Color Riche Star Secrets alltaf með mér jafnt daga sem kvöld.“

Því þú átt það skilið!



L'ORÉAL  
PARIS

smjör.is



Íslensket smjör  
er hrein  
náttúruafurð  
og gefur betra  
bragð!

Hrefna Rósa Sætran  
Íslenska kokkefalandslíðinnu



Áfram með **SMJÖR** ið!