

FÓK

FIMMTUDAGUR 4. OKTÓBER 2018

Tíska

Acid Soothe
- ertu með
brjóstsviða?



Heillandi borgarferðir með Icelandair

Á haustin er tilvalið að skreppa til útlanda og upplifa eitthvað nýtt og spennandi. Icelandair býður glæsilegt úrval áfangastaða þar sem allir ættu að finna eitthvað við sitt hæfi. Aldrei hefur verið auðveldara að skoða, bóka og njóta með Icelandair.

Icelandair býður upp á úrval spennandi og skemmtilegra áfangastaða í Evrópu og Bandaríkjunum. París er til að mynda kjörborg heimsborgara og elskenda.

HAUSTYFIRHAFNIR

SKOÐIÐ laxdal.is/yfirhafnir

BERNHARD LAXDAL
SIGILD KÁPUBÚÐ

Framhald af forsiðu →

Hjólaferðir, háhýsi og fjölbreytt menningarlíf

„Chicago er uppáhaldsborgin mín því að hún hefur upp á svo margt að bjóða: góða stemningu, fjölbreytt menningarlíf og flottan arkitektúr. Þar er enn fremur gott úrval veitingastaða og verslana. Borgin er hrein og græn miðað við stórborg, auk þess sem heimamenn eru kurteisir og þægilegir,“ segir Stella Ólafsdóttir, flugstjóri hjá Icelandair. „Ég hef komið þangað nokkrum sinnum – fyrst þegar Icelandair byrjaði að fljúga þangað aftur árið 2016. Ég man að ég hugsaði þá að borgarferð til Chicago hentaði öllum, hvort heldur sem væri fjölskyldum, pörum eða vina-hópum. Fyrir þá sem eru að koma í fyrsta sinn mæli ég með því að taka daginn snemma og fara í klassískan amerískan morgunmat á Wildberry Pancakes við Millennium Park og þaðan að Cloud Gate (Bauninni). Svo myndi ég leigja hjól þar og hjóla um borgina að Michigan-vatni. Þaðan er flott útsýni yfir skýjakljúfana. Næst færi ég í hádegismat á Le Pain Quotidien. Einnig mæli ég með siglingu um borgina. Yfirleitt er mikið um að vera í Chicago og gott að vera búinn að kynna sér hvað er í boði af leiksýningum og tónleikum. Annars er alltaf gaman að fara á uppistand, til dæmis í Chicago's Second City.“

Hvað finnst þér ómissandi að gera í Chicago?

„Ef ég er í vinnunni finnst mér nauðsynlegt að slaka á með göngu-túr um græn svæði borgarinnar, til dæmis Millennium, Maggie Daley eða Grant. Eins finnst mér gaman að hjóla við Michigan-vatn – jafnvel skreppa á ströndina þar. Í Chicago er gríðarlegt úrval flöttra og skemmtilegra veitingastaða. Mér finnst alltaf skemmtilegt að fara upp í háhýsi þegar ég heimsæki stórborgir og mæli því með kaffibolla eða drykk á Signature Room, The Wit, Drumbar og Cindy's. Þannig slærdú tver flugur í einu höggi: færð flott útsýni og hvíllir fæturna eftir borgarrollið. Við verslunargötuna Michigan Avenue, oft kölluð Magnificent Mile, finnur maður allt það helsta – henni svipar til 5th Avenue í New York. Við State Street eru síðan stærri verslanir með ódýrari varning.“

Hvaða minjagrip tækir þú með þér frá borginni?

„Ég myndi helst ekki kaupa neitt – góðar minningar og nokkrar myndir duga mér. Sennilega myndi ég kaupa klassíska Jordan-treyju fyrir körfuboltamanneskjuna í fjölskyldunni,“ segir Stella að lokum.

Frummynd allra borga

„Paris er uppáhaldsborgin mín þar sem móðir mín er frönsk og ég var þar við nám í mörg ár. Ég elska sennilega Paris svona heitt því að föðurettingin mín er að norðan, frá Dalvík. Sem barn fannst mér dásamlegt að hlaupta úti á túni í Svarfæðardalnum og vera síðan allt í einu mætt í Orsay-safnið með mömmu að skoða meistara- verk Renoir. Í mínum huga hefur Paris alltaf verið frummynd allra borga,“ segir Lea Gestsdóttir Gayet, almannatengill fyrir Vestur-Evrópu-svæði Icelandair. „Ég bjó þar í um 15 ár og á þar nú litla íbúð sem ég elska. Þannig er auðvelt fyrir mig að skreppa út þegar ég sakna borgarinnar um of.“

Í Paris finnst Leu ómissandi að labba meðfram Le Canal Saint Martin með vinum sínum og ræða stjórnmal, lífið og allt þar á milli. „Svo fær maður sér sæti á kaffihúsi og fylgist með mannlifinu. Ég elska klæðaburð Parisarþúa, en kjörórð franskra tisku er less is more. Ég elska líka að fara í bíó þar



„Chicago er hrein og græn miðað við stórborg, auk þess sem heimamenn eru kurteisir og þægilegir,“ segir Stella Ólafsdóttir, flugstjóri hjá Icelandair.



„Tenging við danska menningu lætur manni alltaf líða vel í Kaupmannahöfn,“ segir Lára Margrét Möller, vörumerkjastjóri hjá Icelandair. MYND/ANTON BRINK



Paris er mекka menningar og lista að sögn Leu Gestsdóttur Gayet, almannatengils fyrir Vestur-Evrópu hjá Icelandair.

Það er gaman að kaupa rauðvín til að drekka heima á Íslandi og svo er auðvitað alltaf vinsælt að kaupa sér lítinn Eiffelturn.í

Lea Gestsdóttir Gayet

sem framboðið er svo fjölbreytt. Svo setja almenningsgarðarnir sterkan svip á borgina, til dæmis Le Parc des Buttes-Chaumont og Le Jardin des Plantes. Ég nýt þess að heimsækja Versali eða fá mér te í arabíska menningarsetrinu Institut du monde arabe. Rodin-safnið og garðurinn standa líka alltaf fyrir sínu,“ greinir Lea frá og bætir við að spennandi kaffihús sé að finna í 10., 11., 19. og 20. hverfi. Þau séu laus við ferðamenn og því hægt að sjá daglegt líf Parisarþúa. „Les Parigots, Chez Prune og Le Jaures Café eru mjög hefðbundnir staðir heimamanna. Svo er ágætt að kíkja út á lífið á Le Point F og fá sér kokteil á Le Comptoir Général. Einnig mæli ég með La Vue í Hyatt Regency turninum.“

Hvar finnst þér best að versla í Paris?

„Mér finnst best að versla á götunum í kringum La République. Þar eru outlet-verslanir merkja sem allar Parisarðómur elska: Les Petites, Maje, Comptoir des Cottonniers og Sandro. Stærri verslunarmiðstöðvar eru til dæmis Chatelet og La Défense.“

Að lokum kveðst Lea ávallt mæla með að gestir Parisarborgar kaupi eintak af Veislu í farangrinum (A Moveable Feast) eftir Ernest Hemingway þar sem hann lýsi borginni best að hennar mati. „Það er líka gaman að kaupa rauðvín til að drekka heima á Íslandi. Svo er ágætt að eiga ljúfa tóna, nokkur lög með Edith Piaf eða Jacques Brel. Svo er auðvitað alltaf vinsælt að kaupa sér lítinn Eiffeltturn.“

Falleg dönsk hönnun besti minjagripurinn

„Kaupmannahöfn er þessi fullkomna blanda af stórborg en hefur á sama tíma sjarmna á við smábæ.“ segir Lára Margrét Möller, vörumerkjastjóri hjá Icelandair, sem

var búset þar í sjö ár. „Þangað er svo margt að sækja – í raun eitthvað fyrir alla sem vilja fara í borgarferðir. Góðir verslunarmöguleikar, margir góðir veitingastaðir, krúttlegar götur og hverfi, fálægir garðar, listasöfn og markaðir. Það hversu Íslendingar tengjast danskri menningu og sögu með svo sterkum hætti gerir það að verkum að manni líour vel í hvert sinn sem maður fer til Kaupmannahafnar. Síðan er svo auðvelt að fara á milli staða í borginni, hvort sem það er með því að leigja hjól, taka strætó eða fara með neðanjarðarlest.“

Hvert er best geymda leyndarmál borgarinnar?

„Værnedamsvej, eða litla Paris eins og hún er stundum kölluð, er litil gata í 15 mínútna göngu-fjarlægð frá miðbænum og að minnu mati ein huggulegasta gata Kaupmannahafnar. Þar er að finna nokkra franska veitingastaði, kaffihús og verslanir. Þar eru oft markaðir um helgar og einn besti morgunverðarstaður Kaupmannahafnar, Granola. Annað leyndarmál er rooftop-barinn á hótelinu Manon Les Suites Guldsmeden. Ég fer þangað í hvert sinn sem ég fer til Kaupmannahafnar og sit og sötra freyðivín þar til sólin sest.“

Aðspurð um bestu veitingastaðina segist Lára alltaf mæla með með pistustaðnum Mother í Købbyen, gamla kjötönaðar-hverfinu sem núna er orðið hip og kúl veitingastaða- og klúbbahverfi. „Ef þig langar í alvöru steik mæli ég með Mash og Retour Steak í miðbæ Kaupmannahafnar. Svo er alltaf gaman að fara í Torvehallerne og borða smurbrauð, sushi eða annað léttmeti á meðan maður fylgist með mannlifinu. Loks mæli ég með Les Trois Cochons á Værnedamsvej.“

Lára kveðst versla langmet í miðbænum. „Ég er minnst á Strikinu og mæli frekar með að rólta um og skoða finu húsin. Ég tel að falleg dönsk hönnun sé besti minjagripurinn, til dæmis frá Illums Bolighus. Ég held að næst kaupi ég mér einhverntítt litinn hlut í íbúðina mína sem minnir mig á gamla heimili mitt, Köben.“

YFIRHAFNADAGAR

20%

afsláttur af völdum yfirhöfnum



Ullar/kashmír kápa

~~Verð 33.980~~

Tilboðsverð 27.184

Margir litir

hjá
Hrafnhildi

Fetar í fótspor mömmu

Fyrirsætan Kaia Gerber hefur verið áberandi á tiskupöllum heimsins síðustu misseri. Hún er dóttir ofurfyrirsættunnar Cindy Crawford og þykir ekkert gefa henni eftir í glæsileik eins og sjá mátti á tiskuvikunni í París.

Sólveig Gísladóttir
solveig@frettabladid.is



EKKI er langt síðan hin 17 ára Kaia Gerber steig sin fyrstu spor á tiskupöllum. Þó hefur hún verið lengi í bransanum. Landaði til dæmis fyrsta fyrirsættuverkefni sínu tíu ára gömul fyrir Young Versace línuna. Hún hefur setið fyrir í timaritum á borð við Vogue, Teen Vogue og Pop Magazine. Þá hefur hún einnig reynt fyrir sér í leiklist en hún lék

15 ára gömul í Sisters Cities.

Kaia þykir sjálf á góðri leið með að fá ofurfyrirsættutil líkt og móðir hennar, Cindy Crawford. Hún tók þátt í sinni fyrstu tiskusýningu í fyrra fyrir Calvin Klein og hefur síðan sýnt fyrir merki á borð við Saint Laurent, Fendi, Miu Miu, Prada, Moschino og Alexander Wang. Mæðgurnar komu síðan saman fram á Versace-sýningu. Hún sat ein fyrir á forsiðu franska Vogue í febrúar.

Kaia var áberandi á tiskuvikunni í París nýverið og eru allar myndirnar af henni þaðan.



Isabel Marant.



Chanel.



Valentino.



Stella McCartney.



KRINGLUKAST

20-40%

Afsláttur af öllum vörum

PEYSUR Á

7.990



Kringlunni



Fyrirsæturnar röltu í fjörinni.

Pamela á ströndinni

Tískusýning Chanel á tiskuvíkunni í París olli ekki vonbrigðum frekar en endranær. Sýningin var haldin í Grand Palais sýningarhöllinni eins og svo oft áður en í þetta sinn var henni umbreytt í strönd og bláan himin. Fyrirsæturnar gengu berfættar í sandinum og sulluðu í flæðarmálinu meðan ljúfar öldur gengu yfir tær þeirra.



Grand Palais sýningarhöllinni var breytt í strönd með sjávarsýn á allar hliðar. Öldur gljáfrúðu og strandverðir fylgdust með af sérstökum pöllum. NORDICPHOTOS/GETTY

Ströndin var römmuð inn með máluðum bláum himni sem minnti nokkuð á kvikmyndina Truman Show enda var talið að Karl Lagerfeld væri með þessu að búa til heim til að skýla áhorfendum fyrir öllu áreiti og leiðindum raunveruleikans.

Fjöl margar frægar stjórnur fylgdust með sýningunni. Ein vakti hvað mesta athygli, Strandvarðagellan fyrirverandi Pamela Anderson. Hún rifjaði upp gamla takta og hljóp berfætt um Chanel-ströndina, þó ekki í rauða sundbolnum heldur klædd frá toppi til täär í hvítar Chanel-flíkur. Anderson þykir orðin æði Parísardómuleg en hún hefur uppfært stil sinn nokkuð síðustu mánuði, eða eftir að hún tók saman við franska fótbolta-manninn Adil Rami.



Pamela Anderson rifjaði upp gamla takta og röltu berfætt í sandinum. Rauði sundbolurinn var þó viðs fjarri en hún klæddist hvítri Chanel-dragt.

Jólin nálgast með lakkrís

Það styttist í jólin. Margir hafa gaman af því að setja upp fjölskyldudagatal og telja dagana niður. Jóladaðgatalið frá Lakkrís by Johan Bülow er ákaflega vandað og gefur ljúffenga lakkrísupplifun hvern dag í desember. Lakkrísinn getur verið með súkkulaði, saltkaramellu, kaffi eða einhverju öðru skemmtilegu bragði. Það er verslunin Epal sem selur lakkrísdagatalið hér á landi og er það þegar komið í forsölu og verður afhent um miðjan október. Veittur er 10% afsláttur í

forsölu. Danska fyrirtækið Lakkrís by Johan Bülow sérhæfir sig í framleiðslu á handgerðum gæðalakkrís. Lakkrísinn er glútenlaus og án allra aukaeftna og er því góður kostur fyrir þá sem vilja gera vel við sig. Lakkrísinn frá Johan Bülow hefur notið mikilla vinsælda hérlendis og er hann líklega einn besti lakkrís sem hægt er að finna. Þar fyrir utan eru umbúðirnar fallegar og því er þetta falleg gjöf til góðra vina eða ættingja. Nánar má lesa um lakkrísdagatalið á epal.is.



Lakkrísdagatalið kemur í smekklegum umbúðum.





Vertu í fullkomnu jafnvægi

Ashwagandha er nýjung í vörulínu Gula miðans, og inniheldur milda, hreina og 100% lífræna malaða rót í hylkjum. Ashwagandha er ein þeirra jurta sem er hvað mest í hávegum höfð innan indversku læknishefðarinnar Ayurveda, sem hefur á síðustu árum náð sífellt meiri fótfestu á Vesturlöndum.

Ashwagandha er það sem kallast adaptógenísk jurt og er hún talin stuðla að jafnvægi og hjálpa líkamanum að takast betur á við streitu, þreytu og orkuleysi. Hún er jafnframt oft kölluð „skapgerðarróttin“, þar sem ýmsir nýta hana til að koma betra jafnvægi á skapið.

Þú finnur Ashwagandha undir merki Gula miðans í apótekum, heilsuvöruslunum og í heilsuhillum verslana.





Kynntu þér úrvalið á gulimidinn.is



Selena
undirfataverslun

Bláu húsunum Faxafeni • S: 5537355 • www.selena.is



Margrét Dórothea Jónsdóttir með burstasafnið sitt góða en hún segir nauðsynlegt að eiga fleiri en færri. MYNDIR/ERNIR

Förðunarbusturstar við flest tækifæri

Margrét Dórothea Jónsdóttir förðunarfræðingur er ákafur safnari förðunarbusturstar. Hún var til skamms tíma áskrifandi að busturstar og hætti því eingöngu vegna plássleysis en ekki af því að hún væri komin með nóg.

Brynhildur Björnsdóttir
brynhildur@frettabladid.is



Ég lærði förðun 2013 í Mood Makeup School og fékk þá töluvert safn af busturstar í byrjunarsetti," segir Margrét aðspurð um hvenær busturstarhuginn hafi kviknað. „Verandi nördinn sem ég er þurfti ég alltaf að bæta aðeins við. Svo var mér bent á síðu þar sem hægt var að vera í áskrift að busturstar og fékk þá pakka með þremur til fimm busturstar á mánuði. Ég vissi aldrei hvað ég fengi en það var alltaf eitthvað skemmtilegt. Og þannig má segja að ég hafi misst stjórnina.“

Margrét Dórothea á eitthvað um hundrað busturstar í dag. „Ég er bara með eitt andlit svo ég nota ekkert of marga busturstar á sjálfa mig en þegar ég fæ verkefni þá er alltaf gott að eiga fleiri en færri busturstar.“ Hún flokkar förðunarbusturstar gróflaga í þrjá flokka, fyrir andlit, augu og varir, sem skiptast svo í undirflokk eftir því hvort þeir eru notaðir í þurrt efni eins og púður eða blautt efni eins og krem. „Ef það er eitthvað sem mér finnst ég aldrei eiga nóg af eru það góðir blöndunarbusturstar fyrir augnskugga. Þegar ég fæ farða sjálfa mig hversdags þá eru þetta fimm, sex busturstar í grunnförðun og þá er ég búin en þegar ég er að fara á svið, til dæmis á burlesque-sýningum, þá nota ég svona fimmtán busturstar bara á augun. Þá er ég með busturstar fyrir grunnlit, tilfærslu, skyggingu, aðallit og alltaf hreinan busturstar á milli til að blanda ef ég vil hafa þetta virkilega áferðarfallt. Það er hægt að nota enda-laust ef maður gefur sér tíma og það er langskemmtilegast.“

Hún segir að góður busturstar þurfi að hafa ákveðna eiginleika. „Það skiptir máli hvernig hann tekur upp litinn og dreifir úr honum og líka að hann dragi ekki í sig of mikið af farða. Og að hann búi til sléttan og



Mikilvægt er að þrifa busturstar vel með mildri sápu eða sjampói, einkum þá sem notaðir eru í blautfarða þar sem annars er hætt á bakteríusýkingum.

fallegan grunn, dragi úr misfellum í stað þess að ykja þær. Sumir busturstar eru betri í ákveðin verk en ég hef mest gaman af busturstar sem hægt er að nota í ýmislegt, allt eftir því hvernig áferð þú vilt ná fram.“

Margrét segir breytilegt hvaða busturstar sé í mestu upphaldi. „Núna er það busturstar á stærð við kinnina á mér sem ég nota í sólarpúður og þarf bara rétt að sópa yfir andlit. Ég fékk hann í einum af síðustu burstaáskriftarþökkunum áður en ég sagði upp áskriftinni. Sem ég gerði eingöngu vegna plássleysis, ekki af því mig langaði ekki í fleiri busturstar. En mér finnst líka gaman að pinulitlum nákvæmnisbusturstar sem ég nota í smáatriði eins og að gera glimmermynstur fyrir burlesquesýningar.“

Hún leggur mikla áherslu á mikilvægi þess að hirta busturstar sínar vel. „Það þarf að þvo þá reglulega upp úr mildu sjampói eða bursta-sápu, sérstaklega þá sem fara í blautt efni því annars safnast bakteríur í

þá sem fara beint í húðina. Ég var einmitt að kaupa mér silikonmottu til að auðvelda þrifi þvi ég hef annars notað lófann á mér til að snúa þeim á og þegar verið er að þrifa þrjátíu busturstar þannig er hætt á húðþrifi.“

Fram undan er mikil busturstarveisla á laugardaginn þegar burlesque-hópur Margrétar, Dömur og herra, er með sýningu. „Mér finnst alltaf gaman að geta gefið félögum mínum í burlesquinu góð ráð varðandi förðun og svo njóta þau góðs af mikilli söfnunaráttu minni, til dæmis hefur varalítasafnið mitt oft komið í góðar þarfir. Ég reikna með að aðstoða þau fyrir sýninguna okkar á laugardaginn í Secret Cellar. Sýningin snýst um biómýndir svo við verðum öll að vera æðisleg.“

Hægt er að verða áskrifandi að busturstar á livegam.com. Nánari upplýsingar um Bió-Burlesque eru á tix.is.



FLOTT FÖT,
FYRIR FLOTTAR KONUR

Stærðir 38-58

Verslunin Belladonna

belladonna

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460 • www.belladonna.is



KJÓLAR OG TÚNIKUR

KR. 11.900.-
STR. 44-56

Ríta



Við erum á Facebook

Bæjarlind 6 • S. 554 7030

BÓNUS



Hágæða
ÍSLENSK
Repjuolla

579

kr. 500 ml

Sandhóll Repjuolla
Extra Virgin olía, 500 ml



NÝTT Í BÓNUS

479

kr. 1 kg

Sandhóll Hafframjöl
1 kg



NÝTT Í BÓNUS

479

kr. 1 kg

Sandhóll Tröllahafnar
1 kg

ÍSLENSKT

gjörir svo vel



359

kr. 125 g

Lambhaga Bónusblanda
125 g



298

kr. kg

Rófur
Ný uppskera



359

kr. 500 g

Leynir Gulrætur
Ný uppskera, 500 g

KJARNAFÆÐI

ÍSLENSKT
Lambakjöt

Af
nýslátruðu
2018



2.098
kr. kg

Kjarnafæði Lambahryggur
Lundarpartur, af nýslátruðu



1.998
kr. kg

Kjarnafæði Lambahryggur
Heill, af nýslátruðu



1.259
kr. kg

Íslandslamb Lambalæri
Sérskorið, af nýslátruðu

Aðeins
798kr
pr. kg



958
kr. 1,2 kg

Stjörnugris Grísahakk
1,2 kg

**SAMIA
VERÐ
UM LAND ALLT**

Lúxus
PÖRUSTEIK



1.298
kr. kg

Stjörnugris Pörusteik
Úrbeinuð, af nýslátruðu

Íslenskt grísakjöt
AF NÝSLÁTRUÐU



1.298
kr. kg

Stjörnugris Grísahnakki
Úrbeinaður, af nýslátruðu





Íslenskur
KJÚKLINGUR
á góðu verði

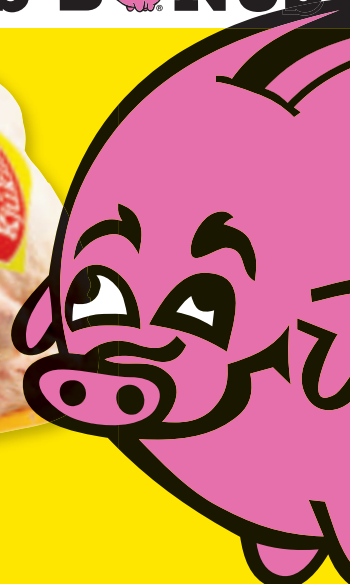
669
kr. kg

Bónus Kjúklingaleggir
Ferskir



679
kr. kg

Bónus Kjúklingur
Ferskur, heill



1.398
kr. kg

Brauðostur
26%



330g

598
kr. 330 g

OS Brauðostur
26%, í sneiðum, 330 g



500g

898
kr. 500 g

OS Samlokuostur
í sneiðum, 500 g



298
kr. 770 g

Myllu Heimilisbrauð
770 g



4
kubbar

259
kr. 4 stk.

Bónus Kjarnakubbar
4 stk. í poka

BONUS EKKERT BRUÐL

BONUS BONUS BONUS BONUS BONUS



98
kr. 500 ml

Egils Kristall
Sítrónubragð, 500 ml

**ÍSLENSK
FRAMLEIÐSLA**



698
kr. ks

Pepsi og Pepsi Max
10x330 ml

ÍSLENSKT
gjörir svo vel



698
kr. stk.

Bónus Porskalýsi
500 ml



798
kr. pk

Lýsi Heilsutvenna
32 dagskammtar

**LÁGT
VERÐ**



1.398
kr. 150 stk.

Lýsi Omega3 Forte
150 töflur

BONUS EKKERT BRUÐL

Opnunartími í Bónus: Mánudaga-Fimmtudaga; 11:00-18:30 • Föstudaga; 10:00-19:30 • Laugardaga; 10:00-18:00 • Sunnudaga; 12:00-18:00
Bónus Smáratorgi: Mánudaga-Fimmtudaga; 10:00-19:00 • Föstudaga-Laugardaga; 10:00-19:30 • Sunnudaga; 11:00-18:00



Bolur
Áður 8.990,-
Nú 6.990,-
Stærðir S-3XL



Kjól
Áður 16.990,-
Nú 12.990,-
Stærðir 38-52



Skýrta
Áður 11.990,-
Nú 8.990,-
Stærðir 38-54



Bolur
Áður 9.990,-
Nú 7.990,-
Stærðir 36-52



Bolur
Áður 8.990,-
Nú 6.990,-
Stærðir S-3XL



-20%-
afsláttur af **Victoriu** og
Madelaine NOOS
luxum

Real Style
Real Women

MADELAINE

VICTORIA



-20%-
afsláttur af öllum
velúr göllum

**Kringlu-
kast!**
Dagana 4-8.okt

Velúr gull
Áður 9.990,-
Nú 7.990,-
Stærðir S-3XL



Bolur
Áður 6.990,-
Nú 2.990,-
Stærðir S-4XL



Bolur
Áður 8.990,-
Nú 6.990,-
Stærðir S-3XL



Blússa
Áður 9.990,-
Nú 6.990,-
Stærðir 38-52

B.

BRANDTEX

Kringlan | Sími: 5582800 | Brandtex Ísland | www.brandtex.is

CISO SIGNATURE

B. IMITZ JENSEN
BRANDTEX

GUERLAIN
ABEILLE ROYALE
DOUBLE R
 SERUM TIL ENDURNÝJUNAR & VIÐHALDS

FULLKOMNAR HÚÐINA
 LÓMI – HRUKKUR – SVITAHOLUR

ENDURNÆRIR HÚÐINA
 ÞÉTTIR – MÓTAR – MYKIR

ABEILLE ROYALE

EXCLUSIVE
 BLACK BEE
 ROYAL JELLY

NÝTT

GEISLANDI YHRBRAGÐ – FÁGUÐ ÁFERÐ – ÞÉTTLEIKI – MÝKT
 eftir aðeins 7 daga, samkvæmt vithisburði 96% aðspurðra.*

*Ágæðingunum meðal 60 lövskrára konna eftir nokkur vikur á dag í vöð.



Lil Miquela hefur starfað með tónlistarmanninum Baauer, sem er þekktastur fyrir lagið Harlem Shake. INSTAGRAM/ LILMIQUELA

Áhrifavaldurinn sem ekki er raunverulegur

Lil Miquela hefur vakið athygli á Instagram þar sem hún birtir myndir af sér og úr daglegu lífi. Miquela er ekki lifandi manneskja heldur listverkefni sem margir skilja ekki.

Oddur Freyr Þorsteinsson
 oddurfreyr@frettabladid.is



Miquela Sousa er fyrirseta og tónlistarkona frá Kaliforníu sem hefur 1,4 milljónir fylgjenda á Instagram. Miquela byrjaði á Instagram árið 2016 og hefur birst á myndum með alls konar frægu þotuliði og fengið umfjöllun hjá mörgum stórum miðlum. Hún gaf fyrsta lagið sitt út í fyrra og í febrúar síðastliðnum tók hún yfir Instagram-reikning Prada á tiskuvíkinni í Milanó. Velgengni Miquela er aðdáunarverð, en kannski enn merkilegri af því að Miquela er ekki til í alvörinni.

Miquela, betur þekkt sem Lil Miquela, er skálduð persóna og stafrænt listaverkefni eftir Trevor McFedries og Söru Decou. Instagram-reikningur hennar sýnir hefðbundna glansmynd af hversdagslegu lífi. Þar birtast myndir af henni þar sem hún nýtur lífsins með vinum sínum, klæðist nýjum og finum tiskufatnaði og lýsir yfir stuðningi við ýmis samfélagsleg baráttumál. Þar er líka sagt frá skálduðum samskiptum hennar við aðrar stafrænar Instagram-persónur sem voru skapaðar af McFedries og Decou.

Margir hafa velt fyrir sér hver hugmyndin eða tilgangurinn með verkefninu sé. Fólk hefur ýmist hrósað útliti hennar eða gagnrýnt það, sumir hafa velt upp þeim möguleika að þetta sé



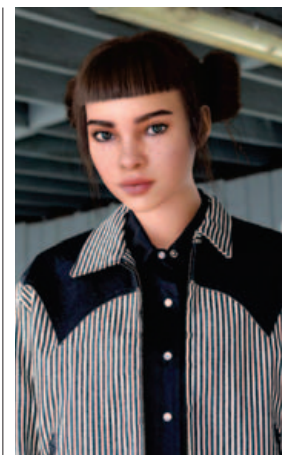
Lil Miquela á góðri stundu með „vinkonu“ sinni. INSTAGRAM/ LILMIQUELA



einhvers konar félagsleg tilraun, aðrir telja þetta vera markaðsherferð fyrir The Sims-tölvuleikina og það var líka orðrómur á kreiki um að breska fyrirsetan Emily Bador væri Miquela, því að þær eru mjög líkar.

Þrátt fyrir að hún sé ekki raunveruleg hafa verið sögusagnir um að Miquela sé í sambandi með tónlistarmanninum Noah Gersh og aðrir vilja meina að hún sé í raun vélmenni, en Miquela „segir sjálf“ að hún sé vélmenni sem hugsar sjálfstætt.

Það er hægt að finna Miquela á Instagram undir nafninu lilmiquela og tónlistin hennar er aðgengileg á Spotify.



Lil hefur vakið mikla athygli á Instagram, en veldur mörgum líka miklum heilabrotum. INSTAGRAM/ LILMIQUELA

GUERLAIN KYNNING Í SIGURBOGANUM 4.-6. OKTÓBER

Við kynnum til leiks nýtt serum frá Guerlain sem er nýjung á markaði!

Guerlain-sérfræðingur verður á staðnum og veitir persónulega ráðgjöf.

20% afsláttur
 af öllum vörum frá Guerlain meðan á kynningu stendur



SMART HAUSTFÖT, FYRIR SMART KONUR

Stærðir 38-52

My Style
 tiskuhús

Holtasmára 1
 201 Kópavogur
 (Hjartaverndarhúsið)
 Sími 571 5464

GLAMOUR

Komið í allar helstu verslanir

Íslenskt tiskutímarit



Stærör
36-56

20-50% AFSLÁTTUR AF VÖLDUM VÖRUM DAGANA 4-8.OKT

á Kringlukasti í Kringlunni, á Dömulögum dekuróögum á
Glerártorgi og á www.zikzakverslun.is

ZIKZAK

TÍSKUHÚS



www.zikzakverslun.is

Tiskuhús Zik Zak

Kringlan 551-1314

Glerártorg 559-1314

SKOÐAÐU LAGERSÖLU ZIKZAK Á WWW.ZIKZAKVERSLUN.IS

ALLT AÐ
70%
AFSLÁTTUR

VERU FÁR
590kr

Til sölu

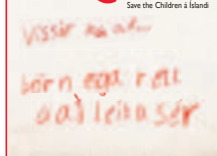
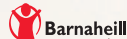
TIL SÖLU**Úlfur í sauðagæru**

BMW X5 40D M Sport, smíðaárgerð 2013
nýskráður 11/12. Ekinn 99 þús km.
Allir hugsanlegir aukahlutir, mjög vel með farinn.
Stærri vélin, fjölskyldubíll en úlfur í sauðagæru.
Verð 5.950.000.

Upplýsingar á grenivellir@gmail.com**Bílar & Farartæki**

TAMCO SPORT bensinvespa 50cc 25 km/h, 13 ára lámarksaldur, þrír litir í boði. Ekkert próf, engar tryggingar, BARA GAMAN. Verð Kr. 209.000,-

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

**Viðgerðir**

VAKA
VIÐ ERUM GERDIR FYRIR VIÐGERÐIR!
VERKSTÆÐI, ÞAR SEM HLUTIRNIR GERAST HRATT OG URUGGLEGA!

Sími: 567 6700 | vakahf.is

Þjónusta**Hreingerningar****VY-ÞRIF EHF.**

Öll almenn þrif, fyrir heimili, húsfélag, fyrirtæki o.fl. Gerum verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Bókhald

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

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl., fyrirtækjafl., pianófl. o.fl. Extra stór bíll. Búslóðaflýta. Flutningaþj. Mikael. S. 894 4560 www.flytja.is flytja@flytja.is

Nudd**NUDD**

Síðkunarnudd í miðbæ Reykjavíkur. Sími 694 7881, Janna.

Spádómar**661 3839 - SÍMASPÁ**

Opið frá kl. 15 alla daga.

Rafvirkjun**RAFLAGNIR OG DYRASÍMAKERFI S. 896 6025**

Tilboð dyrasímakerfi, mynddyrasimar, töfluskipti. Löggildur rafverktaki. rafneisti@sinnet.is

Önnur þjónusta**VALDÍS ARNADÓTTIR DÁLEIÐSLUTÆKNIR (CLINICAL HYPNOTHERAPIST) VEITIR DÁLEIÐSLUMÉÐFERÐ.**

Viltu léttast, takast á við kvíða, streytu, sjálfstraust, hætta að reykja o.fl. Dáleiðsla er gott verkfæri til betri heilsu. Tímápentanir í síma 864-1273

Keypt & Selt**Óskast keypt****KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR**

Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar jonogoskar.is s.552-4910

Skólar & Námskeið**Ökukennsla**

Ökukennsla, aðstoð við endurtökupróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrésson.

Húsnæði**Húsnæði í boði****Geymsluhúsnæði****GEYMSLUR.IS****SÍMI 555-3464**

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

RÁÐNINGAR

Árangur fyrirtækja ræðst af þekkingu, getu og reynslu starfsmanna.

Hver einstök ráðning er mikilvæg fjárfesting og er hugar bæði fyrirtækis og viðkomandi einstaklings að vel takist til.

Intellecta er sjálfstætt þekkingarfyrirtæki stofnað árið 2000. Við vinnum með stjórnendum við að auka árangur, bæta rekstur og efla stjórnun. Ráðgjafar Intellecta hafa sterkan faglegan bakgrunn og viðtæka alþjóðlega reynslu. Þennan grunn notum við í samvinnu við viðskiptavinum til að móta hugmyndir sem skipta máli og í innleiðingu lausna sem skila árangri.

Intellecta ehf. Síðumúla 5 108 Reykjavík 511 1225 intellecta.is

intellecta

TIL LEIGU NÝLEGT 165 - 570 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í 116 REYKJAVÍK VERÐ FRÁ KR 990 FM

165 og 285 fm bíl með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð loð, og greið aðkoma. Nánari upplýsingar veitir Sværrir í s. 661 7000

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

Atvinna

Atvinna í boði

Stýrimaður óskast á Friðrik Sigurðsson ÁR 17 Uppl í síma: 4833548 email: sigrun@hafnarnesver.is

Gæðastál ehf óskar eftir starfsmanni í fjölbreytt verkefni. Mikil vinna framundan. Uppl. S:699-6867

Þjónusta

VANTAR ÞIG STARFSFÓLK?

Við útvegum hæfa starfskrafta í flestar greinar atvinnulífsins

Traust og fagleg starfsmannaveita
sem þjónað hefur íslenskum fyrirtækjum í áraraðir



Suðurlandsbraut 6, Rvk | S. 419 9000

info@handafll.is | handafll.is

ERTU Í LEIT AÐ DRAUMASTARFINU?



Kiðtu inn á atvinnuvef Fréttablaðsins og **JOB.is** á atvinna.frettabladid.is eða á www.job.is

Glæný og fersk störf í hverri viku.

FRÉTTABLAÐIÐ IS Job.is

Þjónustuauglýsingar

Sími 512 5407

Bilvogur eh/f

Bifreiðaverkstæði
Auðbrekka 17
200 Kópavogi

Láttu okkur gera bílinn kláran fyrir veturinn.
Yfir 30 ára reynsla í öllum almennum bílavíðgerðum og smurþjónustu.

Sími 564 1180 • bilvogurmot@simnet.is • www.bilvogur.is

EYJALIND

Sæti og varahlutir í
- Lyftara
- Vinnuvélar
- Vörubíla
- Bata



Sími: 517-8240 - Suðarvogur 20 - www.eyjalind.is

Ferðaðþjónustuhús



Vönduð hús sem henta vel í ferðaðþjónustuna, afhendast fullkláruð.

Nánari uppl. reisum@simnet.is eða í síma 899 0913 Fríða
www.reisum.is

BIFREIÐAVERKSTÆÐI KÓPAVOGS



TOYOTA ÞJÓNUSTA ALLAR ALMENNAR BÍLAVÍÐGERÐIR

SMÍÐJUVEGUR 2 • KÓPAVOGUR
WWW.BIFREIÐAVERKSTAEDI.IS

S. 587 1350

viftur.is

Viftur • Blikkrör • Aukahlutir

íshúsið

S: 566 6000 • Smíðjuvegur 4a, 200 Kópavogur



Geymsluskúrar / gestahús til sölu



- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og búrústál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari uppl; reisum@simnet.is eða s. 899 0913 Fríða, www.reisum.is

Við sérhæfum okkur við heimilisþríf, húsfélög og fyrirtækjapríf.

Hægt að panta tíma á hofdabon.is

Höfðabón ehf
Dugguvogi 10 (bakvið húsið)
S: 552 7772 eða sendu á okkur línu á bonhofda@gmail.com



**HÖFÐABÓN
BÓN OG ÞVOTTUR**

Hægt að panta tíma á hofdabon.is

Höfðabón ehf • Dugguvogi 10 (bakvið húsið)
S: 552 7772 eða sendu á okkur línu á bonhofda@gmail.com

Snyrti & nuddstofan Smart
Kirkjulundi 19 • 210 Garðabæ

Alltaf frábær tilboð í gangi hjá okkur!
Kíkið á facebook síðu okkar:
facebook.com/snyrti og nuddstofan smart
Verið hjartanlega velkominn.

Timapantanir í s. 789 3031 & 897 3035 • helgasig2@gmail.com og á Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is gudruninga@frettabladid.is

Fasteignir



Keldugata 13

210 Garðabær

Einbýlishús í byggingu,
einstakt umhverfi!

Í byggingu vel skipulagt og fállegt einbýlishús
Staðsett í botnlanga á útsýnisstað í Urriðaholti
Húsið er staðsteypt á tveimur hæðum
um 245 fm
Glæsileg alrými og 4-5 svefnherbergi
Húsið afhendist fókheldt að innan eða
skv samkomulagi



Nánari upplýsingar veitir:

Atli S. Sigvarðsson lögg. fasteignasali
atli@miklaborg.is sími: 899 1178

Verð:

97,0 millj.

MIKLABORG 569 7000 Lágmúla 4 www.miklaborg.is
Óskar R. Harðarson og Jason Guðmundsson, löggiltir fasteignasalar

- með þér alla leið -



Suðurlandsbraut 52
108 Reykjavík
Sími 533 6050
Faxnr. 533 6055
www.hofdi.is

Hólaberg 72 – 111 Reykjavík



OPÍÐ HÚS

OPÍÐ HÚS! Í dag milli kl. 17:30 og 18:00

ENDARAÐHÚS Á TVEIMUR HÆÐUM 148,1 FM ÁSAMT BÍLSKÚR,
FJÖGUR SVEFNHERBERGI.

Rúmgóðar stofur, nýlegt eldhús og baðherbergi. Fjögur góð svefnh.
eru á efri hæðinni. Nýtt gler var sett í húsið árið 2013. Sólþallar bæði
fyrir framan og aftan húsið. Ásett verð 55,8 millj.

Sjón er sögu ríkari og verð velkomin í opið hús!

— Ekki missa af þessari!

Allar nánari uppl. veitir

Jóhann Friðgeir, lögg.fast.

s: 896-3038 eða á johann@hofdi.is

Jóhann Friðgeir
Valdimarsson

Sérfræðingar í
ráðningum



FAST
Ráðningar

lind@fastradningar.is
mjoll@fastradningar.is

www.fastradningar.is

Náðu meiri árangri
í samningaviðræðum

Námskeið í samningatækni



HAGVANGUR

hagvangur.is