

SIRKULS

14. SEPTEMBER 2007



ÞORGRÍMUR ÞRÁINSSON FETAR NÝJAR BRAUTIR

TALAR OPINSKÁTT UM KYNLÍF OG SAMSKIPTI KYNJANNA

■ Íslenskar athafnakonur í leynifélagi ■ Svava Johansen í stjórnufansi ■ Sólveig Bergmann eignaðist son

PIPAR • SJA • 71167

FRAMTÍÐARHEIMILIÐ ER KOMIÐ Í PRODOMO

Prodomo er ný verslun sem býður nýjustu hönnun í ljósum og rafbúnaði og háþróaðan stjórnbúnað fyrir lýsingu, tónlist, mynd og hita.

Hlíðasmári 1 / 200 Kópavogur
Sími 520 4545 / www.prodomo.is
prodomo@prodomo.is


PRODOMO

fréttir

■ Heyrst hefur



Á leið til Indlands

Fyrirsætan Tinna Alavis er á leiðinni til Indlands er þar hefur hún nælt í þriggja mánaða samning við ein flottustu móðelsamtök landsins, Inega model management. Ef vel gengur mun samningurinn án efa verða framlengdur en í framtíðinni stefnir Tinna á að starfa í París, Milanó eða New York. Tinna hefur undanfarið búið og ferðast um Asíu og líkað vel og er því spennat að halda til Indlands.

Oslóar-marabon Glitnis

Þeir sem ekki svitnuðu nóg í Reykjavík-marabon Glitnis um daginn geta drifið sig út til Noregs 30. september en þá fer fram Oslóar-marabon Glitnis. Marabonið í Osló verður með svipuðum hætti og Reykjavík-marabonið, nema hvorki er boðið upp á 10 kílómetra né Latabæjarhlaup. Glitnir er aðalstyrktaraðili hlaupsins og þar hefur þátttakendum verið boðið upp á ókeypis hlaupþjálfun með hinni margverðlaunuðu hlaupakonu Grete Waitz. Spurning hvort alþingismaðurinn Bjarni Benediktsson, Bjarni Ármanns og tónlistarmaðurinn Gunnir Bjarni skelli sér í Oslóar-marabonið en þeir hlupu allir 42 km í Reykjavík-maraboninu um daginn.

Lítill hreyfing hjá stjórnunum

Ílla virðist ganga að selja stjórnueignir borgarinnar um þessar mundir. Þannig hefur hin gullfallega íbúð leikkonunnar Elmu Lísu og leikstjórans Reynis Lyngdals við Hringbraut verið á sölu í meira en mánuð. Húseign veitingahúsa-eigandans Kormáks Geirharðssonar við Lindargötu er einnig enn á sölu í stum fasteignasalna og virðist lítið freista fjárfesta þrátt fyrir að tvær næstu húseignir séu einnig til sölu og svæðið því kjörið til nýbygginga. Við þetta má bæta að hús, eða réttara sagt höll,

Sverris Stormskers í Vogum á Vatnsleysuströnd er einnig óseld en hún fór á sölu í byrjun maí.



SIRKUS

Útgáfufélag 365 prentmiðlar
Ritstjóri Marta María Jónasdóttir
 martamaria@frettabladid.is
Snæfríður Ingadóttir
Índiana Ása Hreinsdóttir
 indiana@frettabladid.is
Útlitshönnun Kristín Agnarsdóttir
 kristina@frettabladid.is
Sirkusblaðið Skafthlíð 24
 105 Reykjavík, sími 512 5000
Sölustjóri Bergur Hjaltested
 512 5466 bergurh@365.is

ÍSLENSKAR ÁHRIFAKONUR ERU MEÐLIMIR Í LEYNIFÉLAGINU EXEDRA

Á LEIÐ Í LÚXUSFERÐ TIL FRAKKLANDS OG MÓNAKÓ



Það logar glatt í glæðum Exedra, félags áhrifakona-illa kvenna á Íslandi. Félagið var stofnað fyrir ári síðan af Áslaugu Huldu Jónsdóttur, ráðgjafa menntamálaráðherra, Sigrúði Ármann lögfræðingi og Evu Hrund Einarsdóttur sjálfstæðiskonu. Starfsemi félagsins hefur þó farið ansi hljótt þrátt fyrir að allmargar fjölmiðl-akonur séu í félaginu. Meginmarkmið félagsins er, auk mál-efnaleygrar umræðu, að stuðla að auknum tengslum milli atvinnulífs, stjórnmála og fjölmiðla. Hefur leynifélaginu verið líkt við röt-aryrklúbb og eða Frímúrara-regluna. Félagið er lokað öðrum en félagsmönnum en þegar það var stofnað var vel völd-um konum úr viðskiptum, stjórnmálum, fjölmiðlum, mennta-, heilbrigðis- og listageiranum boðinn aðgangur. Margar merk-iskonur tilheyra félaginu sem

í dag eru yfir 100. Í vetur verður nóg um að vera hjá félaginu sem reglulega heldur umræðufundi um allt milli himins og jarðar. Í lok september stendur félagið líka fyrir utanlandsferð til Frakklands og efað líkum lætur verður sú ferð bæði fjörug og fróðleg. Planíð er að heimsækja borgirnar Nice og Cannes en einnig verður farið yfir til Mónakó og er dagskrá ferðarinnar afar stíf. Þar verður meðal annars farið í tæknigarða, drukkið í sig menningu, farið í Chanel-búðina og fengin innsýn í líf Grace Kelly. Þetta er þó ekki fyrsta utanlandsferðin þeirra því Exedra stóð fyrir Lundúnaferð í janúar síðastliðnum þar sem íslenska útrásin var kynnt fyrir hópnun. Meðlimir í Exedra eru meðal annars sjónvarpskonurnar Eva María Jónsdóttir, Sigríður Arnardóttir, Inga Lind Karlsdóttir, Svanhildur Hólm Valsdóttir og Jóhanna Vigdís Hjalta-dóttir. Halla Tómasdóttir er líka í Exedra ásamt Kristínu Ólafsdóttur kvik-myndaframleiðanda, Þorgerði Katrínu menntamálaráðherra, Ingibjörgu Pálmadóttur athafnakonu, Katrínu Jakobsdóttur, varaformanni Vinstri grænna, Oddnýju Sturludóttur borgarfulltrúa, Ragnhildi Hjalta-dóttur, ráðuneytisstjóra samgöng-uráðuneytisins, og Guðfríði Lilju skákdrottningu. Áhugasamir geta lesið nánar um þennan félagsskap íslenskra áhrifa-kvenna á heimasíðunni www.exedra.is.
 martamaria@frettabladid.is

SÓLVEIG BERGMANN FRÉTTAKONA EIGNAÐIST LÍTINN LJÓNSUNGA 16. ÁGÚST Hamingjusprengja á Njálsgötunni

Fréttakonunnar Sólveigar Bergmann er sárt saknað af skjánum en hún er þó löglega afsökuð því hún eignaðist son 16. ágúst. Drengurinn var hinn myndarlegasti þegar hann kom í heiminn, var 16 merkur og 53 cm á lengd. „Hann lét bíða svolítið eftir sér,” segir Sólveig en fæðingin sjálf tók um 20 klukkutíma og endaði með keisaraskurði. „Fæðingin sjálf var þó rosalega flott því það voru einungis konur að störfum á skurðstofunni og drengurinn fékk höfð-inglegar móttökur þegar hann loksins mætti.”
 Hvernig líður þér?
 „Þetta er ólýsanleg tilfinning en okkur líður vel, drengurinn er heilbrigður og góður,” segir hún og hlær. Sólveig og maður hennar, Kristján Haagensen, eru ekki búin að ákveða nafn á drenginn en segja að það sé í vinnslu.
 Þegar hún er spurð að því hvort hún sakni vinnunnar hlær hún.
 „Sakna kannski ekki, en ég var að fá boð um að vera í ritstjórn Kompáss í vetur og ég ætla að taka því. Ég geri því ráð fyrir að Kompás-fundirnir verði haldnir í eldhúsinu heima hjá mér svo ég geti haft barnið á brjósti á fundum.”
 martamaria@frettabladid.is



SÓLVEIG BERGMANN FRÉTTAKONA



F O K U S

SAND
W O M A N

ný vara

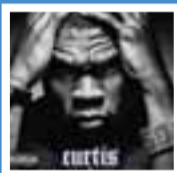
SAND WOMAN KRINGLUNNI 553 4141

SKÍFAN LISTINN

Skífulistinn er samantekt af mest seldu plötunum í Skífunni og verslunum BT út um allt land.

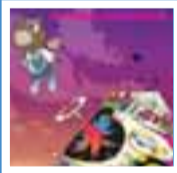
1	Human Child 2CD	↑	Eivör
2	Carry On	N	Chris Cornell
3	Frágangur	↓	Megas og Senubjófarnir
4	Pottpétt 44	—	Ýmsir
5	Human Child	—	Eivör
6	Life in Cartoon Motion	—	MIKA
7	Íslandslög 7	—	Ýmsir
8	A Sides : Best Of	N	Soundgarden
9	Cortes 2007	↓	Garðar Thor Cortes
10	Superunknown	N	Soundgarden
11	Magni	↓	Magni
12	Íslandslög 1-6 (6CD)	↓	Ýmsir
13	Alltaf að græða	↓	Millarnir
14	Temple Of The Dog	N	Temple Of The Dog
15	Ljótu Hálfvitarnir	↓	Ljótu Hálfvitarnir
16	Forever	↓	Gus Gus
17	Back To Black	↓	Amy Winehouse
18	Down On The Upside	N	Soundgarden
19	Out Of Exile	N	Audioslave
20	Langferðalög	↓	KK og Maggi Eiríks

Aftur á lista Nýtt á lista Lækkar frá síðustu viku Hækkar frá síðustu viku Stendur í stað



Hörku sala á Chris

Það vekur nokkra athygli að Chris Cornell seldi gríðarlegt magn af plötum við það að koma og árita í Skífunni Laugavegi og einnig við að það var hægt að kaupa diskana hans á tónleikunum. Allir diskar sem Skífan átti með Chris komust á topp 20 í sölu.



Skífan mælir með

Skífan mælir sérstaklega með 2 nýjum diskum og það er með þeim Kanye West og 50 Cent. 2 frábærir diskar fyrir þá sem eru inn á þeirra línu.



Nældu þér í eintak

Listinn gjaldir vikuna 13. - 20. september 2007

VILHJÁLmur GOÐI FRÍÐRIKSSON ER SESTUR Á SKÓLABEKK FÆDDUR LEIÐSÖGUMAÐUR

Ég hef ferðast mikið um landið og verð aldrei leiður á að sýna erlendum gestum það. Ég er fæddur í þetta starf, ég er bara loksins núna að viðurkenna það fyrir sjálfum mér," segir tónlistarmaðurinn og hljóðhönnuðurinn Vilhjálmur Goði sem hefur hafið nám í Leiðsöguskólanum. Vilhjálmur, sem er 34 ára gamall, hefur komið nálægt ýmsu um dagana en leiðsögn um Ísland á þó lítið skylt við atvinnu hans hingað til. Hann vann lengi við þáttagerð á Skjá einum, hefur troðið víða upp sem tónlistarmaður og síðustu sjö árin hefur hann starfað sem hljóðhönnuður.

„Leiðsögustarfið sameinar svo margt sem ég kann nú þegar og mig langar líka til að leggja mitt af mörkum til að efla ferðamannaíðnaðinn á Íslandi sem fer ört vaxandi," segir Vilhjálmur Goði sem hefur ekki setið á skólabekk síðan árið 2000 þegar hann stundaði nám í Margmiðlunarskólanum.

Uppgötvar náttúrubarnið

Leiðsöguskólinn er 16 ára gamall og námsfermið þar er afar fjölbreytt. Meðal námsgreina sem boðið er upp á eru bókmenntir og listir, jarðfræði, gróðurfar og dýralíf og Íslandssaga. „Það er gaman að rifja þetta upp, ég vil líka læra almennilega um landið og sögu þess svo maður geti hætt að fylla í eyðurnar með ágiskunum sem reynast kannski misréttar að athuguðu máli," segir Vilhjálmur Goði og bætir við að hann sé að uppgötva náttúrubarnið í sjálfum sér í gegnum plöntufræðina. Spurður um hvort hann verði þessi hressi leiðsögumaður sem alltaf er með gítarinn í farteskinu játar hann því hvorki né neitar en segist vissulega ætla að hafa gaman af starfinu. „Ég tek skemmtilega hluti mjög alvarlega.“

Vinsæll skóli

Í þessum sextíu manna hópi sem skráður er í fullt nám í Leiðsöguskólanum í vetur má sjá fleiri kunn andlit. Þar á meðal er leikstjórinn og þingmaðurinn fyr-



ELSKAR ÍSLAND Tónlistarmaðurinn Vilhjálmur Goði verður án efa skemmtilegur leiðsögumaður. Hver veit nema hann taki gítarinn fram fyrir túristana?

verandi Þórhildur Þorleifsdóttur, ljós-myndarinn Jón Svavarsson og fyrrverandi ritstjóri Fréttablaðsins, Kári Jónasson.

Fjölmíðlamaðurinn Sigurður G. Tómasson og leikarinn Hinrik Hoe Haraldsson eru einnig á nemendaskrá skólans og ef að líkum lætur útskrifast þessi

föngulegi hópur með leiðsöguréttindi í vor. Hann bætist þá í hóp með Vigdísí Finnbogadóttur, fyrrverandi forseta, leikkonunum Þóreyju Sigþórsdóttur og Aino Freyju Jarvela, og ritstjóranum Steingerði Steinarsdóttur sem öll eru nú þegar með leiðsögumannsréttindi. - snæ

Auglýsingasími

512 50 50

Mest lesið

Tilboð í 3 daga

Okkar árlega hausttilboð

20% afslattur

fimmtudag,
föstudag
og laugardag
Opíð til kl. 16 laugardag

Tösku- og
hannkabúðin

Stærsta töskuverslun landsins
Skólavörðustíg 7, Rvík, sími 551 5814
www.th.is

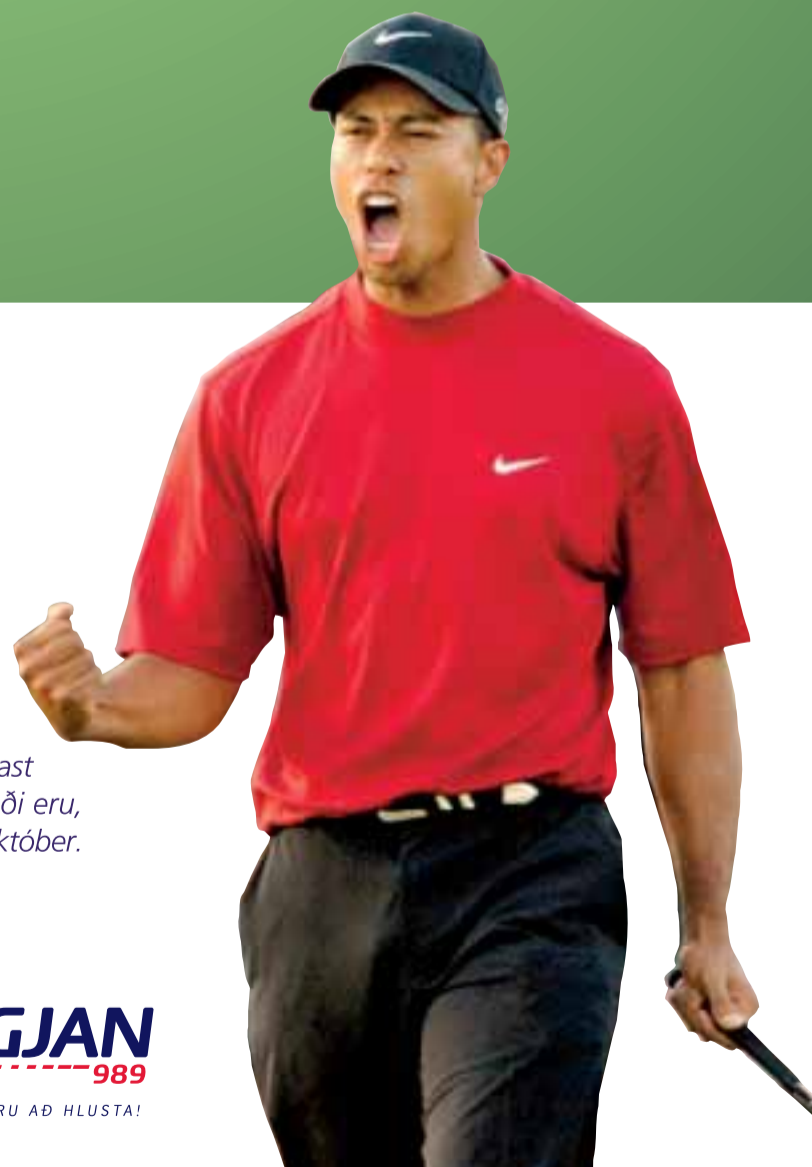


FRÆGUR OG FALLEGUR Guðmundur Gunnarsson bíður eftir að frægðin banki upp á.

Smiður með húnor

Þetta byrjaði bara sem vinnustað-
abrandari," segir smiðurinn Guðmundur Gunnarsson, eigandi fyrirtækisins Frægur og fallegur, sem er eitt skemmtilegasta fyrirtækjanafn landsins. Nafnið hefur svo sannarlega vakið kátinu meðal viðskiptavina fyrirtækisins en Guðmundur vinnur verk sín í sérmerktu smíðavesti þar sem „Frægur og fallegur“ stendur skýrum stöfum. „Nafngiftin lá alveg beint við, ég er náttúrulega mjög fallegur og frægðin hlýtur að koma," segir Guðmundur sem hefur greinilega með húnor fyrir sjálfum sér.

Guðmundur er 28 ára gamall og hefur starfað við húsmíðar í níu ár en að undanfögnu hefur hann eingöngu fengist við leikmyndasmíði fyrir kvikmyndabransann í samstarfi við fyrirtækið Hugur og afl. Að auki leigir hann út Ford Econoline bíla fyrir kvikmyndaíðnaðinn. Hann neitar því þó að hann dreymi um frægð og frama í kvikmyndum en Sirkus vonar að með þessari umfjöllun hafi smiðurinn þó þokast örlítið nær frægðinni. - snæ



GLÆSILEGASTA GOLFFERÐ ÁRSINS

EGILS PREMIUM OG BYLGJAN OPEN Í LONDON 11. - 15. OKTÓBER

Við lengjum golftímabilið og efnum til mikillar veislu í London dagana 11. - 15. október því golfmótið Egils Premium og Bylgjan open verður haldið á Hanbury Manor golfvöllinum 12. október. Í ferðinni gefst einnig einstakt tækifæri á að fylgjast með fremstu golfurum heims keppa um ein stærstu peningaverðlaun sem í boði eru, á HSBC World Match Play sem haldið er á Wentworth völlum dagana 11. -14. október.

Skoðaðu nánari upplýsingar um ferðina á bylgjan.is og skelltu þér með!

Í samstarfi við...



BYLGJAN
989

- ALLIR ERU AÐ HLUSTA!

KLARA ER MINN HELSTI FATARÁÐGJAFI

Mér líður best í hlýlegum fötum og elska jarðliti," segir söngkonan Alma Guðmundsdóttir úr hljómsveitinni Nylon spurð um fót. „Þegar fer að hausta kaupi ég mér alltaf þykka, þrjónaða peysu fyrir veturinn en finnst skemmtilegast að versla í London í búðum sem selja gamaldags föt og blanda þeim við ný," en í London leggur Alma helst leið sína í verslanirnar HM og Top Shop.

Það fylgir því mikil vinna að velja föt þegar stúlkna hljómsveitin Nylon kemur saman til að skemmta. „Við fáum oftast hjálp frá stílistum þegar við förum í ljósmyndatökur eða tökum upp myndbönd og svo hefur Klara hannað á okkur föt til að koma fram í. Ég þarf svolítið spark í rassinn til að klæðast áberandi fötum en Klara er mjög dugleg að hvetja mig til að prófa eitthvað nýtt. Það er frábært að klæðast fötum sem hún hagnar því þau eru sérsniðin og þá máttum við fötin hundrað sinnum og breytum og bætum eftir okkar höfði.“

Alma segir að margt sé hægt að læra af ábendingum stílista. „Maður er svo blindur á augljósa hluti en getur grætt heilmikið á því að vera bent á hvaða snið og sídd á buxum henta líkamsvextinum og hvernig eigi að finna skó sem passa vel við," segir

Alma og viðurkennir að hún sé með skódelu á háu stigi. „Skápurinn minn er fullur af stígvélum af öllum stærðum og gerðum sem ég klæðist eftir veðri. Þegar við í Nylon vorum í London förum við alltaf í skódeildina á Portobello-markaðnum í Notting Hill ef við áttum frí á laugardögum. Afgreiðslukonurnar voru farnar að kannast það vel við okkur að þær kunnu skónúmerin okkar og gáfu góðan afslátt.“

Svo er ég mikið fyrir alls kyns munstraðar sokkabuxur og finnst gaman að klæðast hversdagslegum kjólum eða stuttbuxum við stígvélin.“

En söngkonan hefur ekki alltaf notið aðstoðaar stílista og ráðgjafa við fatavalið.

„Fyrsta tískutímabilið sem ég man eftir að hafa gengið í gegnum var þegar ég var þrettán og allir klæddust peysum á röngunni. Svo tók maður skopparatímabilið með trompi. Ég gekk í allt of stórum fötum í rúmt ár og fannst það æðislegt á þeim tíma svo ég get ekki annað en haldið áfram að vera stolt af því.“

Silfurlitaðir spariskór

„Ég keypti þessa skó á Portobello-markaðnum í Notting Hill en ég fer alltaf þangað þegar ég hef tækifæri til.“



Í kápu frá London

„Þetta er ekki ódýrasta kápa sem ég hef keypt en hefur verið hverrar krónu virði. Ég keypti hana í hönnunardeildinni í Top Shop á Oxfordstræti.“



Vinkonan hannar

„Klara, vinkona min í Nylon, gaf mér þessa peysu. Hún hannaði hana og saumaði en hún er að selja sams konar peysur í Figúru á Skólavörðustíg.“

Styrkir gott málefni

„Þessi bolur er hannaður af Kron Kron og er hægt að kaupa í Dogma, Nakta apanum og Spúútnik í Kringlunni og er til styrktar UNICEF. Ég hvet alla til að leggja málefniðu lið.“



SIGRÍÐUR KLINGENBERG SPÁKONA HEFUR LÉST UM 20 KG. HÚN STENDUR ÁSAMT RAGNHEIÐI GUÐFINNU OG SIGRÍÐI HALLDÓRU LÍFSSTÍLSLEIÐBEINANDA FYRIR SPENNANDI KONUFERÐUM FYRIR KONUR SEM VILJA LÁTA SÉR LÍÐA BETUR.

Aðalatriðið að brosa og vera glaðar

Ég er búin að losa mig við 20 kg síðan ég breytti minni lífssýn og fór að vera með þeim Sigu Dóru og Ragnheiði Guðfinnu," segir Sigríður Klingenberg spákona, sem stendur fyrir spennandi konuferðum í nóvember til Orlando ásamt þeim Sigríði Halldóru Matthíasdóttur, einkaþjálfara og lífsstílsleiðbeinanda, og Ragnheiði Guðfinnu Guðnadóttur, fyrrverandi feðurardrottningu. Sigríður Klingenberg segir ferðina gera kraftaverk á fólki. „Við tökum ekki nema tíu konur með okkur í hverja ferð svo engri mun takast að fela sig. Ferðin er fyrir allar konur sem vilja láta sér líða betur, ekkert endilega léttu sig heldur frekar vera í stuði með guði," segir Sigríður og bætir við að sjálf hafi hún hingað til alltaf lokað eyrunum þegar hún heyrði minnst á breytt mataræði. „En eftir svona ferð fór mér að líða betur og léttist í kjölfarið. Ég hefði aldrei trúað þessu, ég sem kemst bráðum á sextugsaldurinn," segir hún kát.

Sigga Dóra, sem rekið hefur lífsstílsnámskeið í Orlando síðustu tvö ár, segir ekki nóg að sprikla bara



ÞRÍJAR GÓÐAR Ragnheiður Guðfinna, fyrrverandi feðurardrottning, Sigga Klingenberg spákona og Sigga Dóra lífsstílsleiðbeinandi standa fyrir spennandi konuferðum til Orlando.

MYND/RÓSA

og hamast ef stefnan sé sett á gott form. Taka verði á mataræðinu meðfram hreyfingunni. „Flestar eru hissa hvað þær mega borða mikið en fæðan verður að vera rétt saman sett. Við þurfum rétt hlutfall prótíns og góðu kolvetnanna, auk þess að takmarka fituna," segir Sigga Dóra og bætir við að eftir vikuféru séu konurnar orðnar vel skólaðar í matarræðinu og holtri hreyfingu. „Við byrjum daginn á göngutúr en fikrum okkur svo yfir í alhliða æfingar og rope-yoga við sundlauginu eftir því sem líður á morguninn. Dagskránni lýkur klukkan eitt, en þá bíður Orlando með alla sína möguleika til slökunar, verslunar og golfs svo eitthvað sé nefnt. Námskeiðin eru haldin inni á Terra Verde svæðinu í Kissimmee, þar sem dömurnar hafa aðgang að sauna, spa, netkaffihúsi og annari þjónustu. Aðalatriðið er að kenna konum að hafa grunninn góðan í lífinu, brosa og vera glaðar.“

Hægt er að nálgast frekari upplýsingar um Orlando-námskeið Lífsstíls og heilsu á heimasíðunni www.lifsstillogheilsa.net. indiana@frettabladid.is



ALGJÖR ÞEJJA „En eftir svona ferð fór mér að líða betur og léttist í kjölfarið. Ég hefði aldrei trúað þessu, ég sem kemst bráðum á sextugsaldurinn.“

NÝ ERLEND TÓNLIST



1.999kr.

50 Cent
- Curtis



Kanye West
- Graduation

1.999kr.



DVD
2.999kr.

U2
- Popmart - Live from Mexico City



1.999kr.

James Blunt
- All the Lost Souls
Kemur út mánudaginn 17. september



1.999kr.

Diana Krall
- The Very Best Of



1.999kr.

Cascada
- Everytime We Touch

TRYGGÐU ÞÉR EINTAK!





ÞORGRÍMUR ÞRÁINSSON SKIPTIR UM GÍR OG SKRIFAR BÓK UM SAMSKIPTI KYNJANNA

BYST VIÐ AÐ VERÐA BÖGGGAÐUR!

Rithöfundurinn Þorgrímur Þráinsson hefur setið síðasta árið á Kaffitári í Bankastræti með tölvuna að vopni. Fæstir hafa þó vitað hvað hann hefur verið að bralla. Afraksturinn mun koma í ljós síðar í haust en þá mun bókin hans, Hvernig gerirðu konuna þína hamingjusama? koma út. Undirtitill bókarinnar er: Skemmtilegra kynlíf, fallegrí samskipti og meira sjálföruggi. Marta María Jónasdóttir hitti Þorgrím og fékk að glugga í bókina.

Þorgrímur var staddur í verslunarmiðstöðinni Pentagon í Washington í júlí 2006 þegar hugmyndin að bókinni, Hvernig gerirðu konuna þína hamingjusama, kviknaði.

„Hugmyndin birtist mér nánast fullsköpuð og þessi bók skrifaði sig eiginlega sjálf. Það var eins og ég hafi verið að safna í sarpinn öll þessi ár, ómeðvitað. Auðvitað þurfti ég að veða og meta hversu persónulegur ég ætti að vera. En ég er þeirrar skoðunar að þegar maður þorir að tala frá hjartanu þá snerti maður aðra. Þetta er alls ekki kennslurit fyrir karlmenn, heldur mín sýn á samskipti karls og konu. Ég skrifaði bókina fyrst og fremst fyrir mig. Ef einhver vill lesa hana er það frábært. Ég gekk í gegnum skritið tilfinningaflæði meðan ég skrifaði bókina. Það opnuðust víddir sem ég er mjög þakklátur fyrir, bæði hvað varðar konuna mína og börnin. Þetta hefur verið mjög skemmtilegt,“ segir Þorgrímur.

Í bókinni fjallar Þorgrímur opinskátt um samskipti sín við eiginkonu sína, börnin, heimilislífið og í raun um lífið sjálft. Hann segist þó aldrei hafa verið smeykur við að opna sig.

„Ég hef aldrei verið hræddur við að tala um persónuleg mál. En ég geri mér grein fyrir því að ég er að vissu leyti að gefa skotleyfi á mig. Þegar margir verða búnir að lesa bókina eiga örugglega einhverjir eftir að pota í mig og spyrja: Pissar þú sitjandi? Gerir þú þetta? Af hverju gerir þú þetta svona? Ég hef verið í umdeildum störfum í gegnum tíðina og er því kominn með sterka brynju. Mér verður kannski ekki strítt en ég verð örugglega bögggaður! En það er allt í lagi því ég veit að hrósið verður mikið meira heldur en hitt,“ segir hann glettinn.

Þarf að ala íslenska karlmenn upp?

„Nei, en það þarf að opna augu sumra. Við karlmenn getum stadið okkur miklu betur hvort sem er í rúminu, uppeldismálum eða hvað varðar ábyrgð á heimilinu. Ég þekki fjölda karlmannna sem standa sig frábærlega en það eru líka margir svölitið týndir. Hvað er sorglegra en að horfa til baka níraður og sjá enga uppskeru. Hvort er mikilvægara að þekkja börnin sín og barnabörnin eða eiga stærra hús og flottari bíl? Með bókinni er ég að vekja karlmenn til umhugsunar frekar en hitt. Það hafa allir gott af því að taka sjálfa sig aðeins í gegn.“

- Heilsaðu að fyrra bragði í veislum. Ekki biða eftir frumkvæði annarra því þá málaraðu þig smám saman út í horn og gætir einangrast.
- Heimsæktu tengdforeldra og líka þína eigin foreldra óvænt, einn.
- Ekki prumpa og ropa eins og þú fáir borgað fyrir það, þótt þú hafir verið í hjónabandi áratugum saman.
- Olían á alltaf að vera í seilingarfjarlægð. Helst í pumpubrúsa.
- Þótt þú sért líffræðilega úrvinda eftir fullnægingu og þig langar að sofna þá þarfnast konan þín faðmlags og stroka. Vendu þig á að vefja hana örmum.
- Ekki spyrja konuna hvort hún sé búin að fá'ða. Það fer sjaldnast á milli mála.
- Ekki raka þig að neðan nema líkaminn sé nánast hárlaus. Það er ekki að gera sig að raka sig eingöngu í kringum fermingarbróðurinn sem stendur þá eftir eins og einmana slökkviliðsmaður á sviðinni jörð en allt hitt er þéttriðinn skógur.
- Strjúktu rassinn á konunni þinni reglulega og hvíslaðu einhverju eggjandi að henni. Þú ert kynvera og heldur henni heitri.

Sveigjanleiki er þroskamerki

Þorgrímur hefur átt sömu konuna, Ragnhildi Eiríksdóttur, í tuttugu ár og eiga þau þrjú börn. Hann segir að bókin hefði orðið allt öðruvísi ef hann hefði átt aðra konu.

„Þessi bók miðast við samskipti mín við eina konu í tuttugu ár. Ég finn að konan mín verður miklu glaðari og hamingjusamari ef ég stend mig í stykkinu á öllum sviðum. En það eru engin tvö heimili eins. Í flestum tilfellum vinna hjón mikið og þá finnst mér að báðir aðilar eigi að taka jafn mikla ábyrgð á uppeldi og heimilishaldi. Því hamingjusamari sem við erum og því betur sem okkur líður því meira getum við gefið af okkur. Þar af leiðandi verður fólk hamingjusamara í kringum okkur. Um leið og maður breytir sjálfum sér getur maður haft svo góð áhrif á aðra. Maður þarf ekki alltaf að standa fast á sínu, það er ákveðinn þroski að vera sveigjanlegur.“

Þorgrímur vitnar í nokkrar bækur í sinni bók. Til dæmis Tantrabókina, Skugga vindins og The Hot Woman's Handbook.

„Mér fannst mikilvægt að setja fleiri raddir inn í bókina, sérstaklega varðandi kynferðismál. Ég vil ekki opna mig alla leið þar þótt ég geri töluvert af því. Þess vegna er svo gott að geta tekið fræðibók og vitnað í hana. Ég er ekki að

slæmu eða skilnaði.“

Hvað finnst konunni þinni?

„Hún er svo jákvæð og afsloppuð gagnvart öllu að henni finnst allt í himnalagi. Hún er búin að lesa handritið yfir ásamt bestu vinum okkar. Maður er ekki alltaf dómbær á hversu persónulegur maður má vera í svona riti. Mig langar ekki að særa nokkurn einasta mann með þessari bók og sist af öllu konuna mína. Hún er hamingjusöm og á helminginn af þessari bók.“

En börnin?

„Elsti sonur okkar er svo mikill hugsuður að hann brosir bara þegar við ræðum þessi mál. Samskipti okkar hjóna á heimilinu eru mjög opin og frjálst. Stundum þegar við erum að kyssast og vinir krakkanna okkar eru í heimsókn þá hlæja þau að okkur. Þá veltir maður því fyrir sér hvort fólk sé ekki að kyssast og snertast almennilega heima hjá sér. Börnin okkar hafa alist upp við það. Um daginn sat sjö ára sonur okkar úti í bíl og handritið af bókinni lá í aftursætinu þá spurði hann: Hver ætlar að skrifa bókina Hvernig gerir þú manninn þinn hamingjusaman?, segir Þorgrímur og hlær.

Kallar bókina ekki á að þú sért góð fyrirmynd?

„Það er frekar ríkt í mér að kenna enda er ég kominn af mikilli kennaraætt. Og ég vil líta vel út

og vera flott fyrirmynd. Það hafa margir sagt við mig að ég sé hugrakkur að skrifa svona bók. Mér finnst eðlilegt að fjalla um þessa þætti. Tveir vinir mínir sögðu við mig um daginn að þeir myndu aldrei þora að skrifa svona bók. En mér finnst gaman að koma sjálfum mér og öðru fólk á óvart. Jafnvel þótt það muni kannski bitna á mér persónulega. Það skiptir engu máli því ég er að fylgja hjartanu,“ segir hann og viðurkennir að með bókinni sé hann eiginlega kominn út á ystu nöf í hreinskilni.

Kynlífið er mikilvægt

Í bókinni mælir Þorgrímur með því að hita svefnherbergið vel áður en ástarleikur hefst svo karlmaðurinn kafni ekki undir sæng þegar hann er að gæla við eiginkonuna.

„Langflest ráðin í bókinni eru að sjálfsögðu af heimilinu og mér finnst gaman að fjalla um kynlíf. Það er svo stór hluti af lífi okkar. Flest sambönd byggja á góðu kynlífi og fólk verður að koma hvort öðru á óvart. Þegar fólk er búíð að vera lengi saman þarf líka að búa til stemningu og undirbúa ástarleikina. Hafa dótakassann og olúna á réttum stað og vera búinn að kynda undir augnablikið með sms-sendingum.“

En hvernig skyldi hann sjálfur viðhalda ástinni?

„Galdurinn er að þora að segja alla hluti. Fyrir fimmtán árum töluðum við ekki mjög opinskátt um kynlíf. Konan mín er miklu opnari en ég og hún er búin að slípa mig miklu meira til en ég hana. Ég hefði aldrei skrifað þessa bók nema af því að ég á svona konu. Mér finnst við lifa miklu skemmtilegra kynlífi núna heldur en þegar við vorum að kynna. Við þorum að vera algerlega ófæiminn í sms-um, faðmlögum og kossum. Svo erum við bæði miklir daðrarar.“

Hann mælir með því að fólk hafi hjónaherგიდ sem lengst frá barnaherbergjunum.

„Það er ekkert gaman að elskast í hljóði. Og ekki vill maður að börnin séu að hlusta. Mig grunar að, á annríkum heimilum þar sem eru mörg börn og fólk fær ekki kynferðislega útrás á heimilinu, þá muni eitthvað einhvern tímann springa. Kannski er fólk að kaupa sér stór hús svo það geti verið á efstu hæðinni og haft börnin í kjallaranum. Ég veit það ekki. Svo heyrir maður í hjónum sem segja að börnin sofi alltaf upp í. Hvernig er ástalið hjá þeim? Draumastaðan er auðvitað að hafa barnaherbergin sem lengst frá hjónaherberginu. Mér finnst það bara liggja í hlutarins eðli þegar maður á þrjú börn og hefur verið í sambúð í 20 ár,“ segir hann.

Hvernig gerirðu konuna þína hamingjusama? kemur út í lok október. Þegar íslenskir karlmenn verða búnir að drekka í sig fróðleikinn verður hún þýdd yfir á erlend tungumál. Ekki veitir af!

martamaria@frettabladid.is



SKUTLAÐU

ÞESSU BLAÐI INN Í NÝTT LÍF

SORPA
sorpa.is

FRÉTTABLAÐIÐ



Taktu þátt

Skilaðu blaðinu að lestri loknum
til endurvinnslu í gám merktan dagblöð



SVAVA JOHANSEN MUN OPNA MISS SIXTY Í HAUST OG FÓR ÞVÍ Á TÍSKUSÝNINGU FRAMLEIÐANDANS Í NEW YORK Á DÖGUNUM ÞAR SEM MIKIÐ VAR UM STJÖRNUFANS. SVAVA SEGIR HAUSTTÍSKUNA FJÖLBREYTTA OG SKEMMTILEGA SVO ALLAR KONUR ÆTTU AÐ FINNA EITTHVAÐ VIÐ SITT HÆFI.



SVAVA JOHANSEN
Spurð um hausttískuna segir Svava hana fjölbreytta og skemmtilega svo allar konur ættu að finna eitthvað við sitt hæfi.
/MYND RÓSA



MICSHA BARTON
Leikkonan unga lét sig ekki vanta á tiskusýninguna. Ekki frekar en Svava.



FÖT FYRIR
STJÖRNUR
„Demi, sem er 43 ára og mjög falleg kona, var flott í nýjum bláum kjól og Cat Deeley klæddist gallabuxnasamfestingi,“ segir Svava.



FLOTT MERKI „Vinsældir Miss Sixty hafa aukist mikið undanfarið og á sýninguna mættu meðal annarra leikkonurnar Demi Moore, Misha Barton og Hilary Swank ásamt Cat Deeley sem kynnir dansþáttinn So You Think You can Dance,“ segir Svava í 17.

Við munum opna Miss Sixty í nóvember og fórum á tiskusýningu hjá þeim í New York í síðustu viku.“ segir Svava Johansen verslunarkona, oftast tengd við Sautján, og bætir við að sýningin hafi verið frábær. „Vinsældir Miss Sixty hafa aukist mikið undanfarið og á sýninguna mættu meðal annarra leikkonurnar Demi Moore, Misha Barton og Hilary Swank ásamt Cat Deeley sem kynnir dansþáttinn So You Think You Can Dance.“ segir Svava og bætir við að þar sem takmarkaður aðgangur hafi verið á sýninguna hafi hún setið mjög nálægt stjórnunum og því séð að bæði Demi Moore og Cat Deeley hafi verið í fatnaði frá Miss Sixty. „Demi, sem er 43 ára og mjög falleg kona, var flott í nýjum bláum kjól og Cat Deeley klæddist gallabuxnasamfestingi,“ segir Svava sem bíður spennt eftir að opna verslunina sem verður í Kringlunni. Spurð um hausttískuna segir Svava hana fjölbreytta og skemmtilega svo allar konur ættu að finna sér eitthvað við sitt hæfi. „Svart, grátt, silfur, gull, palliuttur og blúndur verða áberandi í vetur og jafnvel neonlitir hjá yngri stelpum. Það verður mikið um þrjónakjóra jafnt sem „art printed“ hönnunarkjóra á borð við Andy Warhol kjólana. Sniðin eru bæði við og stutt til að hafa við

leggings og svo síðari og þá þröng í mittið og meira í ætt við 6. áratuginn auk útvíðra siffonkjóla með palliuttustroffi. Pilsin eru að síkka og strengurinn að hækka þótt mínípilsin haldist alltaf inni og konur með fallega fótleggi ættu endilega að notfæra sér það.“ segir Svava og bætir við að svartar útvíðar buxur með háum streng verði sýnilegar í vetur og hvítar skyrtur auk þess sem vestin komi aftur. „Leðrið er sterkt inni núna, leðurjakkar og kápur aðallega en pilsin og buxurnar eru líka flottar og það er mjög flott að vera í leðurkvartbuxum við síða stóra þykka peysu. Palliuttur og skraut verða áberandi í bolum og kjólum en palliuttarnar verða jafnt í hversdagsfatnaði sem sparifatnaði. Stígvélin viku aðeins fyrir öklaskónum fyrr á árinu en haustið byrjar með mikilli eftirspurn eftir stígvélum og það er alveg sýnilegt að þau eiga vinninginn. Samt er gaman að sjá hvað mikið er til af flottum öklaskóm og hvað fötin breytast við að klæðast þeim á móti að vera í stígvélum þótt hvoru tveggja sé flott. Hjá okkur eru Billi Bi lang vinsælustu stígvélin og heitasta bólan í skónum í dag eru Kawasaki-strigaskómir. Þeir labba nánast sjálfir út. En vonandi bíuð að borga fyrir þá,“ segir Svava brosandí að lokum. indiana@frettabladid.is



TÍSKUSÝNING MISS SIXTY
Svava mun opna verslunina í Kringlunni í nóvember.

Á tiskusýningu með Hollywood-stjörnunum



HOLLYWOOD-STJÖRNUR
Maggie Gyllenhaal, Hilary Swank, Demi Moore og Clive Owen voru á meðal gesta á tiskusýningu Miss Sixty.

FLOTTAR Leikkonurnar Maggie Gyllenhaal, Hilary Swank og Demi Moore sátu á fremsta bekk.





LADDI OG JÓI FEL ILLA TEKNIR Í KVÖLD!

**TEKINN 2 – FYRSTI ÞÁTTUR
Í KVÖLD KL. 20:15**



skemmtilegri



**FRÁBÆRT
ÁSKRIFTARTILBOÐ!**
30% afsláttur af fyrsta
mánuðinum á Stöð 2 og
skemmtipakki Fjölvarpsins
frír í tvo mánuði.

NÝTT



TEKINN 2 - kl. 20:15



STELPURNAR - kl. 20:40



THE 40 YEAR OLD VIRGIN - kl. 21:05

sirkus STJÓRINN

Hverjir voru hvar

Helgin var með hressasta móti í Reykjavík. Sirkusstjórinn lét sitt ekki eftir liggja, klæddi sig í köflóttu buxurnar, rauðu skyrtuna með púff-ermunum, túperaði á sér hárið og hélt af stað á vit ævintýranna. Hann mætti galvaskur á frumsýningu á kvikmyndinni Veðramót á föstudagskvöldið og var bara töluvert rogginn með sig. Hlakkaði til að heilsa upp á allt fræga fólkið, búa til tengslanet og var handviss um að hann myndi smellpassa inn í hópinu í köflóttu



buxunum. Eitthvað fóru hlutirnir öðruvísi en ætlað var því Sirkusstjórinn endaði á að læðast með veggjum, ööruggur og vansæll. Þegar myndin byrjaði tyllti hann sér aftast og lét lítið fyrir sér fara. Þegar myndin var búin fór hann fótgangandi

niður í bæ. Hann var kominn að Ráðhúsinu þegar hann sá að hópur fólks stóð fyrir utan menningarhúsið lónó. Hann var þó fljótur að hörfa þegar hann sá **Sigmund Erni**, Valtý Björn, **Ingu Lind** og allar hinar sjónvarpsstjurnar í hrókasamræðum. Einnig mátti glitna í **Ara Edwald** forstjóra 365. Sirkusstjórinn dauðlangaði þó inn í lónó því það notaði undan taktföstum söng Páls Óskars.

Hann tók stefnuna á Organ þar sem hjómsveitin Singapore Sling stóð fyrir alvöru rokkónleikum. Þar rakst hann á Sigtrygg Bergmann í



Stillupsteypu, **Agnieszka Baranowska** stílista, Alex McNeil forsprakka Kimono, Önnu Kristínu í Kronkron og **Einar Kárason** rithöfund.

Þaðan lá leið hans á Oliver þar sem stjörnulögmaðurinn Helgi Jóhannesson sýndi töff takta á dansgólfinu. Þegar Sirkusstjórinn sá hvað allir skemmtu sér vel reyndi hann að dansa með en það var lítil stemning fyrir því. Hann endaði því á að labba einn heim til sín, vonsvikinn og vinalaus.



GUÐNÝ HALLDÓRSDÓTTIR VAR SMART Á FRUMSÝNINGUNNI

Finnst gaman að kaupa mér spariföt!

Kvikmyndin Veðramót var frumsýnd í Háskólabíói síðasta föstudagskvöld. Leikstjóri myndarinnar, Guðný Halldórsdóttir, skartaði sínu fegursta en hún klæddist appelsínugulum jakka sem vakti mikla athygli. „Ég er svolítið fatafrík þegar ég vil vera ofsafín en yfirleitt er ég drusluleg út af vinnunni. Ég á mjög mikið af verkamanna-fötum,“ segir Guðný og hlær. Spurð um uppáhaldsverslunina sína nefnir hún ER á Skólavörðustíg. Kaupir þú mikið af fötum? „Nei, það geri ég nú ekki en þegar ég kaupi mér spariföt þá mega þau vera dýr.“ Tinna Hrafnisdóttir leikkona var himinlifandi með frumsýninguna. „Þetta var bæði skrítið og skemmtilegt. Við vorum glöð með hvað myndin fékk frábærar viðtökur meðal áhorfenda.“

martamaria@frettabladid.is

FRUMLEIKINN UPPMÁLADUR
Gabriela Friðriksdóttir og eiginmaður hennar, Daniel Ágúst Haraldsson.



ALGERAR SKVÍSUR
Erna Jakobsdóttir, Guðrún Helga Kristjánsdóttir, Rakel Jónsdóttir og Bryndis Jakobsdóttir voru yfirmáta smart.



TURTILDÚFUR
Birkir Kristinnsson og Ragnhildur Gísladóttir mættu. Þess má geta að Ragnhildur er góð vinkona Guðnýjar Halldórsdóttur.

MYNDRÆN
Ásta Kristjánsdóttir ljósmyndari og Magnús Jónsson leikari.



FLOTT LEIKARAPAR
Tinna Hrafnisdóttir og kærastinn hennar, Sveinn Geirsson, voru spariklædd á frumsýningunni. Tinna skartaði sérlega glæsilegum kjól sem hún fékk í afmælisgjöf frá kærastanum en hann er úr versluninni Warehouse.

APPELSÍNUGUL OG ELEGANT!
Leikstjórinn sjálfur, Guðný Halldórsdóttir, skartaði sínu fegursta. Þilsö er frá ítalska merkinu save the queen og jakkinn sem Guðný keypti í Noregi er frá Milieu.



SMART
Atli Rafn Sigurðsson leikari var umkringdur fallegu mæðgunum Lilju Pálmadóttur og Stellu Rin.



GLAMÚRGELLUR
Arnheiður Edda, Birna Helena, Bergþóra Snæbjörnsdóttir og Anna Kristín kunna að meta alvöru rokkónlist.

Hiti og sviti

Singapore Sling rokkaði á Organ



Í GÖÐU STUÐI
Sigurlaug og Auður skemmtu sér fyrir allan peninginn.



Í STUÐI
Eva Bergmann, Agnes Elfars, Þuríður Halldórs, Ingibjörg Auður.

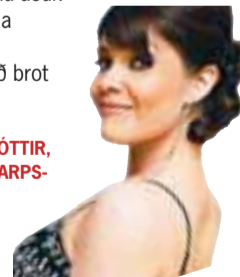


HENDRIK BJÖRNSSON
Tryllti gesti Organs með röddinni.

Hvað á að gera um helgina?

„Ég er að fara ásamt Hildi systur til Tallinn í Eistlandi en þar ætlum við að skemmta okkur saman. Þetta verður vonandi voðalega gaman en ég hef aldrei komið þarna áður. Ég hefði samt vilja stoppa lengur en vonandi sjáum við brot af því besta.“

RAKEL MAGNÚSDÓTTIR, SÖNG- OG SJÓNVARPSKONA



„Ég er að fara í laxveiði í Langá með manningum mínum og vinum okkar. Við hjónakornin eigum bæði afmæli og ætlum að gefa hvort öðru veiðina í

afmælisgjöf. Ég hef stundað laxveiði frá því ég var krakki en maðurinn minn er að prófa þetta sport.“

ÞÓRUNN ERNA CLAUSEN LEIKKONA



**WILL
FERRELL**

**JON
HEDER**



KOMIN Á DVD

CHAZZ

BLADES OF GLORY

SAM MYNDIR

helgin

Hvað gerir þig hamingjusama(n)?



„Það er svo margt sem gerir mig hamingjusama. Það að vera í kringum fólkið sem mér þykir vænt um og svo súkkulaði færir mér mikla hamingju. Líka þegar mér gengur vel í því sem ég er að gera.“

Tinna Alavis fyrirsæta



„Þessa dagana gera kisu mínar mig hamingjusama. Það er svo gott að koma heim á daginn þegar þær biða eftir manni við dyrnar, spenntar að fá mann heim.“

Unnur María Bergsveinsdóttir, tónlistarkona og sagnfræðingur



„Börnin og fjölskyldan mín gera mig hamingjusaman. Það er alltaf sama tilhlökkunin að komast heim á daginn því það er alltaf hlauðið á móti manni.“

Vignir Freyr Andersen, golfari og verslunarmaður



„Fjölskyldan er það sem stendur hjartanu næst svo það eru notalegir sunnudagsmorgnar með fjölskyldunni sem gera mig hamingjusama. Náttföt, blóðin og morgunmaturlag þegar ekkert liggur fyrir gera mig hamingjusama.“

Ragnheiður Elin Árnadóttir alþingiskona



Sigríður Klingenberg spáir í Sirkus
www.klingenberg.is

Páll verður mjög vinsæll

„Páll hefur töluna 33 sem myndar 6. 33 er master-tala og gerir fólk áræðið og seiglumikið,“ segir Sigríður Klingenberg spákona um Pál Magnússon útvarpsstjóra. „Fólk sem hefur þessa tölu hefur yfirleitt markmið sín á hreinu og labbar áfram veginn hægt en örugglega. Væri ég ekki hissa þótt einhver tímavann fyrir löngu síðan hefði Páll séð það fyrir að hann ætti eftir að enda í sjónvarpinu. Þótt hann ætti ekki endilega að snúa sér að spálestri í aukavinnunni. Rosalega mikið gerðist í lífi Páls árið 2006 en árið 2007 lærir hann að gera sér hlutina léttari.“

Hann notar stjórnuarhæfileika sína betur og lætur aðra meira um án þess að skipta sér af. Hann mun stjórna alveg með bravúr. Páll á eftir að skila til landsmanna svo miklu meira en nokkur forveri hans. Hann er opinn og alltaf reiðubúinn að skoða alla möguleika. Hann er á miklu stuðari svo orkan hans er hress og Páll verður ekkert sérstaklega mikið á milli tannanna á fólki þetta árið. Trúlega er hann að fjárfesta í húsi sem hann á eftir að nota til að láta sér líða betur. Páll verður mjög vinsæll af samstarfsfélögum sínum og ekkert sérstakt mun

PÁLL MAGNÚSSON „Fólk sem hefur þessa tölu hefur yfirleitt markmið sín á hreinu og labbar áfram veginn hægt en örugglega,“ segir Sigríður um tölu Páls.



bjáta á á þessu ári. Til hamingju Páll.“

Sigríður reiknar talnaspekina þannig að sá sem er fæddur 30.10.1975 er 26 = 8.

SVERRIR BERGMANN MAGNÚSSON SÖNGVARI ER AÐ VINNA AÐ NÝRRI PLÖTU EN KNATTSPYRNUSTJARNAN EIÐUR SMÁRI LEGGUR HONUM LIÐ VIÐ ÚTGÁFUNA.

KÆRASTAN VEITIR MÉR INNBLÁSTUR

Í grunninn er þetta sólóplata en ég hef engu að síður band á bak við mig,“ segir Sverrir Bergmann Magnússon söngvari en eins og frægt er orðið bauðst knattspyrnustjarnan Eiður Smári Guðjohnsen til að hjálpa Sverri við útgáfu á nýrri plötu sem kemur út í febrúar. Sverrir samdi flest lögín á plötunni sjálfur eða í samráði við aðra og hann segir að platan sé fjölbreytt. „Þetta er smá flóra. Ég fer úr alvörugefnu poppi yfir í rokkið og engin tvö lög eru eins þótt þau beri öll keim af mér.“

Kærasta Sverris er dansarinn Sigrún Birna Blomsterberg. Aðspurður segir hann kærstuna veita sér innblástur til að semja en hann fái einnig innblástur úr hinu daglega lífi. „Það er ekkert eitt meira en annað og jafnvel bara hlutirnir sem eru að gerast hjá mér í daglega lífinu. Vinirnir hjálpa mér líka því þegar maður er að semja kallar maður á félagana og spyr þá álits þótt þeir séu engir tónlistarmenn. Allar skoðanir eru marktækar og engar betri en aðrar, sama hvað þú gerir í lífinu.“

Sverrir Bergmann hefur um árabíl stjórnað tölvuleikjapættinum Game Tívi en þátturinn hefur göngu sína á ný innan skamms. „Ég vinn líka við að selja tölvuleiki fyrir Senu og hef því löglega afsökun til að spila tölvuleiki heima á kvöldin, það er bara yfirvinnna,“ segir hann hléjandi. Hann og Sigrún Birna eru ekki farin að búa saman en Sverrir býr með vinum sínum. „Hún býr hjá foreldrum sínum enda liggur



SVERRIR BERGMANN MAGNÚSSON

„Það er líka gott að finna að einhver hafi trú á þessu hjá manni og vilji leyfa öðrum að heyrna.“

MYND/EYÞÓR

okkur ekkert á,“ segir hann og bætir við aðspurður að Sigrúnu Birnu hafi ekki tekist að draga sig með í dansinn. „Það er ekki hægt að stjórna mér það vel og ég dansa bara þegar ég dett í girinn.“

Spurður um aðkomu Eiðs Smára að plötunni segir Sverrir að fótboltastjarnan sé góður vinur góðs vinar hans. „Ég er mjög þakklátur því annars hefði ég þurft að hlaupa til og fá lán og pressan orðið meiri fyrir vikið. Það er líka gott að finna að einhver hafi trú á þessu hjá manni og vilji leyfa öðrum að heyrna.“

indiana@frettabladid.is



SIGRÚN BIRNA BLOMSTERBERG

„Hún býr hjá foreldrum sínum enda liggur okkur ekkert á,“ segir hann og bætir aðspurður við að Sigrúnu Birnu hafi ekki tekist að draga sig með í dansinn. „Það er ekki hægt að stjórna mér það vel og ég dansa bara þegar ég dett í girinn.“

SPURNINGAKEPPNI sirkuss

SPURNINGAKEPPNI SIRKUS HELDUR ÁFRAM. HELGI SELJAN HEFUR REYNST ÓSIGR-ANDI. HÉR KEPPIR HANN VIÐ FYRRVERANDI FRÉTTAMANNINN FINN BECK.

1. Hver leikur aðalhlutverkið í kvikmyndinni License to Wed?
2. Hvað heitir nýja plata Jan Mayen?
3. Hver skrifaði bókina Tímabjórurinn?
4. Hverjir voru tenórarnir þeir?
5. Hver er fyrirlíði Portsmouth?
6. Hvað heitir verslunin sem Kári Naglbítur rekur á Selfossi?
7. Hver leikur aðalhlutverkið í The Starter Wife?
8. Hvers lenskur er heimsmeistarinn í luftgítar?
9. Hver gaf nýverið út diskinn Carry On?
10. Hver skoraði mark Íslendinga gegn Spánverjum?



■ Finnur Beck 2 RÉTT SVÖR

1. Leonardo DeCaprio.
2. Pass.
3. Kristín Steinsdóttir.
4. Plácido Domingo, Lucioano Pavarotti og José Carreras.
5. Ekkert hugmynd.
6. Hnakkabarnaföt.
7. Ekkert hugmynd.
8. Kínverskur.
9. Ekkert hugmynd.
10. Emil Hallfreðsson.

Helgi Seljan heldur sigurgöngu sinni áfram og sigrar Finn með 5 stigum gegn tveimur. Finnur skorar á trommara Buff, Hannes Heimi Friðbjarnason. Fylgist með í næstu viku.



■ Helgi Seljan 5 RÉTT SVÖR

1. Robin Williams.
2. So Much Better Than Your Normal Life.
3. Man það ekki.
4. Pavarotti, Domingo og Carreras.
5. Hermann Hreiðarsson.
6. Man ekki.
7. Man ekki.
8. Japanskur.
9. Veit ekki.
10. Emil Hallfreðsson.

Rétt svör: 1. Robin Williams. 2. So much better than your normal life. 3. Steinunn Sigurðardóttir. 4. Plácido Domingo, José Carreras og Luciano Pavarotti. 5. Sol Campbell. 6. Snúdar & snædur. 7. Debra Messing. 8. Japanskur. 9. Chris Cornell. 10. Emil Hallfreðsson.

512 5100 | SYN.IS | VERSLANIR VODAFONE

LAUGARDAG KL. 19:00 / SUNNUDAG KL. 18:30

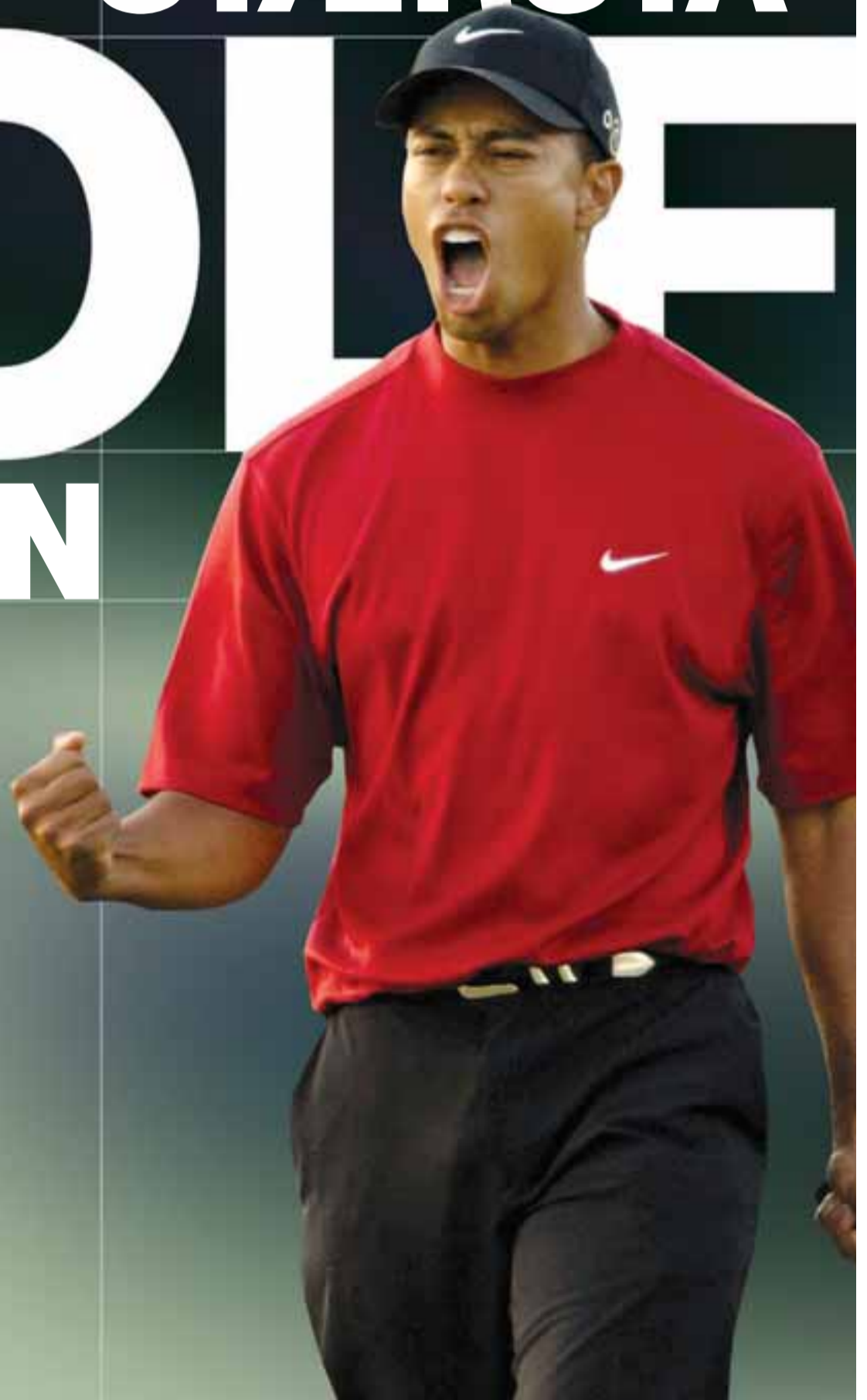
TOUR CHAMPIONSHIP
Lokamótið og úrslit PGA**HONDA** e kort
The Power of Dreams

Í DAG KL. 10:00 / LAUGARDAG KL. 08:00

/ SUNNUDAG KL. 08:00

SOLHEIM CUP

„Ryder Cup“ kvenna í golfi

V **LEXUS**
OLENA TERNER**STÆRSTA****GO GOLF**
HELGIN**SYN**
besta sætið



NÁMSMANNA-
ÞJÓNUSTA BYRS

BYRjaðu daginn vel með rétta kreditkortinu fyrir námsmenn!



- Kreditkort sem er þér alltaf að kostnaðarlausu
- Engin færslugjöld
- 5000 króna ferðaávísun fylgir með
- Í hvert sinn sem þú notar kortið innanlands safnar þú punktum

Líttu við á www.byr.is og BYRjaðu rétt!

Aukasöfnun hjá yfir 60 fyrirtækjum

