

# FÖSTUDAGUR

28. MARS 2008

FYLGIRIT FRÉTTABLADSINS

## ÓLAFUR DARRI

þarf að léttast sig  
um 30 kíló

## VALA MATT

byrjar aftur í  
sjónvarpinu

## ÞORBJÖRG

## HAFSTEINSDÓTTIR

ALDREI FLOTTARI



Inga Lind kveður  
til að eignast sitt  
fimmta barn

Hvatvísir rak hana í fjölmiðlana



## HVAÐ ÆTLAR ÞÚ AÐ GERA UM HELGINA?

Orri Huginn Ágústsson, leikari og leikstjóri

„Í kvöld er ég að frumsýna verkið Stjörnustríð með leikfélagi Menntaskólans við Sund í Austurbæ en ég leikstýri verkinu. Á laugardagskvöldinu sýni ég síðan í Jesus Christ Superstar. Það má því segja að helgin fari að mestu í vinnu en þannig er að vera leikari. Ég er nýkominn frá Berlín úr frí þannig að ég get ekki kvartað.“



## Búferlaflutningar og barn á leiðinni

Við flytjum af landi brott í haust, spurningin er bara hvert. Staðsetningin er ekki alveg komin á hreint en Jóhanna, konan mín, útskrifast úr viðskiptafræði í vor frá Háskólanum í Reykjavík og hyggur á framhaldsnám erlendis,“ upplýsir Guðjón Bergmann, fyrirlesari, rithöfundur, þáttastjórnandi og jógakennari með meiru. Guðjón hefur haft í mörgu að snúast síðan þau hjónin lokuðu Jógamiðstöðinni í Ármúla árið 2006. Hann hefur haldið námskeið og fyrirlestra við miklar vinsældir undir titlinum „Þú ert það sem þú hugsar“, skrifað bækur og greinar og byrjaði í vetur með viðtalsþátt á sjónvarpstöðinni INN. „Við tókum ákvörðun um það að loka Jógamiðstöðinni á sínum tíma til þess



Guðjón Bergmann

að geta flutt út þegar konan mín hefði lokið náminu. Ég ákvað þá að prófa hvort ég gæti lifað af því að halda námskeið og fyrirlestra. Það hefur gengið vonum framár.“ Guðjón á eftir að halda einhver

námskeið áður en fjölskyldan yfirgefur landið í haust og því ætti enginn að örvænta. Búferlaflutningarnir eru þó ekki það eina sem er í spilunum hjá hjónakornunum því lítil erfingi er á leiðinni í heiminn. „Jóhanna væntir sín í lok júní. Planið er að ég verði heima með barnið á meðan Jóhanna verður í skólanum. Þannig fæ ég tækifæri til að sjá um að hún hafi næði til að sinna náminu,“ svarar Guðjón spurður hvað hann ætli sér að gera þar ytra en fyrir eiga þau saman soninn Daníel Loga á sjötta aldursári. „Ef það væri ég sem gengi með barnið þá væri enginn að velta því fyrir sér hvað ég ætlaði að hafa fyrir stafni,“ segir Guðjón að lokum og hlakkar mikið til að takast á við það sem fram undan er. *bergthora@frettabladid.is*

## fréttir



Fjölmíðlakonan Snæfríður Ingadóttir varð léttari í síðustu viku þegar henni og eiginmanni hennar, Matthíasi Kristjánssyni, fæddist stúlkubarn. Snæfríður hefur síðustu ár farið allra sinna ferða á vespum og ekki tekið í mál að fjárfesta í bílreið. Nú verður forvitnilegt að vita hvort hún sé búin að láta útbúa kerru aftan í vespuna eða

hvort hún þurfi kannski að skipta vespunni út fyrir fjölskyldubíl.



Og meira af barneignum. Bergur Ebbi Benediksson, lögmaður og Sprengjuhallarmaður, á von á barni með unnustu sinni, Rán Ingvarsdóttur, lögmanni Barnaheilla. Þess má geta að Rán er tvíbursystir Rúnar Ingvarsdóttur, fréttamanns á RÚV. Mun vera mikill spennungur á heimilinu fyrir fjölguninni og segja þeir sem til þekkja að barnið verði klárlega mikill stuðbolti ef barnið verður eitthvað líkt foreldrunum.

## FÖSTUDAGUR

Útgáfufélag 365 prentmiðlar  
Ritstjóri Marta María Jónasdóttir *martamaria@365.is*  
Bergþóra Magnúsdóttir *bergthora@365.is*  
Forsíðumynd Valgarður Gíslason  
Útlitshönnun  
Arnór Bogason og  
Kristín Agnarsdóttir  
Auglýsingar Sigríður Dagný *sigridurdagny@365.is sími 512 5462*  
Föstudagur Skaftahlíð 24  
105 Reykjavík, sími 512 5000

Ólafur Darri fer með aðalhlutverk í kvikmyndinni Rokland

## Léttir sig um 30 kíló

„Ólafur Darri mun fara með hlutverk Bödda í bíómyndinni Rokland,“ segir Marteinn Þórsson leikstjóri. Kvikmyndin er byggð á samnefndri skáldsögu Hallgríms Helgasonar og Böddi er aðalpersóna bókarinnar. „Við höfum verið með áheyrnarprufur síðan í ágúst í fyrra og þetta var mjög erfið ákvörðun. Við vorum þó að lokum sannfærðir um að Ólafur Darri væri rétti maðurinn í hlutverkið á þeim forsendum að hann léttist um þrjátíu kíló,“ segir Marteinn en Ólafur vinnur nú hörðum höndum að því að léttast sig. Ólafur Darri þykir einn fremsti leikari þjóðarinnar. Hann hefur verið áberandi í íslenskrum kvikmyndagerð og leikhúsi um langt árabíl og því verður spennandi að sjá hann takast á við hlutverk Bödda á hvíta tjald-

inu. Böddi er fyrrverandi kennari við Fjölbrotaskóla Norðurlands vestra, hann býr í kjallaraubúð í húsi aldraðrar móður sinnar, skrifar meinyrta pistla og fer á skrautleg fyllir svo fátt eitt sé nefnt. „Við stefnum að því að hefja tökurlit og sumar,“ segir Marteinn um kvikmyndina sem Pegasus framleiðir. „Tökurnar verða í tveimur hlutum, þar sem við þurfum að hafa bæði sumar- og vetrartökurlit,“ bætir hann við. Það blasir því við að Ólafur Darri hefur ekki langan tíma til þess að grenna sig. „Elma Lís Gunnarsdóttir fer með hlutverk Döggú, barnsmóður Bödda, og Stefán Hallur Stefánsson leikur hinn kvensama Viðar, bróður Bödda.“ Skipan í önnur hlutverk er ekki alveg komin á hreint eins og er. Rokland er önnur mynd Marteins sem hann leikstýrir í fullri lengd en fyrsta mynd hans, One Point O, hlaut mikið lof gagnrýnenda og tilnefningar og verðlaun á kvikmyndahátíðum úti um allan heim. *bergthora@365.is*



Stefán Hallur fer með hlutverk hins kvensama bróður Bödda.



Elma Lís Gunnarsdóttir leikur barnsmóður Bödda.

Marteinn Þórsson, leikstjóri Roklands.

Ólafur Darri á mikið átak fyrir höndum.

VALA MATT MÆTIR AFTUR Á SKJÁINN

## Komin í Ísland í dag

Ein ástsælasta sjónvarpskona landsins, Vala Matt, er mætt aftur á skjáinn eftir hlé. Það má segja að hún sé aftur komin heim því frægðarsól hennar byrjaði að rísa þegar hún stjórnaði þættinum 19:19 sem er forveri þáttarins Ísland í dag. „Ég verð með innslög í þættinum sem verða mjög fjölbreytt. Miðpunkturinn verður matur og þá mun ég fjalla um allt mögulegt sem tengist honum,“ sagði Vala sem var í óða önn að klippa fyrsta innslagið þegar Föstudagur náði tali af henni. Í innslögunum mun hún heimsækja fólk og forvitnast um uppáhaldsrétti þess, fara á veitingastaði og skoða frumlega og spennandi hluti. Þegar Vala er spurð að því hvort mataráhuginn sé orðinn meiri en áhugi á húsgögnum og hönnun segir hún svo eiginlega vera. „Þegar maður er búinn að fjalla um húsgögn og heimili í sjö ár samfleytt kemur þörf fyrir að breyta til og skoða aðra hluti. Matur hefur alltaf verið ein af mínum ástríðum. Þegar ég fer til útlanda finnst mér skipta mestu máli að finna

góða veitingastaði.“ Matar- og veitingastaða-áhuginn er þó ekki nýr af nálinni því þegar Vala útskrifaðist úr arkitektanáminu í Kaupmannahöfn var hennar fyrsta verkefni að hanna Hressingarskálann en það verkefni notaði hún sem lokaverkefni í skólanum og fékk góða einkunn fyrir. „Prófessornum mínum fannst góð hugmynd að nota Hressingarskálann í lokaverkefnið og í framhaldinu af því fór ég að stúdera veitingastaði og kaffihús ofan í kjölinn. Ég var svo heppin að þáverandi kærastinn minn, Ellert B. Schram, bauð mér til Parísar til þess að stúdera veitinga- og kaffihús í heila viku. Upp frá þessu verkefni hefur matur og allt sem honum við kemur alltaf verið stórt áhugamál hjá mér. Ég hlakka til að vinna þetta efni fyrir Ísland í dag því þar er stór hópur af besta sjónvarpsfólki landsins,“ segir Vala full tilhlökkunar. *martamaria@365.is*

Vala Matt sjónvarpskona er alsæl með nýja samstarfsfólki sitt.

MYND/STEFÁN





## Perlan

Ein magnaðasta bygging Reykjavíkur á daginn.  
Eitt besta veitingahúsið á kvöldin.



**Síðasta  
helgin!**

# Allt í steik

*framlengt til 31. mars*

## 4ra rétta seðill

**1** PARMASKINKA PROSCIUTTO  
með strengjabaunasalati, balsamic hlaupi  
og rjóma-jarðsveppaosti

**2** RJÓMALÖGUÐ HUMARSÚPA  
með Madeira og grilluðum humarhölum

VELDU MILLI ÞRIGGJA ADALRÉTTA

**KJÚKLINGABRINGA**  
hunangskryddhjúpuð með gljáðu rôtargrænmeti,  
spínati og sítrónusósu

**3** *eða* ANDARBRINGA  
appelsínumarineruð með appelsínusósu

*eða* NAUTALUND  
grilluð með hvítlauksristuðu spínati,  
sperglum og Béarnaise-sósu

**4** SÚKKULAÐIFRAUÐ  
með ferskum ávöxtum í nougát-froðu

*Gjafabréf Perlunnar  
Góð tækifærisgjöf!*



Verð frá **3.990 kr.**

Hringbraut



Veitingahúsið Perlan - Sími 562 0200 - Fax 562 0207 - Netfang perlan@perlan.is - Heimasíða www.perlan.is



ISEN



PERLU KAUP



ora



# borgin mín ÁRÓSAM

SIGRÍÐUR THORLACIUS söngkona hljómsveitarinnar Hjaltalín

**MORGUNMATURINN:** Það býr einn ágætis maður í Árósum sem heitir Helgi, hann býr til frábæran morgunmat, alveg fullkomlega samkeppnishæfan.

**SKYNDIBITINN:** Ég man ekki hvað staðurinn heitir, en hann er í krúttlegu húsi í krúttlegri götu og selur mjög góðan shawarma. Húsið er gult held ég.

**UPPÁHALDSVERSLUN:** Man ekki hvað nein-ar búðir heita en það er mikið af flottum „gen-brugs“-búðum þarna. Síðan er ótrúlega næs að setjast inn á Riz Raz í einn kaldan og hvíla lúin bein og verslunarvarninginn.

**LÍKAMSRÆKTIN:** Ég ímynda mér að ef maður byggir í svona krúttlegri borg myndi maður kaupa sér eitt krúttlegt hjól og hjóla og hjóla.

**RÓMÓ ÚT AÐ BORÐA:** Ég mæli með pylsu og kókómjólki í Seven Eleven. Það getur örugglega verið mjög rómó með réttu hugarfari.

**BEST VIÐ BORGINA:** Helgi besti vinur minn, hann er klárlega það besta við Árósa. Allar borgir væru góðar borgir ef þær ættu eitt stykki Helga Steinara.



Þorbjörg Hafsteinsdóttir, næringarperapisti og hjúkrunarfræðingur, gerir allt vitlaust í Danmörku

# 48 ára og flott

Íslendingar þekkja næringarperapistann Þorbjörgu Hafsteinsdóttur en hún hefur hjálpað mörgum Íslendingum að komast í kjörþyngd og öðlast betra líf með því að breyta um mataræði. Nú er hún búin að gefa út bókina „10 ár yngre på 10 uger“ í Danmörku en Þorbjörg hefur verið búsett þar síðustu 20 árin. Bókin kom út 12. mars síðastliðinn og hefur gert allt vitlaust í Danmörku, seldist upp á fyrstu dögnum en nú var þriðja upplag að koma úr prentun. „Bókin er samantekt á reynslu minni og vitneskju. Mér finnst ég þekkja konur mjög vel eftir að hafa unnið með þeim í tæp 20 ár enda eru konurnar sem ég hef hjálpað mörg þúsund. Í bókinni fer ég yfir hvernig maður getur snúið vörn í sókn, breytt um lífsstíl og yngt sig upp. Það má líka segja að það sé rauður þráður í gegnum það sem konur vilja. Flestar vilja meiri orku, meiri lífskraft, vera jákvæðari og halda sér í kjörþyngd,“ segir Þorbjörg og bætir því við að það þurfi oft að ýta við konum svo þær breyti um lífsstíl. „Það er nauðsynlegt að stunda líkamsrækt, vera jákvæður í viðmóti og bjartsýnn



og trúá á eitthvað annað en sykur.“ Bókarkápan hefur vakið mikla athygli en þar situr Þorbjörg sjálf fyrir á nærklæðunum. Hún segir að það skipti miklu máli að vera góð fyrirmynd. „Ég er 48 ára og hef unnið að því að halda mér í formi og það hefur auðvitað ekki verið átakalaust en þetta er þó miklu minna mál en marga grunar. Auðvitað verð ég að sýna fram á að það sem ég er að predika virki,“ segir Þorbjörg sem getur ekki verið annað en stolt af líkama sínum. Þegar hún er spurð að því hvort myndirn-ar í bókinni hafi verið fótósjoppaðar þvertækur hún fyrir það. Í hittifyrri voru þættir Þorbjargar, 10 grunnreglur, sýndir á Skjá einum. Í þáttunum kenndi hún Íslendingum að sneiða hjá sykri, mjólkurvörum og einföldum kolvetnum. Hún hefur haldið námskeið og fyrirlestra í Danmörku og þann 14. apríl næstkomandi mun önnur bók úr vísukubrunni Þorbjargar líta dagsins ljós. „Það er uppskriftabók sem ég vann með vinkonu minni. Þetta er algerlega rétti tíminn núna fyrir svona bækur,“ segir Þorbjörg sem er rétt að byrja.

*martamaria@365.is*

Drykkur vikunnar

## VANILLA CITRUS KICK Á 101

Friskandi kokkteill nú þegar verið svífur yfir vötnum og verður án efa drykkur sumarins.



# Topp SKÍFULISTINN 20 Vinsælustu titlarnir

Skífulistinn er samantekt af meist seldu titlum | Skífunni og verslunum BT út um allt land. Listinn gildir 28 Mars - 5 April 2008

### VINSÆLSTA TÓNLISTIN

1	Hjaltalín	▲	Sleepdrunk Seasons
2	Mugison	▲	Mugiboogie
3	Sprengjuhöllin	▲	Tímarnir okkar
4	Lay Low	▼	Okutímar - tónlist úr leikriti
5	Páll Óskar	▲	Allt fyrir ástina
6	Radiohead	▲	In Rainbows
7	Hjálmar	▲	Ferðasót
8	Bloodgroup	▲	Sticky Situation
9	Einar Scheving	▲	Cycles
10	Ýmsir	▲	Femin 2008
11	Eagles	▲	Long Road Out Of Eden 2CD
12	Hannah Montana	▲	Hannah Montana 2
13	Eric Clapton	▲	Complete Clapton 2CD
14	Sigur Rós	▲	Hvarf / Heima 2cd
15	Jack Johnson	▲	Sleep Through The Static
16	Leona Lewis	▲	Spirit
17	Ýmsir	▲	Pottþétt 45
18	Nick Cave & The Bad Seeds	▼	Dig, Lazarus Dig!!
19	Víllí Víll	▲	Myndin af þér (3CD)
20	Ellen Kristjánsdóttir	▲	Einhversstaðar einhverntíma

▲ Hlutf. á höfuðslista | ▲ Þetta er nýtt | ▼ Lættir frá höfuðslista | ▲ Hættir frá höfuðslista | ▼ Stærri listi

### VINSÆLSTA DVD

1	Ratatouille
2	Stardust
3	101 Dalmatians PE
4	Doddi þættir 1-8
5	Astrópía
6	Nancy Drew: The Mystery
7	Grettir í Raun
8	Jungle Book - Ísl.tal
9	Elizabeth The Golden Age
10	Knocked Up
11	No Reservations
12	Grey's anatomy Séría 3
13	Næturvaktin
14	Harry Potter the Order of Phoenix
15	Shoot'em Up
16	Top Gear
17	Meet the Robinsons DVD
18	Toy Story
19	In the Land of Women
20	The Wild







Impossible is Nothing  
[adidas.com/women](https://www.adidas.com/women)



# fatastíllinn

*Sara Oddsdóttir, verslunareigandi Rokks og rósa*

1. „Náttkjóllinn minn frá Rokki og rósum.“  
2. „Þessi kjóll er frá Bad Pony merkinu mínu úr Rokki og rósum.“ 3. „Uppáhaldskjóllinn minn. D&G kjóll sem Daði, tilvondandi eiginmaður minn, gaf mér.“ 4. „Þetta er dæmigerður alklæðnaður fyrir mig. Ég er oftast í hvítum bol eða skyrtu og svörtu síðu pilsu úr R&R eða buxum og þarf ekki mikið að hugsa hvort allt passi saman. Þegar maður vinnur með fót allan daginn

er gott að geta verið í einhverju einföldu og stílhreinu. 5. „Ég hlakka mikið til að sóla mig í þessu fina bikiní en ég keypti það í versluninni La sensa um daginn. Fer samt ekki alveg í því í Vesturbæjarlaugina, nema kannski þessa tvo daga á ári þegar sólin skín og það er logn á sama tíma.“ 6. „Stígvélin mín, nauðsynjavara hér á Íslandi, þau eru úr Rokki og rósum og eru mikið notuð.“

## Elskar fallega kjóla

**Hvernig myndir þú lýsa þínum eigin stíl?**  
„Dagsdaglega er ég frekar stílhrein en elska fallega kjóla.“

**Hvaðan sækir þú innblástur þegar kemur að fatastílum? Áttu þér einhverja fyrirmynd?**  
„Ég get ekki nefnt eitthvað eitt þegar kemur að fatastíl eða fyrirmynd. Ég held að innblástur komi alls staðar að.“

**Hvar verslar þú helst? „Alls staðar þar sem fót eru. Ég skoða ólíklegustu búðirnar og finn þar ótrúlegustu hluti.“**

**Uppáhaldshönnuður:** „Það eru svo margir flottir hönnuðir til og fullt af ungum upprennandi hönnuðum sem eru að koma fram. Í gegnum tíðina hafa þó Dolce & Gabbana verið mitt uppáhald.“

**Bestu kaupin:** „Hvítir bolir.“

**Verstu kaupin:** „Dröngir skór.“

**Fyrir hverju ertu veikust:** „Skóm.“

**Uppáhaldsbúðin:** „New York.“

**Nauðsynlegt í fataskápinn:** „Hvítar skyrtur.“

**Hvað langar þig mest í fataskápinn þessa stundina?** „Mig vantar skó við brúðarkjólinn minn.“

**Hvað finnst þér um íslensku tískuna?**  
„Mér finnst íslenska tískan frábær og finnst við ekki mega gleyma gömlum hefðum, gúmmítúttum og lopasokkunum.“



**kello**

Kringlunni · sími 568 4900  
www.kello.is

**Vorlínan er komin!**

ÍSLENSKA STÍLIS HELL 4747 03 2008





*what Vintage are you?*



Inga Lind Karlsdóttir, sjónvarpskona í Íslandi í dag, mun brátt hverfa af skjánum til að taka þátt í mikilvægasta hlutverki lífsins, að fæða barn. Í viðtali við Mörtu Maríu Jónasdóttur segir hún frá því hvernig hún syndir áfram án þess að gera nein plön heldur grípur daginn þegar rétta tækifærið gefst.

# Nýtur sín best í annríkinu

Eins og landsmenn hafa tekið eftir gengur Inga Lind ekki einsömul. Í lok maí er von á fimmta erfingjanum sem er beðið með mikilli eftirvæntingu. „Það eru sex ár síðan ég gerði þetta síðast og ég finn alveg muninn. Ég hélt að ég væri í rosalega góðu formi því ég er búin að vera svo mikið í ræktinni en þessi meðganga er búin að vera erfiðust af þeim öllum. Fyrstu fjóra mánuðina var ég meira og minna frá vinnu því ég var með svo mikla ógleði,“ segir Inga Lind sem gengur með stelpu undir belt. Fyrir á hún þrjár stelpur og einn strákur. „Ég var ekki svo heppin að fá að ganga með elstu stelpuna, en það er kannski líka ágætt því þá hefði ég þurft að gera það þegar ég var 16 ára,“ segir hún og hlær en maðurinn hennar, Árni Hauksson, átti hana áður en þau kynntust. Þegar hún minnst á stjúp dóttur sína lifnar yfir henni. „Hún er svo frábær, fyrirmynd hinna barnanna minna og ofsalega góð vinkona mín,“ segir hún og viðurkennir að hún æfi sig á henni að vera unglíngamma. „Mér finnst svo myndi að vera með 16 ára unglíng á heimilinu því mér finnst ég hafa verið 16 ára í fyrra.“ Hún játar að stundum finnst henni spaugilegt að hugsa til þess að vera með öll börnin á heimilinu þegar hún eigi sjálf eftir að ákveða hvað hún ætli sér að verða þegar hún verður stór. Þegar unglíngsárin berast í tal segir Inga Lind að hún hafi verið dæmigerður unglíngur. „Ég var með gleraugu og spangir. Ég fékk allt sem hægt var að fá, teygjur og beisli, sem gerði það að verkum að ég var alltaf með sprungn-

MYNDVALLI



Inga Lind Karlsdóttir er komin í leyfi frá Íslandi í dag. Nú bíður hún spennit eftir að fimmta barnið komi í heiminn.

ar varir.“ Þótt hún segi frá þessu á kómískan hátt var þetta síst af öllu auðvelt því hún datt á andlitid þegar hún var tju ára sem gerði það að verkum að önnur framtonnin gekk til baka upp í góminn, í gegnum neðri vörina, og til þess að laga tennurnar þurfti að draga þær niður með spöngum. „Ég skil ekkert í fólki sem segist

ekki þola tannlækna því ég á þeim starf mitt að þakka, og raunar svo margt annað líka. Ég myndi ekki vinna í sjónvarpi ef það væru ekki til góðir tannlæknar á Íslandi. Þetta var margra ára vesen og er eiginlega enn þá. Þegar ég losnaði við teinana varð ég kannski svolítið meiri gella,“ segir hún og rifjar það upp að aðalklæðnaðurinn hafi verið Levi's-gallabuxur, hettupeysa og kaðlapeysa yfir hana. Síðan hafi hún haft hárið í tagli og verið í strigaskóm meðan hún hjólaði um Garðabæ þveran og endilangan. „Á þessum tíma hafði ég engar áhyggjur af fötum eða snyrtidóti, það kom allt seinna,“ segir hún og viðurkennir að henni finnst óskaplega leiðinlegt að velja sér fót til að klæðast í sjónvarpinu og hún hafi ekki lært að mála sig fyrir en hún byrjaði á skjánum. „Ætli ég sæti ekki í hettupeysunni í settinu ef ég fengi ekki stundum hjálp,“ segir hún og brosir.

#### Kunni ekki að skipta á

Það er ekki algengt að konur um þrítugt eigi fjögur börn og gangi með fimmta barnið. Aðspurð hvort hana hafi vantað fimmta barnið inn á heimilið segir hún að fólk ráði þessu ekki. „Ef ég gæti svarað því af hverju maður eignast börn þá væri ég sennilega búin að leysa lífsgátuna. Maður ræður þessu ekki nema að vissu marki, en það var eins og það vantaði eitt barn í viðbót,“ segir hún en í þessum töluðu orðum eru iðnaðarmenn að smíða fleiri skápa svo það muni ekki væsa um örverpið. Í dag er yngsta barnið á heimilinu sex ára. Hún segir að líklega hafi hún verið farin að hafa það aðeins of gott því þegar síðasta holl var litið var hún með þrjú börn undir fimm ára. „Ég hafði aldrei skipt á

ungbarni fyrr en ég eignaðist barn sjálf og það þurfti að kenna mér það uppi á spítala,“ segir hún og hlær. Þegar hún rifjar upp hvernig hafi verið að vera með þrjú börn undir fimm ára viðurkennir Inga Lind að það hafi verið erfitt. Þegar hún er spurð að því hvernig hún hafi komist í gegnum það tímabil segist hún varla muna það. „Ég veit það ekki, sumt er enn þá í móðu og ég man ekkert. Það var erfitt en á sama tíma skemmtilegt. Ætli það vaki ekki fyrir mér núna að vera með eitt krútt sem ég get einbeitt mér að því ég var á tímabili með tvö börn á bleiu og eitt að byrja í skóla. Það voru til dæmis átök að fara í búðina að kaupa í matinn. Ég fór alltaf í Fjarðar kaup, og geri raunar enn, því þeir eru með extra stórar kerrur sem er hægt að koma þremur börnum í. Eftir svona ferðir þurfti ég að hvíla mig því ég var alveg búin á því og reyndi því að gera þetta ekki oftar en einu sinni í viku,“ segir hún og brosir.

#### Þriðja starfið er vanmetið

Talið berst að húsmóðurstörfum. Það kemur í ljós að í raun er hún gamaldags húsmóðir í sér. Hún tekur til dæmis slátur, steikir

kleinur og býr til flatkökur þegar sá gállinn er á henni. Vegna vinnunnar er hún þó sjaldnast heima á kvöldin og þá sér eiginmaðurinn um að fæða ungana. „Ég hef reynt að virkja manninn minn í eldamenskunni og hef gefið honum alls kyns matreiðslubækur en það er reyndar eiginlega alltaf spaghettí bolognese þegar ég kem heim,“ segir hún og bætir því við að ef hjón ætli að vinna bæði úti verði þau að taka það með í reikninginn að einhver annar verði að vinna þriðja starfið sem er heimilið. „Hérna áður fyrr var það fullgilt starf að vera húsmóðir og konur gjarnan titlaðar sem slíkar í símaskránni. Enda er fullt starf að sjá um heimilið og hugsa um börnin.“ Til þess að hún geti unnið úti fær hún hjálp við að þrifa og svo er hún með barnapíu í vinnu sem skutlar börnunum í aukatíma, sellótíma, fimleika og fótþolta. „Það verður að vera þannig því annars gæti álagið orðið allt of mikið og reynt um of á hjónabandið.“ Finnst þér það ekkert dýru verði keypt að vinna úti? „Þetta er bara reikningsdæmi. Til dæmis held ég að ég myndi samt setja barnið mitt til dagmömmu eða leikskóla þótt ég væri heimavinnandi.

**Besti tími dagsins:** Klukkan hálfátta á morgnana þegar allir eru nývaknaðir að borða morgunmat og lesa blöðin. Líka hálfátta á kvöldin þegar útsendingu Íslands í dag er lokið og ég á leiðinni heim í faðm fjölskyldunnar.

**Morgunmaturinn:** Cheerios eða hafragrautur að hætti húsbóndans.

**Diskurinn í spilaranum:** Einhver með hörundsökkrí söngkonu en eiginmaðurinn hlustar eingöngu á slíka tónlist. Ég man aldrei hvað þær heita þessar gellur.

**Billinn minn er ...** alveg nógu stór fyrir sjö manna fjölskyldu.

**Líkamsræktin:** Já, hún. Hún fer á fullt eftir fæðingu í vor og þá verður það örugglega mömmuleikfimi hjá Lóló.

**Hvað kætir þig?** Börnin mín og litlu gjafirnar sem þau færa mér á hverjum degi. Líka góður matur.

**Uppáhaldsmaturinn:** Allt sem Áslaug vinkona mín eldar.

**Ef þú værir ekki sjónvarpskona, hvað þá?** Blandaður. Eða bóndi.



Gyðjur og gleði

**Orkuhelgi fyrir konur undir Jökli**

**Námskeið fer fram helgina 16.-18. maí**

<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dansjoga / Orkudans</li> <li>• Styrkjum kvenorkuna</li> <li>• Hláturjoga</li> <li>• Dans Gyðjunnar</li> <li>• Skemmtileg sjálfstyrking</li> <li>• Leiklist</li> <li>• Jákvæður máttur hugans</li> <li>• Hópsöngur</li> <li>• Sögur</li> <li>• Jógaleikfimi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Gönguferðir</li> <li>• Sund í ölkeldulaug</li> <li>• Hvild og slökun</li> <li>• Varðeldur/kveðja fortíð</li> <li>• Austurlenskar orkuæfingar</li> <li>• Útrás og umbreyting</li> <li>• Tengjast betur innsæinu</li> <li>• Grænmetisfæði og hreinsun</li> <li>• Himneskar ilmoliur</li> <li>• Verða sterk kona</li> </ul>
--	---



**Tryggðu þér pláss fyrir 5. maí!**

| Skráning í síma 848 5366 | [www.pulsinn.is](http://www.pulsinn.is)



Það er svo mikilvægur þáttur í lífi barna. Ég held að þriðja starfið sé vanmetið og ég held að konur nái aldrei almennilegri sókn á vinnu-markaðnum ef þær ætla líka að sjá um heimilið aleinar og sjálfar. Ég líki þessu gjarnan við forstjóra-starf. Ef konan er forstjóri heima hjá sér þá getur hún ekki verið forstjóri einhvers staðar annars staðar. Enginn getur verið forstjóri á mörgum stöðum. Maður þarf að sleppa takinu heima ef maður ætlar að sækja fram í atvinnulíf-inu.“

#### Hóf ferilinn á DV

Það er ekki stíll Ingu Lindar að sitja hjá og bíða eftir að hlutirnir gerist. Það má eiginlega segja að hún hafi ratað inn í fjölmiðlavinnu vegna eigin hvatvísu en hún hóf feril sinn á gamla DV, fyrir tólf árum. „Mér hefur alltaf þótt gaman að skrifa, ætli það hafi ekki verið mín sterkasta hlið. Þegar ég var að vinna í sjöppunni Svarta svaninum með skóla forðum daga, sem var á horni Laugavegs og Rauðarárstígs, komu blaðamennirnir á DV gjarnan þangað til að kaupa sér hádegisemat. Ég hugsaði með mér hvað það hlyti að vera spennandi starf að vera blaðamaður. Einhvern tímann kom fréttastjórinn Jónas Haraldsson (sem nú ritstýrir Viðskipta- blaðinu, innskot blaðamanns) og ég spurði hann hvort hann vantaði ekki blaðamann. Hann sagði að svo væri en sagði að ég þyrfti að taka próf til að koma til greina. Ég fékk að taka próf og svo þurfti blessaður maðurinn að mæta augnaráði mínu í hvert sinn sem hann kom í sjöppuna. Á endanum fékk ég svo vinnuna. Ég byrjaði reyndar á því að sjá um sjónvarpsdagskrána en svo fékk ég fleiri verkefni. Mér fannst þetta æðislegt þótt launin í sjöppunni væru hærri,“ segir hún og bætir því við að síðan hafi leið hennar legið á Skjá einn þar sem hún hafi stýrt versta sjónvarpsþætti í heimi að eigin sögn, Úti að borða með Íslendingum. Þegar yngsta barnið hennar var fimm mánaða, árið 2002, réð hún sig til Stöðvar 2 og fór að lesa fréttir á kvöldin, klukkan níu og klukkan tíu. „Sumarið eftir það fór ég á fréttastofuna til að leysa af og það var alveg rosaleg törn. Þetta sumar voru miklar uppsagnir á Stöð 2 og því mæddi mikið á þeim sem eftir voru. Svo byrjaði ég í morgunsjónvarpinu um haustið. Þetta var mjög töff tími en þetta var svo skemmtilegt. Ég verð að hafa líf og fjör í kringum mig, smá álag og áreiti. Ég þrífst á þessu. Þegar það er rólegt þá finn ég mér eitthvað meira að gera.“ Í dag starfar Inga Lind með bestu vinkonu sinni, Svanhildi Hólm, sem ritstýrir þættinum. Spurð að því hvort það sé ekkert erfitt að vinna með vinkonu sinni segir hún svo ekki vera. „Um daginn spurði ég hana hvort það yrði ekki hræðilegt ef hún yrði að reka mig og þá sagði hún að það stæði ekki til nema ég hætti að mæta með henni í kaffi þegar hún væri svöng. Hún borðar mjög mikið en ég er alltaf tilbúin með henni í kaffi til að halda starfinu,“ segir hún og hlær. Það er stöðugt verið að bera Ísland í dag saman við Kastljósið. Inga Lind segir að það sé ekki hægt að bera þessa tvo þætti saman. „Annar þátturinn er á ríkissjónvarpsstöð en við á einkarekinni áskriftarstöð. Á meðan Kastljósið er í sjónvarpinu er verið að endursýna Friends og Simpsons á Stöð 2. Á meðan erum við að keppa við fréttirnar á RÚV. Við erum með 20 mínútna þátt en þeirra er miklu lengri. Það eru ólík efnistösk og ólíkir þættir. Við þurfum að afgreiða allt á miklu styttri tíma og erum mun færri að vinna að

þættinum. Að bera þessa tvo þætti saman er eins og að bera saman epli og appelsínur. Lestur Fréttablaðsins er miklu meiri en Moggans en það er eðlilegt þar sem Fréttablaðið er fríblað. Annað væri óeðlilegt. Raunar furða ég mig á að áhorf á fréttir og Kastljós RÚV sé ekki mun meira en það er, í ljósi þess að hvert einasta heimili í landinu nær útsendingunni. Ég held að þið á Fréttablaðinu mynduð ekki sætta ykkur við 30% lestur en það þurfa þeir að gera sem stýra fréttatengdu efni á RÚV. 70% landsmanna kæra sig sem sagt ekki um að horfa á það sem þeir bjóða upp á. Mér myndi finnast það umhugsunarefni ef ég ynni á þessari stofnun.“

Þegar hún er spurð að því hvaða málefni henni finnst skemmti-

legast að fjalla um viðurkennir hún að pólitíkin sé alltaf ofarlega á vinsældalistanum. „Mér finnst skemmtilegra að segja frá pólitíkin en að vera í henni sjálf,“ segir Inga Lind sem var virk í starfi SUS, bæjarmálanum í Garðabæ og í háskóla-pólitíkinu. „Ég var mjög áköf ung kona en þegar ég byrjaði í blaðamennsku þurfti ég að velja á milli. Það var enginn vafi í mínum huga hvort mig langaði frekar að gera.“

#### Hjallastefnan heillar

Inga Lind og eiginmaður hennar eru í stjórn Hjallastefnunnar. Hún segir að þegar hún hafi heyrt að fyrirtækið væri að leita að hluthöfum hafi hún verið æst í að vera með. „Við eigum og rekum 13 skóla, bæði leikskóla og grunnskóla. Mér

fannst að það væri frábært að leggja peninga í þetta þótt maður græði kannski ekki neitt ógurlega mikið á því hvað peninga varðar. Ég settist þarna í stjórn en ég veit hins vegar ekkert hvort það er eitthvert gagn af mér þarna,“ segir Inga Lind en tvö af hennar börnum eru í Hjallastefnuskólum. „Mig svimar af ánægju yfir þessu starfi, enda er Margrét Pála Ólafsdóttir kona sem veit hvað hún syngur. Fyrst og fremst er Hjallastefnustarfið valmöguleiki fyrir foreldra, það er gott að eiga kost á því að hafa barnið sitt í öðru kerfi en því opinbera því þótt það sé ágætt fyrir sitt leyti þá hefur fólk mismunandi þarfir og áherslur, hvort sem það er full-orðið eða ekki. Þetta er ekki fyrir þá sem eiga meiri peninga, þetta

kostar nákvæmlega sama og aðrir leikskólar,“ segir hún. Eiginmaður Ingu Lindar stundar viðskipti með góðum árangri. Þegar hún er spurð að því hvort hún hafi mikinn peningaáhuga segist hún vera alæta á flest málefni og hafi ekki meiri áhuga á peningum en gerist og gengur. Hún segist fylgjast með sýsli eiginmannsins en meira sé það ekki. „Ég er ekki alin upp við mikla peninga. Pabbi minn er kennari og mamma mín vinnur í bókhaldi, ætli ég sé ekki alin upp við ráðdeild, að fara vel með og taka ekki of mikil lán.“ Klukkan tifar, börnin eiga að vera löngu mætt í skólann og því er kominn tími til að kveðja húsmóðurina í Garðabæ sem er alltaf sallaróleg þótt allt sé á suðupunkti.

*martamaria@365.is*

## CLINIQUE GÓÐ GJÖF

Okkur hjá Lyfjum og heilsu er annt um augu kvenna og þess vegna verða

# maskaraskipti\*

dagana 27.mars til 3.apríl  
í apótekum Lyfja og heilsu

Þú getur komið með gamla maskarann þinn og fengið  
(2,5 ml) af nýja 39°maskaranum frá Clinique í staðinn.

\*gildir á meðan birgðir endast



Ef þú kaupir tvo eða fleiri hluti frá Clinique þá færð þú þessa tösku fría með.\*

#### Inniheldur:

- 7 daga skrubbb, mildur skrubbur fyrir andlit má nota 7 daga vikunnar.
- Gula kremið, frábært rakakrem fyrir alla.
- High impact maskara, sem þykkir og lengir augnahárin.
- Repairwear krem, anti aging krem sem sléttir úr línunum og hrukkum.
- Varalit.

Virði töskunnar er um 5000 kr.

\*gildir á meðan birgðir endast.

Fæst í eftirfarandi apótekum Lyfja og heilsu:  
Kringlunni, JL húsinu, Austurverri, Glerártorgi Akureyri,  
Vestmannaeyjum, Keflavík, og Selfossi.

 Lyf & heilsa  
Við hlustum!





# tíska

*ferskleiki dagsins í dag*



## GUÐDÓM- LEGIR SKÓR

sem gefa lífinu lit frá  
versluninni Kron.



## GIRNILEGIR OG KALORÍU- SNAUÐIR

Ævintýrlegt og freistandi – varasalvi frá versluninni KVK.

## Fágað fjólublátt sumar

Fjólubláir tónar verða áberandi í sumar en þessir fallegu litir sveipa tískuna dulúð og dramatík sem var áberandi á tískusýningarpöllum fyrir sumarið. Fjólublái liturinn er í senn rómantískur og fágaður og er góð viðbót fyrir þær sem vilja breyta til án þess þó að skipta algjörlega um gír. Þrátt fyrir að sjálf lóan hafi ekki klæðst þessum fagurlituðu lillatónum nú þegar hún loksins kom til að kveða burt snjóinn þá á þessi munúðarfulli litur eftir að koma í kjölfar söngfuglsins á Íslandi enda hæfa fjólubláu tónarnir íslensku litarafti og veðráttu ákaflega vel.

Það er því nákvæmlega ekkert að því að klæðast fjólubláu í rigningunni en aftur á móti erfiðara

að fara út í sólina í skærgulu og halda andliti þegar veður skipast í lofti eins oft vill verða hér á Fróni. Fjólubláar fjárfestingar eru öruggar fyrir sumarið og munu halda gildi sínu hvert sem krónan fer og hvort sem úrvalsvísitalan fer upp eða niður, út eða suður.

[bergthora@365.is](mailto:bergthora@365.is)



3



9



2



1



opið föstudag 11-18.30  
laugardag 11-17.

# G-STAR RAW

REYKJAVÍK STORE

LAUGAVEGUR 86-94, S: 511-2007

## Nýjar vörur



RAW DEFENDER



g-star.com





1. Frá tiskusýningu Marc Jacobs fyrir sumarið 2008.
2. Balenciaga, vor/sumar 2008.
3. Dimmfjólublár kjóll frá Topshop.
4. Ævintýrlega flott budda frá versluninni KVK.
5. Giles Deacon, vor/sumar 2008.
6. Sumarskórnir frá versluninni 38 þrep.
7. Blómakjóll frá Warehouse.
8. Rómantískur toppur frá Topshop.
9. Taska sem rúmar næstum því allt, frá versluninni 38 þrep. Nauðsynleg fyrir sumarið og passar við allt.



**North Ice Outdoor frá Finnlandi**  
 Innifalið vatnsheldur öndunarjakki og buxur, flisnærföt, flispeysa, bolur, húfa og sokkar  
 verð kr. 17.500,-

[www.icefin.is](http://www.icefin.is)  
 Icefin Nóatúni 17  
 S. 5343177

**Dömu- og herrafatnaður**

# KARNIVAL

**Ódýrt**  
 Gerðu bestu kaupin hér

MISS SIXTY DIESEL Sparkz G-STAR Moss LLOYD  
 modstrom Les toilettes billi bi BRONX SAMSØE & SAMSØE [numph]

**Alt að 80% afsl**

Opið föstudag kl 11-18:30 • Opið laugardag kl 11-17  
 DJ með lifandi tónlist • Egils Appelsín í boði fyrir þyrsta

**hefst í dag**

**galleri**  
 húsið · Laugavegi 91

CENTRUM QS skóli gallerisaulján



# Útlit

smáatriðin skipta öllu máli



## FRÍSKLEGAR KINNAR

Til þess að líta ekki út fyrir að vera framliðin er ekkert annað í stöðunni en að setja nóg af kinnalit á kinnarnar. Til þess að það heppnist sem best er frábært að nota risastóran bursta svo við verðum ekki eins og sebrahestar. Kinnaliturrinn 02 Bare pinks er akkurat eins og við viljum hafa kinnalit.

Lærðu að mála þig alveg eins og Brigitte Bardot

## Þykkur eye-liner er ómissandi

Í vor á húðin að vera sem ferskust í bland við bjarta glossaða varaliti, pastel-litaða augnskugga og skínandi kinnar. MAC-áhrifa gætir frá sjöunda áratugnum þar sem þykkur eye-liner er algerlega málið með skörpum línunum í kringum augun eða dökkum augnskuggum sem enda í spiss. Þessi blanda framkallar kynþokkafullt Brigitte Bardot-útlit. Guðbjörg Huldís „make-up artist“ fangaði hina sönnu föstudagsstemningu í förðun. Hún byrjaði á að bera rakakremið, La Mer Moisturizing lotion, á húðina. Það krem hefur svo frábæra eiginleika að það mýkir húðina upp og nærir hana um leið. Svo bar hún Select moisturizing concealer í kringum augu og nef. Þá var komið að því að bera meikið á, Select SPF 15 yfir allt andlit og niður á hálsinn svo ekki kæmu áberandi skil. Því næst bar hún Blot powder yfir andlitið með bursta og Bronzing powder í Golden frá eyrum og niður á kinnbein.

Næst bar hún Vanilla-augnskugga yfir allt augnlokið og upp að augabrún. Í skygginguna notaði hún Espresso, Typographic og Nehru en þeir litir eru allir í náttúrulegum tönnum. Að síðustu bar hún Fluidline eye-liner ofan á augnlokið en til að setja punktinn yfir i-ið setti hún Fascinating-augnblyant inn í augað. Til að fullkomna útlitið er nauðsynlegt að nota mikið af svörtum maskara. Varirnar eru ljósar og glossaðar.



Módel: Bryndís hjá S. People  
Förðun og hár: Guðbjörg Huldís



## STJARNA STJARNANNA

Hollywood stjörnurar velja OPI naglalökk. Þrátt fyrir að hafa ekki gengið niður rauða dregilinn þá lætur OPI þér líða eins og þú hafir gert það.

# O.P.I.

Litur í auglýsingu: OPI RED

Þú kemst ekki í gegnum vikuna ...

... nema að lesa bókina Ösku eftir Yrsu sigurðardóttur. Hún fékk frábæra dóma og er nú komin út í kilju. Þú verður sem sagt að hafa smá tíma því það er ekki séns að þú getir lagt hana frá þér þegar þú ert byrjuð.



...nema að kaupa þér púða með atlas-mynstri í Habitat. Þessi mun hressa upp á tilveruna.



...nema að fá þér húshjálp. Það er glatað að vera heima að þrifa þegar sólin skín og allir eru í vorskapi. Farðu frekar út að leika þér.



...nema að baka speltvöflur. Þær eru svo ljúffengar og svo getur þú raðað í þig mörgum mörgum án þess að fá í magann.



...nema að klassa þig upp eftir veturinn. Prófaðu að djúsa í nokkra daga, drekktu bara heimatilbúinn grænmetisdjús, og þú munt losa þig við aukakílóin sem hlóðust á þig í vetur.

## Í anda hafmeyjunnar

Lancôme fer óhefðbundnar leiðir í vorlínunni sinni þar sem hönnuður línunnar, Gucci Westman, fangar ljósið og birtuna á annan hátt en tíðkast hefur. Í augnförðuninni leggur hann áherslu á svæðið nær nefinu og opnar svæðið fyrir ofan kinnbeinin. Þetta er fullkomið fyrir konur með lítil augu. Sólarpúður kemur mikið við sögu og á litaspjaldinu eru bronsaðir litir með sjávarblæ. Augnskuggaboxið er þungt í hendi og líkist skel og blái tónninn er eins og sjórinn á fallegustu sólarströndum. Í hverri skel eru tvær plötur, önnur með perlulit sem getur dempað hinn litinn niður ef það er stemning fyrir því.

Engill í sólarpúðri  
Hann er tákn förðunaralínu Lancôme. Þetta sólarpúður er eitt það vinsælasta á markaðnum.



Star Bronzer  
Til að fá fallega áferð á húðina er Bronzernum blandað saman við meikið. Það gefur fallegan gljáa og hárrétta áferð.

Fyrirsætan Daria Werbowy er andlitið Lancôme. Hér sést hvernig litapallettan er notuð í augnmálingunni. Dökkt í augnkrókinn og lýsist svo eftir því sem aftar er komið. Þetta er óhefðbundið og fallegt.



# Áhugasviðsgreining og námstækni

Ásta Krístrún og Valgeir Guðjónsson



*Veistu hvað þú vilt?*

Sjá einstakt vortilboð á [www.namsstofan.is](http://www.namsstofan.is)

## Nemacode og Nemanet

s: 561 2428 / 821 2428  
asta@nema.is / valgeir@nema.is



# bland

í gær og á morgun ...

28.03

Frumfyrir á bímyndinni Stóra planið í leikstjórn Ólafs Jóhannessonar en handritið er að hluta til byggt á skáldsögu Þorvalds Þorsteinssonar, Við fótiskör meistarans. Kvikmyndarinnar hefur verið beðið með mikilli eftirvæntingu en grínarinn Pétur Jóhann Sigfússon fer með aðalhlutverk myndarinnar.



29.03

Tónleikar Sinfóníuhljóm-sveitar Íslands, Máxímús Músíkús I, klukkan 14 í Háskólabíói. Upplagd fyrir þá sem vilja auðga andann.

## díana mist

### PÁSKAHELGIN

#### 18. MARS

Páskahátíðin var formlega sett á þriðjudagskvöldinu þegar ég og vinkonur mínar ákváðum í skyndi að taka forskot á páskaætlun. Boston varð fyrir valinu en staðurinn fyllist af fjöri og fólki þegar gestir Íslensku tónlistarverðlaunanna flyktast á staðinn að verðlaunaafhendingu lokinni. Í því föruneysi voru einhverjir gamlir fortíðardraugar en ég var orðin svo sósuð að ég kippti mér nú ekki mikið upp við það, held ég hafi stungið upp á því við vel valda að mig vantaði bara borða á mig sem á stæði Grúppa ársins 1998. Þau Ólöf Arnalds krúttisöngkonan, Biggi Maus og Sammi Jagú-ár ásamt bandi sínu voru þar fremst í flokki og héldu stuðinu gangandi fram eftir nóttu. Ég kom heim í seinna fallinu vel giruð og sannfærð um að það hafi verið rétt ákvörðun að hafa ekki keypt miða á tónlistarhátíðina Aldrei fór ég suður.

#### 19. MARS

Ég var nú ekki jafn upplitsdjörf þegar ég vaknaði um morguninn en hressist þó örlítið þegar líða tók á daginn. Það sem endanlega rústaði þó deginum var barnaafmæli hjá barni vinkonu minnar. Hvað er málið með svona uppákomur? Óskrandi börn, kámugur puttar og gamlar frænkur eru ekki góður kokkteill. Kom heim og langaði mest að skríða upp í rúm. Vinkona mín kom í heimsókn og reyndi að hressa mig við án árangurs.

#### 21. MARS

Vinkonurnar komu í mat. Við blönduðum okkur mohito og hlustuðum á Whitney Houston. Eftir argandi skemmtilegan forleik næturinnar héldum við í bæinn þar sem næturdröttningar og -kóngar voru allsráðandi. Óstofan breyttist í alvöru vígvöll þar sem gifta fjölskyldufólki var á algjöru undanhaldi. Á Boston voru það piparsveinarnir Óskar Guðjónsson saxófonleikari og Karl Sigurðsson Bagga-lútur sem voru hvað mest áberandi enda annálaðir stuðpinnar. Ég hitti aftur sætan strák

sem er ekki kvæntur, ekki nýfráskilinn, á engin börn og er samt kominn á fertugsaldurinn. Mér leið eins og ég hefði unnið í lottóinu og yfirgaf vinkonur mínar fyrir vikið og ég og pakkalausi maðurinn héldum út í nóttina. Fullkomlið kvöld í alla staði.

#### 22. MARS

Vaknaði hress morguninn eftir. Ég snæddi áhyggjulaus morgunverð með manningum en þetta er fyrsta skipti í mörg ár sem ég legg þá athöfn á mig enda þurfti ég ekki að kvíða óþægilegum og óviðeigandi frásögnum af börnum og fyrri samböndum. Við kvóddumst á hádegi og ákváðum að vera í sambandi. Ég lagði mig þar sem ég var að fara að hitta vinnufélagana á Apótekinu um kvöldið. Apótekið hefur verið í hressari kantinum upp á síðkastið. Konurnar úr vinnunni urðu trylltar af æsingi þegar við mættum þar hluta af íslenska landsliðinu í handbolta, Guðjóni Vali, Vigni Svavarsyni, Sigfúsi Sigurðssyni og Alexander Petterson. Ég hálfskammaðist mín fyrir kynsystur mínar, það vantaði bara að þær hefðu málað íslenska fánann á andlitið á sér. Ég lét mig aftur hverfa snemma heim og hitti manninn „án fortíðarinnar“.

#### 23. MARS

Eyddi deginum með fjölskyldunni. Við borðuðum dýrindis páskaamat og páskaegg í desert. Ég hálf fór hjá mér þegar ég las málsháttinn sem ég fékk upphátt fyrir stórfjölskylduna: Viljugum hesti vilja flestir ríða.



Kaffi- og tebollarnir mínir eru í miklu uppáhaldi. Mér þykja heitir drykkir hreinlega betri í litlum skálum heldur en í bollum með hönkum.

Þetta er silfurkross sem ég fékk eftir ömmu mína. Þetta er tákn hreyfingarinnar og mun eldra tákn en kross kristinnar. Ég tek hann ákaflega sjaldan af enda veitir ekki af.

## Erna Kaaber – Fish&Chips maddama

Þessi silfurskeið er í miklu uppáhaldi en hana fékk ég frá elstu dóttur minni, Emilíu Söru, í jólagjöf.

Hún gerði hana sjálf. Ég á orðið nokkuð gott safn af listmunum eftir börnin mín sem fá allir að njóta sín um íbúðina okkar.

Kósíljós- ið er eftir yngstu dóttur mína, Margréti Klöru. Þau eru öll mjög listræn börnin en þetta ljós gefur alveg sérstaka töfrastemningu þegar ætlunin er að hafa það huggulegt.

Ísbjörninn sem handlaginn sonur minn, Hrafnar, útbjó fyrir mig í skólanum og er mikið stofustáss. Mér þykir mikið vænt um hann.



Gamla matarstellið frá afa og ömmu minnir mig á gömlu góðu tímana þegar kvöldmaturinn var borðaður undir heimsfréttunum á RÚV. Úr þessum hef ég borðað margan rauðgrautinn og frigadellurnar.



Þessar fallegu art deco eldhúskrúsir fann ég í Fríðu frænku fyrir mörgum árum. Mér finnst þær alveg jafn fallegar í dag og mér fannst þær þegar ég keypti þær.



Eggin mín. Þetta er prótótýpa af einu lífstyrkjandi drykkjarumbúðum. Unaðslega aðlaðandi form og nærandi í nánasta umhverfi.



Brjóstin mín finnst mér gott að hafa í eldhúsinu. Við systir mín steiptum þau á striga og eigum þau í mörgum útgáfum. Uppáhalds brjóstamyndin mín, sem er af síðustu kvöldmáltíðinni, hangir reyndar á vegg í Woodstock en þessi brjóst er líka gott að hafa fyrir augunum þegar við borðum kvöldmat.

nýr matseðill  
...og kroppurinn blómstrar



# Sushi

SÝNISHORN ÚR MATSEÐILI

- 202. Ferskt Nings Sushi 6 bitar.
  - 203. Ferskt Nings Sushi 10 bitar.
  - 204. Ferskt Nings Sushi 30 bita veislubakki.
  - 205. Ferskt Nings Sushi 50 bita veislubakki.
- Ath! Veislubakka þarf að panta með dags fyrirvara.

# NINGS

www.nings.is

SUÐURLANDSBRAUT 6 • HLÍÐASMÁRA 12 • STÓRHÖFÐA 17 • SÍMI 588 9899







# Nýr Heilsuleikskóli opnar í Hafnarfirði

## Spennandi störf í boði

**Skólar ehf.** hafa gert þjónustusamning við Hafnarfjarðarbæ um rekstur heilsuleikskóla við Hamravelli í Hafnarfirði, sem gert er ráð fyrir að muni opna að hluta til í júní á þessu ári.

Skólar hafa rekið leikskóla í rúm sjö ár bæði á höfuðborgarsvæðinu sem og á Suðurnesjum. Innan fyrirtækisins er mikil reynsla sem snerta bæði fag- og rekstrarsviði leikskóla.

Til að stýra leikskólanum hafa þær Salvör Jóhannesdóttir og Kristín Auður Harðardóttir gengið til liðs við Skóla. Salvör sem leikskólastjóri og Kristín sem aðstoðarleikskólastjóri. Salvöru hefur lengi starfað sem leikskólastjóri og unnið eftir Heilsustefnunni til langs tíma. Salvör er leikskólakennari að mennt með framhaldsmenntun í stjórnun.



„heilbrigð sál í hraustum líkama“

Stefna Skóla er að auka veg  
Heilsustefnunnar og fjölga  
Heilsuskólum á Íslandi

**[www.skolar.is](http://www.skolar.is)**

### Spennandi störf í boði

Ef þú ert leikskólakennari sem hafur áhuga á næringu, hreyfingu og listum átt þú samleið með okkur. Við leitum að kennurum til að vinna í nýjum heilsuleikskóla í Hafnarfirði þar sem næring, hreyfing og listir eru höfð að leiðarljósi í leikskólastarfinu.

Spennandi störf í boði og kjörið tækifæri fyrir kennara sem vilja taka þátt í að móta leikskóla frá grunni með viðmiðum Heilsustefnunnar að leiðarljósi.

Við leitum að:

- **Deildarstjórum**
- **Sérkennslustjóra**
- **Fagstjórum í íþróttum og listum**
- **Leikskólakennurum eða öðru uppeldismenntuðu fólki**

Hafðu endilega samband og kynntu þér málið ef þú hefur áhuga á að vinna í leikskóla sem er staðsettur á skemmtilegum stað í Hafnarfirði með sterk tengsl við náttúruna og þar sem skýr leikskólafélag er til staðar.

Unnur Stefánsdóttir, framkvæmdastjóri skólasviðs Skóla, mun taka vel á móti öllum fyrirspurnum.

Netfang: [skolar@skolar.is](mailto:skolar@skolar.is)  
Sími: 420-4213

[www.skolar.is](http://www.skolar.is)

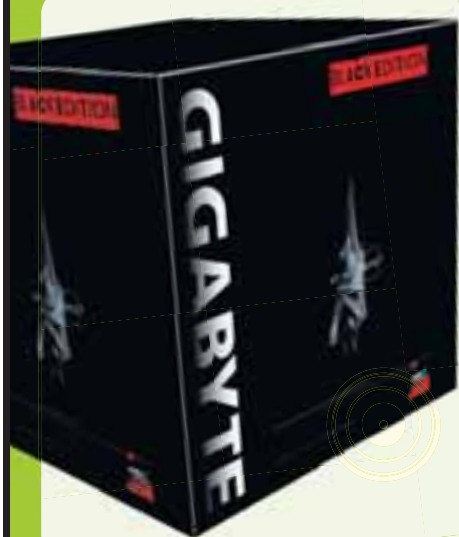


FJÖLDI TILBOÐA • OPIÐ Í DAG 10:00-18:30 OG Á MORGUN 11:00-16:00

# MARS

## TILBOÐ

NÝ OG SPENNANDI TILBOÐ ÚT ALLAN MARS



### GIGABYTE Black Edition Turn 3

GIGABYTE Black Edition er mjög öflug og sérlega hljóðlát uppfærsla með Dual Core örgjörva og ATI Hybrid HD3200 ofur öflugri Direct X10 skjástýringu.

- Athlon 5000 Dual Core Black Edition
- GIGABYTE 780GM-S2H móðurborð
- 2GB DDR2 800MHz OCZ minni
- 500GB SATA2 16MB harðdiskur
- 512MB Radeon HD3200 skjástýring
- 7.1 HD Dolby Digital DTS hljóðkort
- HDMI, DVI, SVHS, HDTV og FireWire
- Spire BlackFin V hljóðlátur turn

**49.900**

VE12 **4.995** Á MÁN | VE lán í 12 mánuði



**NÝ  
LENT**

### 2GB DISNEY USB MINNISLYKILL

Vandaður 2GB Disney minnislykill frá A-Data sem lokast inn í sjálfan sig þannig að það er ekkert lok til að tyna. Ekki nóg með það heldur er minnislykillinn líka glæsileg lykklappa.

- 2GB hraðvirkur minnislykill
- Hágæða vara frá A-Data
- Snilldar hönnun ekkert lok
- Einnig glæsileg lykklappa
- Disney ól og samlitur kapall

**2.990**



**NÝ  
LENT**

### 9600GT 512MB GEFORCE 9600GT

Öflugasta 9600GT skjákortid í dag með 512MB af 2.0GHz GDDR3 minni, 720MHz kjarna og 100% hljóðlaus Silent Pipe3 tækni.

- 9600GT er alger byltning í skjákortum
- 512MB GDDR3 OC 2.0GHz minni
- TurboForce útgáfa fyrir meiri hraða
- 100% hraðvirkari PCI-E2.0 staðall
- 65nm kjarninn er kaldari og hraðari
- Þarf 50% minni orku en eldri kort
- PureVideo HD2 háupplausnarafspilun
- Virkar í allar tölvur með PCI-Ex16 rauf
- 100% Hljóðlaus Silent Pipe 3 tækni

**GIGABYTE**

**21.900**

NÝJASTA TÆKNIN Á BESTA VERÐINU



### MB89 PACKARD BELL FARTÖLVA Á TILBOÐI

Glæsileg fartölva frá Packard Bell með sjónvarpskort og MCE fjarstýringu, 2.1 hljóðkerfi og 300Mbps þráðlausu neti.

- Intel Core 2 Duo T5750 2.0GHz
- 2GB DDR2 667MHz vinnsluminni
- 250GB SATA 5400RPM harðdiskur
- 8xDVD SuperMulti DL skrifari
- 15.4" WXGA Diamond View skjár
- 512MB GeForce 8600GT HDMI
- 1.3MP innbyggð vefmyndavél
- Perluhvít Limited Edition útgáfa
- Windows VISTA Home Premium

**Packard Bell**

**139.900**

VE36 **5.490** Á MÁN | VE LÁN Í 36 MÁNUÐI



### ACER 5315

- Intel Celeron M540, 1.86GHz,
- 1GB DDR2 667MHz minni
- 120GB SATA 5400RPM diskur
- 8xDVD SuperMulti DL skrifari
- 15.4" WXGA CrystalBrite skjár
- 256MB Intel X3100 skjástýring
- 0.3MP innbyggð vefmyndavél
- Windows VISTA Home Premium

**59.900**

VE36 **2.495** Á MÁN



**ÁPRENTAN-  
LEGIR OG Í  
HULSTRI**

### 10DVD ÁPRENTANLEGIR

10.stk áprentanlegir 16xDVD+R hágæða DVD diskur frá Verbatim

**890**



### 1GB MINNISLYKILL

Ótrúlega góður og nettur 1GB minnis-lykill frá A-DATA

**990**



### 2GB DDR2 800MHz

2GB DUAL DDR2 800MHz GOLD XTC vinnsluminni frá OCZ með XTC gullhúðuðum kæliplötum, sérstaklega parað saman til að skila 100% samhæfni og með lífstíðarárbyrgð.

**6.990**

**TÖLVUTEK**

Borgartúni 33 • 105 Reykjavík • 563 6900 • www.tolvutek.is

VE - Upphæðin er meðalgreiðsla á mánuði og miðuð við Visa/Euro skuldarbréfi með 20.2% vöxtum, stimpli og lánkagglandi inniföldu.