

föstudagur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS 31. október 2008

Hrefna Björk Jóhannsdóttir Sætran kippir sér ekkert upp við það að vera eina stelpu í kokkalandsliðinu

KOKKUR Í KLÆÐUM

✿ BÚIN AÐ SETJA ÍBÚÐ-INA Í LEIGU

Gísli Örn Garðarsson og Nína Dögg Filippusdóttir eru á leið í útrás.

✿ ÉG ER ALGERT KAMELLJÓN Í KLÆÐABURÐI

Pattra Sriyanonge á ævintýralegan fataskáp og elskar að klæða sig upp.

✿ SITUR SVEITT VIÐ SKRIFTIR

Pórdís Elva Bachmann er með sína fyrstu bók í burðarliðnum.



Þú nærð góðum árangri með

ULTRATONE

Þingeyri/Ísafjörður 868-8503 & Heilsuþýltingin Hafnarfirði 544-5300
Keflavík - Reykjavík - Selfoss - Vestmannaeyjar - Seyðisfjörður - Akureyri

Vantar Ultratone í þitt bæjarfélag? Hringdu í síma 869-7090 eða sendu línu á ultratone@simnet.is

núna

* innrás í stað útrásar ...



MARÍA MAGNÚSDÓTTIR SÖNGKONA Helgín mín verður bara skemmtileg og kósí. Ég verð með skrautlegt dívupartí heima á föstudagskvöldið þar sem verður örugglega mikið sungið. Laugardaginn ætlaði ég síðan að nota í afslöppun og vinnu. Á sunnudaginn ætlaði ég að hafa kaffiboð, en dagurinn endar vonandi á því að mér verði boðið í mat til mömmu. Er það ekki, mamma?

Ekki nefbrotinn

Síðan bankahrúnið átti sér stað hefur bærin logað í sögum um bankastjórana fyrrverandi. Ein lífseigasta sagan er sú að Lárus



Welding, fyrrverandi forstjóri Glitnis, hafi verið nefbrotinn af reiðum viðskiptavini bankans fyrir utan World Class. Föstudagur hafði samband við Ágústu Margréti Ólafsdóttur, eiginkonu Lárusar.

Hún sagðist ekki kannast við þetta og sagði að Lárus væri við góða heilsu. Fyrir tveimur árum keyptu Lárus og Ágústa húsið Árskóga af Írisi Björk Tönyu Jónsdóttur á 130 milljónir.



Húsið er falt fyrir 100 millur

Meira af Írisi því í viðtali við Föstudag fyrir tveimur vikum sagði hún frá húsabranski sínu og játaði að hafa tapað töluverðum peningum. Hún sagðist samt ætla að búa áfram í húsinu sínu að Tjarnarflöt 10 sem hún er búin að taka allt í gegn. Nú er húsið hins vegar komið á sölu og er falt fyrir rúmar hundrað milljónir. Þegar Föstudagur hafði samband við Írisi sagðist hún hafa augastað á öðru húsi. Hún viðurkenndi að þetta væri ekki í fyrsta skipti sem þetta gerist. Þegar hún hafi sýnt húsið Árskóga í Veggfóðri hafi hún verið búin að selja það nánast áður en blaðið kom úr prentun.

föstudagur

Útgáfufélag 365 prentmiðlar Ritstjóri Marta María Jónasdóttir martamaria@365.is
Penni Alma Guðmundsdóttir alma@frettabladid.is
Forsíðumynd Arnþór Birkisson
Útlitshönnun Kristín Agnarsdóttir Auglýsingar Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is sími 512 5462 Föstudagur Skaltahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

Gísli Örn Garðarsson og Nína Dögg Filippusdóttir:

ÍSLENSKIR LEIKARAR VINSÆLIR Í BRETLANDI

Þrátt fyrir allt flakkið og rótið er þetta rosalega gefandi," segir Gísli Örn Garðarsson leikari, sem fer með hlutverk kvennabósans Don Juan í sýningunni Don John. Leiksýningin verður sett upp í Royal Shakespeare Company í desember og er byggð á hinni þekktu óperu Don Giovanni.

Nína Dögg Filippusdóttir, eiginkona Gísla, fer einnig með hlutverk í sýningunni og því munu þau leigja út íbúð sína fullbúna í Bergstaðastrætina meðan á dvöl þeirra í Englandi stendur. Gísli Örn situr ekki auðum höndum þessa dagana því hann fer einnig með hlutverk í kvikmyndinni Prince of Persia: The sands of time, og hefur verið við tókur í Marokkó og London síðastliðið hálf ári.

„Við Nína verðum úti í nokkra mánuði og höfum ekki endanlega ákveðið hvenær við komum heim.

Við byrjum að æfa Don John í næstu viku, frumsýnum um miðjan desember og svo verður leikið á hverju kvöldi. Ég verð því eins og jójó á milli æfinga í leikhúsinu og við tókur á bíómyndinni,“ útskýrir Gísli og brosir.

Aðspurður segist hann vera með mörg járn í eldinum og eftir að sýningum lýkur í Royal Shakespeare Company er stefnan tekin heim.

„Ég er að vinna að leikgerð á leikritinu Faust ásamt breskum leikara og rithöfundum sem leikur með mér í Don John.

Ég ætla sjálfur að leikstýra, en Nick Cave mun semja tónlistina við verkið, sem verður sett upp á Íslandi, Þýskalandi og London. Það er búið að bjóða okkur að setja verkið upp í Berlín í ágúst á næsta ári, svo við stefnum á að frumsýna það næsta haust,“ segir Gísli að lokum.

alma@frettabladid.is



Nína Dögg Filippusdóttir fer með hlutverk í sýningunni Don John, þar sem Gísli Örn, eiginnmaður hennar, leikur kvennabósann Don Juan.



Síðastliðið hálf ári hefur Gísli Örn Garðarsson verið við tókur á kvikmyndinni Prince of Persia: The sands of time, í Marokkó og London.



Barber theatre verður opnuð í lok nóvember og verður minnsta leikhús og bíósalur í Reykjavík.

Anna Sigríður Pálsdóttir og Aron Bergmann Magnússon:

Opna leikhús og bíósal

„Við erum að vinna í þessu á fullu og opnum von bráðar,“ segir Anna Sigríður Pálsdóttir sem á og rak hárgreiðslustofuna Gel í sjö ár þangað til stofan lokaði í byrjun hausts. Anna og Aron Bergmann Magnússon, meðeigandi hennar, hafa nú ákveðið að opna bíósal og leikhús þar sem stofan var áður til húsa, á Hverfisgötu 37, undir heitinu Barber theatre.

„Við erum búin að vera með galleríið í fjögur ár og langaði að breyta til. Hugmyndin kviknaði í haust þegar við fórum að ræða hvernig við gætum nýtt rýmið og ákváðum að nota helminginn undir leikhús og bíósal. Aron verður skipaður leikhússtjóri, en ég verð áfram með aðstöðu til að klippa. Fólk getur svo leigt rýmið sem fundaraðstöðu eða fyrir einkasamkomur og nokkrir leikarar hafa nú þegar sýnt því

áhuga að setja upp sýningar,“ útskýrir Anna og segir fyrstu sýninguna þegar vera tilbúna. „Lilja Nótt Þórarinsdóttir er búin að semja einleik, sérstaklega með þetta rými í huga, en við verðum með svoltið öðruvísi sýningar þar sem áhorfendur munu taka mikinn þátt. Þetta verður án efa minnsta leikhús og bíósalur í Reykjavík,“ segir Anna og brosir.

— 49



— leiðin að betri líðan

Back on Track vörunar byggja á fornri kínverskri þekkingu og reynslu. Niðurstaðan er einstök vefnaðarvara með innbrenndu keramik sem endurvarpar líkamshita í formi hitageislunar og eykur svæðisbundið blóðflæði sem hefur góð verkjastillandi áhrif.

- Léttir á verkjum og bætir líðan.
- Dregur út vöðvaspennu.
- Flýtir fyrir bata.



Hálskragi

Í Back on Track vörulínunni er að finna vörur fyrir hesta, hunda og manneskjur. Pantanir í síma 694 - 2333 / 691 - 5005, á <http://www.natturaogheilsa.com>

Við hjá Hreysti erum
stolt af því að vinna með
fremsta íþróttafólki Íslands



Guðjón Valur Sigurðsson
atvinnumaður í handbolta



GÆÐI ALLA LEIÐ

PROMAX er háhreinsað protein fyrir alla sem vilja byggja upp og ná hámarksárangri

AF HVERJU PROTEIN?

Nægilegt protein í fæðuvali þínu er nauðsynlegt til að viðhalda og auka vöðvavöxt sérstaklega fyrir fólk sem er í reglulegum átökum eða vill minnka fituhlutfall líkamans.

PROMAX inniheldur Biomax sem er háhreinsuð blanda mysuproteína. Biomax tryggir hámarks amminosýruflæði sem stuðlar að endurhleðslu vöðva eftir erfið átök. Ekkert eggja, mjólkur eða sojaprotein er í blöndunni þar sem það getur valdið magabæmdu hjá mörgum einstaklingum.

PROMAX inniheldur vöðvastuðningsblöndu "Nitrogain" sem er blanda NAC, Taurine, Chromium Polynicotinate og Glutamin peptides.

Vegna góðrar virkni sinnar er PROMAX orðinn leiðandi valkostur hjá þekktu íþróttafólki og fólki sem ástundar hvers konar íþróttir og hreyfingu. PROMAX er mest seldi proteinblandan í Bretlandi og nú meðal viðskiptavina HREYSTI.

PROMAX blandast og bragðast vel, fæst í 6 bragðtegundum auk PROMAX natural sem ekki er bragðbætt og án viðbættra aukaefna.

Allar framleiðsluvörur MAXIMUSCLE eru framleiddar eftir ströngum gæðastöðlum og eru með ISO17025 vottun.



KORTEI.IS - Ljós: Jón Páll Vilhelmsen

 **MAXIMUSCLE**
Seriously Fit Food

allt fyrir kroppinn
HREYSTI
Skeifunni 19 - S. 568 1717

Kíktu á nýja og betri netverslun www.hreysti.is

núna

* hláturinn lengir lífið ...

HRÆDDUR UM LÍF SITT Lítið hefur farið fyrir Sigurjóni Árnasyni, fyrrverandi forstjóra Landsbankans, upp á síðkastið. Föstudagur hefur þó heimildir fyrir því að hann taki enga sénsa og sé búinn að ráða lífvörð í fullt starf sem búi á heimili Sigurjóns daga og nætur og fylgi honum hvert fótmál.



algjört möst



1 Superfit-mak-eup frá Clin-ique sem gefur léttu og fallega áferð. Ekki veitir af á þessum tímum.



2 Partibuxurnar í ár fást í Ilse Jacobsen.



3 Immortelle er leyndarmál eilífrar æsku. Þetta er olía sem er borin á húðina á nóttunni til að gera hana unga og ferska.



4 Gallalínan frá G-Star er afar flott fyrir bæði kyn. Vörurnar fást í samnefndri verslun á Laugaveginum.



1 Kjóll úr Rokki og rósum. Leggings frá Aftur. **2** Pönkdrottningin Vivienne Westwood hannaði þessa tösku. Pattra fékk hana í afmælisgjöf. **3** Jimmy Choo hæslaskór sem voru keyptir á Spáni. **4** Pennan svarta kjól hannaði hún sjálf. Rósabeltið er í raun klútur frá Patriziu Pebe og keyptur í GK. **5** Dolce&Gabbana „mittispils“ sem keypt var á Spáni. **6** Pelsinn fékk hún fyrir slíkk í Glam-úr. **7** Perlufestar úr Fríðu frænku.

Pattra Sriyanonge, verðandi leikkona

KAMELLJÓN Í KLÆÐNAÐI

Getur þú lýst þínum stíl? Ég er algjört kamelljón þegar kemur að fatnaði.

Hvað dreymir þig um að eignast fyrir veturinn? Mig langar í kósý kjólapeysu, það væri óskandi að fá stærri fataskáp þar sem ég bý í lítilli íbúð á Laugavegi eins og er. Ég væri meira en til í flottar leðurbuxur og ég þrái ekkert heitar en að endurheimta Patriziu Pepe-dúnúlpuna mína sem virðist hafa gufað upp við síðustu flutninga, þeir sem vita um hana vinsamlegast hafið samband!

Hvað keyptir þú þér síðast? Fyrir stuttu gerði ég mér glaðan dag hjá myndarlegum skvís-um sem voru með fatamarkað á Hverfisgötunni og fjárfesti í kjólapeysu, samfestingi og pallíettu-toppi. Ég er enn í skjúnunum yfir þessum góðu kaupum. Ég dýrka

samfestinga þó það geti reynst þínu erfitt að skreppa á klósett- ið í þeim.

Uppáhaldsverslun? Ég er sjúk í „vintage/second-hand“-búðir og hér á Íslandi er uppáhaldið mitt Rokki og rósur, ég verð aldrei vonsvikin þegar ég kíkja þangað. Í Fríðu frænku leynast alls konar gersemar og Kron Kron er glæsileg verslun, ég elska að kíkja þangað og skoða gullfallegar flíkur þó ég eigi ekki mikið þaðan í fataskápnum mínum.

Uppáhaldsfatamerki? Patrizia Pepe er í miklu uppáhaldi ásamt Jimmy Choo, en ég er mikill skófíkill. Mér finnst kjólarnir hjá Hervé Légér afskaplega fallegir og mig dreymir um að eignast einn slíkan í framtíðinni.

Finnst þér merkið á fötun- um skipta máli? Merkjavörur

eiga það til að endast mun lengur að mínu mati en það er alls ekki mikilvægt að velja á sig fót bara eftir merki, Mér finnst langskemmtilegast að blanda saman hönnun og „second-hand“ og geri það gjarnan, ég geng til að mynda mjög oft í minni eigin hönnun.

Eru einhver tiskuslys í fataskápnum þínum? Nei, ég er nefnilega ekki með öll fötin mín hérna heima en það er bókað mál að eflaust er hægt að finna eitthvað alveg hrikalegt ef ég myndi fara í geymsluna mína.

Í hvað myndir þú aldrei fara? Doppóttar flíkur því ég hef aldrei þolað þær.

Hvaða snið klæðir þig best? Það er ekkert endilega eitt snið sem hentar mér best, ég skoða tímarit í miklum mæli og er alltaf

að finna upp á einhverju nýju til þess að prófa mig áfram. Ég tel samt að formlausar flíkur klæði nánast engan en það er ekkert sem belti getur ekki fixað.

Af hvaða líkamsparti ertu stoltust og hvernig undir- stríkar þú það í klæðaburði? Ég reyni að leggja áherslu á mitt- ið, ég fæ aldrei nóg af mittispils- inu mínu því það er svo kvenlegt og flörti. Svo nota ég belti í mitt- ið óspart.

Hvert er skuggalegasta fatatímabilið þitt? „Skopparatímabilið mikla“ þar sem ég gekk um götur í Fubu-gallabuxum sem hengu fyrir neðan rass og það var ekkert meira kúl en Tupac-höf- uðbandið mitt. Ég var í Buffalo- skóm til þess að fullkomna dress- ið og þeir voru ekki einu sinni al- vöru heldur úr Hagkaupum!



SOHO
CATERING
VEISLUPJÓNUSTA
WWW.SOHO.IS



MANDARIN

HÚSGÖGN 40% afsláttur



allar
MOTTUR 40% afsláttur



öll
KERTI 30% afsláttur



allir
PÚÐAR 30% afsláttur



the
PIER

tilboðin gilda frá
30. október til 5. nóvember

Smáratorgi 3 / 201 Kópavogi / sími: 522 7860 / / Korputorgi / 112 Reykjavík / sími: 522 7870

PASSAR UPP Á MATARÆÐIÐ

Hrefna Rósa Jóhannsdóttir Sætran er nýkomin frá Þýskalandi þar sem íslenska kokkalandsliðið stóð sig með mikilli þryði. Hún segist hafa gengið með kokkinn í maganum síðan hún var barn og elskar að prófa sig áfram.

Viðtal: Alma Guðmundsdóttir
Ljósmyndir: Valgarður Gíslason

Hrefna man enn þá þegar hún fór í fyrsta skipti út að borða, þá var hún fjögurra ára í fylgd ömmu sinnar og afa á Arnarhól sem var einn flottasti veitingastaðurinn í bænum á þeim tíma. „Ég pantaði mér lax og man hvað mér fannst hann flottur á diskinum, með sítrónusneið yfir. Ég sat þrúð og var tilbúin að smakka allt sem fullorðna fólkíð borðaði,“ útskýrir Hrefna sem byrjaði snemma að elda. Hún segist hafa vaknað einn daginn og vitað að hún vildi verða kokkur. „Þetta var þegar ég var nítján ára og stödd með vinkonum mínum. Þær hlógu bara að mér, en þarna ákvað ég þetta,“ útskýrir Hrefna sem segist ekki hafa verið kunnug faginu fram að því nema náttúrlega bara í gegnum sjónvarpskokkinn Sigga Hall. Í framhaldinu komst hún að því að hún gæti lært kokkinn. „Það voru mjög fáar stelpur í faginu og námsráðgjafinn ráðlagði mér eindregið að læra matartækninn frekar en kokkinn, en ég vildi það ekki.“ Í framhaldinu fékk hún vinnu á Apótekinu og Maru og var í bóklegu námi með í MK.

OPNAÐI EIGIN STAÐ

Hrefna á og rekur veitingastaðinn Fiskmarkaðinn ásamt Ágústi Reynissyni í miðbæ Reykjavíkur. Frá því að staðurinn var opnaður í fyrra hefur hann vaxið gríðarlega og nú vinna þar um 40 manns.

„Mig langaði ekki að vera alltaf að vinna undir öðrum og vildi opna eigin stað. Við Ágúst unnum saman á Sjávarkjallaranum, þar sem hann var eigandi og vann í salnum og ég kokkur, og eftir að

UNG OG EFNILEG „Ég vaknaði bara einn daginn og sagðist ætla að verða kokkur,“ segir Hrefna, sem nú á og rekur veitingastaðinn Fiskmarkaðinn ásamt Ágústi Reynissyni.



við hættum ákváðum við að opna Fiskmarkaðinn í sameiningu.“

Rétt áður en bankarnir voru þjóðnýttir sýndu ónefndir aðilar mikinn áhuga á því að kaupa Fiskmarkaðinn, en Hrefna segir það hafa verið ótímabært að selja.

„Við opnuðum staðinn með því hugarfari að gera hann flottan og skemmtilegan og opna svo hugsanlega annan stað útfrá honum. Okkur fannst því ekki tímabært að hugsa um að selja, en maður útilokar ekki neitt ef gott tilboð býðst,“ segir Hrefna.

Aðspurð segist hún óhjákvæmlega hafa fundið fyrir kreppunni þegar kemur að rekstrinum en sem betur fer sé ennþá nóg að gera. „Aðsóknin hefur minnkad aðeins, en helsti munurinn er kannski að það eru aðeins færri Íslendingar en alveg jafn mikið af útlendingum. Við finnum samt mest fyrir því hvað hráefni hefur hækkað, svo maður hefur neyðst til að hækka verðið aðeins til að halda rekstrinum gangandi. Sjálf versla ég allan mat í Bónus og ég var í matarboði hjá vinkonum

mínum um daginn þar sem aðal- umræðuefnið var hvernig maður gæti eldað kreppumat,“ útskýrir Hrefna.

Spurð hvort hún sé alltaf fengin til að elda þegar vinkonuhópurinn hittist segir hún vini og vanda- menn vera undir meiri pressu að bjóða sér í mat. „Mér finnst rosa- lega gaman að halda matarboð og geri mikið af því, en mér finnst líka æðislegt að vera boðin í mat. Þá lendi ég samt mikið í því að sá sem býður afsakar sig í bak og fyrir og þá tekur oft dágóða stund að sannfæra viðkomandi um að mér finnst maturinn virkilega góður,“ bætir hún við og hlær.

EINA KONAN Í LANDSLIÐINU

Hrefna er nú nýkomin frá Erfurt í Þýskalandi með kokkalandsliðinu þar sem það lenti í 10. sæti á Ólympíumóti matreiðslumeistara. Íslenska liðið fékk tvenn gull- og tvenn silfurverðlaun sem er besti árangur þess fram til þessa. Hrefna hefur verið í kokkalandsliðinu frá því 2002. Þá byrjaði hún sem aðstoðarmaður, en eftir að hún útskrifaðist komst hún inn

og hefur verið eina konan í liðinu frá því hún byrjaði.

„Það er svolítið eins og það hljómar, að vera eina stelpa í liðinu, án þess að það sé nokkuð neikvætt. Þeir fela mér stundum verk- efni sem þeim finnst ég gera betur en þeir, til dæmis að skrifa eitt- hvað,“ útskýrir Hrefna brosandí. „Allar æfingarnar með landsliðinu eru fyrst og fremst áhugamál, en við fáum keppnisferðirnar greiddar frá Klúbba matreiðslumeistara. Tveimur mánuðum fyrir mót er daglegur undirbúningur og við tókum mjög margar æfingar áður en við fórum út, sem margborg- aði sig. Við kepptum bæði í þriggja rétta hádegisverði og köldu borði og þegar við undirbyggum það vorum við vakandi í fjóra sóla- hringa,“ segir Hrefna alsæl með árangurinn, en viðurkennir að það hafi tekið nokkra daga að jafna sig eftir keppnina.

HOLLUSTAN Í FYRIRRÚMI

Aðspurð segist Hrefna hugsa vel um eigið mataræði og leggur mikið upp úr því að borða hollan mat. „Ég reyni að forðast hveiti og

borða lítið af mjólkurafurður. Ég hef prófað margt í gegnum tíðina og er bara komin niður á það sem mér líður best af og borða það ósjálfrátt. Ég er til dæmis mjög hrifin af sushi, laxi og nýjasta æðið hjá mér er tofu. Ég borða eiginlega ekkert rautt kjöt því mér finnst það of þungt í maga og maður er heilar 36 klukkustundir að melta það,“ útskýrir Hrefna, sem er með spennandi hugmyndir varðandi veitingahúsarekstur í framtíðinni.

„Mig langar mikið til að læra hráfæðimatreiðslu, þar sem maturinn er ekki eldaður upp fyrir 32°C. Það er enginn virkilega flottur veitingastaður sem sérhæfir sig í þannig matargerð hér á landi líkt og erlendis. Hráfæði er bæði hollt og gott og þarf alls ekki að vera leiðinlegt. Mig langar að prófa að bjóða uppá slíka rétti á Fiskmarkaðnum sem væri framreiddur líkt og á finustu veitingastöðum. Ég er líka mjög hrifin af asískri matar- gerð, þar sem er lagt mikið upp úr hollustu og langar gjarnan að fara til Asíu og læra meira í framtíðinni,“ segir Hrefna að lokum.



Dömu og herra götuskór
frá kr. 11.500

Þráinn Skóari Skóbúð • Grettisgata 3

* bak við tjöldin



Uppáhaldsmatur:

Það breytist mjög oft hjá mér en í augnablikinu er það tofu. Gaman að elda það og borða.

Diskurinn í spilaranum:

Björk á „shuffle“.

Besti tími dagsins:

Eftir kl. 20.00. Er svona kvöld- dútlari.

Líkamsræktin:

2-5 sinnum í viku ef ég er heppin.

Bíllinn minn er:
Mjög krúttilegur.

Stjörnumerki:

Ég er konungur dýranna. Lit stundum út eins og ljón líka þegar hárið er í rugli- nu.

Lífsmottó:

„Þú uppskerð eins og þú sáir.“

Mesti lúxusinn:

Fara í freyðibað með fartölvuna og horfa á Simpsons í baði.



Uppáhaldsárstími:

Sumarið á Íslandi er skemmti- legast en haustið fallegast.

Hverju myndirðu sleppa ef þú þyrftir að spara?
Fótsnyrtingu og bensíni.

Best geymda leyndarmálið í Reykjavík?

Það er einn staður úti á Granda niðri við sjóinn sem er æði að fara með teppi á, set- ast á stein og slappa af. Ætla ekki að gefa frekari leiðbein- ingar þangað því þá væri hann ekki leynt lengur.



Vindkápan
Er hönnun Helgu Ólafsdóttur.



Helga Ólafsdóttir.

Vetrarlínan frá Ilse Jacobsen er fögur

Skvísulegur jakki

Í versluninni Ilse Jacobsen er að finna ýmislegt fineri frá samnefndu merki en sportjakkin hefur vakið mikla lukku. Helga Ólafsdóttir fatahönnuðurinn hannaði jakkann fyrir Ilse Jacobsen. Hún segir að með jakkanum hafi hún reynt að búa til skvísulegan útivistarjakka. „Konur eiga að geta verið finar þótt þær séu að fara út að labba,“ segir Helga.

Í hátíðarskapi
Gunnar Andri Þórisson, sölumaður og eigandi leikhus. is, er hér ásamt Margréti Jónu Margeirsdóttur.



Leikstjórinn Jón Gunnar Þórðarson er hér ásamt Mekkín Ragnarsdóttur.

Þórdís Elva Bachmann var glæsileg á frumsýningu *Dansaðu við mig*

Með bók í smíðum

Stykkið *Dansaðu við mig* eftir Þórdísi Elvu Bachmann var frumsýnt í Iðnó síðastliðið föstudagskvöld. Þrúður Vilhjálmsdóttir og Höskuldur Sæmundsson fara með aðalhlutverkin en leikstjórn er í höndum Jóns Gunnars Þórðarsonar. Þórdís Elva var ákaflega ánægð með frumsýninguna. „Við fengum rosalega góð viðbrögð og það er mjög ánægjulegt því við vorum ekki með neina fjárhagslega bakhjarla og þurftum því að leggja mikið á okkur sjálf til að láta hlutina ganga upp,“ segir hún. Spurð um næstu verkefni segist hún vera að vinna að bók sem muni líklega koma út í mars. „Ég var að ná útgáfusamningi um mína fyrstu bók og núna er ég að vinna náið með ritstjóranum mínum. Þetta er ekki skáldsaga heldur bók um ofbeldismál. Ég byrjaði á því að skrifa aðsenda grein í blöðin en þegar ég var komin upp í 18 síður sá ég að það væri eitthvað meira í þessu. Þess vegna má segja að þetta verkefni hafði fæðst að sjálfu sér enda heimsótti þetta verkefni mig á allt annan hátt en önnur,“ segir hún.



Glæsileg Þórdís Elva Bachmann, höfundur verksins, er hér ásamt Sveini Kjartanssyni, matreiðslumanni í Fylgífiskum, og Víðari Eggertssyni leikstjóra.

G-STAR RAW

REYKJAVÍK STORE

LAUGAVEGUR 86-94, S: 511-2007

OPERATED BY V8 EHF

OPIÐ FÖSTUDAG 11-18:30

OG LAUGARDAG 11-17:00

INNRI FRÍÐUR OG
SÁLARRÓ SKIPTIR MÁLI ☺



RAW DEFENDER
LANDROVER TUNED BY G-STAR



g-star.com

heima

* er hið nýja heimili svona?



BLEIKT GÓLFTEPPI Þegar landið hristist til skiptir ógurlegu máli að hafa svolítið hlýlegt og notalegt í kringum sig. Gólfteppi er það sem koma skal og ekki er verra ef teppin eru í einhverjum litum. Þetta bleika teppi getur dimmu í dagsljós breytt ...

MARTA MARÍA JÓNASDÓTTIR martamaria@365.is

ER ÞETTA NÝJA ÍSLAND?



Yfirleitt hefur hið nýja þótt betri kostur en hið gamla en þegar hið Nýja Ísland er annars vegar sýnist mér dæmið snúast við. Í fyrstu hugsaði ég þetta sem spennandi verkefni. Að spara í alvörunni með því að kaupa engan óþarfa og hugsa mig alltaf tvisvar um áður en ég renndi kortinu í gegn í stað þess að hugsa bara um það meðan ég gæddi mér á parmesanosti og klettasalati. Síðan ég fór að temja

mér þennan hugsunarhátt hefur hvert áfallaði eftir annað dunið yfir og þótt kona reyni að spyrna við fótum dugir það ekki til. Ómyndarlegustu húsmæður eru farnar að ræða það af alvöru að taka slátur á laugardagskvöldi í stað þess að hittast yfir vínglasi á smartheitabær. Þá finnst mér vera fokið í flest skjól þótt slátur sé herramannsmatur. **EKKERT MYSUPRÓTEIN** Síðan ég stofnaði heimili hef ég vanið mig á að kaupa ákveðna hluti. Ég á til dæmis alltaf mysupróteinduft inni í skáp sem ég þeyti í blandaranum út í sojammjólk og frosin ber. Þetta er ljómandi finn morgunmatur og bragðast eins og rjómaís. Það fór um mig hrollur þegar ég fór í heilsuverslun í vikunni og ætlaði að kaupa próteinið. Dunkurinn hafði hækkað um 1.500 krónur, úr þrjú þúsund í fjögur og fimm. Þetta fannst mér algert glapræði og hugsaði með mér að þessu myndi ég sleppa í kreppunni. Samt gat ég ekki annað en brosað út í annað því ég hafði aldrei flokkað undraduftið sem lúxus, heldur bara hluta af því að vera til.

500 KRÓNA POKI Næsta dag var því bara sojammjólk, ber og banani í drykknum enda var ég að borða góðærisleifar úr frystinum. Mér brá því töluvert þegar ég fór í mína vikulegu Bónusferð og tók eftir því að berin sem ég hef verið að kaupa kosta núna rúmlega fimm hundruð krónur pokinn. Ég kunni nú ekki við að skila pokanum fyrst stúlkan á kassanum var búin að stimpla hann inn en ákvað að þessi ber yrðu ekki keypt aftur fyrir en kreppunni lyki.

ÓGEÐSDRYKKUR Nú er það bara gamli góði hafragrauturinn á morgnana eða „ógeðsdrykkur“ þar sem afgangur af káli og ávöxtum er skellt í blandaranum með vatni og þeytt í öreindir. Nú er enginn tími til að spá í hveiti-, ger- eða sykurlausa tilveru. Maður fer að verða þakklátur að fá bara eitthvað í bumbuna ... Kannski verður kreppan til þess að ummál landans minnki og þegar öllu er á botninn hvolft komumst við kannski niður fyrir offitumörk. Er það ekki bara málið?



Leikur með rými. Hér eru skápar notaðir til að skilja herbergi að og beinar línar fá að njóta sín.



Óhefðbundin Eldhúsinnréttingin virkar vel og til að gera hana enn þá flottari nota þeir falda lýsingu.



Ekkert flísafyllirí. Skálinurnar fá að njóta sín í speglinum og baðherbergið er alls ekki flísalaft í hólf og gólf heldur bara að hluta.



Notalegt svefnherbergi. Falda lýsingin gerir herbergið dásamlega fallegt.

W íbúðahótel í New York slær í gegn

FRAMÚRSKARANDI

WNew York Downtown heitir splunkunýtt lúxusíbúðahótel sem er á 123 Washington Street. Það er hannað af bandarísku arkitektastofnunni Gwenthney Siegel. Sú stofa hefur verið starfrækt frá árinu 1968 og hlotið fleiri en 100 hönnunarverðlaun. Þótt byggingin sé falleg þá er það innanstokks-hönnunin sem vekur hvað mesta athygli. Það er þýska arkitektastof-

an Graft sem sá um innréttingarnar en sú stofa hannaði meðal annars sumarhús og vinnustofu Brads Pitt ásamt fjölda hótela, veitingastaða og heimila víða um heim. W lúxushótelinu er einfalt en um leið ákaflega fallegt, stílhreint og hlýlegt. Innanhússarkitektarnir nota skálinulögun til að tengja saman eins og sést á eldhúsinnréttingunni og speglinum á baðinu. Þeir

leggja mikla áherslu á falda lýsingu og einföld smáatriði setja svip sinn á hönnunina. Á baðherbergjunum er til dæmis ekki verið að flísaleggja í hólf og gólf heldur eru flísar aðeins notaðar á þeim svæðum sem mest mæðir á. Þeir sem vilja upplifa ævintýri í New York geta pantað sér gistingu á / www.123washingtonstreet.com.

martamaria@365.is

NEW YORK

Prúður Vilhjálmsdóttir

MORGUNMATURINN: Á Deli á 44. stræti eða 45. stræti.

SKYNDIBITINN: Starbucks.

RÓMÓ ÚT AÐ BORÐA: Spicemarket eða Buddha kahn!!!

LÍKAMSRÆKTIN: Fer ekki í líkamsrækt þar í borg.

BEST GEYMDA LEYNDARMÁLID: Píanoþárin Don't tell mama.

BEST VIÐ BORGINA: Fólksfjöldinn, maturinn, verslanirnar og leikhúsin.

UPPÁHALDSVERSLUNIN: Barns and Nobels-bókabúðirnar.

AFÞREYINGIN: Leikhús og matur, matur, matur!

BORGIN mín



Hlýlegur smartheitakassi

Hið nýja Ísland kallar á nýjar áherslur inn á heimilin. Svart/hvítir smartheitakassar víkja fyrir veggfóðruðum veggjum og gamaldags gluggatjöldum. Það er þó ekki þar með sagt að smartheitinn séu eitthvað minni, þau eru bara öðruvísi. Það þarf ekki nema eina speglakommóðu til að gera heimilið svolítið glamúrlegt. Það er líka auðvelt að breyta svart/hvíta smartheitakassanum í hlýlegt glamúrheimili með réttum fylgihlutum. Loðnar mottur eru fallegar á gólf, ásamt púðum, teppum og stórum vösom. Þegar farið er út í að gera smartheitakassann hlýlegri er mikilvægt að velja sér þrjá liti sem passa vel saman. Fjólublár, bleikur og drapp eru til dæmis mikið móðins núna og því auðvelt að finna eitthvað í þeim litum. - mmj



Skóddagar í viku!

31. október – 7. nóvember

20% AFSLATTUR



Opið til kl. 16:00 laugardaginn 1. nóvember.

Jói útherji

KNATTSPYRNUVERSLUN

Ármúla 36 – s. 588 1560

EKKI LÁTA ÞETTA FRAMHJÁ ÞÉR FARA!

Fótboltaskór á góðu verði.



Inter langermabolur

~~1990~~ **990**

Aero bolur

~~2490~~ **990**

Manu bolur

~~2490~~ **990**

Logo hettupeysa

~~5990~~ **3990**

Gate 313 gallabuxur

~~8990~~ **4990**

Infinity buxur

~~7990~~ **4990**

Fleiri spennandi
tilboð



Honore blússa

~~2990~~ **990**

Bead toppur

~~2990~~ **1490**

Catalina úlpa

~~7500~~ **1990**

Tulip kjóll

~~3990~~ **2490**

Nation peysa

~~5500~~ **2990**

Collect blazer

~~8900~~ **3990**

Fleiri spennandi
tilboð

Opnum á morgun í Smáralind
eftir glæsilegar breytingar

Opnunartilboðin gilda einnig í Kringlunni

JACK & JONES® VERO MODA®

Smáralind - Kringlan

Smáralind - Kringlan

tíðin

* taktu Madonna á þetta

FÖSTUDAGUR Ef þú ert í massa stuði skaltu kíkja á Óliver í kvöld en þar verður magnað kvennakvöld. Beggi og Pacas eru veislustjórar ásamt því að sjá um veitingarnar, vaxtaræktargæjar hnykla vöðvana og allar konur labba út með glaðning.

LAUGARDAGUR Samtökin 78 standa fyrir glæsilegu grímuballi á Tunglinu í anda hrekkjavökunnar. Dj Yamaho og many halda uppi stuðinu. Sá sem mætir í besta bún-ingnum fær ferðavinning frá Iceland Express. Það er ekkert annað í stöðunni en að taka fram saumavélina og keppast við að vera flottust/astur.

DÍANA MIST

Föstudagur 24. október: Dagur til að endurskipuleggja ...

Þessi vika var ekkert smá klikkuð. Hef ekki upplifað það lengi að hafa nægan tíma. Fyrst ég var heima var ekkert annað í stöðunni en að taka til í geymslunni og reyna að hafa uppi á einhverjum verðmætum. Eftir massíva tiltekt



fann ég svo mikið af flöskum og dósum að ég ákvað að fara með þær í endurvinnsluna. Viti menn, fékk heilan fimm þúsund kall fyrir það. Það sem eftir lifði dags dundaði ég mér við að mynda flík-ur sem ég hafði aldrei farið í og setti myndirnar síðan á netið. Ef öll góðærisfötin eiga eftir að seljast mun ég geta framfleytt mér næstu mánuði án þess að þurfa að setja rautt ljós í gluggann. Ákvað að eyða 5000 kallinum á 101 í stað þess að kaupa prótíduft í Heilsuhúsinu. Þar voru hárgeldslugæj-



arnir Simbi og Svavar Örn, Kalli og Esther í Pelsinum og Bentína Björgólfsdóttir Guðmundssonar. Eftir fjögur rauðvinsglöms var ég örðin alveg helluð og fór heim ... Kíkti aðeins á Boston á heimleiðinni. Eina fræga andlitið sem ég hnaut um var Björk í allri sinni dýrð.

Laugardagur 25. október: Vér mótmælum allir ...

Hef sjaldan upplifað eins mikinn skítakulda og þennan laugardag. Ekki nóg með að maður eigi engan pening heldur frýs maður alveg inn að beini. Klæddi mig



í dúnkápuna og arkaði niður í bæ með mótmælaspjald. Fyrir utan ráðherrabústaðinn í Tjarnargötu var Guðný Halldórsdóttir í dúnúlpu, Dagur B. Eggertsson, stjórnarkitektinn Rut Káradóttir og Gísli Örn Garðarsson leikari. Eftir mótmælin fór ég í heitt

bað, kíkti í tölvuna og viti menn, ég fékk boð í fimmtán flíkur og það sem eftir lifði dags hafði ég ekki undan því að taka á móti fólki sem vildi eignast gömlu fötin mín. Endaði á að selja tólf flíkur og var því með þó nokkurn aur í vasanum þegar ég kíkti á Boston um kvöldið. Þar var Tómas Lemarquis, Urður í Gus Gus, Natalie plötusnúður og Hrafnhildur tóskuhönnuður. Retrú Stefson var líka á svæðinu... Sá samt enga sleikvæna og ákvað að drífa mig heim áður en ég væri búin að eyða öllum ágóðanum.



MAGNÚS SIGURÐUR JÓNSSON

leikari

FATASTANDUR frá afa mínum, Magnúsi Sigurlassyni frá Pykkvabæ.

SNÁKASTÓLL frá ömmu og afa í Pykkvabænum.



LUKKUHESTUR STÚDÍÓSINS MÍNS, sem Hekla dóttir mín gerði í smíði.



ÚR SEM ÉG ERFÐI frá Magnúsi afa mínum.



LAMBALÖDHÚFA sem pabbi gaf mér og er ótrúlega þægileg.



MÁLVERK eftir Hrafnhildi Ingu Siguróardóttur, mömmu mína.



BULLWORKER, allrahandna líkamsræktartæki frá 1965.



GAMLI BENSINN.



TOPP 10

BESTA „PROSACIÐ“ Í DAG.



ERMAHNAPPAR FRÁ AFA.



Helgartilboð

20% afsláttur af öllum blússum og skyrtum



Laugavegi 80 • sími 561 1330
www.sigurboginn.is

Madonna veit að hún kemst langt í réttu fötunum

Mætti í byssuskóm í teiti

Söngkonan Madonna er alltaf með puttana á púlsinum þegar kemur að fatavali. Þrátt fyrir að vera í miðju skilnaðarferli lét hún sig ekki vanta í Dolce & Gabbana teiti sem haldið var á The Thompson hót- elinu í New York. Eins og hún á vanda til sópaði hún að sér athygli. Í



Svaðalegir skór Takið eftir hælunum, hann er eins og byssa í laginu. MYND/GETTYIMAGES

þetta sinn var það reyndar ekki út á eigin hæfileika heldur út á skótaið. Hún klæddist svörtum Dolce & Gabbana skóm og það sérstaka við þá er að hælinn er eins og byssa í laginu. Geri aðrar betur.



Flottur kjóll Madonna mætti í svörtum glæsikjóli í Dolce & Gabbana teiti í New York á dög- unum. Skótaið vakti þó meiri athygli MYND/GETTYIMAGES

Burberry | Calvin Klein | Sportmax Code | Filippa K | Patrizia Pepe | Annhagen
Anderson & Lauth | Stella Nova | GK Reykjavík | Rutzou | Lee | Wrangler

Við bjóðum frá 31. okt - 8. nóv 20% haustafslátt

GK REYKJAVÍK VINNUR MEÐ ÍSLENSKUM HÖNNUÐUM

Okkur er sönn ánægja að geta boðið upp á íslenska fata- og vöruhönnun.
Líttu við og þiggðu léttar veitingar um helgina og kynntu þér hönnun
frábærra íslenskra listamanna.

magneat.com | odinn.com | solson.is | andersenlauth.com

KONUR OG MENN

LAUGAVEGUR 66, 101 REYKJAVÍK. OPNUM Í SMÁRALIND Í VETUR.

GK REYKJAVÍK



KLINGENBERG SPÁIR

Ólafía hrönn Jónsdóttir leikkona

Ólafía Hrönn Jónsdóttir er fædd 07.12.1962. Þegar þessar tölur eru lagðar saman kemur út talan 28. Þegar 2 og 8 eru lagðar saman kemur út 1 sem er lífstalan hennar. Þegar afmælisdagurinn er hins vegar lagður saman við 2008 kemur árstalan 2. „Ólafía Hrönn er búin að vera á sérstaklega spennandi tímabili undanfarið ár. Hún hóf nýtt tíu ára tímabil árið 2007 og er á fullu að blómstra á því tímabili. Kraftur hennar og orka hefur aldrei verið meiri og

það sem heldur hennar tilfinningaorku á floti er að hafa nóg að gera. Ólafía Hrönn þarf að passa sig á því að hafa ekki mórál yfir því að geta ekki sinnt öllu. Því allt mun hafa sinn tíma og raðast niður hárrétt fyrir hana. Ólafía Hrönn er afskaplega tilfinningarík, mikil manneskja og stórkostlegur leikari. Þegar hún tekur allar þessar tilfinningar og kemur þeim fram í andrúmsloftið þá getur enginn sigrað hana. Þar sem er oft ósælega þægilegt að hafa hana í kringum sig á eftir að rigna yfir hana tilboðum í þessari kreppu. Nú er að velja og hafna. Ef hún finnur gleði í sól-

arplexus þá þýðir það já. Þá á hún að taka því tilboði. Ef hún fær kvíða í sólarplexus þá á hún að segja nei. Ólafía Hrönn er með mjög gott innsæi og hún á eftir að taka á móti verðlaunum á erlendri grundu fyrir en hana grunar. Hún er að fara á bráðskemmtilegt ár þar sem hennar stærstu óskir munu rætast og það er bara rétt byrjunin. Eina sem hún þarf að gera er að hafa orkuna í jafnvægi svo hún yfirkeiri sig ekki. En hún hefur kraftinn, orkuna og þorið og hjá henni verður endalaust vorið. www.klingenberg.is



FRÁBÆR FÖSTUDAGUR

Herdís Þorgeirsdóttir
prófessor í lögfræði

1

Föstudagur er dagur ákveðins hugarástands - dagur fyrirheita.



Ef ég sé hugtök eða orð í litum þá er föstudagur gylltur.



Það er einhver eftirvænting í loftinu á föstudögum og því gaman að vera í bænum eða innan um fólk.

3



Föstudagskvöld eru oft „kósíkvöld“ með krökkunum mínum.

Föstudagskvöld eru einnig þau kvöld þegar maður helst hittir vini sína.



5

Ekki láta peningana gufa upp !! Notaðu þá í eitthvað ápreifanlegt...



VERÐ 4.782.000,-
VIÐ AUGLÝSUM EKKI VERÐ FRÁ

Chevrolet Captiva 7 manna sjálfstýrtur sportjeppi

Hluti af staðalbúnað:

- DCS - Eykur öryggi niður brekkur
- Tölvustýrð miðstöð og loftkæling
- ESP - Stöðugleikastýring (aftengjanleg)
- Hraðastillir (Cruise control) Stjórnað í stýri
- Kæling í hanskahólfi
- Tenging fyrir MP3 spilara
- Bakkskynjari
- ARP - Veltivörn
- Tölvustýrð spólvörn
- Aksturstölv
- Sjálfvirkur birtustillir
- Fjöldiskaspilari
- 18" Álfelgur
- LRS - Heldur hæð við hleðslu
- TOD - Sjálfvirk drifstýring
- Áttaviti og úthitamælir
- ISOFIX - festing fyrir barnastól
- Og margt fleira....

Bjallúð Benna
www.benni.is
Tangarhöfða 8-12 • Sími 590 2000
Egilsstaðir Bilasala Austurlands Fagradalsbraut 21-23 Sími 471 3005
Akureyri Bilasalan 05 Njarðarnesi 1 Sími 462 1430
Reykjanesbær Bilahornið hjá Sissa Brekkustíg 38 Sími 420 3300

CAPTIVA er glæsilegur sportjeppi sem tekið er eftir. Billinn er hannaður til að mæta kröfum evrópskra ökumanna og er útkoman áberandi glæsilegur bíll. Kraftmikil turbo dísilvél, 5 þrepa sjálfstýring og þú getur valið 5 eða 7 manna bíl. Komdu við hjá okkur, við erum á Tangarhöfðanum - Alltaf heitt á könnunni.

Chevrolet gæði
frábært verð.

