

# fögdagur

FYLGIRIT FRÉTT

18. júní 2010



## SKRÁSETUR SKEMMTANALÍFIÐ

Ljósmyndarinn Jói Kjartans á meira en þúsund filmur sem geyma skemmtileg augnablik frá undanförunum fimm árum.



VAMPÍRUFÁR + TÍSKUÞÁTTUR UPPRENNANDI FATAHÖNNUÐA + FORYNJA  
OPNAR Á LAUGAVEGI + NÝTT KAFFIHÚS Á TÝSGÖTU

### TAKTU SJÓNVARPSAÐGANGINN MEÐ Í FRÍÐ



# Kr. 14.950

**Slingbox SOLO**  
Internet sjónvarpsendur sem  
tengist við tölvur og farsíma.

slingbox

SÆKTU EÐA FÁÐU SENT • SENDINGAR-  
KOSTNAÐUR AÐEINS KR. 750 HVERT Á  
LAND SEM ER • VERSLUN Í BÆJARLIND 1-3 •  
201 KÓPAVOGI • SÍMI 569 0700 • WWW.ATT.IS

**@tt.is**  
Allt tölvutengt á betra verði



# núna

líf í miðbænum



## KRISTÍN KRISTJÁNSDÓTTIR, STARFSMAÐUR SÍM

Helgin mín verður lituð af heimkomu Sigríðar, systur og gleðigjafa, og afkvæmis hennar. Vinnan göfgar og gleður og því ætla ég að vinna á föstudaginn, svo sinna barni og fara í ballettíma. Pabbahelgi á Kaffibarnum hljómar freistandi á laugardaginn fyrir hressa danspésa. Sunnudagar fara svo í menningarrölt í miðbænum og heimsóknir.



### Vampírufár á 17. júní

Fólk fagnaði þjóðhátíðardeginum með mismunandi hætti í gær. Á meðan sumir fóru í skrudgöngu og veifuðu íslenska fánanum söfnuðust heitir aðdáendur True Blood þáttaraðarinnar saman á skemmtistaðnum Austur til að fagna því að þriðja sería þessa vinsæla vampírudrama er að hefjast. Það var tískupésinn Stefán Svan, hin íðilfagra dj Sóley og dansdrottningin



Aðalheiður Sveinsdóttir, sem stóðu fyrir kvöldinu. Sérstök tilboð voru á blóðugum steikum, Bloody Mary og rauðvíni. Að sýningu lokinni tóku plötusnúðarnir Jón Atli og Margeir völdin og héldu uppi trylltri stemningu.

### Baráttutónleikar

Tónleikar til styrktar Tónlistarþróunarmiðstöðinni fara fram á tónleikastaðnum Sódómu í kvöld. Ókeypis er inn á tónleikana og ekkert aldurstakmark er á gesti. Meðal þeirra hljómsveita sem munu koma fram og þar með leggja TPM lið eru Feldberg, Lay Low, Nolo, Biogen og Sudden Weather Change. Tónleikarnir hefjast klukkan 22.00.



Þetta HELST

Pólsku bókasafnsfræðingarnir Agnieszka og Stanislaw hafa opnað kaffihúsið C is for Cookie á Týsgötu:

# UNDIR ÁHRIFUM KÖKUSKRÍMSLISINS

Vafalaust hefur það ekki farið fram hjá sísvöngum og kaffiþyrstum miðbæjarmús-um að nýtt kaffihús hefur verið opnað á Týsgötunni. Fólkið á bak við það er pólska kærustuparið Agnieszka og Stanislaw.

„Það hefur verið draumur minn alla ævi að opna mitt eigið kaffihús,“ segir Agnieszka, á meðan hún býr til kaffibolla handa blaðakonu, með fallegu blómamunstri í froðunni. Það er greinilegt að hún kann til verka, enda hefur hún unnið á veitinga- og kaffihúsum víða, meðal annars á kaffihúsinu Tíu dropum á Laugaveginum í þrjú ár þaðan sem margir muna eftir henni.

Agnieszka kom til Íslands í maí árið 2007. „Ég var að elta ástina í lífi mínu, en Stanislaw kom hingað ári á undan mér. Þá vissi ég ekki margt um Ísland en féll fljótt fyrir því. Þetta er mitt heimili núna.“

Stolt Agnieszka og ástríða eru kökurnar hennar, en allt bakkelsið sem til sölu er á kaffihúsinu bakar hún sjálf. Og það eru ekki bara kræsingarnar sem eru heimagerðar. Fallegar myndir á veggjunum eru úr smíðju Stanislaw, sem einnig starfar sem ljósmyndari.

Þau Agnieszka og Stanislaw eru enn að vinna í að innrétta staðinn, en þau leggja mikið upp úr því að hann hafi yfir sér persónulegan blæ. „Okkur langaði að opna stað sem væri hlýlegur. Við viljum að fólki líði svo vel hérna að það langi til að sitja hér í marga klukkutíma og sötra kaffið sitt,“ segir Agnieszka.

Til þess að skapa þessa stemningu hafa þau



Fjölhæft par Agnieszka og Stanislaw opnuðu nýverið kaffihúsið C is for Cookie á Týsgötu, þar sem þeirra handbragð er að finna á öllu, allt frá kökunum til myndanna á veggjunum.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

meðal annars komið upp bókahillu, fullri af eftirlætisbókum parsins, en svo vill til að þau eru einnig bókasafnsfræðingar bæði tvö, svo bækurnar eiga vel við persónulega þemað.

Agnieszka er himinlifandi með viðtökurnar fyrstu vikurnar. „Við höfum fengið jákvæðar og hlýlegar viðtökur. Flestir viðskiptavina okkar hingað til eru nágarnar okkar úr næstu húsum. Þeir hafa margir hverjir komið yfir,

óskað okkur góðs gengis og jafnvel fært okkur blóm. Þetta er ein ástæðan fyrir því hvað ég elska Ísland mikið, hvað fólkið er indælt og vinalegt.“

Nafn kaffihússins er nokkuð sérstakt. C is for Cookies. Hvaðan kemur það? „Það er úr Þrúðuleikurunum! Kökuskrímlið syngur þetta lag. Ef ég er í vondu skapi spila ég bara þetta lag, syng með og þá verður allt gott aftur.“

- hhs

## FULLT AF NÝJUM VÖRUM



Kjólar frá 7.990 kr.

VORUM AÐ TAKA UPP NÝJA SENDINGU AF STUTTUM JÖKKUM, KVART-BUXUM OG SKOKKUM STÆRÐIR 40-54

Allir sem versla fyrir 8.000 kr. eða meira fá hálsklút í kaupbæti.

Við erum á fyrstu hæðinni í Firði.

**MINÐ**

Smart verslun fyrir konur - Firði Hafnarfjörð

Sími 534 0073

Erum með opið á lau. kl. 11-16

FJÖRÐUR  
www.fjordur.is



Skemmtileg Forsynja Sara María Júlíudóttir segir innviði verslunarinnar Forsynju mjög skemmtilega.

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM

Sara María og Linda Mjöll opna verslun:

## Lætur draum rætast

Sara María Júlíudóttir hefur soppað nýja tískuverslun við Laugaveg 12 ásamt Lindu Mjöll Þorsteinsdóttur.

Sara María hætti með rekstur Nakta apans í janúar á þessu ári. Fríð stóð þó ekki lengi því hún hefur opnað verslunina Forsynju ásamt Lindu Mjöll. „Þetta datt eiginlega upp í hendurnar á mér. Mig

hafði lengi langað að fara í rekstur með öðrum þannig að þegar þetta bauðst þá ákvað ég að slá til,“ segir Sara María og bætir við að verslunin þyki þó mjög ólík Nakta apanum, en þar verður að sjálfsögðu fánleg hönnun eftir Söru Maríu sjálfa auk hársþanga frá Thelmu Design og fylgihluta frá Go With Jan.

- sm

augnablikið



SKRAUTLEG UNDIRFÖT

Þessi fagra fyrirsæta var í dulargervi mótorfáks á alþjóðlegu undirfatahönnunarkerppni Triumph sem haldin var í Mumbai á Indlandi á dögnum.

MYND / GETTY

föstudagur

Útgáfufélag 365 miðlar ehf. Forsíðumynd Valgarður Gíslason  
Útlitshönnun Kristín Agnarsdóttir Auglýsingar Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir  
sigridurdagny@365.is sími 512 5462 Föstudagur Skaffahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000



Tilboð MÓSAIK HÚSGÖGN Tilboð

MÓSAIK HÚSGÖGN  
**20%**

áður 19.900,-  
nú 15.920,-



190,-

PÚÐAR  
**3 fyrir 2**

YES TO SNYRTIVORUR  
**3 fyrir 2**

áður 10.900,-  
nú 8.720,-



verð frá  
1.490,-



verð frá  
690,-



borð áður 24.900,-  
nú 19.920,-

stóll áður 11.990,-  
nú 9.592,-



borð áður 19.900,-  
nú 15.992,-

stóll áður 11.990,-  
nú 9.592,-



borð áður 24.900,-  
nú 19.920,-

stóll áður 9.990,-  
nú 7.992,-

the  
**PIER**

kemur stöðugt á óvart  
www.pier.is

Tilboðin gilda til 24. júní



# MYNDAR ALLT SEM FYRIR AUG

**Jóhannes Kjartansson, betur þekktur sem Jói Kjartans, hefur skrúset skemmtanalíf Reykvíkinga með ljósmyndum sínum undanfarin fimm ár. Áhugi hans á ljósmyndun kviknaði í menntaskóla og nú á hann yfir þúsund filmur sem geyma ýmsar skemmtilegar myndir.**

Viðtal: Sara McMahon

Ljósmyndir: Valgarður Gíslason

Jóhannes Kjartansson er borinn og barnfæddur í Reykjavík, hann hóf skólagöngu sína í Ísaksskóla fimm ára gamall, því næst lá leið hans í Laugarlækjaskóla og menntaskólaárunum eyddi hann í Verzlunarskóla Íslands. „Flestir bekkjarfélagar mínir úr grunnskóla fóru í Menntaskólann við Sund en ég heillaðist svo af félagslífinu í Versló að ég ákvað að sækja um nám þar. Ég tók nokkuð virkan þátt í félagslífinu á námsárum mínum og strax á öðru ári náði ég að pota mér inn í skólablaðið og þar byrjaði ég fyrst að grúska í grafískri hönnun. Á þriðja ári mínu sá ég um að hanna alla bæklinga, plaköt og þess háttar fyrir skólann og á síðasta skólaárinu varð ég ritstjóri Verzlunarskólablaðsins V69,“ segir Jóhannes.

## DÝRT ÁHUGAMÁL

Að stúdentsprófi loknu sótti Jóhannes um í Listaháskóla Íslands þar sem hann hóf nám í grafískri hönnun. Hann smitaðist af ljósmyndabakteríunni á öðru ári sínu í LHI og byrjaði þá að taka myndir á filmu og hefur að eigin sögn ekki hætt að mynda síðan þá. Jóhannes tekur einungis myndir á filmuvélar og viðurkennir að það geti verið afskaplega dýrt áhugamál. „Jú, þetta kostar sitt. Ætli ég hafi ekki tekið yfir þúsund filmur á þessum fimm árum og eytt kannski um tveimur og hálfri milljón í filmur og framköllunar-kostnað. Ég á orðið ótrúlega stórt safn af myndum og er um þessar mundir að leggja drög bæði að ljósmyndabók sem mig langar að gefa út í sumar og sýningu tengda henni.“ Jóhannes segir það heldur tímafrekt starf að velja ljósmyndir í bókina og dvaldi hann nýverið í Hrísey í heila viku til að sinna því verkefni. „Ég fór þangað því þar var ekkert internet til að stela athyglinni. Ætli ég þurfi ekki að fara aftur seinna í sumar til að fá frið til að klára bókina. Ég býst við að hún verði um fimm hundruð síður og byggist upp þannig að það verða um átta til sextán myndir úr hverjum mánuði ársins allt frá árinu 2005,“ segir hann.

## MYNDAR ALLT

Jóhannes mundar vélinu ekki aðeins til að mynda næturlífið í Reykjavík, hann hefur einnig mikinn áhuga á að mynda ýmiss konar borgarlandslag auk þess sem hann hefur reynt fyrir sér sem tískuljósmyndari. „Mér finnst jafn gaman



Jói Kjartans Skilur helst aldrei við sig myndavélina af ótta við að missa af góðu myndefni.

að mynda borgarlandslag og að mynda fólk. Menn verða kannski meira varir við djammmyndirnar því þær eru mikið á Netinu, en ég er alveg jafn mikið í hinu og hef til dæmis mjög gaman af því að mynda skritin skilti, bláa bíla og annað sem mér finnst áhugavert.“ Inntur eftir því hvort fólk taki því illa að það sé myndað á skemmtistað segir Jóhannes svo ekki vera. „Flestir taka mjög vel í þetta. Ég hef meira að segja lent í því að menn hafi bankað í mig og beðið mig um að mynda sig þannig að mörgum virðist finnst það orðið eðlilegt að ég sé með myndavélina á djamminu,“ segir Jóhannes sem fer helst ekki út úr húsi án myndavélarinnar. „Það er fátt eins pirrandi og að rekast á flott myndefni einhvers staðar og vera ekki með myndavélina með sér.“

Þegar Jóhannes er spurður að því hvers vegna hann kjósi gamla filmuvél fram yfir starfræna myndavél segist hann vera hrifinn af hinni hráu áferð sem hlýst af filmunni. „Ég hef alveg átt staf-

ræna myndavél en gallinn var að þá tók ég allt að sjö hundruð myndir á kvöldi og margar voru alls ekki góðar. Með filmuvél tek ég færri myndir og þæli betur í hverri mynd. Ég eignaðist reyndar starfræna myndavél síðasta laugardag, þá unnum við kærastan mín myndavél í ljósmyndasamkeppni á vegum Toyota. Það getur vel verið að ég prófi mig eitthvað áfram með hana, maður getur kannski ekki endalaust verið að snobba fyrir filmunni. Það eru örfáar alvöru framköllunarstof-

dóttur. „Ilmur Dögg Gísladóttir, verkefnastjóri hjá Norræna húsinu, hafði samband við mig og kærustu mína og bað okkur um að taka þátt í verkefninu. Við áttum að mynda stór hekludýr skordýr í náttúrulegum híbýlum þeirra, finna heiti á þau, útskýra hvernig þau fjölga sér og hvað þau borða.“ Þarið fékk skemmtilegar hekludýr flugur til að ljósmynda og segir Jóhannes að verkefnið hafi verið mjög hressandi og að gaman hafi verið að vinna með kærustunni. „Við máttum túlka þessi dýr á

tekur gjarnan að sér slík verkefni. „Ég hélt einu sinni að ég vildi starfa sem tískuljósmyndari. Ég ákvað að fara til New York og vinna sem aðstoðarmaður Magnúsar Unnars tískuljósmyndara og fá smá nasapef af bransanum. Ég fór tvisvar til New York og dvaldi í þrjá mánuði í senn og þó mér hafi þótt þetta mjög spennandi þá komst ég að því að þetta var kannski ekki alveg það sem ég vildi gera. Ég dvaldi meðal annars í New York síðasta sumar og fannst eiginlega of heitt og lítið um að vera. Mér fannst líka leiðinlegt að hafa misst af sumrinu hér heima, því þá næ ég oft bestu myndunum mínum og hlakka þess vegna mikið til sumarsins núna,“ segir hann.

## HELST VEL Í HENDUR

Jóhannes hefur starfað sem grafískur hönnuður undanfarin ár og vinnur nú hjá Hvíta húsinu. Hann segir grafíska hönnun og ljósmyndun haldast vel í hendur og segir hönnunina engu minna áhugamál en ljósmyndunina. Spurður út í framtíðaráform sín segist Jóhannes lengi hafa gengið með þann draum að gefa út tímarit. „Ég hef alltaf haft mikinn áhuga á blaðaútgáfu og mig hefur lengi langað til að gefa út götublað sem fjallar um það sem er að gerast í listalífinu hér á Íslandi,“ segir Jóhannes að lokum.



*Það er fátt eins pirrandi og að rekast á flott myndefni einhvers staðar og vera ekki með myndavélina með sér.*

ur eftir á höfuðborgarsvæðinu og maður getur ekki lengur gengið inn í sjoppu og keypt filmur. Ég fór inn í 10-11 um daginn og bað um filmu en afgreiðslumaðurinn, sem var um tvítugt, horfði bara á mig og var eitt stórt spurningamerki.“

## VINNUR MEÐ KÆRUSTUNNI

Jóhannes er meðal þeirra íslensku listamanna sem taka þátt í verkefninu Lykkjum – Þrjónalist sem opnaði í Norræna húsinu í gær og myndar hann nokkur verk listakonunnar Patriciu Waller ásamt kærustu sinni, Hildi Hermanns-

hvern þann veg sem við vildum. Við Hildur fórum í ávaxtatorgið í Hagkaupum og náðum að taka nokkrar myndir af fígúrunum þar áður en öryggisvörðurinn kom æðandi í áttina að okkur. Myndirnar verða svo sýndar ásamt skordýrunum sjálfum í Norræna húsinu á meðan á sýningunni stendur.“ Hann bætir við að gaman hafi verið að vinna verkefnið með Hildi og telur að þetta verði ekki í síðasta sinn sem þau vinni saman.

## MISSTI AF ÍSLENSKU SUMRI

Jóhannes segist hafa mikinn áhuga á tískuljósmyndun og



# GU BER



Myndirnar hans Jóa



**Gleðilegt sumar!**



## Lóritín®

– Kröftugt ofnæmislyf án lyfseðils

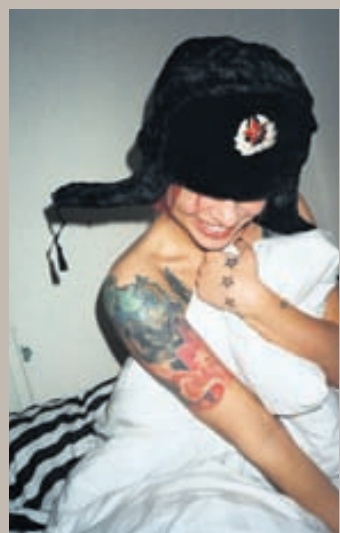
### Þekkir þú helstu einkenni ofnæmiskvefs?

- Kláði í augum og nefi
- Síundurteknir hnerrar
- Nefrennsli/stíflað nef
- Rauð, fljótandi augu

Einkennin geta líkst venjulegu kvefi og margir þjást af "kvefi" á hverju sumri áður en þeir átta sig á að um ofnæmiskvef er að ræða. **Lóritín** er ætlað til meðferðar á einkennum ofnæmiskvefs og langvarandi ofsakláða af óþekktum toga.

**Notkun:** Lóritín inniheldur virka efnið lóratadín 10 mg og er ætlað til meðferðar á einkennum ofnæmiskvefs og langvarandi ofsakláða af óþekktum toga. **Skömmtun:** Fullorðnir og börn yfir 12 ára aldri: 1 tafla á dag. Börn 2 - 12 ára: Með líkamsþyngd meiri en 30 kg: 1 tafla (10 mg) á dag. Börn með líkamsþyngd undir 30 kg: 1/2 tafla (5 mg) á dag. Lyfið er ekki ætlað börnum yngri en 2 ára. Töfluna má taka hvenær sem er, án tillits til matmálstíma. Hefja ætti meðferð hjá sjúklingum með verulega skerta lifrarstarfsemi með minni skammti. **Frábendingar:** Ofnæmi fyrir virka efninu eða hjálparefnum. **Varúðarreglur:** Gæta skal varúðar ef Lóritín er gefið sjúklingum með mikið skerta lifrarstarfsemi. Lyfið inniheldur laktósa. Langvarandi notkun getur leitt til aukinnar hættu á tannskemmdum vegna munnþurrks. Notkun Lóritíns á meðgöngu og við brjóstgjöf er ekki ráðlögð. Í einstaka tilfellum finnur fólk fyrir syfju sem getur haft áhrif á hæfni þeirra til aksturs eða notkunar véla. **Aukaverkanir:** Lóritín þolast almennt vel en algengustu aukaverkanirnar hjá börnum á aldrinum 2-12 ára eru höfuðverkur, taugaveiklun og þreyta. Algengustu aukaverkanirnar hjá 12 ára og eldri eru svefnhöfði, höfuðverkur, aukin matarlyst og svefnleysi. **Lesið vel leiðbeiningar sem fylgja lyfinu.** Sérlyfjaskrártexi samþykktur í desember 2005.

**actavis**  
hagur í heilsu



Myndirnar hans Jóa



# tíska

\* íslenskur stíll



**SANSERUÐ AUGU** Nýju blautu augnskuggarnir frá Bobbi Brown koma í fjórum himneskum pastellitum. Eitt lag á augnlokin gefur þér frísklegt útlit en tvöfalt lag gefur dramatískari áhrif.

## algjört möst

Sólarvörn er nauðsynleg fyrir sumarið. Margir gleyma því að hægt er að brenna í íslenskrum sumarsól og því betra að hafa varann á og verja húðina fyrir heitri sólinni.



Leggðu bílnum í sumar og ferðastu um á hjóli, það er bæði rómantískt og skemmtilegt. Hjólatúrar með fjölskyldu og vinum á góðu sumarkvöldi er einnig dásamleg skemmtun.



Nestiskarfa fyrir lautarferðir. Það er um að gera að breyta til í sumar og njóta matarins undir berum himni, stemningin er einstök og maturinn bragðast einhvern veginn betur.

Selena

### Hæðasmára 4

Í sama húsi og Bílaapótek fyrir ofan Smáralind.



Bikiní í úrvali

Skálast. A-FF.

Bikinísett: 10.400 kr.

Selena

Hæðasmára 4 • Sími 555 7355/553 7355  
Opíð virka daga 11-18, laugard. 11-15  
[www.selena.is](http://www.selena.is)

Sigga Mæja



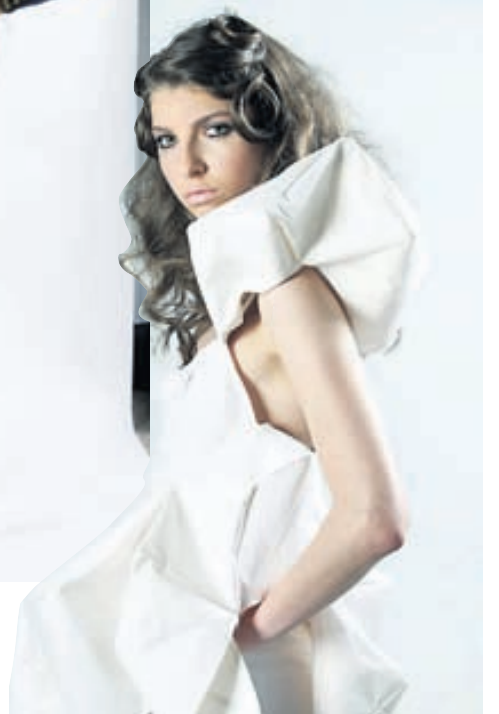
Eva Brá  
Barkardóttir



Gígja Ísis



Guðrún Tara  
Sveinsdóttir



Hönnun nemenda úr fatahönnunardeild Listaháskóla Íslands:

# FATAHÖNNUÐIR FRAMTÍÐARINNAR

#### FYRIRSÆTUR:

Liv Elísabet  
Ragnheiður Skúladóttir  
Stílistar:  
Gígja Ísis  
Sigga Mæja

HÁR OG FÖRDUN:  
Tinna Empera

SKÓR:  
Verslunin Manía  
Ljósmyndir:  
Stefán Karlsson



Jenný Halla  
Lárusdóttir



Erla  
Stefánsdóttir



Rakel Sólrós

Gyða  
Sigfinnsdóttir





**Þriðja sending  
af Kuren  
var að koma í hús!**



## HVAÐ GETUR KUREN GERT FYRIR ÞIG?

Orðið „hreinsikúr“ eða „detox“ fær suma til að hugsa um svelt, að drekka einungis vatn og safa eða huggulega og afslappandi dvöl í Póllandi, Indlandi, Þýskalandi eða Reykjanesbæ. Hjá flestum er þetta draumur sem rætist oftast ekki í amstri dagsins.

Í grunninn byggist hreinsikúr upp á því að virkja úthreinsibúnað líkamans ef svo má að orði komast. Þar er átt við nýru, svita og meltingu. Samsetning jurtanna í KUREN byggist á því að örva þennan hreinsibúnað.

### **Inulin – trefjar sem gagnast meltingunni**

KUREN er eini danski hreinsikúrin sem inniheldur Inulin í hæfilegu magni en Inulin eru plöntu-ættaðar trefjar. Vísindalegar rannsóknir hafa staðfest gagnsemi þeirra fyrir lífsnauðsynlegu mjólkursýrubakteríurnar (góðgerlana) í meltingarfærunum, en aðeins ef tekin eru inn 4 til 5 grömm á dag eins og KUREN inniheldur. Við inntöku á KUREN örvast hægðarlosun sem margir, sérstaklega þeir eldri, eru ánægðir með.

**Birkiblöð, klóelting og brenninetla** eru afar hjálplegar plöntur þegar kemur að örvun nýrnastarfseminnar. Það er mjög mikilvægt að drekka ríkulega af vatni á meðan 10 daga hreinsikúr KUREN stendur yfir. Þegar kemur að því að losa úrgangsefni í gegnum svitaholum er hreyfing áhrifaríkust en einnig geta **króklappa og svartyllir** eftt úthreinsiferlið til muna.

### **Innihaldsefni KUREN eru:**

Inulin (oligofructose), agerpaddeerokke (klóelting), glat burre (króklappa), hyldeblomst (svartyllir), birkiblöð og brenninetla.

“KUREN er mjög áhrifaríkleið til úthreinsunar”

**Krestina Lauridsen  
24 ára frá Helsingör**

# FÉKK AFTUR SLÉTTAN MAGA

„Á morgnana var maginn á mér sléttur og fínn! En þegar það fór að líða á daginn blés hann meira og meira út og leit hann stundum út eins og ég hefði gleypt stóra blöðru. Börnin á frístundaheimilinu þar sem ég starfa spurðu mig oft hvort ég ætti von á barni.“

## **Gott fyrir meltinguna**

Hin 24 ára gamla Krestina Laurisen átti lengi í þessari uppþembu: -Ég rakst á auglýsingu í vikublaði um KUREN, sem er fljótleg og auðveld úthreinsun. KUREN er unninn úr náttúrulegum jurtum sem hjálpa meltingunni af stað og hjálpa líkamanum í leiðinni að losa sig við uppsöfnuð úrgangsefni. Þetta fannst mér hin hreinasta snilld og ákvað ég því að drífa mig á næsta sölustað og fjárfesta í KUREN. Afgreiðslukonan í heilsubúðinni var mjög upplýst og staðfesti hvað KUREN væri

áhrifaríkur þegar kemur að því að hreinsa líkamann og einnig að hann væri bragðgóður og auðveldur í notkun. Ég blandaði KUREN í vatn og mikið rétt, KUREN smakkaðist vel en ég mæli með að drukkið sé ríkulega af vatni með inntöku á KUREN, því það eykur virkni úthreinsunar.

## **Maginn á mér aftur sléttur og fínn**

”KUREN virkaði fljótt og vel. Maginn varð sléttur á ný og uppþembu tilfinningin hvarf algjörlega. Og sem betur fer er ég hætt að heyra frá þeim sem í kringum mig eru hvort að ég sé barnshafandi. Þetta var svo auðveldur kúr í aðeins 10 daga. Ef ég fer að blása út aftur þá er bara málið að taka aftur annan kúr á KUREN.“

**Útsölustaðir: flest apótek, heilsubúðir og heilsuhillur stórmarkaðanna**







## FRÁBÆR FÖSTUDAGUR

Selma Rut Þorsteinsdóttir, hönnunarstjóri hjá PIPAR\TBWA



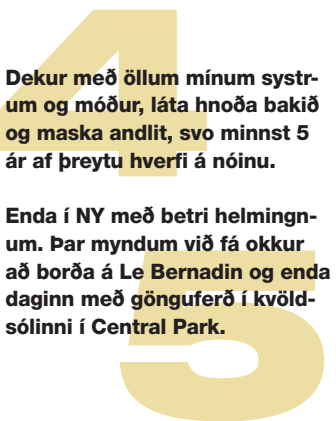
**1** Draumaföstudagurinn hlýtur að byrja á því að fá að sofa út og svo smá kúr með krökkunum áður en ég færi á fætur.



**2** Skunda í bröns með mínum ástkæru vinkonum. Það er besta helgarstartið að hitta þessi yndi og hlæja með þeim.



**3** Södd og sæl færi ég síðan með fjölskyldunni í Hljómskálagarðinn í sól og blíðu, þar sem nýja borgarstjórnin væri búin að setja niður falleg leiktæki, borð og bekki.



**4** Dekur með öllum mínum systurum og móður, láta hnoða bakið og maska andlit, svo minnst 5 ár af þreytu hverfi á nónu.

**5** Enda í NY með betri helmingnum. Þar myndum við fá okkur að borða á Le Bernadin og enda daginn með gönguferð í kvöld-sólinni í Central Park.

ÁHEYRNARPRUFUR Í REYKJAVÍK UM HELGINA

# Röddin

SKRÁÐU ÞIG STRAX Á [RODDIN.IS](http://RODDIN.IS)

**SÖNGKEPPNI FYRIR BÖRN OG UNGLINGA Á ALDRINUM 12-16 ÁRA**

Sigga Beinteins og María Björk standa fyrir söngkeppni fyrir börn og unglinga á aldrinum 12-16 ára í sumar. Keppnin verður haldin á 7 stöðum um land allt og hlýtur sigurveganinn titilinn Röddin 2010. Úrslitakeppnin fer fram í Reykjavík í haust.

**Gæsladiskur** með lögum keppinnar færst í verslunum N1 um land allt – og gildir jafnframt sem þátttökugjald. Diskurinn inniheldur 25 frábær lög án söngs. Veldu þér þitt uppáhaldslag og sláðu í gegn á sviðinu!

**VIÐ VERÐUM Á STADNUM:**

- Reykjavík um hegina
- Ólafsvík 27. júní
- Vestmannaeyjar 3. – 4. júlí
- Ísafjörður 10. – 11. júlí
- Neskaupstaður 17. – 18. júlí
- Selfoss 24. – 25. júlí
- Akureyrri 31. júlí – 1. ágúst

Gildir sem þátttökugjald!

Tíska, fegurð, hönnun, lífið, fólkið, menning og allt um helgina framundan

Auglýsendur vinsamlegast hafið samband: Sigríður Dagný í síma 512 5462 eða [sigrurdagny@365.is](mailto:sigrurdagny@365.is)

# föstudagur

Fylgstu með