

föstu dagur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS

15. október 2010

LEITAR Í ROKKIÐ OG VITLEYSUNA

Arnþrúður Dögg
Sigurðardóttir
heillaðist af
kvikmynda-
bransanum



NÝ LÍNA FRÁ KALDA + Á RÚMSTOKKNUM + HELGARRÁÐIN + ÍSLENSKT
DANSMYNDBAND + GÖTUTÍSKAN Í REYKJAVÍK + TÍSKUFYRIRMYNDIR

250GB



FLAKKARATILBOÐ



Kr. 9.950

WD Passport 250GB

Utanáliggjandi 250GB 2.5" harðdiskur.

Notar straum úr tölvunni. Passar vel í vasa.

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

* hlæið dátt



LOBIÐ Á HÖFUÐIÐ Í þessum loðnu eyrnaskjólum eru tvær af heitustu tiskubólum vetrarins sameinaðar. Eyrnaskjól, í öllum stærðum og gerðum eru vinsæl og búðir bæjarins eru einnig farnar af fyllast af loðkápum, loðkrögum og loðhúfum. Þessi skemmtilegu eyrnaskjól er úr versluninni Kúltúr og kostar 17.990 krónur. Þau fást einnig í svörtu.

blogg vikunnar

Stjarna

Stella Björt skrifar undir nafninu Star B á vefsíðunni www.stella-bjort.blogspot.com. Stella Björt hefur gríðarlega mikinn áhuga á tísku og bloggar um allt sem snertir það efni. Hún er einnig dugleg við að festa á filmu nýjustu kaupin og skemmtilegar fatasamsetningar.

Trendí blogg

Stílistinn og háskólaneminn Ása Ottesen hefur haldið úti blogg-inu www.trend-land.blogspot.com í nokkurn tíma og vakið athygli.



Hún er dugleg að mynda það sem fyrir augu ber og segir skemmtilega frá nýjustu tísku og bendir lesendum á áhugaverðar búðir og net-síður.

Fataskápur fyrirsætu

Pattra Sriyanonge er búsett í Gautaborg og heldur úti blogginu www.pattrascloset.blogspot.com þar sem hún myndar og segir frá nýjustu fatakaupunum og heldur úti skemmtilegri fatadagbók. Hún skrifar á ensku en í raun tala myndirnar sínu máli.



Einverusystur Rebekka og Katrín Alda fagna því að nýja fatalínun þeirra er komin í hús. Línan nefnist Hvörf eftir Kalda.



Jafnvægi Fint silki í bland við grófa leðuról kemur vel út.

Katrín Alda Rafnsdóttir, frumsýnir fatalínuna Hvörf frá Kalda

FÁGAÐ OG FALLEGT

Fatamerkið Kalda hefur sent frá sér nýja fatalínu sem ber nafnið Hvörf. Katrín Alda Rafnsdóttir hönnuðurinn lýsir línunni sem fagaðri og kvenlegri. „Þegar ég var að hanna þessa línu datt ég í svona leðurólaþema. Það gerðist alveg óvart og má eiginlega segja að ég hafi misst mig aðeins. Þurfti að eiginlega að stoppa mig af,“ segir Katrín Alda. Rebekku, systur hennar, sem stendur líka að baki fataliunnar, leist ekki á blikuna á tímabili og þurfti að minna Katrínu á að hún væri ekki að hanna búninga fyrir bláar myndir. „Þessi leðurólapæling var aldrei neitt djúp,

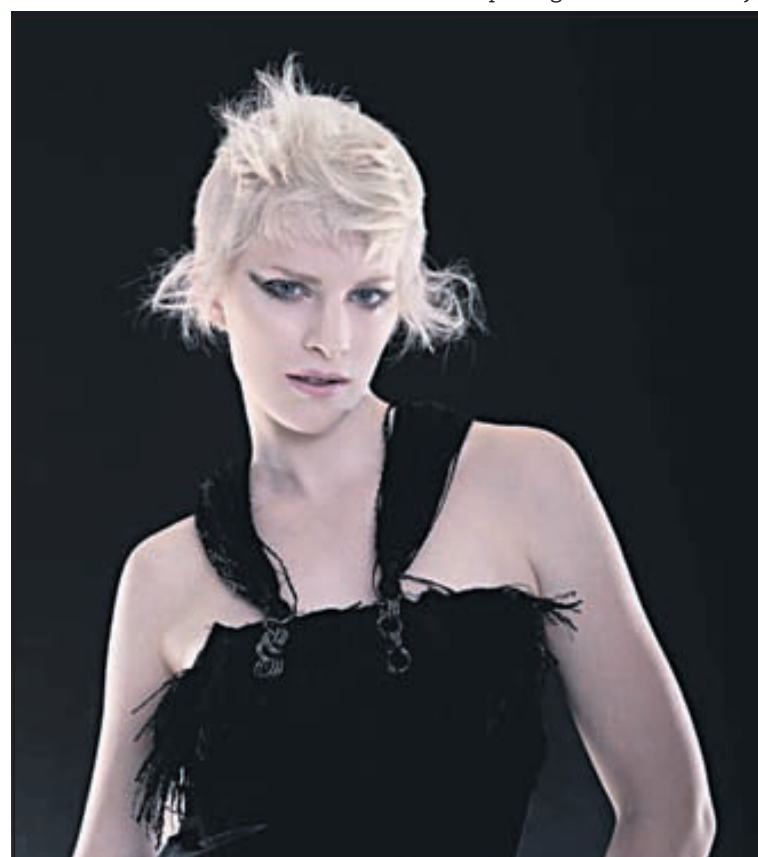
en þó hugmynd sem leiddi út í heila fatalínu.“

Ásamt því að hanna saman, reka systurnar búðina Einveru þar sem Kalda-fatalínun fæst í bland við aðrar útvaldar vörur. Nýja línan kom í búðir í gær og var Katrín Alda spennt yfir viðtökunum. „Þessi lína er frábrugðin hinni að því leyti að ég er að nota fínna efni á borð við silki, viskós og þunna ull til að vege upp á móti þessum grófu leðurólum,“ segir Katrín Alda en hún er nýkomin frá London þar sem hún tók þátt í eins konar kynningarviðburði fyrir unga hönnuði. „Það gekk

mjög vel úti og við erum að fara með merkið til Stokkhólms í lok mánaðarins og stefnum á að reyna að selja eitt-hvað af nýju línunni út.“

Línan Hvörf eftir Kalda er komin í verslunina Einveru og eru flíkurnar á verðbilinu 15.900 til 39.900 krónur. Einvera verður opin til 20.000 alla Airwaves-helgina.

- áþ



Vertu velkominn(r)!
SALON REYKJAVÍK

Grandagarði 5 • Reykjavík • S. 568 5305
salon@salon.is

OPNUNARTÍMAR
VIRKA DAGA 6–18. LAUGARDAGA 9–13.



Blake Lively



Alexa Chung

NORDICPHOTOS/GETTY

Stjörnurnar deila fatasmekk:

Flottar í bláum kjól

— eikkonan Blake Lively og plötu-snúðurinn Alexa Chung eru með nokkuð ólíkan fatastíl. Þær virðast þó deila fatasmekk að einhverju leyti því báðar eiga þær þennan sérstaka bláa kjól og báðar hafa

þær klæðst honum á opinberum samkomum. Lively varð fyrri til og var í kjólnum á kvikmyndasýningu í New York í sumar en Chung klæddist kjólnum á tiskusýningu Chanel-tiskuhússins.

-sm

augnablikið



NÝSTÁRLEGAR FLÉTTUR Fyrirsætunarnar sem sýndu sumarlínu Alexander McQueen fyrir árið 2011 skörtuðu eins konar vefnaðarverki í hárinu. Hárlokkarnir voru vafðir saman og útkoman var hárlistaverk sem passaði vel við fötin.

föstudagur

Útgáfufélag 365 miðlar ehf. Umsjón Sara McMahon og Álfur Pálsdóttir Forsíðumynd Stefán Karlsson
Útlitshönnun Kristín Agnarsdóttir Auglýsingar Sigríður Hallgrímsdóttir
sigridurh@365.is sími 512 5432 Föstudagur Skattahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

HEILSAÐU UPP Á ÞIG

HOLLT
OG GOTT
Á HAGSTÆÐU
VERÐI.

Þú getur borðað án samviskubits hjá okkur.
Réttirnir okkar eru saðsamir og girnilegir en um leið
trefjaríkir og fitulitlir.

SERRANO.IS



6 STAÐIR

HÖFÐATORG // STJÖRNUTORG, KRINGLAN // N1 HRINGBRAUT
N1 BÍLDSHÖFÐA // SMÁRALIND // DALSHRAUN 11, HAFNARFIRÐI

**serrano**
FRESH MEX

VIÐ HEILSUM UPP Á ÞIG!

núna

* dansaðu vilt



KÓSÍ TEBOLLI Það er fátt yndislegra en að sitja í hlýlegu eldhúsi í góðum selskap með tebolla við hendina. Tedrykkju ættu allir að stunda.



Dansglöð Linda Ósk Valdimarsdóttir danskennari hefur gefið út metnaðarfullt dansmyndband. Hún kennir dansana hjá DanceCenter Reykjavík.

Linda Ósk Valdimarsdóttir gefur út dansmyndband:

HVÖTTT ÁFRAM AF SPARKS

Linda Ósk Valdimarsdóttir er nítján ára dansari og danskennari hjá DanceCenter Reykjavík. Hún gaf nýverið út mynddisk með tveimur dansmyndböndum sem sýna jazzfunkdans og hiphop.

Þetta er í fyrsta sinn sem slíkt er gert hér á landi og kviknaði hugmyndin að útgáfu mynddiskins þegar Linda Ósk var í vinnuferð í Los Angeles og var boðið í afmæli til danshöfundarins Alan Phlex, sem hefur samið dansa fyrir stórstjörnur á borð við Britney Spears, Beyoncé og Lady GaGa. Í afmælinu var einnig staddur Shane Sparks, dómari og danshöfundur í sjónvarpsþáttunum So You Think You Can Dance,

og vildu þeir fá að sjá verk eftir Lindu Ósk. „Þar sem ég var ekki með neitt í höndunum hvöttu þeir mig til að gera dansmyndbönd sem ég gæti sýnt bæði heima og erlendis og notað

* „Maður þarf að standa upp úr á einhvern hátt því það eru svo margir hæfileikaríkir dansarar þarna úti. Ég get notað myndbandið til að sýna fólki það sem ég get og hef verið að gera. Svona myndbönd eru oftast tekin upp í stúdíói en mitt er nánast eins og tónlistarmyndband þar sem ég reyni að túlka tónlistina í dansi.“

sem eins konar meðmæli. Í kjölfarið ákvað ég að ráðast í það að búa til þetta dansmyndband og fékk snillingana hjá Illusion til að framleiða það með mér,“ segir Linda Ósk.

Hún stefnir á að fara út til Los Ang-

les næsta sumar og reyna fyrir sér sem dansari. Linda Ósk segir borgina bjóða upp á marga möguleika en tekur fram að mikil samkeppni ríki á milli dansara og því komi myndbandið að góðum notum. „Maður þarf að standa upp úr á einhvern hátt því það eru svo margir hæfileikaríkir dansarar þarna úti. Ég get notað myndbandið til að sýna fólki það sem ég get og hef verið að gera. Svona myndbönd eru oftast tekin upp í stúdíói en mitt er nánast eins og tónlistarmyndband þar sem ég reyni að túlka tónlistina í dansi.“

Hægt verður að nálgast myndböndin á Youtube.com sé nafn Lindu Óskar slegið inn sem leitarorð og einnig á síðunni www.illusion.is.

- sm

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



Signatures Of Nature

Náttúrulegar og lifrænar snyrtivörur

BODY TREATMENT 15% AFSLÁTTUR af öllum body skrubbum, sturtusápum og body lotion.

DAGAR

Frábær tilboð alla helgina

MINERAL MAKE UP
- NÝ FÖRÐUNARLÍNA



- engin kemísk efni
- fyrir allar húðtegundir
- gefur heilbriggt og geislandi útlit
- lokar ekki húðinni
- engin rotvarnarefni



Jóhanna Karlsdóttir HotYoga leiðbeinandi

Án allra rotvarnarefna. Húðin er stærsta líffæri líkamans. Hugaðu vel að umhirðu hennar með því að nota grænni vöru.

- aloe vera barbadensis
- grape-fruit oila
- vanilla
- Lemongrass
- camomile
- lavender
- mandla
- magnesium
- patchouli
- E.vitamin
- A.vitamin
- C.vitamin
- spirulina
- dunilla

Ég var svo ánægð að uppgötva Nature Scent vörurnar í litlu fallegu búðinni sem lítið fer fyrir í Smáralindinni. Ég hef prófað óteljandi húðvörur í gegnum tíðina og elska að finna gott body-krem eða olíu. Í mínu starfi er húðin í stöðugri hreinsun og þá er svo gott að toppa meðhöndlun húðarinnar með góðum vörum sem eru náttúrulegar og ylma unaðslega. Ég elska lemongrass ylminn til dæmis. Nature Scent vörurnar eru greinilega mjög vandaðar og manni líður strax vel í húðinni. Yndisleg búð með vörum sem hægt er að treysta og njóta!

www.signaturesofnature.is

Verlsanir okkar eru í Smáralind 2. hæð við D-ingang sími 511-10-09



Á RÚMSTOKKNUM

Sigga Dögg kynfræðingur

Sendu Siggu Dögg póst með spurningum eða óskum um umfjöllunarefni. Netfangið er kynlif@frettabladid.is

Þetta er bara búið

Brúðkaupið er búið og það var staðfest fyrir augum almættisins, vinnufólks og fjölskyldu, við erum hjón. Brúðkaupsdeginum er fagnað og í huga margra er fátt fallegra en þessi gleði- og ástarfögnuður. Það rignir yfir okkur kveðjum um bjarta og gæfuríka framtíð og með bros á vör er samlífi okkar fagnað. Þannig lagað séð.

Hjónabandinu er tekið fagnandi en í sömu andrá er gjarnan tekið fram að nú taki við kynlífslausir dagar. Framtíð hjónabands er ekki byggð á kynlífi heldur einhverju öðru. Hverju, spyrðu? Ég er ekki viss.

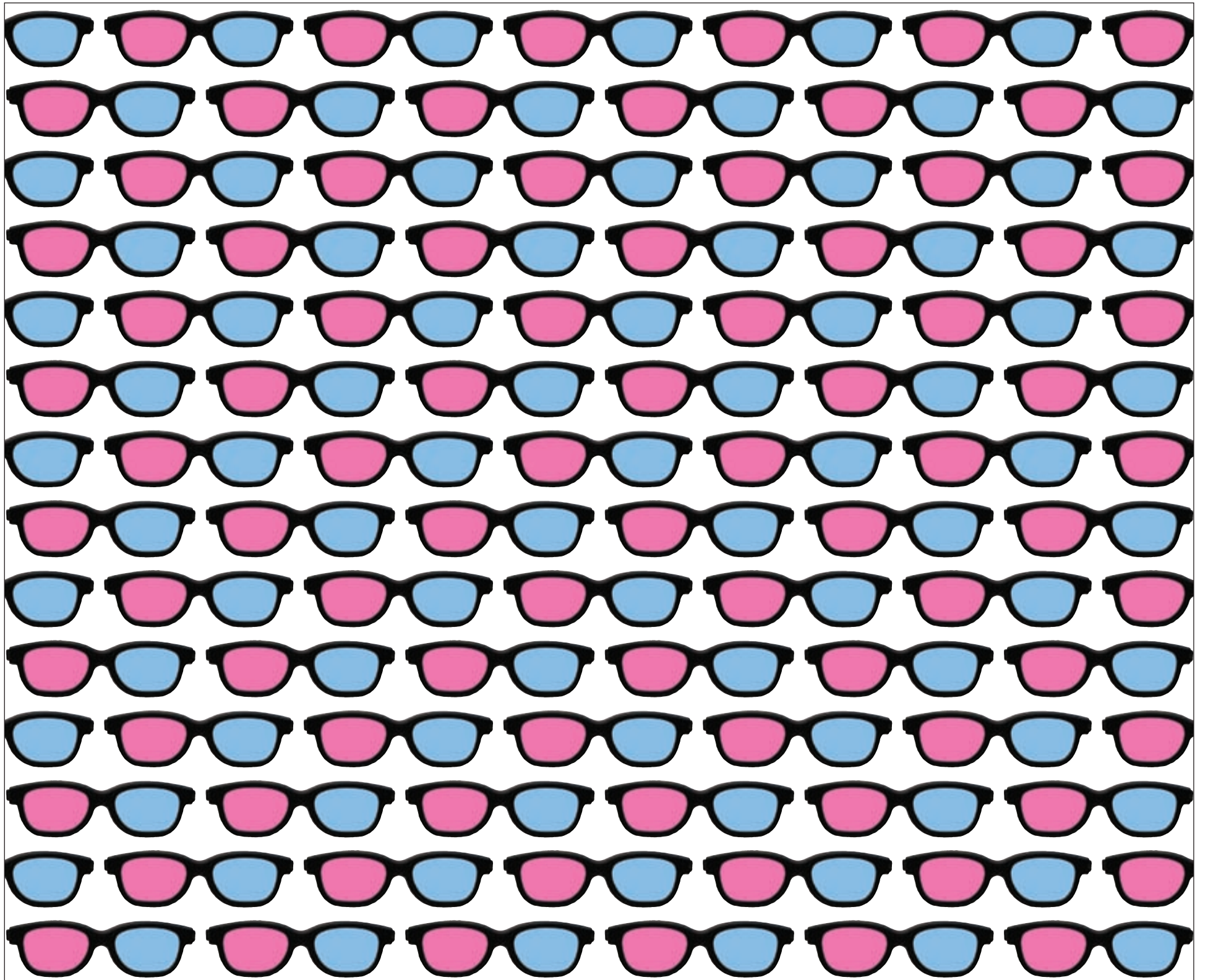
Ég velti fyrir mér uppruna þessarar athugasemdar að hjónaband dregi kynlífslöngun og kelerí. Gottman er fræðimaður á sviði sambanda og hjónabanda og hann telur atriði líkt og kynlíf á fyrstu tveimur árum hjónabands einkar mikilvæg fyrir gæði og framtíð sambandsins. Það er því ekki svo að kynlíf hætti að skipta máli fyrir sambandið heldur virðist það bara hætta. Því er talað um tíðni í þessu samhengi en ekki gæði. Rannsóknir á tíðni samfara innan sambands hafa fengið ýmis meðaltöl, mishjálpsamleg, því kynlífslöngun er einstaklingsbundin og samanburður getur verið villandi. Þá virðist sumum körlum finnast tíðni samfara mikilvægari en gæði þeirra en konum þveröfugt, þær kjósa gæði fram yfir tíðni. Það má því spyrja hvernig þetta tvennt geti farið saman innan sambands. Þá hafa niðurstöður annarra rannsókna leitt í ljós að því líkari sem væntingar einstaklinga eru til tíðni kynlífsathafna, þeim mun meiri er ánægja þeirra af kynlífinu.

Annar fræðimaður á þessu sviði, McCarthy, segir að þegar par sé sátt við kynlíf sitt þá útskýrir það 15-20% af heildarhamingju fólks innan sambandsins. Hins vegar þegar pör eru óánægð með kynlífi skýrir það 50-75% af vandamálum sambandsins. Því virðist óánægja með kynlífið eiga stóran hlut að máli í sambandserfiðleikum í samanburði við mikilvægi ánægju með kynlífið og hlutverk þess í hamingju innan sambandsins.

Það sem ég dreg saman úr þessu er að það er mikilvægt að báðir komi sér saman um hversu oft þeir vilja stunda kynlíf og að báðir séu ánægðir með þá niðurstöðu. Það er engin tófratala eða töfralausn. Þetta er ekki spurning um að „þrauka“ þrjú skipti í viku því rannsóknir hafa einnig sýnt að karlmenn eiga það til að meta sambandið eftir því hversu hamingjusaman þeir telja maka sinn vera.

Þetta er því allt saman hringrás og andleg líðan annars aðila hefur áhrif á hinn, eðlilega kannski. Kynlífslaust samband þarf því ekki að vera dauðadæmt ef báðir aðilar eru sáttir. Ætli þetta sé ekki allt saman spurning um að tala saman, um kynlíf og annað hversdagslegt, enda tel ég það vera grunninn að góðu starfhæfu sambandi.

* **Hjónabandinu er tekið fagnandi en í sömu andrá er gjarnan tekið fram að nú taki við kynlífslausir dagar.**



Setjum upp kynjagleraugun

Landssöfnun gegn kynferðisofbeldi helgina 15.–16. október 2010

Á föstudag og laugardag selja **Skottur** kynjagleraugun. Ágóðanum verður varið til þess að efla þjónustu við fólk sem beitt hefur verið kynferðisofbeldi.

Markmið **Skottanna** er að breyta **Stígamótum** í sólarhringsmiðstöð. Auk bættrar ráðgjafarþjónustu verður opnað athvarf fyrir konur sem vilja brjótast út úr vændi og mansali. Jafnframt mun verkefnið **Stígamót á staðinn** verða endurvakið utan höfuðborgarsvæðisins. Akureyringar styðja **Aflið** og Vestfirðingar **Sólstafi**. Kynjagleraugun verða seld í flestum verslunarkjörnum um land allt.


Skottur

Samstarfsvettvangur íslenskra kvennasamtaka

tíska

✿ farðu eigin leiðir

BRÚNT OG AFTUR BRÚNT Tískustraumar tíunda áratugarins gera vart við sig í nýrri haustlínu Make Up Store. Brúnir tónar eru áberandi og eru brúnar varir það heitasta. Varabýantar fá uppreisn æru, þó í ljósum tónum enn sem komið er, og kinnalitir fást í hinum ýmsu litbrigðum.



Companies, Kringlunni

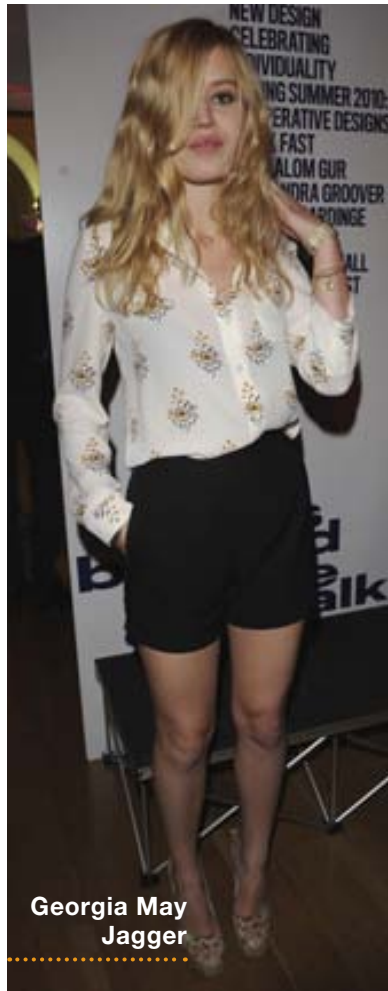
Make Up Store, Kringlunni

Topshop, Kringlunni

Zara, Kringlunni

Kron, Laugavegi

FRÉTTABLAÐIÐ/VILHELM



Georgia May Jagger



Victoria Beckham

NORDICPHOTOS/GETTY

Ný húðlína frá L'Oréal sem byggir á 10 ára genarannsóknum.

Þessa nýja genatækni eflir hæfileika húðarinnar til að endurheimta æskuljómann.



YOUTH CODE rakagefandi andlitskrem, gefur jafnari og sléttari áferð. Húðin endurheimtir æskuljómann og verður unglegr, ljóminn endurheimtist og þreytumerki í andlitsdráttum minnka. Við notkun er kremið frískandi og gefur fyllingu. Kremið er flauelsmjúkt viðkomu og gerir húðina mjúka sem satín. Smýgur mjög hratt inn í húðina, mjög þægilegt að nota undir farða. Má nota bæði kvölds og morgna.



YOUTH CODE concentrate nærir húðina samstundis og gefur henni raka. Dregur úr sýnilegum línunum og öldrunarmerkjum. Hefur mjög sléttandi og strekkjandi áhrif á húðina, notist á andklit og háls, sérstaklega á þau svæði þar sem línur virðast greinilegri og húðin þarfnast auka styrkingar. Setjið svo rakakremið yfir.

YOUTH CODE augnkrem gerir það að verkum að húðin endurheimtir æskuljómann. Hefur sléttandi áhrif á augnsvæðið, húðin virkar sléttari og fínar línur virðast grynna. Kremið smýgur einstaklega þægilega inn í húðina og lýsir upp húðin umhverfis augun. Notist kvölds og morgna.



L'ORÉAL PARIS

Flottir Bretar

Hermi krákan

Georgia May Jagger þykir með efnilegri fyrirsætum í tískuheiminum í dag, en stúlkan er dóttir Micks Jagger og fyrirsætunnar Jerry Hall. Jagger er með stelpulegan stíl og klæðist gjarnan kjólum og fallegum hælaskóm og skartar svo rósrauðum varalit við.

Victoria Beckham er ávallt flott til fara og vel til höfð. Það mætti segja að hún sé kvenleikinn uppmálaður því hún er alltaf á himinháum hælum og í þröngum kjólum sem draga fram línurnar.



Accessorize, Kringlunni



Oasis, Kringlunni

Companies, Kringlunni

Fókus, Kringlunni

Companies, Kringlunni

Accessorize, Kringlunni

Tilboð á Borðstofu húsgögnum

30% afsláttur.

Allir sem kaupa sófa
fá 3 púða að eigin vali.

Öll glös 3 fyrir 2.

INSPIRED
BY
YOUR HOME

the
PIER



Borðstofuborð
Verð kr. 59.900.-
Verð nú
kr. 41.930.-
Afsláttur
kr. 17.970.-



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



Kósi kragi Loðkraginn ver viðkvæma fyrir kulda.

Flottur jakki Ullarkápur sem þessi eru tilvaldar fyrir veturinn. Hljójar og notalegar.

Bundin Flott ullarkápa sem er bundin um mittið.

Góðar kápur fyrir veturinn:

Ullin vermir í vetur

Ullarkápur eru nokkuð sem þykir móðins í vetur og hentar okkur sem hér búum ágætlega. Ullarkápurarnar eru flottar til daglegs brúks í vetur og ættu að ylja manni yfir hörðustu vetrarmánuðina.

Hættulega flottar neglur

Dökkir haustlitir tróna yfir bjartari sumarlitum hvað val á nöglum snertir. Fallegar plömulitaðar neglur eru það heitasta í haust. Þessi naglalökk fást í Make Up Store í Kringlunni.



ZUMBA® á NordicaSpa

Dansaðu þig í fanta form!

- » Mikil fitubrennsla – eykur þol og styrk
- » Latin-tónlist (salsa, cumbia, merengue, raggaeton, samba og fleira)
- » Auðveld spor fyrir allan aldur
- » Handklæði við hverja komu
- » Herða- og höfuðnudd eftir hverja æfingu

4 vikna námskeið
2 fastir tímar + 5 opnir Zumba-tímar
Verð: 19.900 kr.
Innifalinn aðgangur að tækjasal, opnum tímum á stundaskrá og SPA-inu.

Skráðu þig strax í síma 444 5090

N O R D I C A S P A

www.nordicaspa.is



Ný námskeið hefjast 18. okt.

ÞRÁIR ROKKIÐ O

Arnþrúður Dögg Sigurðardóttir er stoltur Árbæingur, vel plöggðuð, þrífst best í starfi þar sem nóg er um hasar og elti ástina eitt sinn alla leið til Hafnar í Hornafirði.

Viðtal: Sara McMahon
Ljósmyndir: Stefán Karlsson

Ég er Árbæingur í húð og hár og afskaplega stolt af því, eins og flestir Árbæingar,“ segir Arnþrúður, eða Addú eins og hún er betur þekkt, brosandí. Hún lærði hárgreiðslu á sínum yngri árum og vann á hárgreiðslustofu í tvö ár en segist hafa áttað sig á því að þetta væri ekki starf sem hún vildi leggja fyrir sig. „Ég fékk bara allt í einu upp í kok af hári. Meira að segja svo mikið að ég fór ekki í klippingu í tvö ár. Ég áttaði mig á því að þetta væri ekki það sem ég vildi vinna við það sem eftir væri og þá fannst mér alveg eins gott að hætta,“ útskýrir hún. Addú hóf störf í tiskuverzlun við Laugaveg en endaði óvart sem starfsmaður á Kaffibarnum. „Það kom þannig til að vinkona mín sem rak staðinn á þessum tíma, þurfti aðstoð eitt kvöldið. Ég hjálpaði henni og endaði svo á því að vinna þarna í nokkur ár.“

HENTI DAMON ALBARN ÚT

Hún segist hafa upplifað margar skrautlegar uppakomur á meðan hún vann á barnum og nefnir í því samhengi eitt skipti þegar hún neyddist til að henda tónlistarmanninum Damon Albarn út af staðnum. „Ég held að hann hafi átt brot í staðnum á þessum tíma. Ég man bara eftir því að ég tók hann eitt kvöldið og fleygði honum út af því hann hagaði sér svo illa. Maður nennti engu veseni.“

Addú kynntist mörgu frá-bæru fólki í gegnum starfið á Kaffibarnum og þar fékk hún einnig fyrst nasapefynn af kvikmyndabransanum. „Margir af fastakunnunum unnu við kvikmyndagerð á þessum tíma og það fékk mig aðeins til að spá í þann bransa. Þetta virtist mjög heillandi og skemmtilegur heimur, svona miðað við það sem maður heyrði frá þessu dásemdarfólki.“

HRIFIN AF EYJUM

Addú starfaði einnig um stund sem viðburðastjóri hjá Ölgerðinni og aðstoðaði meðal annars



Elskar kvikmyndabransann Arnþrúður Dögg Sigurðardóttir hefur unnið við margt um ævina. Undanfarin ár hefur hún þó unnið alfaríð við kvikmyndabransann og kann best við sig þar.

við allan undirbúning fyrir Þjóðhátíð í Eyjum. Hún segist mjög hrifin af Vestmannaeyjum og viðurkennir að hún sé með sterk tengsl til eyjanna. „Ég á mjög kæra vinkonu sem er þaðan og ég hef verið svo lánsöm að kynnast Vestmannaeyjum í gegnum hana og hennar fjölskyldu. Fyrir utan það

er ég mikið Þjóðhátíðarbarn og hef varla sleppt Þjóðhátíð frá því ég var sextán ára gömul. Undanfarin ár er ég reyndar farin að fara frekar á Goslokahtíð, ætli það sé ekki aldurinn,“ segir hún hlæjandi.

Eftir að hafa unnið hjá Ölgerðinni í nokkurn tíma ákvað Addú að halda á vit ævintýrana og

bak við tjöldin

Besti staðurinn?
Ætli það sé ekki Flateyri um þessar mundir. Ég alveg elska Flateyri, það er svo fáránlega skemmtilegt fólk þar. Svo er heima og sveitin alltaf best.

Uppáhaldskvikmyndin?
Ætli myndin sem ég hef séð oftast sé ekki Reservoir Dogs.



OG VITLEYSUNA



Þann þriðja á ferðamannastað rétt fyrir utan borgina. Svo eyddi maður sumrinu í að skemmta sér og kynnst nýju fólki.“

Addú kynntist sambýlismanni sínum, kvikmyndagerðarmanninum Sindra Kjartanssyni, skömmu eftir heimkomuna frá Spáni og heillaðist það mikið af honum að hún elti hann til Hafnar í Hornafirði þar sem hann vann við gerð kvikmyndarinnar Bjólfskviðu. „Við vorum nýbyrjuð að hittast þegar hann flutti austur á Höfn í Hornafirði til að vinna við Bjólfskviðu. Mér fannst þetta ekki alveg vera málið og vantaði vinnu, og fékk mjög góðan vin minn, sem vann líka við myndina, til að ráða mig í vinnu svo ég gæti verið með Sindra og ekki sakaði að vera á launum líka,“ segir Addú og bætir við: „Maður reddar sér alveg.“

VANTAÐI ROKKIÐ

Parið bjó í litlu hótélherbergi meðan á tökunum stóð og lýsir Addú tímanum sem stórskemmtilegum. „Við vorum saman alla daga, vöknudum í geðveiku stuði klukkan fimm á morgnana og fengum okkur instant-kaffi til að ræsa okkur og fórum svo að vinna. Þessi tími varð líka til þess að ég



„Ég tek ofan fyrir þeim sem láta fjölskyldulífið virka þrátt fyrir vinnuna. Ég held að það þurfi að ríkja mikill skilningur á báða bóga til að samböndin gangi því þessi vinna getur étið mann upp til agna.“

heillaðist af kvikmyndagerð og öllu „ruglinu“ sem henni fylgir. Fyrir utan að hafa kynnst öllum þessum skemmtilegu dugnaðarforkum.“

Innt eftir því hvað það er við þennan bransa sem heilli hana segist Addú bæði hafa gaman af keyrslunni sem fylgi starfinu og samvistunum við samstarfsfélagana sem hún kallar miklar hetjur. Hún segir þó mikið álag fylgja starfinu og að það taki sinn toll af samböndum þeirra sem vinna innan bransans. „Ég tek ofan fyrir þeim sem láta fjölskyldulífið virka þrátt fyrir vinnuna. Ég held að það þurfi að ríkja mikill skilningur á báða bóga til að samböndin gangi því þessi vinna getur étið mann upp til agna.“

Eftir Bjólfskviðu fékk Addú hvert verkefnið á fætur öðru og vann meðal annars við gerð sjónvarpsþáttanna Strákarnir, Stelpurnar og Næturvaktina. Hún segir vinnutímann við Næturvaktina hafa verið erfíðan þar sem dagarnir voru langir og einmana-legir. Í kjölfarið fékk hún nóg af

bransanum og þráði ekkert heitar en venjulegt líf með reglulegri vinnutíma og föstum launum. „Ég fann fyrir leiða og þreytu og þráði tilbreytingu. Ég fór að vinna sem sölumaður en það skrítna er að það kom fljótt upp söknuður eftir hinu, þannig að ég hætti sölu-starfinu og var ráðin í sjónvarpsþáttinn Svarta engla. En ég er ánægð með að hafa prófað hitt því nú veit ég að „venjulegt“ líf hentar mér ekki. Það vantaði rokkið og vitleysuna.“

GOTT SAMSTARF

Addú starfar nú sem framleiðandi hjá eftirvinnslufyrirtækinu Framestore og segist kunna mjög vel við sig þar. Fyrirtækið er með höfuðstöðvar í London og útibú bæði í New York og Reykjavík og er eitt hið stærsta í heiminum á sínu sviði. Hún á einnig fyrirtækið Kjartansson ehf. ásamt Sindra, en fyrirtækið framleiddi meðal annars heimildarmyndina Backyard í leikstjórn Árna Sveinssonar sem sýnd verður á kvikmyndahátíðinni CPH/DOX í nóvember og er einnig sýnd í Bíói Paradís fram yfir Airwaves-hátíðina. Innt eftir því hvernig það sé að vinna með kærastanum segir Addú það hafa

gengið ágætlega. „Við vinnum reyndar ekki mikið saman í dag. Hann vinnur mest sem aðstoðar-leikstjóri og framleiðandi á meðan að ég starfa alfarið fyrir Framestore. Samstarf okkar felst aðallega í því að ég skamma hann fyrir rassvasabókhald og kaup á gömlum bíldrulsum, sem fer ekkert alltaf vel í gamla Árbæinginn. Við erum ólík en við náum vel saman.“

Addú segist sáttt við lífið þessa stundina og telur ólíklegt að hún eigi eftir að skipta um starfsvettvang á næstunni. „Framework er að gera svo stórkostlega hluti í dag og tækifærin eru mörg þannig að ég fer ekki neitt.“

Blaðamaður spyr Addú að lokum út í annað áhugamál hennar, nefnilega bifhjól. „Ég reyni að hjóla eins mikið og ég get. Þessa dagana er ég reyndar kona á milli hjóla, ég er að leita að draumahjólinu mínu. Í framtíðinni langar mig að eiga bæði „chopper“ og „krossara“ þannig ég gæti eytt sumrinu í að þeysast um sveitirnar – á meðan Sindri vinnur,“ segir hún hlæjandi að lokum.

NÝ SKÓSENDING Í GYLTA KETTINUM,



Allir skór á
12.800 kr.
stærðir 36-41



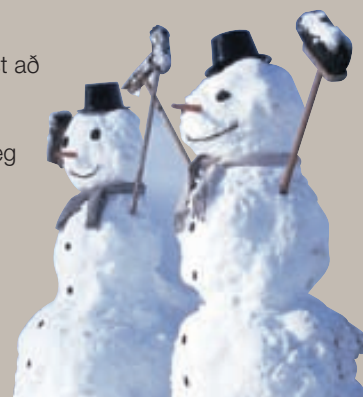
AUSTURSTRÆTI 8-10 • SÍMI 5340005

Lífsmottóið?
Ekkert mottó,
maður á bara
að vera
glaður, bjart-
sýnn og
góður við ná-
ungann.

Uppáhaldsrétturinn?
Það eru pottþétt gellurnar hjá honum Úlfari á Premur frókkum, hreinn unaður.



Uppáhaldsrétturinn?
Sumar eða vetur, helst að sleppa þessu veseni sem er á milli, þó svo að haustlitinir séu alveg ótrúlega fallegir.



Föstud. 29. október kl. 20 – UPPSELT
 Sunnud. 31. október kl. 20 – UPPSELT
 Laugard. 6. nóvember kl. 20 – UPPSELT
 Sunnud. 7. nóvember kl. 20 – UPPSELT
 Laugard. 13. nóvember kl. 20 – UPPSELT
 Sunnud. 14. nóvember kl. 20 – UPPSELT

NÝJAR AUKASÝNINGAR :
 Föstud. 19. nóvember kl. 20
 Sunnud. 21. nóvember kl. 20



GIUSEPPE VERDI
RIGOLETTO

ÓLAFUR KJARTAN SIGURÐARSON
 ÞÓRA EINARSDÓTTIR · JÓHANN FRÍÐGEIR VALDIMARSSON
 JÓHANN SMÁRI SÆVARSSON · SESSELJA KRISTJÁNSDÓTTIR
 BERGÞÓR PÁLSSON · KÓR OG HLJÓMSVEIT ÍSLENSKU ÓPERUNNAR
 LÝSING: PÁLL RAGNARSSON · BÚNINGAR: FILIPPÍA ELÍSDÓTTIR
 LEIKMYND: ÞÓRUNN SIGRÍÐUR ÞORGRÍMSDÓTTIR
 HLJÓMSVEITARSTJÓRI: DANÍEL BJARNASON · LEIKSTJÓRI: STEFÁN BALDURSSON

WWW.OPERA.IS SÍMI MIÐASÖLU 511 4200 ÍSLENSKA ÓPERAN



Kate Moss Nordichphotos/getty



Nicole Richie

Mary-Kate og Ashley



20% afsláttur
 af öllum vörum í dag
 föstudag og á morgun
 laugardag í tilefni
 6 ára afmælis
 verslunarinnar.

vertu vinur á facebook

belladonna

Skeifunni 11 • 108 Reykjavík • Sími: 517-6460
 www.belladonna.is

Gallerí Fold · þekkt fyrir trausta þjónustu



Næsta listmunauppböð 8. nóvember

Erum að taka á móti verkum núna í
 Galleríi Fold við Rauðarárstíg

Áhugasamir vinsamlegast hafið samband í síma
 551-0400, 896-6511 (Tryggvi),
 845-0450 (Jóhann)

Opið virka daga 10-18, laugard. 11-16, sunnud. 14-16
 Rauðarárstígur 14, sími 551 0400 · www.myndlist.is

LISTMUNASALA **fold**

Tískufyrirmyndir síðustu tíu ára skoðaðar:

FLOTTAR KONUR

Það getur verið gaman að líta yfir farinn veg nú þegar árið 2010 fer að líða undir lok og skoða þær konur sem hafa sett sitt mark á tiskuna undanfarnin áratug og gjarnan lagt línurnar fyrir okkur hinar.

Ofurfyrirsætan Kate Moss er helsta tiskufyrirmynd breskra stúlkna og gerði meðal annars ballerínuskó, þröngar gallabuxur, vesti og vaðstígvél að skyldueign. Hún hannar fata-línu undir eigin nafni fyrir tiskuvöruverslunina Topshop sem hefur slegið í gegn, enda stúlkna með puttann á tiskupúlsinum.

Leikkonan Chloé Sevigny hefur löngum þótt töff, bæði hvað varðar val sitt á kvikmyndahlutverkum og á flíkum. Hún er meira að segja svo töff að hönnuðir á borð við Dolce & Gabbana,

Chloé og Uniqlo hafa beðið hana um að sýna hönnun þeirra. Tvíbúrasysturnar Mary-Kate og Ashley fóru frá því að vera sætar barnastjörnur yfir í heimþekktar tiskufyrirmyndir. Fata-stíll þeirra einkennist einna helst af stórum og víðum flíkum, miklu skarti og stórum sólgleraugum. Aðrar sem hafa sett mark sitt á tisku síðustu tíu ára eru meðal annars leikkonan Sarah Jessica Parker, stílistinn Rachel Zoe, plötusnúðurinn Alexa Chung og raunveruleika-stjarnan Nicole Richie.

- sm



Rachel Zoe



Chloé Sevigny



Alexa Chung

HAUSTÚTSALA

ETHANOL ARINELDSTÆÐI MEÐ

50% AFSLÆTTI

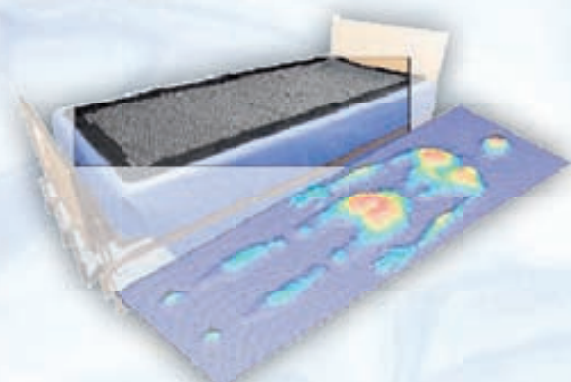
- SÓTAR EKKI
- MENGAR EKKI
- ÞARF EKKI ÚTBLÁSTUR
- EINFALT Í UPPSETNINGU



RÚM OG DÝNUR MEÐ 30% AFSLÆTTI

FAGLEG RÁÐGJÖF OG
FRÍ LEGUGREINING

Komdu í heimsókn, prófaðu legugreininguna, og fáðu faglega ráðgjöf um val á heilsudýnum, án skuldbindinga!



50% afsláttur af heilsukoddum
Verð frá 3.500 kr



50% afsláttur af heilsupúðum
Góðir fyrir mjóbakið



VIÐ FRAMLEIÐUM ÞITT RÚM EFTIR ÞÍNUM ÞÖRFUM

Rúmgott er eini framleiðandi landsins í svæðaskiptum heilsudýnum

Löggiltir dýnuframleiðendur, starfandi í 60 ár

RúmGott · Smiðjuvegi 2 (við hliðina á Bónus) · Kópavogi · Sími 544 2121

Opið virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga kl. 11-16 · www.rumgott.is

VERSLUNIN
**Rúm
Gott**
ÍSLENSK HEILSURÚM

Götutískan á Airwaves

TÍSKULEGIR tónlistarunnendur



EMIL Tvitugur
tónlistarmaður
frá Danmörku.

Airwaves-tónlistarhátíðin er í algleymingi um þessar mundir og miðbær Reykjavíkurborgar er fullur af tónlistarunnendum frá hinum ýmsu heimshornum. Þægilegur skófatnaður, hattar, rauðar varir, stuttbuxur og leðurjakkar einkennu áhorfendur. Sumir gengu skrefinu lengra og fóru ótroðnar slóðir í fatavali. Tónlistarhátíðir eru ágætis stökkpallur fyrir tískutilraunir.

Föstudagur fór á stúfana og festi nokkra hátíðargesti á filmu sem voru með tískustraumana á hreinu.

-áp, sm



MALIN OLSON 28 ára móttökustjóri frá Svíþjóð.



JASMIN REXHEPI blaðamaður frá Kosovo.



SVALA 21 árs starfsmaður í Rokki og rósum.



MARGRÉT RÚNARSDÓTTIR 23 ára gamall proskabjálfanemi og söngkona.



ÞÓRA SIGURDARDÓTTIR
24 ára háskólanemi.



DOUGLAS SMIT 26 ára gamall námsmaður frá Hollandi.



ÁLFHEIÐUR MARTA OG THELMA HARALDSÓTTIR 17 ára nemendur við Menntaskólann í Hamrahlíð.



HALDÓR ELDJÁRN 19 ára tónlistarmaður ættaður úr Svarfaðardal.



ANNA-MALIN GUÐMUNDSDÓTTIR 21 árs námsmæri frá Svíþjóð og Íslandi.



SONJA ÁSGEIRSDÓTTIR 17 ára gömul námsmæri.



GREG BARRETT 35 ára gamall tónlistarmaður frá Írlandi.



LAURA JIL BEYER 24 ára plötusnúður frá Þýskalandi.



JOSEFINE GUSTAVSSON OG HANNA LUIGA

Josefine er 21 árs plötusnúður frá Svíþjóð og Hanna er 21 árs þerna frá Svíþjóð.

ICELAND
AIRWAVES
October 13 -17 '10
FOUNDING SPONSOR ICELANDAIR



ENGIR TÓNLISTARMENN.
ENGIN HÁTÍÐ.

ICELANDAIR: VIÐ FLYTJUM TÓNLISTARMENN.

Við hjá Icelandair erum stolt af því að hafa tekið þátt í að skapa og styðja við Iceland Airwaves frá upphafi.

ICELANDAIR
WWW.ICELANDAIR.IS

tíðin

* stórir draumar



MJÚKAR VARIR Shea butter frá l'Occitane er gott fyrir þurra og viðkvæma húð, neglur og frostbitnar varir.

Mælistikan

➤ Á uppleið

➤ Á niðurleið



Rokk og ról! Airwaves er í fullu gangi yfir helgina. Þeir sem ekki náðu að bóka miða í tæka tíð geta samt tekið þátt í rokkinu með því að sækja utandagskrárvíðburði.



Hreyfingarleysi Samkvæmt nýjustu tölum er Íslendingar nú á meðal feitustu þjóða heims og ætti fólk að huga svolítið betur að heilsunni og hreyfa sig meira.

Öfundskýki Það er gott að geta glaðst með öðrum og þess vegna ættu menn að láta alla öfundskýki lönd og leið.

Geisladiskar Gömlu góðu vínplötur eru að ryðja sér aftur til rúms og því ágætt að hvíla geisladiskana svolítið.

Þykkar peysur Nú er orðið nógu kalt til að klæðast notalegu, stóru, þykkum peysunum aftur. Tískuverslanirnar eru stútfullar af alls konar peysum þessa dagana og því úr nógu að velja!

Heitir réttir Indverskur, mexíkóskur og asískur matur er fullkomin leið til að seðja svanga maga á köldum haustkvöldum.



Undirbúningur í hámarki Harpa Einarsdóttir opnar sýninguna Skull and Halos í Gallery Lost Horse. Í bakgrunni sést í gífsstyttna sem er eftirmynd af líkama Brynhildar Guðjónsdóttur.

Harpa Einarsdóttir opnar myndlistarsýningu

Geislabaugar og kúpur

Fatahönnuðurinn Harpa Einarsdóttir opnar sýningu undir nafninu Skull and Halos í Gallerí Lost Horse á morgun. Á sýningunni eru teikningar, klippiverk, unnar með blandaðri tækni og skúlptúrar þar sem Harpa reynir að koma á framfæri mikilvægi jafnvægis milli góðs og illis. „Titill sýningarinnar er kominn af þessum eilífðar tilvísunum í baráttuna milli góðs og illis. Hvort tveggja verður að vera til staðar svo jafnvægi skapist. En þetta er samt létt og skemmtileg sýning þó að undir-

tónninn sé djúpur,“ segir Harpa sem er þekktari fyrir fatahönnun sína og búningahönnun í tölvuleikjum fyrir CCP.

„Upphaflega sótti ég um í bæði myndlist og fatahönnun í Listaháskólanum en komst inn í fatahönnunina svo það varð ofan á en myndlistin hefur ávallt verið ríkjandi í því sem ég tek mér fyrir hendur. Þegar ég var að vinna fyrir CCP fékk ég aftur löngunina að gera myndlist.“

Harpa hefur ekki haft langan tíma til að undirbúa sýninguna en unnið baki

brotinu síðustu tvær vikurnar. Meðal verka sem verða til sýnis er skúlptúr úr hestahauskúpum sem hún hefur safnað saman frá bóndabýli föður síns og gífsstytta af líkama Brynhildar Guðjónsdóttur leikkonu.

„Heimir Sverrisson og Gunnar Þór Nilsen hafa aðstoðað mig við að gera sýninguna að veruleika og er ég þeim mjög þakklát.“

Sýningin verður opnuð á morgun klukkan 19 í Gallerí Lost Horse á Hverfisgötu.

- áþ

SIEMENS



Uppþvottavél
SN 46T590SK

Orkunotkun miðuð við
borðbúnað fyrir einn.

0,11 kwst. 0,07 kwst.
1995 2010

sparnaður
-36%



Þvottavél
WM 16S770DN

Orkunotkun miðuð við
þvott á 1 kg á 60° C.

0,26 kwst. 0,13 kwst.
1995 2010

sparnaður
-50%



Kæliskápur
KG 36VX74

Orkunotkun miðuð við
100 l á sólarhring.

0,48 kwst. 0,25 kwst.
1995 2010

sparnaður
-48%

Sparaðu
með Siemens

Siemens er þekkt fyrir umhverfisvæna stefnu sína og er í fremstu röð þegar skoðaðar eru tækninýjungar er varða orkusparnað á heimilum.

SMITH & NORLAND

Nóatúni 4 • Sími 520 3000
www.sminor.is





ÚR IÐRUM JARÐAR MEÐ
OAKLEY RADAR BLACK IRIDIUM

SKOÐAÐU – PANTAÐU

www.opticalstudio.is

Optical Studio
SMÁRALIND • LEIFSSTÖÐ • KEFLAVÍK



HELGARRÁÐIN

Björk Varðardóttir, einkaþjálfari hjá World Class.

1 Það er mjög gott að búa til hollt brauð til að deila með vinkonum eða fjölskyldunni í morgunsárið. Það má borða með osti og pestói, og til að toppa þetta má hafa ávexti í skál á borðinu.



2 Ef vel viðrar þá stendur Esjan alltaf fyrir sínu eða göngutúr í skemmtilegu umhverfi, góðar vinkonur skortir aldrei umræðuefni á meðan. Svo er líka hægt að hittast í ræktinni og taka góða æfingu saman, þar getur maður viðráð púkann í sér í leiðinni ef hópurinn skiptist á um að koma með áskoranir.

3 Ég mæli með fiskmeti áður en farið er út á lífið og til að tryggja að við fáum sem mest af trefjum í slíkri máltíð er mikilvægt að huga að meðlætinu. Ekki taka til dæmis hýðið af sætu kartöflunum því rétt undir hýðinu er trefjaríkasti hlutinn.



4 Gott ráð til að stilla narti í hóf í partii um helgina er að nota vinstri hendina til að ná í góðgætið úr skálinni ef þú ert rétt hent og hægri hendina ef þú ert órvhent, aðferð sem þrælvirkar!

5 Það er fátt sem bætir heilsuna jafn mikið eins og góður svefn. Ekki láta lystarleysi ná völdum daginn eftir skemmtilegt kvöld, því fyrr sem þú nærð að fá þér næringarríkan mat því fyrr kemst blóðsykurinn í eðlilegt horf en þynnkuþilfinningin getur komið út af lágum blóðsykri.

Panasonic TOPPTILBOÐ

ideas for life



Panasonic TXP42G20

42" Full HD NeoPlasma sjónvarp með 1920x1080p upplausn, THX, Vreal Pro5, 600Hz Intelligent Frame Creation, Infinite Black 5.000.000:1 skerpu, Pro 24p Smooth Film/ Play Back, x.v Colour, Progressive Scan, VIERA CAST, Digital Cinema Colour 3D Colour, C.A.T.S háskerpu HDTV DVB-T stafr. móttakari, kortalesara, 2 x USB tengi fyrir Wi-Fi/HDD upptöku, 2x Scart, 4 HDMI, PC tengi ofl.

TILBOÐ 249.990

FULLT VERÐ kr. 319.990



Panasonic TXL32C20

32" LCD sjónvarp með 1366x768p upplausn, Vreal 4, 40.000:1 skerpu, 24p Playback, Progressive Scan, Intelligent Scene Controller 3D, Colour Management Sub-Pixel Control, VIERA Link, stafrænum DVB-T móttakara, kortalesara, Scart, 2 HDMI tengi ofl.

TILBOÐ 109.990

FULLT VERÐ kr. 139.990



Panasonic TXP42C2

42" HD Ready 16:9 Plasma sjónvarp með 1024x768p upplausn, Vreal 4, 100Hz, 24p, Real Black Drive 2.000.000:1 dýnamískri skerpu, x.v Colour 3D Colour management, Motion Pattern, Noise Reduction, Sub-Pixel Control, Progressive Scan, Viera Link, stafr. háskerpu HDTV DVB-T móttakara, kortalesara, Scart, 2 HDMI ofl.

TILBOÐ 124.990

FULLT VERÐ kr. 179.990



Panasonic TXP42S20

42" Full HD 1080p Plasma sjónvarp með 1920x1080p upplausn, Vreal Pro4 Engine, 24p Playback Plus/ Playback, 2.000.000:1 skerpu, 0.001 msec svartíma, x.v Colour, Progressive Scan, Digital Cinema Colour 3D Colour, Motion Pattern Noise Reduction, 3D Comb Filter, háskerpu HDTV DVB-T stafrænum móttakara (MPEG4), kortalesara ofl.

TILBOÐ 179.990

FULLT VERÐ kr. 229.990



Panasonic TXP46G20

42" Full HD NeoPlasma sjónvarp með 1920x1080p upplausn, THX, Vreal Pro5, 600Hz IFC, Infinite Black 5.000.000:1 skerpu, Pro 24p Smooth Film Play Back, x.v Colour, Progressive Scan, VIERA CAST, Digital Cinema Colour 3D Colour, C.A.T.S háskerpu HDTV DVB-T stafr. móttakara, kortalesara, 2 x USB fyrir Wi-Fi/HDD upptöku, 2x Scart, 4 HDMI, PC tengi ofl.

TILBOÐ 329.990

FULLT VERÐ kr. 369.990



STOFNAB 1971

Sjónvarpsmiðstöðin

RAFTÆKJAVERSLUN • SÍÐUMÚLA 2 • SÍMI 568 9090 • www.sm.is



ALLAR GERÐIR

UMBODSMENN UM LAND ALLT - REYKJAVÍKURSVÆÐIÐ: Hagkaup, Smáralind, VESTURLAND: Hljómsýn, Akranesi, Hagkaup, Borgarnesi, Samkaup, Borgarnesi, Blómsturvellir, Hallissandi, Skipavík, Stykkishólmi, VESTFIRÐIR: Kaupfélag Steingrímsfjarðar, Drangsnesi, Samkaup, Ísafirði, NORÐURLAND: KF Steingrímsfjarðar, Hólmevík, KF V-Húsnæðingna, Hvammstanga, Smárabær, Blönduósi, Skagfirðingabúð, Sauðárkrúki, Hagkaup, Akureyri, Heimilistækni, Akureyri, Öryggi, Húsavík, AUSTURLAND: Samkaup, Egilsstöðum, Kauptún, Vognafríði, KF Héraðsbúá, Seyðisfirði, Spærkaup, Fæskrudsfirði, Nettó, Hólm Hornfirði, SUÐURLAND: Mosfell, Helli, Fosshaf, Selfossi, Geisli, Vestmannaeyjum, REYKJANES: Heimilistækni, Reykjanesbæ, Hagkaup, Njarðvík.



Haustgleði við Gömlu höfnina um helgina

Verðslanir með ýmis tilboð á fallettri gjafavöru. Opíð frá 11 - 17 Tónlistarmyndbönd tengd Airwaves-hátíðinni í Cinema no. 2. Veitingahús með tilboð í tengslum við Airwaves.

Sægreifinn | Höfnin | Sushi smiðjan | Café Haití | Cinema no. 2 | Galleri Dunga | Sædis gullsmiðja | Sjóhaturinn | Vikingloft