

# föstudagur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS 7. janúar 2011



**TELMA ÞORMARSDÓTTIR HEFUR STARFAÐ SEM FYRIRSÆTA Í FIMMTÁN ÁR**  
Áramótakjöllinn • Nýr borðbúnaður frá Aurum • Helgarráðin



## FRÁBÆRT FARTÖLVUTILBOÐ

**Acer Aspire 5736Z-453G32Mn**

- 2.3GHz Intel Pentium Dual-Core T4500
- 3GB DDR3 1066MHz minni
- 320GB SATA harðdiskur
- 15,6" WXGA breiðskjár 1366x768
- Intel GMA X4500 skjákort
- Kortalesari og vefmyndavél
- DVD og CD-RW skrifari
- Windows 7 Home Premium - 64-BIT

# Kr. 97.950

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

\* ekki missa af



**LJÚFIR TÓNAR** Ný geislaplata hljómsveitarinnar Amiinu hefur fengið glimrandi dóma víða og þykir tónlistin vera falleg og fingerð. Platan ber heitið Puzzle og er gott eintak að eiga í plötusafninu.

## blogg vikunnar



### Hönnuðurinn

Íslensk stúlka að nafni Hildur Yeoman hefur greinilega næmt auga fyrir fegurð en hún heldur úti blogginu hilduryeoman.blogspot.com. Hildur er hönnuður, tísu-teiknari og af blogginu að dæma hefur hún brugðið sér í stílstahlutverk með ljósmyndararnum Sögu Sig. Á blogginu má finna flottar og litríkar myndaseríur og teikningar eftir Hildi sjálfa. Lifandi blogg með skemmtilegum myndum.

### Íslendingur í Svíþjóð

Elísabet Gunnarsdóttir er öllum hnútum kunnug í tískuheiminum og deilir þekkingu sinni á því sviði á bloggi sínu elisabetgunnars.tk. Elísabet er búsett í Svíþjóð ásamt manni sínum og barni og á blogginu má finna myndir af þeim ásamt því að hún mælir með flíkum frá sænskum verslunarkeðjum sem vert er að gefa gaum. Skemmtilegt blogg fyrir tískuáhugafólk.



Nýtt íslenskt matarstell frá Aurum:

# EINFALT EN FLOTT

**G**uðbjörg Ingvarsdóttir, skartgripahönnuður Aurum, hefur hannað fallett matarstell í samstarfi við finnska hönnunarteymið Elinno. Stellið er framleitt úr hágæða postulíni og er þar af leiðandi sterkara og endingarþetta en venjulegt postulín.

„Ég leitaði samstarfs við Elinno á sínum tíma þar sem ég sá ákveðna samlíkingu með verkum okkar. Postulínið heillaði mig þar sem hægt er að vinna það þynnra en það heldur samt styrkleika sínum og verður finlegra. Innblásturinn að mynstrinu kemur frá tvemur skartgripalínunum mínum, Heklu og Dögg, og einfaldleiki mynstranna gerir það að verkum að auðvelt er að blanda settunum saman og nota þau við ýmis tækifæri,“ útskýrir Guðbjörg og bætir við að við vörurnar eigi að geta átt sér langa ævi og gengið kynslóða á milli.

Að sögn Guðbjargar hafa viðtökurnar verið góðar og seldist nokkuð af vörunum fyrir jól. „Viðtökurnar hafa verið virkilega góðar. Ég varð vör við að fólk var að kaupa hluta úr borðbúnaðinum fyrir jól með það í huga að halda áfram að bæta í stellið með árunum.“

Að svo stöddu fæst matarstellið aðeins í Aurum en Guðbjörg útilokar ekki að vörurnar verði einnig fáanlegar erlendis innan skamms.

- sm



Falleg hönnun Guðbjörg Ingvarsdóttir skartgripahönnuður hefur hannað sérstaklega fallett matarstell í samstarfi við finnska hönnunarteymið Elinno. Stellið er fáanlegt með tvemur mynstrum.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

## ÚTSALA ÚTSALA ÚTSALA



**30-50% afsláttur af öllum vörum**

**MINÐ**

Smart verslun fyrir konur - Firði Hafnarfirði

Sími 534 0073



www.fjordur.is



**Doppött sumar** Skemmtilegur doppöttur skokkur með slaufu frá Westwood.

NORDICPHOTOS/GETTY



**Mikilfenglegt** Röndóttur og íburðarmikill sumarkjól í pastellitum.

Litaglöð hönnun Vivienne Westwood:

## Doppur og rendur

Nú fer daginn að lengja og fólk getur farið að hlakka til sumarsins. Okkur er því óhætt að byrja að skoða vor- og sumarlínur tískuhúsanna og sjá hvað sumarið fram undan ber í skauti sér. Vor- og sumarlína pönkdrottningarinnar Vivienne Westwood boðar litríkt sumar þar sem úir og grúir af alls kyns mynstri: doppum, röndum og öðru.

- sm

## augnablikið



**MYNDARLEG** Leikkonan Penélope Cruz skemmtir sér á körfuboltaeik ásamt eiginmanni sínum. Cruz ber þeirra fyrsta barn undir belti og er bumban orðin nokkuð myndarleg.

NORDICPHOTOS/GETTY

## föstudagur

Útgáfufélag 365 miðlar ehf. Umsjón Sara McMahon og Álfurún Pálsdóttir Forsiðumynd Elísabet Davíðsdóttir Útlitshönnun Kristín Agnarsdóttir Auglýsingar Sigríður Hallgrímsdóttir sigridurh@365.is sími 512 5432 Föstudagur Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

# Útsala



50%

VERD ÁÐUR: 8.990-  
NÚ: 4.495-



VERD FRÁ: 390-



VERD-ÁÐUR: 14.900-  
NÚ: 8.940-

40%



40% BORDSTOFUBORD VERD ÁÐUR: 59.900- NÚ: 35.940-  
BORDSTOFUSTÓLL VERD ÁÐUR: 16.900- NÚ: 10.140-



40%

VERD NÚ FRÁ: 894-



50%

VERD ÁÐUR: 49.900- NÚ: 24.950-



VERD ÁÐUR: 15.900-

NÚ: 9.540- 40%



30-40%

VERD FRÁ: 2.394-



# 20-80%

the PIER

SNYRTIVARA  
3 FYRIR 2

SMÁRATORG 522 7860 • KORFUTORGI 522 7870 • GLERÁRTORGI 522 7880



**Sjóuð fyrirsæta** Telma hefur búið og starfað í New York í næstum áratug. Hún hefur meðal annars setið fyrir hjá tiskurisum á borð við Versace, Armani og D&G.

# FYRIRSÆTA Í FIMMTÁN ÁR

**Pegar Telma Þormarsdóttir byrjaði að vinna sem fyrirsæta var ekkert internet og hún fékk kassettur með íslenskri tónlist sendar í pósti. Eftir 15 ár í bransanum lumar Telma á mörgum góðum sögum. Henni hefur verið bjargað af Naomi Campbell og orðið fyrir móðgun frá Miuccia Prada.**

**Viðtal:** Álfur Pálsdóttir  
**Myndir:** Elísabet Davíðsdóttir  
**Stílisti:** Hrafnhildur Hólmgeirsdóttir  
**Fatnaður:** AFTUR

**P**egar ég hugsa til baka núna geri ég mér grein fyrir að ég var ótrúlega ung þegar ég fór fyrst út í fyrirsætubransann," segir Telma Þormarsdóttir en hún hefur

starfað sem fyrirsæta síðan hún var 15 ára og er enn að. Hún hefur unnið með mörgum af stærstu nöfnunum í tiskuheiminum og ferðast út um allan heim til að sitja fyrir. „Öll ferðalögin sem fylgja starfinu heilluðu mig í byrjun og fengu mig til að halda áfram.“

Í dag býr Telma í New York en þar hefur hún verið í tæp tíu ár og unnið sem fyrirsæta. „Ég held alltaf að þetta sé að verða búið, að ég eigi bara hámark tvö ár eftir. En svo er alltaf ný vinna og á meðan mér finnst þetta gaman ætla ég að halda áfram,“ segir Telma hlæjandi.

## UPPGÖTVUÐ Á FYRIRSÆTUNÁMSKEIÐI

„Þegar ég var 13 ára fékk vinkona mín fyrirsætu- og framkomunámskeið í gjöf og ég álpaðist með henni. Ég vissi í raun ekkert hvað þetta var en í einum tímanum kom þangað maður frá ítalskri umboðskrifstofu og fylgdist með okkur. Daginn eftir voru foreldrar mínir og ég kölluð á fund og hann og Kolbrún Aðalsteinsdóttir vildu bjóða mér út það sumar en

foreldrum mínum þótti ég heldur ung þá og vildu kynna sér málin betur og það varð úr að ég fór út ári seinna,“ rifjar Telma upp. „Mamma og pabbi hafa alltaf stutt mig en sómuleiðis verið ströng og þau geta örugglega ekki beðið eftir að þetta taki enda og ég komi heim,“ hlær Telma.

Fyrirsætuferillinn hjá Telmu byrjaði árið 1995 og þá fór hún út ásamt átta öðrum íslenskum stelpum. Á þessum tíma var ekkert net og engir farsímar. Telma hlustaði á kassettur og handskrifaði bréf til sinna nánustu. „Pabbi gaf mér farsíma sem ég kallaði Keikó því hann var svo stór – hlunkur með þvílíku loftneti og maður þurfti að öskra í símann til að heyra eitt-hvað fyrir suði. Mamma hringdi öll kvöld til að tryggja að ég væri komin örugg heim eftir daginn, ég hugsa hún hafi sofið lítið fyrstu árin. Ég var alltaf að skrifa bréf og ná í pakka með nammi frá fjölskyldunni. Ég man sérstaklega eftir spólunum frá vinkonunum en þær tóku stundum upp útvarpsþáttinn Rólegt og rómantískt fyrir mig. Það var hughreystandi

að hlusta á það þegar maður varð einmana í útlöndum,“ rifjar Telma upp og gerir sér um leið grein fyrir hversu langt er síðan. „Nú þakka ég fyrir Skype, Facebook og msn. Miklu auðveldara að halda sambandinu við vini og ættingja.“

## UNNIÐ MEÐ ÞEIM BESTU

Ítalski umboðsmaðurinn sem uppgötvaði Telmu á fyrirsætunámskeiðinu í Reykjavík var Dejan Markovic, eigandi Women-umboðsskrifstofunnar, og hann er enn þann dag í dag umboðsmaður Telmu. „Hann og Kolla voru í góðu sambandi við foreldra mína og ekki síst hugsuðu þau vel um mig úti.“

„Ég var mjög heppin að lenda strax á svona góðri skrifstofu enda hefðu foreldrar mínir aldrei tekið annað í mál þó þau hafi örugglega verið með áhyggjur,“ segir Telma en hún hefur unnið með mörgum af stærstu nöfnunum í fyrirsætubransanum, Sem dæmi má nefna stjórnljósmýndarana Mario Testino og Steven Meisel, hún hefur sýnt fyrir Chanel, Burberry, Givenchy, Marc Jacobs,

Prada og tekið þátt í herferðum H&M og Topshop.

Telma þvertækur fyrir að hún hafi nokkurn tímann orðið vör við að fyrirsætubransanum fylgi eiturfylf og partílíf. „Auðvitað er það til en þetta er spurning um að gefa ekki færi á sér. Ef maður hefur ekki áhuga er manni ekki boðið. Það er að minnsta kosti mín reynsla.“

Foreldrar hennar lögðu henni lífsreglurnar áður en hún fór út og sögðu henni að sýna ávallt að hún hefði bein í nefinu. „Ég tók því mjög alvarlega enda ég er einmitt með smá útstætt bein í nefinu. Það var ekki annað hægt en taka þessum ráðleggingum bókstaflega,“ hlær Telma en bætir við að þessi útlitsbransi sé vissulega ekki fyrir hvern sem er og hún hafi búið sér til ótrúlega þykkar skráp með árunum. „Ég man eftir einu atviki þegar ég var að fara að ganga mína fyrstu sýningu fyrir Prada. Ég var örugglega rétt tæplega tvítug og vissi að þessi sýning var mér mjög mikilvæg. Miuccia Prada stóð fyrir framman mig að næla utan á mig fötin og segir við aðstoðarkonu sína að ég væri nú með aðeins of breitt mitti

myndaalbúmið



„Auglýsingaherferð fyrir D&G. Tekin upp í New York af Mario Testino með Naomi Campbell í aðalhlutverki. Ég var tæplega tvítug og myndatakan mikil reynsla.“

„Þessi mynd er niundi áratugurinn í hnotskurn. Ég og Rakel systir með slöngulokka í pífukjólum. Þess má geta að við vorum brúðarmeyjar fyrir vinafólk mömmu, Betu og Silla. Okkur fannst geggjað að vera í svona finum kjólum og fara í hárgreiðslu.“



„Það má eiginlega segja að ég hafi byrjað í fyrirsætustörfum við fæðingu. Þetta er mynd af mér nýfæddri og voru notaðar



Telma hefur starfað sem fyrirsæta í fimmtán ár. „Ég held alltaf að þetta sé að verða búið og að ég eigi bara hámark tvö ár eftir.“

og mjaðmir. Hún hafði náttúrulega ekki hugmynd um að ég talaði ítölsku og skildi hvert orð sem hún sagði. Ég hélt andliti og lét á engu bera,“ rifjar Telma upp og vill meina að oftast sé best að láta gagnrýni sem vind um eyru þjóta. Maður þarf að vera reiðubúinn til að kyngja ýmsu. „Ég hef þurft að heyra margt og hef lært að hjá þessu fólki skiptir mestu máli að fötin komi sem best út. Þá gleymist stundum mannlega hliðin.“

Telma fullyrðir að hún hafi aldrei tekið það inn á sig og kannski sé hún þess vegna svona vel til þess fallin að starfa í hringið útlitsdýrkunar. „Maður þarf stöðugt að minna sig á að vera hógvær og jarðbundinn.“

#### BJARGAÐ AF NAOMI CAMPBELL

Telma vann öll sumur annaðhvort í Milanó, París eða New York þangað til hún komst á menntaskólaaldurinn. Hún tók þá eitt ár í frí frá skóla og fór út að vinna en kom svo aftur heim og settist á skólabekk. „Ég fór í MH og líkaði vel. Fór samt út að gera verkefni ef mér bauðst eitthvað gott og eftir á að hyggja var ég alltaf með annan fótinn úti,“ segir Telma en þegar kennaraverkfallið skall á árið 2001 tók hún þá ákvörðun að flytja út. „Ég flutti til New York 6. október 2001. Bara þremur vikum eftir árásina á Tvíburaturnana og það var mjög skrytinn tími í New York en á sama tíma yndislegur. Andrúmsloftið var sérstakt og allir fullir af náungakærleika.“

Þegar hún kom til New York var Telma svo heppin að hönnuðurinn Anna Sui tók ástfóstri við hana og kynnti hana fyrir fatahönnuðinum Marc Jacobs. „Hann réð mig í sínar sýningar og það er þannig að ef þú hefur gert sýningu fyrir Marc Jacobs ertu í góðum málum. Þá hefurðu öðlast virðingu og eftirtekt hjá öðrum.“ Boltinn fór að rúlla og Telma gerði til að mynda auglýsingaherferð fyrir Versus,

Emporio Armani og ítalska merkið D&G sem var skotið af Mario Testino með ofurfyrirsætunni Naomi Campbell.

„Það var mjög stórt verkefni og þegar ég kom var mér sagt að ég ætti bara að vera að vinna annan daginn en tókur stóðu yfir í tvo. Svo seinni daginn var ég í makindum mínum að slæpast upp á hótélherbergi þegar skrifstofan hringdi í mig brjáluð yfir því að ég væri ekki mætt upp í stúdíó. Ég fékk svitakast og hentist af stað. Maður er ekki seinn í tókur hjá Mario Testino. En þegar ég mætti voru allir biðstöðu því Naomi var auðvitað ekki mætt. Hún kom ekki fyrr en tveimur tímum seinna og enginn tók eftir að ég hafði verið sein. Það má því eiginlega segja að Naomi hafi bjargað mér þarna.“

✿ „Maður þarf stöðugt að minna sig á að vera hógvær.“

#### NÁTTÚRULÆKNINGAR OG SKARTGRIPAGERÐ

Telma gerir sér grein fyrir að nú sé farið að síga á seinni hlutann í þessu starfi en hún hefur mikinn áhuga á að læra náttúrulækningar og verða hómopati. „Ég hef alltaf haft mikinn áhuga á óhefðbundnum læknávisindum en langafi minn, Guðmundur Ari Gíslason, var fyrsti hómopatin á Íslandi með leyfi frá landlækni svo það má kannski segja að ég vilji feta í hans fótspor,“ segir Telma en einnig á hún hlut í skartgripaframleiðslu systur sinnar, Rakelar. „Það gerir óneitanlega búsetuna í New York skemmtilegra að hafa Rakel hjá mér. Við erum bestu vinkonur og gerum allt saman.“

Aðspurð hvort Telma ætli einhvern tímann að koma heim svarar hún játandi „Já, ætli ég segi ekki bara eins og alltaf, ég gef þessu hámark tvö ár í viðbót.“

**FULL BÚÐ AF NÝJUM VÖRUM**

**Borðstofuhúsgögn** Nýjar sendingar

**Hvíldarstólar** Nýjar sendingar  
Eitt mesta úrval landsins af hvíldarstólum

**Sófar** Nýjar sendingar  
**Hornsófar** Nýjar sendingar  
**Sófasett** Ný sendingar  
**Svefnsófar** frá Ítalsofa

**Útsala**  
afsláttur af öllum vörum  
í versluninni  
Komdu og gerðu frábær kaup!

**Val húsgögn**  
Ármúla 8 - 108 Reykjavík  
Sími 581-2275 ■ 568-5375  
Opið virka daga kl. 10-18 **Laugardag kl. 11-16**

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

**RAW**

**Magnus Carlsen**  
World No.1 Ranked Chess Player  
Photographed by Anton Corbijn

**G-STAR RAW**

**Liv Tyler**  
Actress  
g-star.com

**Útsalan er hafin 30-50% afsláttur !**

LAUGAVEGUR 86-94, 101 REYKJAVÍK ICELAND, S: 511-2007



FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

**Ragnildur Gísladóttir söngkona**

„Hefur lifað tímana tvenna í tísku en alltaf komið á óvart með frjálsllegu, frumlegu og töff útliti sínu. Svo virðist sem hún hafi gert samning við djöfulinn um að eldast ekki.“ - Ellen Loftsdóttir

„Það er óhætt að fylgja henni í blindni þar sem hún tekur vart feilsþor. Hún hefur sinn eigin stíl sem er einlægur, kraftmikill og jafn litríkur og hann er dökkur.“ - Stefán Svan Aðalheiðarson.

**Hvernig myndir þú lýsa þínum persónulega stíl?**

„Hann er „allt er leyfilegt“ stíllinn. Ég blanda ólíkum hlutum og stílum saman, mér líkar sérstaklega vel við 50's og 60's stíllinn sem og föt með japönsku elementum.“

**Spáir þú mikið í tískuna yfirleitt eða klæðistu bara því sem þér þykir fallegt óháð straumum og stefnum?**

„Ég á ekki mikið af fötum og fer rosalega vel með það sem ég á. Ég tek gjarnan fram föt sem ég hef geymt lengi og set þau í nýtt hlutverk. Ég blanda einnig kven- og karlmannsfötum saman og gæti þess vegna verið í flikum frá Ellingsen, Byko og Guðsteini á sama tíma. Stundum rissa ég á blað einhverja línu og læt sauma fyrir mig eða geri það sjálf. Ég læt gjarnan sauma nokkrar flikur eftir sama sniðinu og þá úr ólíkum efnum.“

**Áttu þér uppáhaldshönnuð?** „Ég fylgist nokkuð vel með því sem er í gangi í fatahönnun en er langt frá því að vera tískuþræll og er ekki komin það langt að ég leggi sérstaklega á minnið nöfn hönnuða.“

**Áttu þér þína eigin tískufyrirmynd? Og hvað finnst þér um það að vera sjálf orðin að tískufyrirmynd?**

„Ég hef aldrei séð mig sem tískufyrirmynd en geri kannski ráð fyrir því að einhverjir fleiri fíli það sem ég sé í speglinum. Að klæða sig er sköpun á einhvers konar listaverki og það er gaman.“

**Ertu að glíma við ofþyngd eða offitu?**

**Heilbriggt líf - Heilsulausn 1**

Fyrir ungt fólk, 16-25 ára, sem glímir við ofþyngd, offitu og/eða einkenni frá stoðkerfi (3 mán og eftirlit í eitt ár)



**Léttara líf - Heilsulausn 3**

Hentar þeim sem glíma við offitu, hjartasjúkdóma og/eða sykursýki (3 mánaða námskeið með eftirliti í eitt ár) Að námskeiðinu standa læknar, hjúkrunarfræðingar, sjúkráþjálfarar, næringarfræðingar og sálfræðingar auk íþróttfræðinga og einkaþjálfara



Námskeiðin hefjast 10. janúar

Skráðu þig núna í síma 560 1010 eða á heilsuborg@heilsuborg.is

**HEILSUBORG**

Þegar þú vilt fá það besta út úr lífinu! Faxafeni 14 www.heilsuborg.is

**Ertu að glíma við verki frá stoðkerfi?**

**Betra líf - Heilsulausn 2**

Hentar þeim sem glíma við einkenni frá stoðkerfi svo sem bakverki, eftirstöðvar slysa eða gigt.



Að námskeiðinu standa læknar, hjúkrunarfræðingar, sjúkráþjálfarar, næringarfræðingar og sálfræðingar auk íþróttfræðinga og einkaþjálfara



Námskeiðin hefjast 10. janúar

Skráðu þig núna í síma 560 1010 eða á heilsuborg@heilsuborg.is

**HEILSUBORG**

Þegar þú vilt fá það besta út úr lífinu! Faxafeni 14 www.heilsuborg.is

2



**Svala Björgvinsdóttir söngkona**

„Svala er alveg með á hreinu hvað er í tísku og prófar sig áfram með góðum árangri. Kann að blanda saman klassík með tískubólum.“ - Stefán Svan Aðalheiðarson

**Brynja Nordquist flugfreyja**

„Mér finnst Brynja alltaf flott og með puttann á púlsinum. Klassakona með sinn eigin stíl.“ - Heba Hallgrímsdóttir



3-4

Best klædda kona ársins 2010 valin:

**Frjálsllegar og frumlegar**

Árið er á enda og fólk keppist við að gera það upp á ýmsan hátt. Föstudagur fékk til liðs við sig nokkra góða tiskuspekúlanta til að aðstoða við valið á best klæddu konu ársins 2010. Álitsgjafarnir voru Heba Hallgrímsdóttir, Stefán Svan Aðalheiðarson, Una Hlín Kristjánsdóttir, Ellen Loftsdóttir, Andrea Magnúsdóttir og Andrea Brabin.

Söngkonan Ragnildur Gísladóttir var kosin best klædda kona ársins og sigraði með yfirburðum. Í öðru sæti var Svala Björgvinsdóttir og þriðja sætinu deildu smekkonurnar Ragna Árnadóttir, fyrrverandi dómsmálaráðherra, og Brynja Nordquist flugfreyja.

**Ragna Árnadóttir fyrrverandi dómsmálaráðherra**

„Sláandi glæsileg kona, stílhrein en megatöffari. Kann að velja sér klassískar flikur með tvisti og hárgreiðslan er alveg að gera topp hluti.“

- Stefán Svan Aðalheiðarson



3-4

FRÉTTABLAÐIÐ/ANTON

**Þessar voru einnig tilnefndar:**

**Tinna Bergsdóttir fyrirsæta** „Tinna er alltaf skrefinu á undan þegar kemur að tísku. Algjör töffari og það er alltaf eins og hún sé nýstigin af tískupallinum.“ - Heba Hallgrímsdóttir

**Björk Guðmundsdóttir söngkona** „Einn mesti tiskumógull sem landið hefur alið af sér. Hún hefur komið einhverjum af færustu hönnuðum heims á framfæri, eins og Marjan Pejovski, Alexander McQueen, Jeremy Scott og nú síðast Michel Van Der Ham.“ - Ellen Loftsdóttir

**Dorrit Moussaieff forsetafrú** „Alltaf flott. Klassadama.“ - Una Hlín Kristjánsdóttir







## HELGARRÁÐIN

**Nanna Rögnvaldardóttir,**  
höfundur bókarinnar  
**Smáréttir Nönnu**

**1** Skipuleggðu veitingarnar vel fyrirfram. Ekki fara bara út í búð samdægurs til að kaupa eitthvað í partíð. Skrifaðu niður hugmyndir, farðu yfir listann og athugaðu hvað er hægt að gera með fyrirvara.

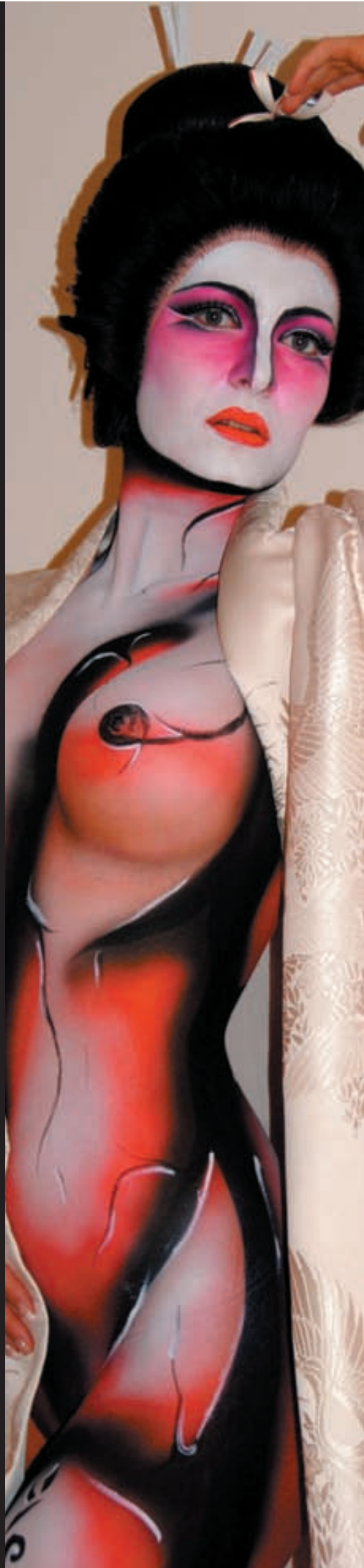
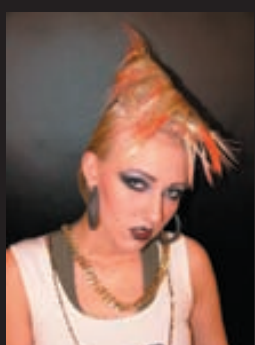
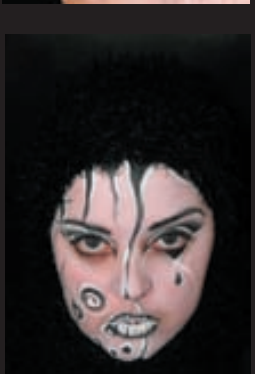
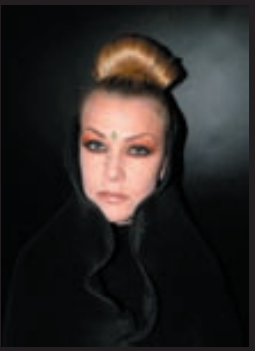


**2** Gættu þess að hafa hæfilega fjölbreytni í veitingum en vertu ekkert að stressa þig á að hafa þær ofurflottar eða tegundirnar mjög margar. Flestir gestanna hafa áreiðanlega borðað fylli sína af góðgæti um kvöldmatarleytið og vilja gjarna eitthvað létt og einfalt þegar líður á kvöldið.



**3** Ef þú ert með ídýfur og annað slíkt sem á að standa á borðinu allt kvöldið og fram á nótt er gott að skipta ídýfunni í tvær minni skálar, breiða plastfilmu yfir aðra og geyma í ísskápnum. Þannig helst ídýfan fersk.

**4** Eftir áramót er upplagt að nýta afganga ársins. Er ekki eitthvað sem hægt væri að nýta? Hrærðu einhverju krukumauki saman við sýróan rjóma eða gríska jógúrt og búðu til ídýfu. Eða búðu til eða kauptu pítsudeig, bökudeig eða smjördeig, skerðu eða stingdu út litlar kökur og búðu til smápítsur, litlar bökur eða fyllta böggla.



FÖÐUNARSKÓLINN

STOFNAÐUR 1997

## Nýtt 14 vikna námskeið hefst 31. janúar

Kennt er mánudaga til fimmtudaga, í morgun- og kvöldhóp.

Hver nemandi fær föðunartösku með NN Cosmetics-vörum og leikhúsföðunarpakka.

Kennarar hafa áralanga reynslu í faginu.

Kennd er tísku- og ljósmyndunarföðun með áhrifum frá leikhúsföðun.

Einnig er kennt airbrush- og líkamsföðun.

Spennandi gestakennarar verða á námskeiðinu og óvæntir gestir munu koma í heimsókn.

Verkefni sem nemendur á haustönn tóku þátt í:

Buddy Holly-söngleikurinn

Frostrósir

Forvarnarauglýsing með

100 þjóðþekktum Íslendingum

Forsíða fyrir Vikuna

Tónsprotinn

Föðun fyrir erlenda

hárgreiðslumeistara frá L'Oréal



SNYRTI-AKADEMÍAN

SNYRTISKÓLI - NAGLASKÓLI - FÖÐUNARSKÓLI - FÓTAADGERDASKÓLI

HJALLABREKKU 1 | 200 KÓPAVOGI

WWW.SNYRTIAKADEMIAN.IS

SKOLI@SNAK.IS | Sími: 553 7900

ÚTSALA • ÚTSALA • ÚTSALA • ÚTSALA  
30-70% afsláttur

BOLIR/TOPPAR 990,- HETTUPEYSUR 1.990,- GALLABUXUR 3.500,- JAKKAR 4.195,- LEGGINGS 1.195,-  
TÖSKUR - KJÓLAR - PEYSUR - HÚFUR - SKART - SILLY BANDZ 100,- PK., OFL. OFL.

SOHO/MARKET Á FACEBOOK

Grensásvegur 16 - sími 553 7300 - Opið mán-fös 14-19. Laugd. 12-17

SOHO  
MARKET