

föstudagur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS 24. Júní 2011

Unnur Ösp Stefánsdóttir

Besta leikkona ársins

- Norræni tískutvíæringurinn
- Á rúmstokknum
- Yfirheyrslan

SUMAR TILBOÐ

Panasonic TXP42UX30
42" Full HD Plasma SJÓNVARP með 1920x1080p
upplausn, 600Hz Sub Field Drive, Real Black Drive
2.000.000:1 skerpu, háskerpu HDTV DVB-T stafrænum
móttakara, 24p Playback, Progressive Scan, V-real Pro,
Viera Link, SD/SDHC kortalesara ofl.

TILBOÐ

149.995

FULLT VERÐ 179.995

Panasonic
FULL HD - 600HZ
42 TOMMUR

HAFNARGÖTU 90 REYKJANESBÆ 5: 414 1740 • EYRAIRVEGI 21 SELFOSSI 5: 480 3700 • GARDARSBRAUT 18A HÚSAVÍK 5: 464 1600 • GLERÁRGÖTU 30 AKUREYRI 5: 460 3380 • SUÐURLANDSBRAUT 26 REYKJAVÍK 5: 569 1500



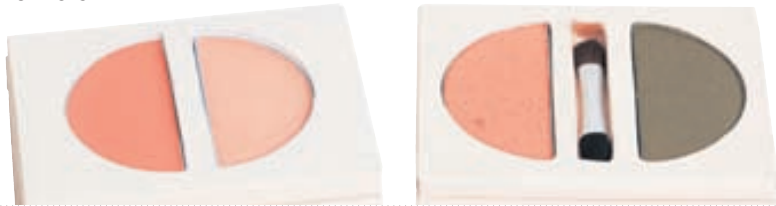
Heimilistæki

ht.is

núna

* sól og gleði

SNIDUG TVÍEYKI Þessi tvíeyki úr pivoine Flora línunni frá L'Occitane eru kjörin í ferðabudduna. Fyrri tvíeykið er á kinnar og gefur andlitinu fallegan ljóma og hið síðara er augnskuggi.



blogg vikunnar

Hvað finnst í fataskápnnum

Lífsstíls- og tiskubloggíð www.stylelikeu.com er stórskemmtileg síða sem auðvelt er að gleyma sér yfir. Umsjónarmenn síðunnar heimsækja athyglisvert fólk, fá að kíkja inn í fataskápa þess og kynna lífsspeki þess. Þeir heimsækja alls kyns fólk, námsmenn í New York, rapparann RZA úr hljómsveitinni Wu Tang Clan, listamanninn Terence Koh og ofurlistann Lori Goldstein. Síðan samanstendur af myndum, viðtölum og ítarlegum vídeóbloggum.



Straumar frá Sviss

Á síðunni www.playlust.net/wp er fjallað um allt mögulegt; partý, tíska, blaðagreinar og ýmislegt annað. Síðan er skrifuð á þýsku en fyrir þá sem ekki skilja það fallega tungumál er engu minna gaman að skoða myndirnar á síðunni því þar finnst ýmislegt áhugavert.



NORRÆNI TÍSKUTVÍÆRINGURINN FER FRAM Í SEATTLE Í HAUST:

VIBSKOV OG MUNDI TIL SEATTLE

Norræni tískutvíaeringurinn verður haldinn í annað sinn í Seattle þann 30. september og stendur hann yfir til 13. nóvember. Norræna húsið er stofnandi tvíaeringsins en listakonan Hrafnhildur Arnardóttir sinnir starfi sýningastjóra í ár.

Að sögn Ilmar Daggar Gísladóttur, verkefnastjóra Norræna tískutvíaeringsins, er markmið viðburðarins að kynna norræna hönnun fyrir umheiminum. „Tvíaeringurinn er hugsaður eins og myndlistarsýning og var það sýningarstjórin, Hrafnhildur Arnardóttir, sem sá um að velja inn þátttakendur. Valið endurspeglar hennar sýn á norræna tíska og hönnun í dag,“ útskýrir Ilmur Dögg og bætir við: „List Hrafnhildar er mitt á milli þess að vera tíska og listaverk og þess vegna er sérstaklega gaman að hafa fengið hana til liðs við okkur.“ Hrafnhildur er

betur þekkt sem Shoplifter og vinnur mikið með hár og skapaði meðal annars hárskúlpúrinn sem Björk bar á plötuumslagi Medullu.

Fjöldi norræna hönnuða tekur þátt í viðburðinum og þeirra á meðal eru Mundi, Hildur Yeoman, Aftur, Aurum, Kría Jewelry, Vík Þrjónsdóttir, Steinunn, danski hönnuðurinn Henrik Vibskov, hin

sænska Sandra Backlund og finnska tvíeykið Ivana Helsinki. Ilmur Dögg segist mjög spenn

þetta stærsta sýning á norrænni hönnun sem haldin er í Bandaríkjunum. „Þetta er alveg ótrúlega spennandi verkefni og frábært tækifæri fyrir litlar þjóðir til að blómstra. Svo skemmir ekki fyrir að við erum með stórfenglegan hóp hönnuða hérna á sýningunni.“

Ilmur Dögg Gísladóttir, verkefnastjóri Norræna tískutvíaeringsins sem haldinn er í Seattle í haust, segir viðburðinn frábært tækifæri fyrir norræna hönnuði. Listakonan Hrafnhildur Arnardóttir er sýningarstjóri.

Hrafnhildur Arnardóttir



Spennandi tímar Ilmur Dögg Gísladóttir, verkefnastjóri Norræna tískutvíaeringsins sem haldinn er í Seattle í haust, segir viðburðinn frábært tækifæri fyrir norræna hönnuði. Listakonan Hrafnhildur Arnardóttir er sýningarstjóri.

FRÉTTABLAÐIÐ/PJETUR

Hversu hreinar eru hárvörurnar þínar?

Derma ECO



Derma Eco hárnæring
Mýkir hárið og eykur glans án þess að veita fituga áferð.

Derma Eco sjampó
Mýkir og verndar, fyrir flestar hárgerðir

DERMA ECO LÍFRÆNT VOTTADAR HÚÐ- OG HÁRSNYRTIVÖRUR Á SKYNSÖMU VERÐI
– Án Parabena, ilm og litarefna –

Fæst í Heilsuhúsinu, Fjarðarkaup, Heilsuver, Hagkaup, Árbæjarapóteki, Apóteki Vesturlands, Apóteki Ólafsvíkur, Melabúðinni, Vöruval Vestmannaeyjum, Þín verslun Seljabraut.

Innflutningsaðili: Gengur vel ehf



Djass á Faktory Húsband Faktory mun leika á alls oddi á sunnudagskvöld.

Djasstónleikar á Faktory:

Djassinn dunar

Djasssveitin Faktory Fantastic, sem einnig er húsbandskemmtistaðarinn Faktory, mun leika ljúfa tóna fyrir gesti á sunnudagskvöld. Sveitina skipa þeir Baldur Tryggvason, Daníel Björn Sigurðsson, Helgi Kristjánsson og Steinar Sigurðsson.

Það hefur verið þéttsetið á fyrri tónleikum sveitarinnar og því

brá hún á það ráð að færa djassinn inn í nýjan hliðarsal staðarins sem rúmar fleiri gesti. Hljóðfærarleikarar og söngelskt fólk er hvatt til að mæta og spreyta sig á sviðinu með Faktory Fantastic á sunnudaginn.

Tónleikarnir hefjast klukkan 21.30 og er aðgangur ókeypis.

augnablikið



SUMARLEGAR Leikkonan Kirsten Dunst og stílistinn Leith Clark voru sumarlegar og finar er þær sóttu Wimbledon-mótið. NORDICPHOTOS/GETTY

the
PIER
FOR YOUR HOME

3 FYRIR 2
AF SESSUM

20% AFSL.

BORD
VERÐ ÁÐUR: 59.900.-
NÚ: 47.920.-

3 FYRIR 2
TILBOÐ Á PÚÐUM



STÓLL VERÐ ÁÐUR: 13.900.-
NÚ: 11.120.-

MIKIÐ ÚRVAL VERÐ FRÁ: 990.-

BARDKANNA
390.-



3 FYRIR 2
AF KERTUM OG
SNYRTIVÖRUM

STÓLL VERÐ ÁÐUR: 11.900.-
VERÐ NÚ: 8330.-

30% AFSL.



ELDSTÆÐI
VAR: 39.990
NÚ: 31.920.-

20%

**ÖLL SUMARHÚSGÖGN
Á 20-30% AFSL.**

BAKKI MÆÐ
FLUGNANETI
1990.-



SERVÍETTUHRINGIR
4 STK. 490.-



PVOTTAKARFA
6990.-

KARFA
1790.-



KARFA
1390.-

STÓLL VERÐ ÁÐUR: 19.900.-
NÚ: 15.920.-

20% AFSL.



BORD
VERÐ ÁÐUR: 15.900.-
NÚ: 12.720.-



SÓFI VERÐ ÁÐUR: 29.900.-
NÚ: 23.920.-

KÖRFUR 690.-



KÖRFUR
490.-



SÍTRÓNELLAKERTI
4 SAMAN 690.-



ÚTIKERTI
4 SAMAN
890.-



TASKA
1990.-



SVUNTA
3490.-



POTTALEPPI
290.-



PÚÐI
1990.-



HITAHANSKI
490.-



SESSA
1990.-



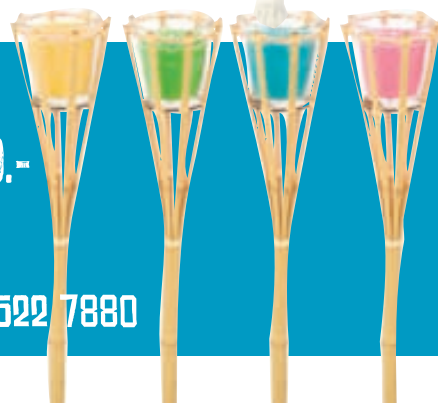
ÖLL LÍNAN HRINDIR FRÁ SÉR VATNI!

STRANDMOTTA 6990.-



the
PIER

KYNDLAR
990.-



SMÁRATORG 522 7860 • KORPUTORGI 522 7870 • GLERÁRTORGI 522 7880

ERFITT AÐ TÚLKA SORG OG MI

Unnur Ösp Stefánsdóttir hlaut Grímuverðlaunin fyrir leik sinn í verkinu Elsku barn í Borgarleikhúsinu og er þar með komin í hóp nokkurra af bestu leikkonum landsins.

Viðtal: Sara McMahon
Ljósmyndir: Anton Brink

Unnur Ösp er fædd og uppalin í Reykjavík og sleit barnskónum í Breiðholtinu. „Ég er upprunalega úr „gettóinu“ eins og margt eðalfólk í kringum mig. Það virðist vera taug tengd listinni sem á uppruna sinn í Breiðholtinu,“ segir hún. Unnur Ösp hefur að eigin sögn leikið frá blautu barnsbeini og á menntaskólaárunum var hún meðlimur í leikfélagi Menntaskólans við Hamrahlíð. Í leikfélaginu kynntist hún einnig núverandi eiginmanni sínum, leikaranum Birni Thors, og hafa þau verið saman í nær fjórtán ár. „Bráðum höfum við verið saman meiri hluta ævinnar, sem er skrítn tilhugsun, en gleðileg,“ segir hún brosandí og bætir við að það sé mikill kostur að þau hjónin starfi innan sama fags því þau leiti mikið hvort til annars í starfi sínu og sýni viðkvæmum hliðum þess gagnkvæman skilning.

FYRSTI SIGURINN

Grímuverðlaunin voru veitt í síðustu viku og var Unnur Ösp valin besta leikkona í aðalhlutverki. Þetta eru hennar fyrstu leiklistarverðlaun og segist hún afar stolt af því að vera nú komin í hóp með sínum uppáhaldsleikkonum. „Það

er eiginlega fjarstæðukennd tilhugsun að vera komin í hóp með Eddu Heiðrúnu Backman og fleiri fyrirmyndum mínum sem ég ólst upp við að dást að. Þetta eru held ég fyrstu verðlaun sem ég vinn á ævinni, fyrir utan einhverja ljóðasamkeppni sem barn. Ég er engin afrekskona, var aðallega á varmannabekknunum í handboltanum og dróst aftur úr í kapphlaupum á skólamótum. Það var því ljúft að vinna eitthvað,“ segir hún og hlær. Hún tekur þó fram að sér hafi alltaf fundist skrítið að hægt sé að keppa til verðlauna í listgreinum. „Ég held að helsti tilgangur svona verðlauna sé að vekja athygli fólks á listinni og fá fleiri til að mæta í leikhús, kvikmyndahús og til að lesa fleiri bækur. En auðvitað er maður stoltur þó svo það megi ekki taka svona of alvarlega.“

Aðspurð viðurkennir Unnur Ösp að sigurinn hafi komið henni á óvart enda hafi sýningin verið lítil og sýningar fáar. „Þetta kom mér á óvart þar sem við gátum aðeins sýnt Elsku barn í skamman



Það eru ekki allir sem þurfa að venjast því að lesa um það í blöðunum hvernig þeir standa sig í vinnunni.

tíma og sýningin fór því ekki hátt. Borgarleikhúsið mun hins vegar taka hana aftur til sýninga næsta vetur. Ég lít á þetta fyrst og fremst sem hrós, þetta er lang stærsta hlutverk sem ég hef fengist við og auðvitað er maður ánægður þegar einhverjum líkar vinna manns.“

Leikverkið Elsku barn fjallar um unga móður sem sökuð er um að hafa myrt börn sín tvö og situr í fangelsi vegna þessa. Unnur Ösp segir hlutverkið það erfiðasta sem hún hefur tekið að sér því fátt sé erfiðara fyrir móður en að kafa

ofan í þær tilfinningar er tengjast barnsmíssi. „Ég er sjálf móðir og það var því ansi krefjandi að reyna að setja sig í spor móður sem annars vegar hefur misst bæði börn sín, og hins vegar situr í fangelsi grunuð um að hafa myrt þau. Á meðan á sýningum stóð þurfti ég að lifa með þessari konu, halda með henni og reyna að fá áhorfendur til að finna til samúðar með henni þrátt fyrir fortíð hennar. En þetta er það sem gerir leiklist svona spennandi að mínu mati, maður sprengrir utan af sér sína öryggisramma og kafar ofan í mannlegt eðli.“

SÉRSTÖK VINNA

Unnur Ösp viðurkennir að leiklistin geti verið sérstök vinna og segir algengustu spurningar fólks varðandi leiklistina vera hvernig leikarar fari að því að muna svo mikinn texta og kyssa aðra en maka sinn. „Ég er mjög meðvituð um hvað þetta getur verið skrítn og sérstök vinna fyrir fólk sem þekkir lítið til hennar. En

það er minna mál að eiga að vera ástfangin af sjarmerandi mót-leikara en að túlka mikla sorg og missi. Það er ekki alltaf fyrirsjáanlegt hvað vefst mest fyrir manni í þessari vinnu. Það hefur verið sagt að leikarar ættu allir að sækja sálfræðitíma því við séum eins og hús sem alltaf er verið að flytja inn og út úr. Persónur leikverkanna ferðast um huga manns og maður þarf að vera í góðu jafnvægi til að geta aðgreint sig algerlega frá persónunum að leiknum loknum. Svo er það auðvitað gagnrýnin, það þurfa ekki allir að venjast því að lesa um það í blöðunum hvernig þeir standa sig í vinnunni. Maður þarf að vera ansi tilfinningakaldur ef maður á ekki að láta slæma gagnrýni á sig fá,“ útskýrir hún.

Frægðin er einn fylgífiska leiklistarinnar en Unnur Ösp segist lítið finna fyrir henni. „Hér heima kannast allir hver við annan hvort sem þeir eru þekktir eða ekki, þetta er svo örsmátt samfélag. Það var aftur á móti afar undarlegt þegar ég fór með Vesturporti og Borgarleikhúsinu til London í vetur að leika Faust. Þá lenti ég reglulega í því að vera stoppuð úti á götu og beðin um eiginhandararitun eða myndatöku. Það voru mjög „absúrd“ kringumstæður,“ segir hún.

BESTA HLUTVERKID

Unnur Ösp og Björn eiga saman soninn Dag sem er fjögurra ára gamall og segir Unnur Ösp að móðurhlutverkið sé hennar uppáhalds hlutverk. „Líf manns fær dýpri tilgang þegar maður verður foreldri. Þegar ég var á Grímunni um daginn hugsaði ég um það eitt að komast heim til að knúsa strákinn, mig langaði ekkert út að dansa og fagna.“

Þrátt fyrir miklar vinnutarnir og óreglulegan vinnutíma hafa hjónin náð að skapa sér og syninum nokkuð eðlilegt fjölskyldu-



Í hópi þeirra bestu Unnur Ösp Stefánsdóttir hlaut Grímuverðlaunin fyrir leik sinn í verkinu Elsku barn og er þar með komin í hóp með bestu leikkonum landsins.

líf. „Við reynum að forgangsraða og taka tarnir til skiptis þannig að við séum ekki undir miklu álagi á sama tíma. Vinnutíminn er leiðinlegur fyrir fjölskyldufólk en við þósum okkur að elda alltaf saman á kvöldin fyrir sýningar og þannig höfum við náð að skapa okkur heilbriggt fjölskyldulíf,“ útskýrir Unnur Ösp.

MÖRG JÁRN Í ELDINUM

Unnur Ösp er nú í fyrsta sinn á leikferlinum fastráðin við leikhús og segir mikið öryggi fylgja því. Hún sinnir þó ýmsum störfum samhliða leikstarfinu og er nú að skrifa sitt fyrsta handrit að sjónvarpsþáttum með vinkonu sinni og samstarfskonu, Nínu Dögg Filippusdóttur. Þættirnir munu fjalla um kvenfanga og líf þeirra innan fangelsisveggja. „Við erum búnar að vinna að þessu í tölu-

verðan tíma, það er algjör tilviljun að Elsku barn skuli fjalla um það sama og þessi skrif okkar. Við urðum skelfdar af þeirri staðreynd að mæður ungra barna sitja sumar í fangelsi. Aðstæður þeirra og brostnar vonir urðu okkur innblástur í að skrifa seríu sem okkur finnst skipta máli í samfélagssumræðunni. Eins er kvikmyndagerð mikill strákabransi og stundum lítið um bitastæð kvenhlutverk og okkur langaði að skrifa handrit sem inniheldur fullt af athyglisverðum kvenhlutverkum og hafa þannig bókstafleg áhrif á framboðið,“ útskýrir hún.

Jón Páll Eyjólfsson leikstýrði Unni Ösp í Elsku barni og til stendur að hún taki að sér annað hlutverk í nýju verki í hans leikstjórn. Verkið nefnist Eldhaf og er eftir Wajdi Mouawad og verður sett upp í Borgarleikhúsinu á

Sumar útsalan er hafin

30 - 70% afsláttur

MINÐ

Smart verslun fyrir konur - Firði Hafnarfirði

Sími 534 0073

FJÖRÐUR
www.fjordur.is

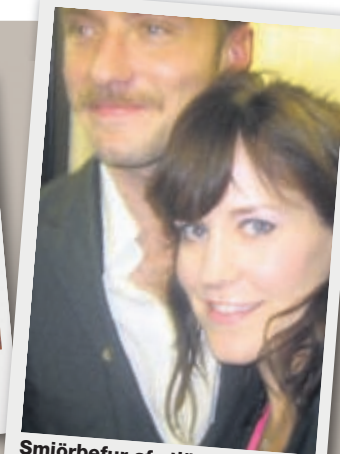
SSI



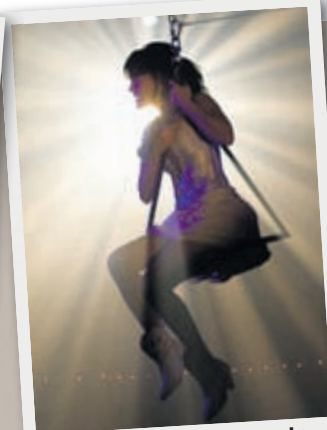
* myndabúmið



Með leiknonni Mariönnu Clöru, einni bestu vinkonu minni, baksviðs í Killer Joe árið 2007.



Smjörpæfur af stjörnulífi. Með Jude Law í London árið 2010.



Sem Greta í Faust í uppsetningu Vesturports og Borgarleikhússins árið 2010.



Hér er ég að taka við Grímuverðlaunum í Borgarleikhúsinu hinn 16. júní.

MYND/JORRI

BBO Nýtt á KFC

Beikon

BOXMASTER™

Orginal
kjúklingabringa,
ostur,
brakandi beikon,
ferskt salat,
tómatar,
kartöfluskífa,
toppað með
æðislegri
BBQ sósu



næsta leikári. „Þetta verk hefur farið sigurför um heiminn, verið sýnt á yfir hundrað stöðum og er nú frumflutt á Íslandi. Þetta er gríðarlega áhrifarík saga konu frá Mið-Austurlöndum og spannar alla ævi hennar. Ég er mjög spennt fyrir þessu verkefni enda snerti lestur þess mig mikið og sagan er með því magnaðra sem maður hefur lesið.“

Leikarar Borgarleikhússins eru nú komnir í sumarfrí og er Unnur Ösp þar á meðal. Hún segist ætla að njóta þess að eyða sumarfríinu í afslöppun í stað vinnu. „Við ætlum að nota tímann í að rækta garðinn okkar og taka húsið svólítið í gegn. Svo ætlum við að ferðast um landið, heimsækja vinarfólk okkar í Svíþjóð og bara njóta þess að slappa af og gera sem minnst svona til tilbreytingar,“ segir hún að lokum glaðlega.

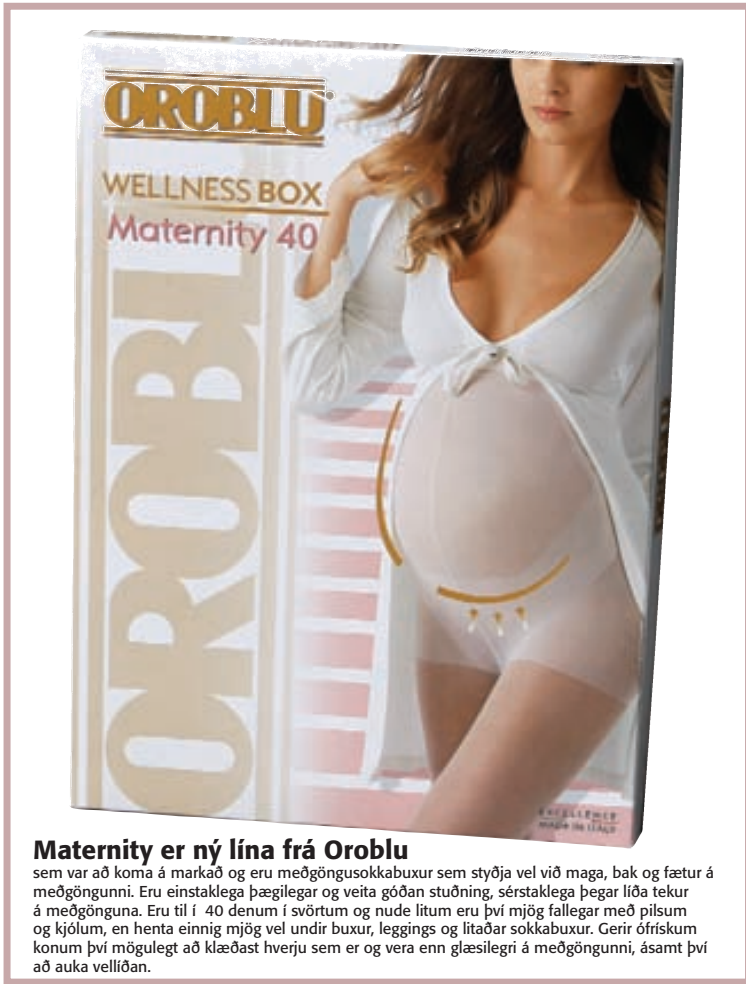


SVOOOGOTT™

0gr.
trans-
fita

www.kfc.is

FAXAFENI • GRAFARHOLTI • HAFNARFIRÐI • KÓPAVOGI • MOSFELLSBÆ • REYKJANESBÆ • SELFOSSI



Maternity er ný lína frá Oroblu
sem var að koma á markað og eru meðgöngusokkabuxur sem styðja vel við maga, bak og fætur á meðgöngunni. Eru einstaklega þægilegar og veita góðan stuðning, sérstaklega þegar líða tekur á meðgönguna. Eru til í 40 denum í svörtum og nude litum eru því mjög fallegar með þilsum og kjólum, en henta einnig mjög vel undir buxur, leggings og lítaðar sokkabuxur. Gerir ófrískum konum því mögulegt að klæðast hverju sem er og vera enn glæsilegri á meðgöngunni, ásamt því að auka vellíðan.

Naomi Campbell hannar gallabuxnalínu:

Fyrirsæta í nýtt hlutverk

Ofurfyrirsætan Naomi Campbell hefur verið fengin til að hanna gallabuxnalínu fyrir ítalska tískumerkið Fiorucci. Sögur herma að línan verði frumsýnd á herratískuvíkunni í Milánó sem fram fer um þessar mundir.

Fiorucci náði miklum vinsældum á áttunda áratugnum en vinsældir fyrirtækisins hafa dalað síðan þá og mun þetta vera liður í því að blása svolitlu lífi í merkið. Fiorucci var nýverið keypt af ítalska fyrirtækinu Ittierre sem rekur meðal annars tiskuhúsin Balmain og Galliano. Mörgum kann þó að þykja undarlegt að Fiorucci hafi valið Campbell til starfsins þar sem fyrirsætan klæðist sárásjaldan gallabuxum. Enn er ekki vitað hvort línan verður á herra eða hvort hún verður fánleg utan Ítalíu.

Campbell reyndi síðast fyrir sér sem hönnuður árið 2008 þegar hún hannaði línu fyrir brasilískt fatamerki. Sú lína var aðeins seld í Brasilíu og vakti ekki mikla athygli. Það verður því forvitnilegt að sjá afrakstur samstarfs Campbell og Fiorucci.



Nýtt hlutverk Ofurfyrirsætan hefur tekið að sér að hanna gallabuxnalínu fyrir ítalska tiskumerkið Fiorucci.

Sumarsprengja

50 - 70% afsláttur

Engin vara á yfir 9.990 kr

OPNUNARTÍMI
MÁN-FÖS 10-18
LAU 11-17
S. 572 3400

Herra

hafnarfjörður

FJÖRÐUR
www.fjordur.is

Firði, Hafnarfirði • Sími 572 3400



Góð kaup Hægt er að gera góð kaup í Fellsmúlanum um helgina. Tiskumerkin Mundi, Forynja, E-Label og Birna halda þar lagersölu.

Lagersala í Fellsmúla:

Hönnun fyrir alla

Tiskumerkin Mundi, Forynja, E-Label og Birna halda lagersölu í Fellsmúla 28, við hliðina á góða hirðinum, í dag og á morgun.

Til sölu verða sýnishorn af hönnun tiskumerkjanna, bæði ný og gömul, og verður allt að átta tíu prósent afsláttur af vörunum. Áhugafólk um íslenska hönnun ætti því að gera sér ferð í Fellsmúlanum um helgina og gera góð kaup. Gamanið hefst klukkan 10.

Á RÚMSTOKKNUM

Sigga Dögg kynfræðingur

Sjálfsfróun og kynhneigð

? Hæ Sigga, mig langar að vita hvað er að vera bi-curious og hversu mörgum líður þannig? Er þetta algeng tilfinning og fylgir fólk henni eftir?

Svar: Til að svara flókinni spurningu á einfaldan hátt þá er mjög algengt að hugsa kynferðislega um aðila af sama kyni. Kynhneigð og kynhegðun fer ekki alltaf saman. Kynhneigð er flókið fyrirbæri sem þarf að skoða út frá hegðun og tilfinningum, sérstaklega ef viðkomandi er óviss um kynhneigð sína. Það virðist vera algengara að konur séu forvitnar um kynlíf með öðrum konum. Þá telja sumir að um þriðjungur gagnkynhneigðra kvenna hafi haft kynferðislegar hugsanir og/eða upplifanir með öðrum konum. Það sama virðist ekki gilda um karmenn og eru þeim settar töluvert þrengri skorður. Þetta getur haldist í hendur við hversu opinskátt fjallað er um málið í samfélaginu. Einnig spila inn í viðhorf líkt og fordæming, til dæmis að gagnkynhneigðir karlar geti ekki verið með öðrum körlum, og tiskubylgjur, líkt og að það sé „flippað“ að gagnkynhneigðar stelpur fari í sleik hver við aðra. Þá eru til þeir sem neita að flokkast undir ákveðna kynhneigð og verða ástfangnir af viðkomandi einstaklingi, óháð líffræðilegu kyni hans.

? Sæl Sigga Dögg, fyrst vil ég hrósa þér fyrir skemmtilega og fræðandi pistla. Mig langaði að athuga hvort þú sætir á einhverjum ráðum fyrir konur á miðjum aldri sem finna til lítillar kynlíflöngunar? Ég er ein slík og er dagamanur á hvort það þírrar mig eða ekki, stundum langar mig að finna fyrir þessari nánd með manni mínum sem kemur í kjölfar samlífs, aðra daga leiði ég hugann lítið að þessu.

Svar: Margt getur spilað inn í kynlíflöngun. Ein rannsókn sýnir að líkamsmynd hafði sterkari áhrif á kynlíflöngun og kynferðislega ánægju en breytingaskeiðið! Því gæti verið áhugavert fyrir þig að skoða þína líðan í því samhengi. Umdeildur ástralskur kynfræðingur líkti kynferðislegri löngun kvenna við hringrás sem byggir á samspili tíðni kynferðislegrar hegðunar og hugsana. Því oftast sem þú stundar ánægjulegt kynlíf, hvort sem er ein eða með maka, því meiri verður löngunin. Þannig skapast jákvæð endurgjöf því jákvæðar afleiðingar kynlífs, líkt og afslöppun, nánd og vellíðan, auka líkurnar á að þú viðhaldir hegðuninni. Sami kynfræðingur taldi einnig að konur ættu að leyfa sér að hugsa um kynlíf og njóta þess þegar þær finndu til löngunar. Hér er sjálfsfróun mikilvæg. Rannsóknir hafa sýnt að konur stunda síður sjálfsfróun en karlar og það getur á vissan hátt útskýrt minni kynlíflöngun. Þá vil ég mæla með að þú prófir sleipiefni með næstu atlotum þar sem það hefur sýnt sig að það geti bætt kynferðislegan unað beggja aðila. Nú er mál að leyfa sér að eiga notalega stund með sjálfri þér og þegar þú ert tilbúin, að bjóða makanum með.

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

Pantaðu þér hand og fótisnyrtingu og fáðu litun og plokkun FRÍTT MEÐ

Verð: 12.900 kr.

Victoria Salon & Spa Laugavegi 178 Sími: 611-5500



HR

HELENA RUBINSTEIN

MEIRA EN BARA MASKARI
VOPN FYRIR FULLKOMNA TÆLINGU

NÝR MASKARI
**LASH QUEEN
FATAL BLACKS**

LYFTIR AUGNHÁRUNUM - HRÍFANDI ÞÉTTLEIKI





YFIRHEYRSLAN

Ragnheiður Harpa Leifs-dóttir, nýtskrifuð úr Fræði og framkvæmd í Listaháskóla Íslands.



Háir hælur eða flatbotna skór: Háir hælur í dans, glæsilegheit og alvarleika. Flatbotna í allt þess á milli.



Ómissandi í snyrtibudduna: Góður varalitur.

Uppáhaldsliturinn: Vínrauður.

Hver eru nýjustu kaupin? Gullfalllegt götuhjól með körfu og geimfara-reiðhjálmur.

Hvað dreymir þig um að eignast? Fljúgandi hjólabretti, æskudraumur.

Hvaða lag kemur þér í gott skap? Dirty Gold með lagið California Sunrise.

Uppáhaldshönnuðurinn: Þyri Huld Arnadóttir.

Uppáhaldsdrykkurinn: Gojiberjasafi.



Ótrúlegt verð frá

106.900 kr.

Beint morgunflug með Icelandair

Costa del Sol & Tyrkland

Costa del Sol 5. júlí í 14 nætur
Tyrkland 2. júlí í 14 nætur

Heimsferðir bjóða ótrúleg sértíloð á allra síðustu sætunum í sólina. Í boði eru frábærar ferðir til okkar vinsælustu áfangastaða, Costa del Sol á Spáni og Bodrum á Tyrklandi. Griptu þetta einstæða tækifæri og tryggðu þér frábært sumarfrí á ótrúlegum kjörum. Fjöldi gististaða á sértíloði á hverjum áfangastað.

Um mjög takmarkaðan fjölda flugsæta er að ræða.

Fyrstur kemur, fyrstur fær!

Costa del Sol

Frá kr. 106.900 í 14 nætur

m.v. tvo fullorðna og tvö börn í íbúð á Aguamarina 5. júlí í 14 nætur.

Verð 135.900 kr. m.v. tvo fullorðna í studioíbúð á Agumarina 5. júlí í 14 nætur.

Frá kr. 133.900 í 14 nætur með allt innifalið

m.v. tvo fullorðna og tvö börn í fjölskylduherbergi á Roc Flamingo/Griego Mar með allt innifalið 5. júlí í 14 nætur.

Verð 164.400 kr. m.v. 2 fullorðna í herbergi á Roc Flamingo/Griego Mar með allt innifalið 5. júlí 14 nætur.

Tyrkland

Frá kr. 159.800 í 14 nætur

m.v. tvo fullorðna og tvö börn í fjölskylduherbergi á Club Shark **** í Bodrum, 2. júlí í 14 nætur.

Verð 189.900 kr. m.v. tvo í herbergi á Club Shark **** í Bodrum, 2. júlí í 14 nætur



Ath. verð getur hækkað án fyrirvara!

Kynntu þér gististaðina á www.heimsferdir.is



Skógarhlíð 18 • 105 Reykjavík • Sími 595 1000 • Akureyri sími: 461 1099 • www.heimsferdir.is



Frábært tæki í bílinn!



Pioneer

DEH-4300UB

4X50 W MOSFET magnari

Útvarp með 24 stöðva minni FM/MW/LW

USB og Aux in tengi á framhlið,

Mismunandi litir á skjá og hnöppum

Spilar MP3, WMA, CD-R, CD-RW

iPod og iPhone Ready

Verð kr. 35.900,-

ORMSSON

LÁGMÚLA 8 • SÍMI 530 2800
www.ormsson.is

UMBODSMENN UM LAND ALLT