

# föstudagur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS 12. ágúst 2011

## LINDA BJÖRG ÁRNADÓTTIR

Fagstjóri á leið í sjónvarpið

- Nýtt íslenskt netttímarit
- Illmenni í tískunni

**TILBOÐ**

**Kr. 109.950**



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

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

**FRÁBAER  
TÖLVA Í SKÓLANN**

Acer Aspire 3820T-374G32nks

- Intel Core i3-370M
- 4GB DDR3 minni
- 320GB diskur
- Intel HD Graphics skjákort
- HDMI tengi
- Bluetooth 3.0

**AÐEINS  
1,8 KG**



**Rafhloðuhleðsla endist  
allt að 8 tíma**

# núna

\* farðu ótroðnar slóðir



**HAUSTVÖRUR** Þó að sumarið sé ekki alveg búið og sólin hefur leikið við landsmenn undanfarna daga er haustið á næsta leiði. Nú er útsölum lokið í flestum verslunum landsins og þær að fyllast af girnilegum haustfatnaði. Það er því um að gera að kíkja í búðirnar og sjá hvaða nýjungar þær hafa upp á að bjóða.

## meðmælin

### Fatamarkaðir

Á þessum tíma árs eru það ekki bara verslanir borgarinnar sem vilja tæma hillurnar fyrir nýjum haustvörum. Fólk er gjarnt á að endurnýja fataskápinn fyrir komandi vetur í þessum mánuði. Kolaportíð er að venju stútfullt af gullmolum úr fataskápum landans. Einnig er um að gera að hafa augu jafnt sem eyru opin fyrir fatamörkuðum víðs vegar um borgina. Til dæmis er sunddrottningin Ragnheiður Ragnarsdóttir með fatamarkað í Bolholti 4 á morgun. Sömu leiðis er Elma Lísa Gunnarsdóttir ásamt systur sinni, Nínu Björk, með markað á Lindargötu 6.



### Tæma lagerinn

Íslenska barnafatamerkið Sunbird boðar allsherjar lagersölu á sumarlinunni sinni til að rýma fyrir nýjum vörum. Salan er haldin í höfuðstöðvum fyrirtækisins að Sundaborg 9, 2 hæð. Opíð í dag frá 16-19 og á morgun milli 13-17. Þrátt fyrir að vera sumarlína er bómullarfatnaðurinn frá Sunbird hentugur fyrir veturinn og þægilegur í leikskólann fyrir börnin. Tilvalinn viðkomustaður á helgar-rúntinum.



Heimir Berg vildi prófa eitthvað nýtt

# NÝTTI FÆÐINGARORLOFIÐ Í AÐ GERA TÍMARIT

Það má segja að ég hafi stefnt lengi að þessu en ekki hrint í framkvæmd fyrr en nú," segir Heimir Berg Vilhjálmsson, ritstjóri nýs nettímaris Kavalér.

Tímaritið kom út á netinu í vikunni og hefur Heimir fengið góðar viðtökur lesenda. Fyrirmyndir tímaritsins eru blöð á borð við Rolling Stone og GQ með umfjallanir um bíómyndir, tónlist, bíla, tísku, íþróttir og sitthvað fleira. Heimir er að reyna að höfða til lesenda á háskólaaldrinum eða frá 18-35 ára.

„Ég er svona að prófa mig áfram með þetta þannig að það er kannski ekki alveg að marka fyrsta tölublaðið. Þetta er svona dellublað sem stiklar á stóru innan margra sviða.“

Heimir sá um alla uppsetningu en hann hefur verið í fæðingarorlofi í sumar og hófst þá handa við að vinna í blaðinu eða að fíka sig áfram, eins og hann sjálfur orðar það.

„Ég hef verið að vinna í Hvalstöðinni í Hvalfirði síðustu sumur og ætlaði mér að fara þangað aftur í vor. Þeirri starfsemi var svo frestað með stuttum fyrirvara. Ég ákvað því að fara í fæðingarorlof og henda mér í þessa vinnu samhliða því," segir Heimir og viðurkennir að öll vinnan á bak við

blaðið hafi komið honum á óvart.

„Þetta var miklu meiri vinna en ég bjóst við. Ég er með nokkrar manneskjur sem skrifuðu smá í þetta blað en mestallt gerði ég sjálfur.“

Á forsiðu blaðsins er að finna mynd af söngkonunni Amy Winehouse sem lést nýverið en myndina fann Heimir á myndasíðunni Flickr. „Ég ætlaði að hafa umfjöllun um Winehouse í blaðinu en féll á tíma. Mér fannst myndin bara svo flott að ég ákvað að halda henni á forsiðunni. Næst verð ég þó með forsiðumynd sem tengist blaðinu," segir Heimir, sem áætlað er að gefa blaðið út á tveggja mánaða fresti til að byrja með. Þeim sem hafa áhuga á að skrifa í blaðið er velkommið að hafa samband við Heimi gegnum vefsíðuna [www.kavaler.is](http://www.kavaler.is).

alfrun@frettabladid.is



**Dellublað** Meðal umfjallana í blaðinu er tíska fyrir karlmenn en Heimir undirstrikar að blaðið sé fyrir bæði kynin.



**Ritstýrir nýju blaði** Heimir Berg Vilhjálmsson stofnaði og ritstýrir nýja nettímaritinu Kavalér sem stílar inn á lesendahóp á háskólaaldri eða frá 18-35 ára. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFAN

## SALON REYKJAVÍK

Hvet þig til að koma og prufa **NATURA KERATIN** kraftaverkameðferð sem virkar!

Haft eftir viðskiptavinum okkar:

*Vilborg: Ég vaknaði á venjulegum tíma dreif mig í sturtu, eftir hana eyddi ég 5 mínútum í hárið, ég vissi ekki hvað ég átti að gera við næstu 45 mínúturnar sem ég yfirleitt eyddi í hárið á morgnanna!*

*Guðlaug: Besta fjárfestingin sem ég hef gert hvað varðar hár mitt!*



BYLTINGAKENND MEÐFERÐ ÞAR SEM KERATIN OG ALOE BARBADENSIS ER NOTUÐ TIL AÐ INNSIGLA HÁRIÐ. MÖGNUÐ MEÐFERÐ SEM GERIR HÁRIÐ MJÚKT, SLÉTTARI, HEILBRIGT OG GLANSANDI. ÞESSI MEÐFERÐ VIRKAR EINS OG KRAFTAVERK Á ÞURRT, ÚFIÐ, VIÐKVÆMT OG BROTTHÆTT HÁR. BESTI KOSTURINN FYRIR LITAD HÁR, HÁR MEÐ STRÍPUM EÐA SKEMMT HÁR.

**SALON REYKJAVÍK** GRANDAGARÐUR 5  
101 REYKJAVÍK SÍMI: 56 85 305

Acne í samstarf með listamanninum David Silver:

## Leður, munstur og sterkir litir

Sænska tiskumerkið Acne vinnur að sérstakri fatalínu með listamanninum Daniel Silver. Afrakstur þessa skemmtilega samstarfs verður fánlegur í verslunum í október.

Línan nefnist Capsule og er innblásin af æskuárum listamannsins sem ólst meðal annars upp í Ísrael, Austur-Evrópu og Afríku. Flíkurarnar eru litríkar

og mikið er um skræpótt „tribal“ munstur og leður og lofa kynningarmyndirnar góðu líkt og sjá má. Alls mun línan innihalda um sextíu flíkur fyrir bæði karla og konur.

Silver er hvað þekktastur fyrir skúlptúra sína sem eru meðal annars til sýnis í London en áður hefur Acne meðal annars unnið með Lanvin að sköpun fatalínu.

### Flott samstarf

Sænska tiskumerkið Acne vinnur að nýrri fatalínu með listamanninum David Silver. Línan inniheldur falleg munstur og litríkar flíkur.



## augnablikið



**GLEBI** Norski hönnuðurinn Veronica B. Vallenes hlær að lokinni sýningu sinni á tiskuvíkunni í Kaupmannahöfn um helgina. Hún þykir einn efnilegasti hönnuður Skandinavíu um þessar mundir. NORDICPHOTOS/GETTY

## föstudagur

Útgáfufélag 365 miðlar ehf. Umsjón Sara McMahon Forsiðumynd Andrew Burgess Útlitshönnun Kristín Agnarsdóttir Auglýsingar Sigríður Hallgrímsdóttir sigridurh@365.is og Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is Föstudagur Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

**Þau vita hvað þarf til að ná árangri**  
enda afreksfólk í fremstu röð og vel að sér um næringu og heilsu.

# Heilsuréttir Nings

Heilsuréttirnir okkar eru sérstaklega hollir og góðir, fullir af fersku grænmeti, nær fitulausir og án salts og sykurs. Heilsuréttir Nings innihalda mikið af trefjum, hæfilegt magn próteina og góð kolvetni. Heilsuréttirnir eru kryddaðir með ferskum engifer, hvítlauk og chilli.

Annie Mist  
Heimsmeistari í  
Crossfit 2011  
Silfurhafi á heimsleikum  
í Crossfit 2010,  
Evrópumeistari í Crossfit  
2009 og 2010 ásamt því  
að vera margfaldur  
brekmótsmeistari Íslands

Arnaldur Birgir  
Framkvæmdastjóri og  
eigandi BootCamp  
á Íslandi  
og keppandi í Sahara  
eyðimerkurhlaupi 2011

Ágúst Guðmundsson  
Slökkviliðsmaður og  
keppandi í Sahara  
eyðimerkurhlaupi 2011  
ásamt verðandi heimsmeistarar!

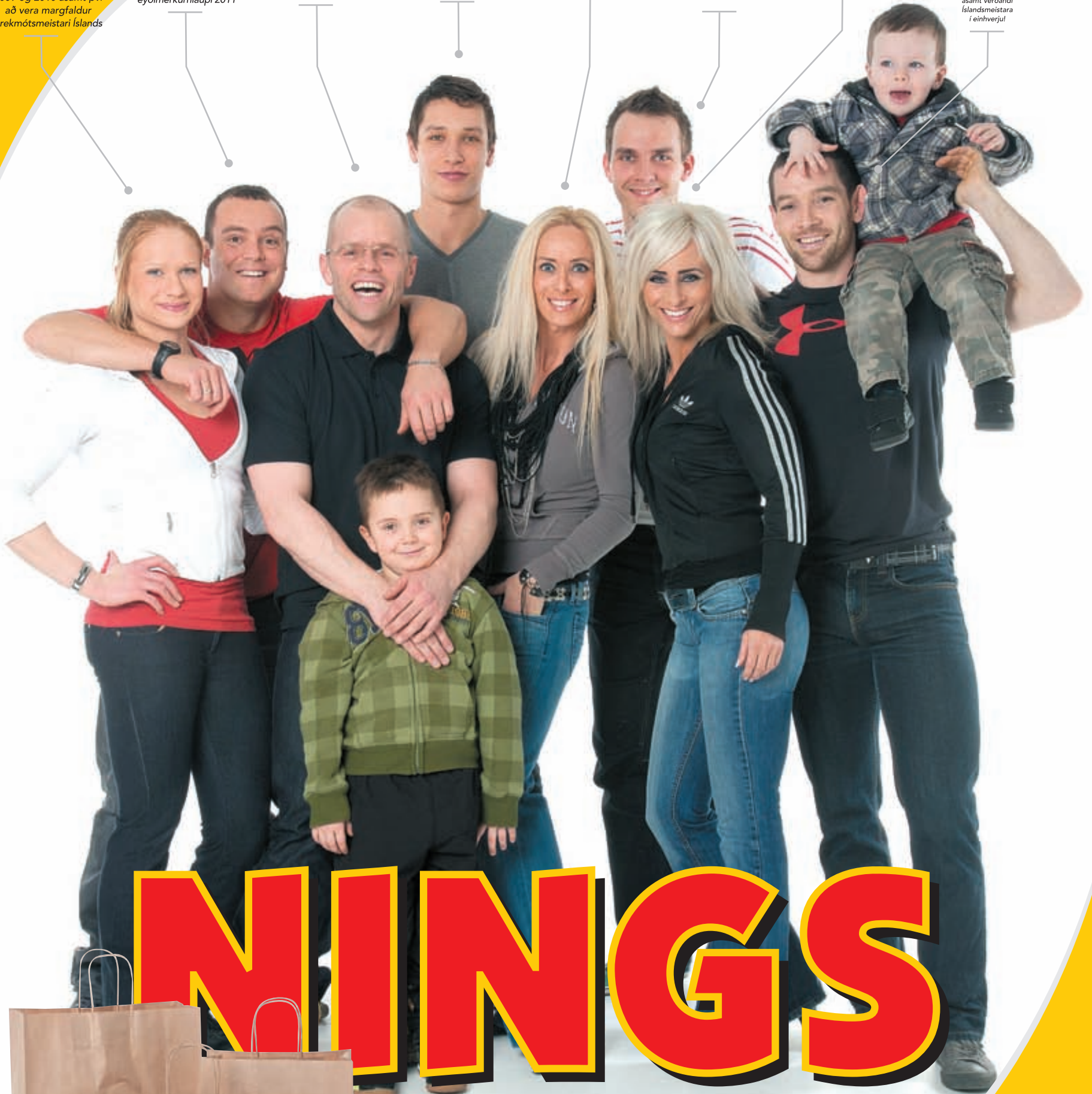
Pavel Ermolinski  
Einn af bestu  
körfuboltamönnum  
landsins úr KR

Eva Sveinsdóttir  
Margfaldur  
Íslandsmeistari  
í Icefitness

Hreggviður  
Magnússon  
Einn af bestu  
körfuboltamönnum  
landsins úr KR

Rannveig Kramer  
Íslandsmeistari  
í fitness 2010

Sveinbjörn  
Sveinbjörnsson  
Margfaldur BootCamp-  
og Crossfitt meistari  
Íslands  
ásamt verðandi  
Íslandsmeistarar  
í einhverju!



# NINGS

og kroppurinn blómstrar

Suðurlandsbr. 6 • Stórhöfða 17 • Hlíðasmára 12  
sími 588 9899 • [www.nings.is](http://www.nings.is)



# HREINSKILNI ER MINN HELSTI K

**Linda Björg Árna-dóttir**, fatahönnuður og fagstjóri fatahönnunardeildar Listaháskóla Íslands, er þekkt fyrir hreinskilni sína. Hún sest í dómarsætið í sjónvarpsþáttunum **Hannað** fyrir Ísland sem verða frumsýndir í vetur.

Viðtal: Sara McMahon  
Ljósmynd: Andrew Burgess

**L**inda er fædd og uppalin í Reykjavík en var lengi með annan fótinn í París þar sem hún nam fatahönnun og vann í fjölda ára. Hún á þrjú börn, það elsta er átján ára gamalt og það yngsta er fimm ára.

Strax sem barn var Linda staðráðin í að leggja hönnun eða myndlist fyrir sig þrátt fyrir mótþáttar foreldra sinna. „Ég var alltaf mjög góð að teikna og var snemma viss um að ég vildi fara í einhvers konar listnáam þó að fjölskyldan hafi ekki hvatt til þess enda var lítið um þess háttar vinnu að hafa á þeim tíma. Ég fór samt í Myndlista- og handíðaskólann og lærði textílhönnun, sem þótti ekki heldur vera góð fjárfesting, en ekkert annað kom til greina hjá mér. Ég gat ekki hugsað mér að vera í þeirri stöðu þegar ég væri orðin eldri að líta til baka og vera ósátt við sjálfa mig vegna þess að ég hafði ekki elt drauma mína.“

Eftir námið í Myndlista- og handíðaskólanum flutti Linda til Parísar með ungan son sinn og hóf nám í fatahönnun við Studio Bercot-hönnunarskólann. „Mér fannst mjög mikilvægt að



fara í góðan skóla fyrst ég var að gera þetta á annað borð. Þetta er einkaskóli sem er mjög franskur og harður. Þau tóku alltaf af marga nemendur inn á fyrsta ári og losuðu sig svo við helminginn

hreinlega með andlegu ofbeldi. Ætli þrjóska og metnaðurinn hafi ekki hjálpað mér að þrauka námið,“ segir hún brosandí.

Á þessum tíma var Linda nýútskrifuð með hæstu einkunn úr Myndlista- og handíðaskólanum og hafði einnig borið sigur úr býtum í Smirnoff Fashion Awards sem var alþjóðleg hönnunarkerppni þar sem Alexander McQueen, John Rocha og Joe Casely-Hayford vermdu dómarsætin. „Ég upplifði mig sem svolítið númer þegar ég byrjaði í skólanum en þau voru fljót að leiðrétta það og ég þurfti bara að byrja á núlli eins og hinir.“

Linda viðurkennir að það hafi oft verið erfitt að vera einstæð móðir í ókunnugri borg en segir það einnig hafa fengið hana til að vilja standa sig þeim mun betur. „Það sem mér þótti erfiðast var að tala ekki tungumálið og þess vegna gat ég ekki tjáð mig við neinn. En þetta gekk allt saman og barnsfaðir minn var duglegur að styðja okkur og flaug reglulega út til okkar.“

## FÉKK DRAUMASTARFIÐ HJÁ MARTINE SITBON

Að náminu loknu var henni boðið draumastarfið hjá Martine Sitbon sem var þá eitt vinsælasta tískuhús Frakklands. Linda sá um hönnun alls munsturs hjá Sitbon og vann hjá tískuhúsinu allt til ársins 2004 þegar merkið lagði upp laupana. „Þetta var akkúrat fyrirtækið sem mig langaði að vinna hjá. Það var ungt og framsækið en gömlu merkin þóttu á þessum tíma svolítið gamal-

dags og hallærisleg. Fyrsta verkefni mitt hjá Sitbon var að hanna munstur fyrir nýja línu og ég fékk ekki nema tíu daga til að gera það og ég hafði lítið hannað munstur áður.“ Linda náði þó að leysa verkefnið og vann hjá sama hönnuðinum næstu tólf árin. „Ég held ég hafi lent með rosalega góðu fólki hjá Sitbon því öll hafa þau farið áfram í mjög góðar stöður innan tiskubransans og ég hef til dæmis nýtt mér þau sambönd fyrir LHÍ.“

Innt eftir því hvort glamúr og kampavínsteiti hafi ekki fylgt starfinu innan tiskuheimsins svarar Linda því neitandi. Hún segir flesta hönnuði vinna langa vinnudaga og hafa lítinn tíma aflögu í skemmtanir. „Fólkið á bak við merkin, sem gerir alla vinnuna, hefur ekki tíma fyrir slíkt. Maður vann oft í þrjátíu daga samfleytt og í marga klukkutíma í senn, sérstaklega vikurnar fyrir sýningar.“

## SKAPAÐI FATAHÖNNUNARDEILD LISTAHÁSKÓLANS

Árið 2000 bauðst Lindu að taka þátt í að búa til nýja hönnunardeild LHÍ ásamt öðrum fagaðilum. Upphaflega átti deildin að vera tvískipt og átti að kenna iðnhönnun og fatahönnun undir sama hatti. Sú hugmynd gekk þó ekki eftir og til urðu tvær deildir og tók Linda að sér starf fagstjóra fatahönnunardeildar. „Deildin hefur breytt miklu fyrir íslenska fatahönnun, þú þarft bara að líta í kringum þig á Laugaveginum til að sjá áhrifin. Ég held að í framtíðinni nái nokkur af þessum fatamerkjum að verða að stórum nöfnum.

Mér finnst samt ákveðinn „localismi“ enn þá í íslenskri hönnun sem er ekki nógu gott. Ég hefði viljað sjá fleiri af mínum nemendum fara út í framhaldsnám eða vinnu og verða sér þannig úti um meiri reynslu og þekkingu. Margir fóru aftur á móti beint út í það að opna verslun og vinnustofu og það gengur kannski í nokkur ár en ekki til lengdar. Allir nemendur mínir fóru út í starfsþjálfun í gegnum námið í LHÍ en fáir nýta sér þessi tengsl til að byggja upp eigið tengslanet og stundum hugsa ég með mér hvort þau séu að fá of mikið fyrir of lítið.“

## HREINSKILIN OG ÓHRÆDD

Linda er alveg óhrædd við að tjá skoðanir sínar á opinberum vettvangi og er nokkuð umdeild fyrir þær sakir. Hún kveðst þó lítið velta sér upp úr álitum annarra og segir hreinskilni vera hennar helsta kost. „Mér er sama hvað sagt er um mig. Það að ég hafi skoðanir og tjái þær er einn af mínum helstu kostum þó að það fari gjarnan fyrir brjóstið á Íslendingum. Í hönnunarheiminum vill fólk fá skýr svör svo ekki sé verið að hanna og framleiða vöru sem ekki selst, fólk má ekki vera meðvirkt. Ég leita sjálf eftir álitum þegar ég hanna mína vöru og þá þarf ég sjálf að taka gagnrýni, fólk má alls ekki taka henni of persónulega,“ segir hún og bætir við: „Ég tek einmitt á þessu í LHÍ. Nemendur eiga að geta kynnt verk sín, hlustað á gagnrýni og nýtt sér hana í framhaldinu.“

Linda verður einn af dómurum í sjónvarpsþáttunum **Hannað**

## Útsalan í fullum gangi 50-70% afsláttur



Kjöll verð 6.990  
Nú 3.495.

Til í tveimur litum. S-M-L



Pils 3.990  
Nú 1.197

Til í rauðu, bleiku, svörtu, hvítu og beige.



Toppur 7.990  
Nú 3.995

Til í hvítu og svörtu.



Toppur 3.990  
Nú 2.500

Til í bleiku, hvítu og turkish. S-M-L

# SOHO MARKET

SOHO/MARKET  
Á FACEBOOK

Grensásvegur 16, sími 553 7300  
Opíð mán-fös 12-18 og laugd 12-17

# OSTUR



**Hreinskilin** Linda Björg Árnadóttir, fatahönnuður og fagstjóri fatahönnunardeildar LHI, sest í dómarasætið í þáttunum Hannað fyrir Ísland.

fyrir Ísland sem hefur göngu sína í vetur. Í þættinum fá tíu íslenskir hönnuðir að spreyta sig í að hanna útivistarflíkur og að lokum mun einn standa uppi sem sigurvegari. „Ég tek ekki þátt í dagskrárgerðinni sjálfri heldur kem inn sem dómari alveg í lokin. Ég er mjög spennt að sjá útkomuna og held að þátturinn gæti aukið skilning fólks á því hvað þurfi til að vera góður hönnuður. Hönnuðir þurfa að búa yfir mikilli þekkingu og geta saumað, teiknað og hannað. Þetta er ekki ósvipað því að þurfa að semja lag, útsetja það, syngja og spila á öll hljóðfærin, það krefst þekkingar.“

### ILMUR VESTFJARÐA

Linda situr ekki auðum höndum því samhliða kennslu, fjölmiðla-starfi og hótélrekstri á Patreksfirði vinnur hún að nýrri fatalínu undir merkjum Scintilla og hyggst setja upp myndlistarsýningu í haust. „Sýningin samanstendur af prentverkum á pappír, fólk má kalla það myndlist ef það vill, en þetta er eitthvað alveg nýtt fyrir mér. Svo er ég að vinna við framleiðslu ilmkerta sem bera heitið Ilmur Vestfjarða ásamt breskum ilmhönnuði. Þá verður hægt að kaupa kerti sem anga af grasi og rigningu eða sandi og djúpbláu vatni,“ segir hún brosandí.

Nýja fatalínan mun falla undir flokkinn Slow Fashion sem þýðir að flíkurnar verða ekki bundnar við árstíðir og öll hráefnin eru lífræn. „Þetta verða mikið þrjónaflikur með grafík sem notalegt verður að klæðast heima hjá sér.“

## myndaalbúmið



Ég og Hugrún systir úti í garði í Seljahverfinu þar sem við ólumst upp.



Dætur mínar, Kría og Jeanne, undirbúa hrekkjavökupartí.




Þetta er nýja Scintilla-línan sem sýnd verður í New York í næstu viku.



Milla Jovovich á Rue du Mail sýningu í kjól úr efni sem ég hannaði.


# ÚTSALA

**30%**




**Bronco 240**  
Fyrir stelpur 8-11 ára  
Verð 43.900  
**ÚTSALA 30.730**

**20%**




**Norco XFR 3**  
Verð 104.900  
**ÚTSALA 77.940**

**30%**




**Giant Sedona dömu- og herrahjól**  
Verð 69.900  
**ÚTSALA 48.930**

**40%**




**Norco Wolverine**  
Verð 129.900  
**ÚTSALA 77.940**

**30%**




**Giant Boulder dömu- og herrahjól**  
Verð 65.900  
**ÚTSALA 52.720**

**20%**




**Scott Speedster 540**  
Verð 179.900  
**ÚTSALA 143.920**

**30%**




**Norco Eliminator**  
Fyrir stráka 6-8 ára  
Verð 39.900  
**ÚTSALA 27.930**

**20%**




**Norco XFR Forma**  
Verð 104.900  
**ÚTSALA 73.940**

**20%**



**Bronco Windsor**  
Klassískt dömu hjól, 3 girar og fótbremsa  
Verð 59.900  
**ÚTSALA 47.920**

**20%**



**Norco Plateau**  
Verð 62.900  
**ÚTSALA 50.320**

MIKIÐ MEIRA  
**ÚRVAL**  
Í BÚÐINNI  
**AÐ ALLT 50% AFSLÁTTUR**



NÝ SENDING

Blómóttur toppur til í nokkrum litum.



Skokkur til í mörgum litum.



**50-70%**  
afsláttur á útsöslá

Allir skór á 5000 kr um helgina

# MOMO

Finndu okkur á Facebook

LAUGAVEGI 42  
SÍMI 552 1818  
MOMO.IS

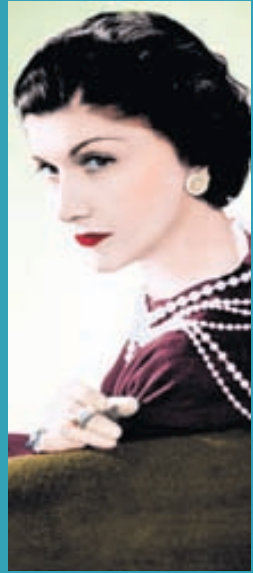
Illmenni í tískuheiminum:

## Reiðiköst og kynþáttafordómar

Tískuheimurinn er af mörgum talinn harður og grimmur og innan hans finnast vissulega nokkur illfygli. Föstudagur rifjaði upp nokkur þeirra.



**JOHN GALLIANO** Breski hönnuðurinn John Galliano missti vinnu sína hjá tísku-húsinu Dior eftir að hann varð uppvís að kynþáttafordómum á bar einum í París. Galliano stendur nú í málaferlum vegna þessa og telja sumir að hann eigi ekki afturkvæmt í tískuheiminn.



**Coco Chanel** Franski hönnuðurinn átti í ástarsambandi við SS-foringjann Hans Günther von Dincklage og í gegnum tengsl hans við Nasistaflokkinn græddi Chanel á tá og fingri í seinni heimsstyrjöldinni. Chanel aðstoðaði einnig þýska njósnarann Walter Schellenberg og var nán vinkona nastistaforingjans Walters Kutschmann.



**Terry Richardson** Bandaríski ljósmyndarinn Terry Richardson hefur sætt gagnrýni fyrir að þvinga ungar og óreyndar fyrirsætur til kynlífsathafna á töku-stað. Danska fyrirsætun Rie Rasmussen var sú fyrsta sem kom fram og sagði frá þessu og bættust fleiri í hópinn í kjölfarið.



**Naomi Campbell** Fyrirsætun Naomi Campbell er þekkt fyrir skap sitt og á árunum 1998 til 2008 hefur Campbell tíu sinnum verið kærð fyrir líkamsárás. Árið 2000 henti hún farsímanum sínum í andlit aðstoðarkonu sinnar og var dæmd til að greiða fórnarlambinu háar skaðabætur.

# VERÐHRUN

## 60 - 80%

### AFSLÁTTUR AF ÖLLUM VÖRUM

FRÁBÆRT ÚRVAL AF FATNAÐI OG SKÓM. STÆRÐIR 36-52

*hjá Hrafnhildi*

Sími 581 2141 • [www.hjagrafnhildi.is](http://www.hjagrafnhildi.is)

## Á RÚMSTOKKNUM

Sigga Dögg kynfræðingur

### Menntun á sviði kynlífs

Kynfræði er merkilegt fag fyrir margar sakir og ekki síst þær að flestir telja sig vera einhvers konar sérfræðing í faginu. Allir taka afstöðu til kynlífs og flestir hafa skoðanir á einhverjum kimum þess og láta þær meðvitað í ljós, eða ekki. Þetta er málefni sem snertir alla, allt frá getnaði til dauðadags. Það er því skiljanlegt að margir „sérfræðingar“ séu þarna úti og er ég ítrekað spurð af hverju í ósköpunum ég hafi farið yfir hálfan hnöttinn til að læra eitthvað sem margir væru fúsir til að kenna mér persónulega undir hlýrri sæng. Mikilvægi menntunar á þessu sviði virðist því ekki vera öllum ljós. Margir telja að kynlíf sé eitthvað sem lærist með „verklegri“ vinnu og að raunverulegur skilningur geti ekki fengist með svörtum bókstöfum á hvítum pappír.

Ólíkt því sem margir kjósa að trúa þá snýst menntun í kynfræði ekki um stellingar og stóðlífi, þótt það vissulega komi faginu við. Kennslan gengur ekki út á klámmyndir þótt við höfum rýnt í eina eða tvær myndir á gagnrýnan hátt. Við sitjum ekki nakin og skoðum kynfærin hvert á öðru þótt sumir kynfræðingar og þerapistar beiti slíkri ráðgjöf og kemur mörgum að góðu gagni. Kynfræði er þverfaglegt nám sem leggur áherslu á rannsóknir og staðreyndir í takt við mannlega fjölbreytni. Námið leggur áherslu á að persónulegar skoðanir og gildi kynfræðings hindrar ekki að viðkomandi geti svarað

spurningum á hlutlausan hátt og fjallað um helstu málefni, óháð sinni persónulegu afstöðu til þeirra. Því get ég kynnt mér rannsóknir um „fisting“ en þarf ekki að hafa upplifað slíkt sjálf til að vera fær um að fjalla um fyrirbærið. Ekki frekar en að kvensjúkdómalæknar þurfi að vera konur með sveppasýkingu og lekanda. Þetta er mikilvægur punktur því það kemur oft blik í auga viðmælanda míns þegar ég kynni starf mitt og menntun. Það losnar um allar hömlur og viðkomandi setur sig í spurningasætið og upphest skothríð um mitt persónulega samlíf og skoðanir á öllu mögulegu tengdu kynlífi. Oftar en ekki vill fólk fá að vita fjölda rekkjunauta og ég álykta að trúverðugleiki minn aukist eftir því sem talan er hærri. Það að vera kynfræðingur hlýtur að þýða að maður sé gyðja í rúminu og kunni, geti og vilji gera allt mögulegt. Ég hef misgaman af þessum samræðum við ókunnuga sem vilja helst heyra mig fordæma ákveðna kynhegðun og samþykka aðra. Stundum finnst mér ég drukkna í fáfræði og ómálefnalegri umfjöllun. Hornsteinn kynfræðinnar er fjölbreytileiki og ekkert eitt gildir fyrir alla, ekki frekar en að það sé til eitt besta nammið. Því langar mig að ítreka að öll menntun er mikilvæg, sérstaklega sú sem hvetur til gagnrýnnar hugsunar og stuðlar að útvíkkun sjóndeildarhringsins.



Sendu Siggu Dögg póst með spurningum eða óskum um umfjöllun-arefni.

Netfangið er [kynlif@frettabladid.is](mailto:kynlif@frettabladid.is)

# Reetone

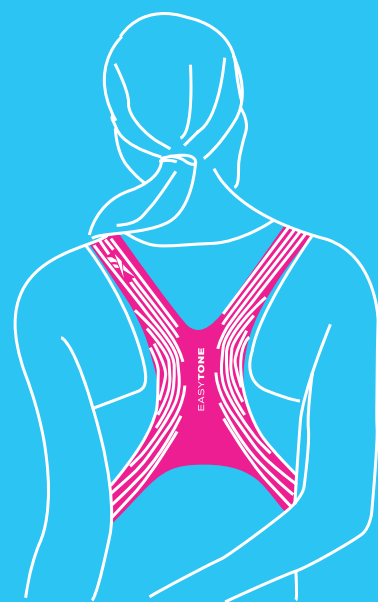
ERTU AÐ FARA Í GÖNGUTÚR?  
EASYTONE SKÓR OG FÖT HJÁLPA ÞÉR  
AÐ KOMAST Í BETRA FORM.

## SKÓRNIR ERU TÆR SNILLD

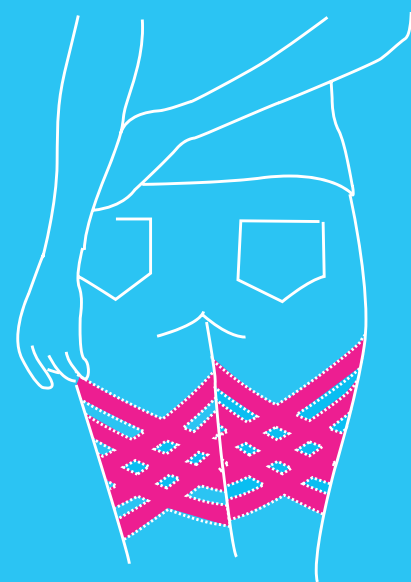
Ég er búin að ganga í Easy Tone skónum í nokkurn tíma. Það sem kom mér mest á óvart var að ég fékk harðsperrur fyrst þegar ég fór í þeim í klukkustundar langa Stafgöngu og tel ég mig vera í mjög góðri þjálfun.

Ég þurfti ekki frekari sannana við. Skórnir svínvirka. Ég er meðvítuð um líkamsstöðu mína þegar ég er í skónum, jafnvægið eykst og stærstu vöðvar líkamans (læri og rass) styrkjast. Ég mæli hiklaust með EasyTone skónum hvort heldur sem í Stafgöngu eða venjulega göngu.

**Guðný Aradóttir**  
Stafgönguleiðbeinandi og einkaþjálfari



RESISTONE™ BÖNDIN SKAPA  
MÓTSTÖÐU VIÐ HREYFINGU.  
HANNAÐ TIL AÐ STYRKJA EFRI  
HLUTA LÍKAMANS.



OG ÞEGAR ÞÚ GENGUR ERU  
RESISTONE™ BÖNDIN HÖNNUÐ  
TIL AÐ MÓTA RASS OG LÆRI.



AÐEINS EASYTONE ER MEÐ TÆKNI  
SEM BYGGIR Á JAFNVÆGISBOLTUM  
SEM SKAPA ÖRLÍTIÐ ÓJAFNVÆGI.  
ALLT HANNAÐ TIL AÐ MÓTA  
LYKILVÖÐVA VIÐ RASS OG LÆRI.



## YFIRHEYRSLAN

**Anna Hrund Másdóttir** listakona vinnur í íslenska skálanum á Feneyja-tværingnum í sumar.

**Háir hælur eða flatbotna skór:** Mér finnst gaman að ganga í fallegum skóm, sumir eru háhælaðir og aðrir lágbotna.

**Ómissandi í snyrtibudduna:** Hún er heldur fátækleg svona ykkur að segja. En í hreinskilni sagt finnst mér leiðinlegt að fjölmiðlar hafi meiri áhuga á því hvað leynist í buddunni minni en skoðunum mínum og viðhorfi til listarinnar til dæmis.

**Uppáhaldslisturinn:** Ég held mikið upp á líti og myndlistin mín snýst að mestu leyti um líti. Og tíma.

**Hver eru nýjustu kaupin?** Ég keypti tvo poka fulla af mat í Billa.

**Hvað dremmir þig um að eignast?** Núna langar mig rosamiðið í L.A. Lakers heildress. En mest af öllu dremmir mig um að fá að upplifa sanna ást, búa í heimi þar sem meira umburðarlyndi ríkir og í landi þar sem fjölmiðlar taka hlutverk sitt alvarlega og upplýsa fólkið sitt betur.



**Hvaða lag kemur þér í gott skap?** Fantasy með Mariah Carey og O'Dirty Bastard.

**Uppáhalds-drykkurinn:** Campari með freyðivíni.

**Uppáhaldshönnuðurinn:** Aftur. Svo finnst mér Ármann Agnarsson líka góður. Og Borðið, Brynhildur og Finna auðvitað!



# OPIÐ ALLA HELGINA

## STÚTFULL BÚÐ AF NÝJUM TILBOÐUM

**ÚRVALIÐ ER HJÁ OKKUR**

Í VERSLUNUM OKKAR Í REYKJAVÍK OG ÁKUREYRI ER EITT MESTA ÚRVAL LANDSINS AF TÖLVUM OG TÖLVUBÚ.

**0% VEXTIR**  
ALLAR VÖRUR VAXTALAUST Í 6 MÁNUÐI

**4BLS BÆKLINGUR**  
STÚTFULLUR AF NÝJUM FARTÖLVUTILBOÐUM

**0% VEXTIR**  
ALLAR VÖRUR VAXTALAUST Í 6 MÁNUÐI

**SENDUM FRITT**  
ALLAR VÖRUR

**VERÐ VORN**

**ÍS FYRIR ALLA**  
LJÚFENGUR EMMESSÍS ÍS Í BÓÐI MEÐAN BIRGÐIR ENDAST

**emmessís**

**TÖLVUTEK**

Reykjavík • Borgartúni 31 • 563 6900 | Akureyri • Undirhlíð 2 • 430 6900

acer ASUS DELL hp lenovo packard bell SAMSUNG SONY TOSHIBA

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

Auglýsendur vinsamlegast hafið samband: Sigríður Hallgrímsdóttir í síma 512 5432 eða sigridurh@365.is

# föstudagur

Fylgstu með