

# föstudagur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS 2. desember 2011

UNNUR GUÐRÚN  
PÁLSDÓTTIR

## STUÐLAR AÐ HEILBRIGÐU LÍFERNI

- + EVALÍN
- + FJÖR Á LAUGAVEGI
- + Á RÚMSTOKKNUM

VERÐ

Kr. **24.950**

1TB



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

SÆKTU EDA FÁÐU SENT • SENDINGAR-  
KOSTNAÐUR AÐEINS KR. 850  
HVERT Á LAND SEM ER • VERSLUN Í  
BÆJARLIND 1-3 • 201 KÓPAVOGI  
• SÍMI 569 0700  
• WWW.ATT.IS

### UNITED MARGMIÐLUNARSPILARI



United HD MMP 9530  
- 720P/1080i HD 3.5" spilari  
- 1TB WD Greenpower diskur  
- SD/MMC kortalesari  
- HDMI og USB Uplink ofl.

720/1080i

HDMI





# núna

\* Kakó og piparkökur

meðmælin



## Jólagleði

Jólmarkaður Pop Up Verzlunarinnar verður nú um helgina og úr nægu er að velja! Markaðurinn fer fram í Hörpunni að þessu sinni og hefst klukkan 12.00 á morgun. Margir hönnuðir verða á staðnum, 31 talsins, og selja vörur sínar og verður hægt að kaupa skrautmuni á heimilið, fatnað og skart. Vakin er athygli á því að ekki er tekið við greiðslukortum, aðeins reiðufé. Markaðurinn er opinn frá 12.00 til 18.00 laugardag og sunnudag.

## Jarðskjálftar í London

Nemendaleikhús Listaháskóla Íslands frumsýnir í kvöld verkið Jarðskjálftar í London eftir Mike Bartlett. Verkið fékk góðar viðtökur þegar það var frumsýnt í National Theatre í London í fyrra og tekur meðal annars á umhverfismálum, spillingu og fjölskyldum í upplausn. Í verkinu flétta leikarar saman tónlist, dansi og myndbandsverkum og er leikstjóri verksins Halldór E. Laxness. Miðasala fer fram í síma 895 6994 og á Midi.is og kostar 1.500 krónur.

**MARKAÐSSTEMNING** Skemmtilegur fatamarkaður verður á Lindargötu 6 á morgun. Hinn ávallt smekklegi Stefán Svan mun selja föt og annað smálegt ásamt Elmu Lísu. Hægt verður að koma höndum yfir merki á borð við Vivienne Westwood, Bruun & Stengade, Filippu K og Bernhard Willhelm. Aðeins er tekið við reiðufé og heitt verður á könnunni! Markaðurinn stendur frá 12 til 18.



EVA LÍN TRAUSTADÓTTIR HANNAR FLÍKUR UNDIR NAFNINU EVALÍN:

# GÓÐ BLANDA AF ROKKI OG ÞÆGINDUM

**E**va Lín Traustadóttir hannar fatnað undir nafninu evalín og leggur mikla áherslu á þægilega og klæðilega hönnun. Evalín er ársgamalt fyrirtæki sem hefur dafnað hratt.

Eva Lín er menntuð sem þroskaþjálfari og hárgreiðslukona en hefur ætíð haft áhuga á hönnun og tísku. Hún eignaðist sína fyrstu saumavél fyrir tveimur árum og hóf að sauma föt á sjálfa sig. „Ég var svo fljótlega farin að sauma á aðra og á endanum voru pantanirnar orðnar svo margar að ég neyddist til að minnka við mig vinnu til að anna eftirspurninni. Núna læt ég framleiða flíkurnar á Indlandi og vinn á daginn sem þroskaþjálfari,“ útskýrir Eva Lín.

Innt eftir því hvernig föt hún hannar segist Eva Lín vera mikill rokkari í sér og að fötin beri þess merki. „Ætli ég hafi ekki líka verið indíáni einhvern tímann í fyrra lífi því kögur og fjaðrir hafa alltaf verið í miklu uppáhaldi. Fötin sem ég hanna eru rokkaraleg með indíánaívaði en fyrst og fremst eru þau þægileg, klæðileg og tímalaus.

Mig langaði að hanna tímalaus föt sem væru ekki endilega árs-tíðabundin heldur þannig að ég gæti bætt við línurnar reglulega í stað þess að koma með tvær línur árlega.“

Eva Lín segist ánægð með viðtökurnar og hyggst halda ótraud áfram að hanna. Hún er ekki farin að huga að frekari umsvifum á tiskumarkaðinum og kveðst sátt eins og hlutirnir eru í dag. „Ég vona að fólk haldi áfram að taka vel í hönnun mína en fyrir mér er þetta mikið ævintýri. Ég er ein með tvö börn og það er stórkostlegt að þetta skuli hafa gengið svona vel. En hvað framtíðin ber í skauti sér er alveg óráðid, ég er mjög sátt eins og staðan er í dag,“ segir hún að lokum. Flíkurnar fást meðal annars í versluninni 3 Smárar, á heimasíðu merkisins og í verslunum víðs vegar um landið.

sara@frettablaðið.is



**Óvæntur hönnuður** Eva Lín Traustadóttir hannar fatnað undir nafninu evalín. Hún segir viðtökurnar hafa farið fram úr hennar björtustu vonum. Flíkurnar sem hún hanna eru rokkaralegar með indjánaívaði.

## Pro-gastro 8 himnasending fyrir meltinguna!

100% náttúrulegt



Við breytt mataræði á jólaadventunni leyfum við okkur ýmislegt í mat og drykk sem getur valdið uppþembu, krampa og meltingarónotum.

Pro-Gastro 8 er snilldar efni fyrir meltinguna og hefur reynst fjölmörgum vel við margskonar meltingar vandræðum.

Gott er að byggja upp meltinguna, með að taka inn 1 til 2 hylki á dag með máltíð, en þegar stóra hátíðarmáltíða er neytt, er æskilegt að taka inn 2 hylki.



Fæst í heilsubúðum, apótekum og heilsuhillum stórmarkaðanna

Carine Roitfeld gefur tískuráðleggingar:

## Mæðgur skulu ekki deila fötum



**C**arine Roitfeld, fyrrverandi ritstjóri franska Vogue, ræddi tísku og blaðaútgáfu við The Guardian um síðustu helgi og ráðlagði mæðrum að fá aldrei lánuð föt dætra sinna.

„Þegar maður eldist á maður aldrei að deila fötum með dóttur sinni. Aldrei. Miðaldra kona mun aldrei líta vel út í gallajakka og stuttu pilsu, alveg sama hvernig hún er vaxin. Það eru allt of margar miðaldra konur sem klæða sig eins og tvítugar stúlkur. Ég mæli með því að þú farir í gegnum fataskápinn á fimm ára fresti og hugsir: „Get ég ennþá gengið í þessu?“ Það er alls ekki skemmtilegt, en maður neyðist til þess,“ sagði Roitfeld sem nýverið gaf út ævisögu sína, Irreverent.

**Deilir ráðum** Carine Roitfeld segir mæður ekki eiga að deila fötum með dætrum sínum.

\* augnablikið



**VERÐLAUNUÐ** Söngkonan knáa Kylie Minogue var heiðruð í heimalandi sínu, Ástralíu, á dögunum. Hún var tekin inn í ARIA Hall of Fame í Sydney síðustu helgi.

NORDICPHOTOS/GETTY

föstudagur

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



 iittala



**ALESSI**

eva solo

Allir fá þá  
eitthvað fallegt...

1001 GJAFAVARA FRÁ  
RÚMLEGA 100 HÖNNUÐUM

Harpa / Skeifan 6 / Keflavíkuvöllur / 5687733 / epal@epal.is / epal.is



ferm  
LIVING

Joseph  
Joseph

menu  
SCANDINAVIAN DESIGN ORIGINALS



  
ROSENDAHL

marimekko®

GEORG JENSEN

stelton







**Stuttbuxur og skyrtu** Coppola er alls ekki ólík Alexu Chung í útliti.

Alexa Chung á sér tvífaru:

# Leikstjórabarnið og fyrirsætan

Alexa Chung er löngu orðin þekkt nafn innan tískuheimsins og vakti fyrst athygli sem þáttastjórnandi It's On with Alexa Chung á sjónvarpsstöðinni MTV.

Chung er gjarnan á lista yfir best klæddu konur heims og hefur Anna Wintour lýst henni sem „einstöku fyrirbæri“ og því athyglisvert að Chung skuli eiga sér þekktan tvífaru. Gia Coppola, frænka Sofíu

Coppola, hefur verið að feta í fótspor föður síns, frænna og frænku og lagt fyrir sig leikstjórnun. Hún hefur einnig leikið í nokkrum kvikmyndum og fyrsta hlutverk hennar var í The Godfather. Coppola og Chung þykja ekki aðeins sláandi líkar heldur deila þær fatasmekk og sjást gjarnan í fallegum kjólum, flatbotna ballerínuskóm og með slegið hárið.



**Leikstjóraefni** Gia Coppola sótti viðburð hjá Chanel nú í október klædd í látlausan og fallegan kjól.



**Svartklædd** Chung í einföldum og fallegum svörtum kjól.



**Klassísk** Alexa Chung nú í september klædd í ballerínuskó og fallega skyrtu.



**Skyrtu og pils** Chung er hún sótti tískuviðburð í Sydney í Asíu nú í september.

NÝJAR SENDINGAR AF



## borstofuhúsgögnum



Afar vandað stækanlegt borð fyrir 6-20 manns

Hönnuður: Per Hansbæk

**Val húsgögn**

Ármúla 8 - 108 Reykjavík  
Sími 581-2275 ■ 568-5375

[www.valhusgogn.is](http://www.valhusgogn.is) Opið virka daga kl. 10-18 - **Laugardaga kl. 11-16**

## Á RÚMSTOKKNUM

Sigga Dögg kynfræðingur

### Frábær uppskrift að kynlífi

Þú strýkur létt niður eftir börmunum, mjög mikilvægt er að strjúka alltaf niður, fimmtán strokur á hvorn barm. Þegar því er lokið þá færir þú höndina að snípnum, sem er staðsettur fyrir ofan leggangapið. Þar skalt þú nudda létt í fimm hringi, öfugan sólargang, og svo þrýsta þétt með vísifingri í taktföstum hreyfingum í rúma mínútu. Nú ætti þú að vera starfhæf og raki að myndast inn eftir leggöngum. Ef fingur rennur ekki auðveldlega inn eftir leggöngum er rakinn er ekki nægjanlegur og því skal endurtaka fyrri leiðbeiningar uns ásættanlegu rakastigi er náð.

Kynlíf og leiðbeiningar. Þegar kemur að skrifum um kynlíf virðast leiðbeiningar alltaf vera jafn vinsælar. Það er sama hvort pistillinn er í blaði fyrir konur eða karla, alltaf skulu vera kynlífsleiðbeiningar sem eru „bestar“. Þú átt að geta snert hér og nuddað þar og þá bregst líkaminn við með fullnægingu. Stellingar fá einkunn eftir fullnægingargildi og formúlan fyrir „fullkomnu“ kynlífi verður til. Þú getur bara opnað kynlífstæknibókina þína og skellt í eitt stykki kynlíf samhliða smákökubakstrinum. Afsakið, en mér leiðist þetta óskaplega.

Til að setja þetta í smá samhengi þá langar mig að nota mat sem samlíkingu því öll þurfum við að nærast. Það er ekki til einn „besti maturinn“ sem hentar öllum. Flestir eiga sína uppáhaldsrétti en þó er ekki þar með sagt að sá réttur sé borðaður í öll mál á hverjum degi. Flest tókum við tímabil þar sem okkur langar meira í ákveðinn mat og líkaminn kallar á að þeirri löngun sé svarað. Þá gerir matur kröfu um smá ævintýragirni, hvort sem það er í fjölbreyttu matarvali eða bragðmiklum kryddum. Kynlíf er alveg eins. Þegar þú lest uppskrift að kynlífi þá getur verið gaman að prufa það en þú þarft að vera í stuði og laga hana að þér og þínu. Fólk vill miskryddaðan mat og þó að uppskriftin segi þér að nudda G-blettinn þangað til að þú ert dofin í fingurgómunum þá er þetta rétt eins og að salta og pipra, þú ferð eftir því hvað þér finnst best. Það af þessu og skvettu af hinu þar til markmiðinu er náð.

Kynlíf er skemmtilegt, fyndið og fjölbreytt. Það sem virkaði í gær virkar kannski ekki í dag. Ég vil því endilega hvetja fólk til að hætta að smætta sig niður í einhverja ákveðna fullnægingarformúlu. Potaðu, strjúktu, sleiktu, klíptu, bítu og faðmaðu. Leyfðu þér að hafa gaman af kynlífi og búa til þína eigin uppskriftir. Bestu uppskriftirnar eru þær sem innihalda góðan grunn sem leyfa ýmsar útfærslur og má krydda með smá flengingum, sleipiefni eða kynlífstæki.



Sendu Siggu Dögg póst með spurningum eða óskum um umfjöllunarefni. Netfangið er [kynlif@frettabladid.is](mailto:kynlif@frettabladid.is)

SOHO MARKET

Grensásvegur 8

## Flottir kjólar fyrir hátíðarnar - úrvalið er hjá okkur



Kjöll 8.990 svart/rautt, hálsmen 1.790, jakki 10.990



Kjöll 6.990 svart/rautt, hálsmen 3.990, blúnduermar grátt/svart 3.990



kjöll 8.990



kjöll 6.990, hálsmen 3.990, jakki 10.990



Kjöll 9.990 silfur/gull, hálsmen 2.990

Sími 553 7300 • Opið mán-fös 12-18, laugard 12-17

SOHO/MARKET A FACEBOOK



SOHO MARKET





# NJÓTTU AÐVENTUNNAR

MEÐ THE PIER

DÁSAMLEGUR ILMUR, NOTALEG TÓNLIST OG FALLEGAR VÖRUR

Glæsilegur leðurhornsófi úr gæðaleðri!



Verð:

~~429.900.-~~  
**399.900.-**

Eigum einnig fleiri gerðir leðursófa frá 89.900.-

hægri eða  
vinstri skemill



Kerti

~~1294~~  
**3 fyrir 2**



**NÝ SENDING!**

Púðar frá 1290.-

Jólapúðar, löberar og diskamottur í fleiri litum

Löberar frá 1490.-

Púðar  
~~1294~~  
**3 fyrir 2**



Aðeins  
þessa  
helgi!

Jólaljós

~~1294~~  
**30%**



Seríur og  
aðventuljós

Rammar

~~1294~~  
**30%**



Rammar  
frá 690.-

~~1294~~  
**40-60%**  
afsláttur

Skrautgreinar  
200.-

2990.-

the  
**PIER**

af völdu jólastrauti

SMÁRATORG 522 7860 • KORPUTORGI 522 7870 • GLERÁRTORGI 522 7880



# VILL BÆTA HEILSU ÍSLEND

Unnur Guðrún Pálsdóttir er stofnandi Happs og hefur alla tíð haft mikinn áhuga á heilsu og heilbrigðu líferni. Happ hefur dafnað hratt á skömmum tíma og í vikunni gaf Unnur út sína fyrstu matreiðslubók.

Viðtal: Sara McMahon

Mynd: Stefán Karlsson

Unnur Guðrún, eða Lukka eins og hún er oftast kölluð, er sjúkraþjálfari og mennt og starfaði lengi sem einkaþjálfari og flugfreyja. Hún hefur alla tíð haft mikinn áhuga á hollustu og heilbrigðu líferni og er það enn í dag hennar helsta áhugamál.

„Sem barn og unglingur stundaði ég hvers kyns hreyfingu en ég var aldrei í keppnisíþróttum. Ég var mikið í ræktinni og stundaði skíði af kappi en hafði aldrei það markmið að keppa í þeim íþróttum sem ég æfði. Ég starfaði lengi sem einkaþjálfari og ákvað að læra sjúkraþjálfun við Háskóla Íslands því mér fannst almennt vanta upp á grunnmenntun einkaþjálfara hér á landi. Markmiðið var að leggja stund á nám sem mundi nýtast mér sem einkaþjálfara og auka við almenna þekkingu mína á starfsemi líkamans og heilbrigði. Það er umhugsunarvert að öllum finnst sjálfsagt að láta fagfólk klippa sig en af hverju ætti sá sem hugsar um líkama þinn ekki líka að vera lærður í faginu?“

Lukka vann lengi bæði sem einkaþjálfari og flugfreyja og sinni þá fyrra starfinu á milli þess sem hún flaug á milli landa. Hún stundaði einnig MBA-nám við Háskólann í Reykjavík og að náminu loknu henti hún sér á fullt út í rekstur Happs.

„Tveir uppáhaldsviðskiptavinir mínir í þjálfuninni kvörtuðu oft undan því að þeir höfðu hvorki tíma né þekkingu til að elda sér hollan og góðan mat. Mér fannst mjög mikilvægt að þau næðu tilætluðum árangri í ræktinni og ákvað því að taka það að mér að elda ofan í þessa tvo einstaklinga. Ég keypti aukalega inn í matinn og á kvöldin setti ég saman matarpakka handa þeim. Þetta vatt svo fljótlega upp á sig og áður en ég vissi af var ég hætt að þjálfra og fljúga og farin að stunda eldamennsku, útkeyrslu og bókhaldið fyrir hið nýstofnaða fyrirtæki Happ,“ útskýrir Lukka.

## SANKAÐI AÐ SÉR UPPSKRIFTUM

Í mörg ár las hún og aflaði sér þekkingar um tengsl milli fæðu og heilsu fólks og nýtti þá þekkingu óspart í eldamenskunni. Fljótlega hóf hún að sanka að sér uppskriftum að heilsuréttum og fékk til liðs við sig mágkonu sína, Ernu Sverrisdóttur heimilisfræðikennara.

„Ég var mjög heppin að fá Ernu til liðs við mig því minn bakgrunnur liggur fyrst og fremst í virkni fæðunnar en Erna sér um að réttirnir bæði bragðist vel og gleði augað. Hún nostrar við réttina og mottó hennar er að matardiskurinn eigi að bera það með sér að þeim sem eldaði þyki vænt



um þig. Þetta lærði ég af henni og finnst orðið mjög mikilvægt.“

Lukku finnst að fólk ætti að temja sér heilbriggt líferni og hollar matarvenjur því það skili sér margfalt til baka í framtíðinni. „Fólk ætti að venja sig á að borða hreina fæðu, sem er allt það sem þú getur séð fyrir þér vaxa eða kjöt af dýrum sem alin eru á lífrænan hátt. Kjúklingakjöt er til dæmis alls ekki jafn hollt og margir halda og þá er betra að fá prótín úr selleríu eða spínati. Hugsunin á bak við Happ er sú að við viljum ekki stífar reglur, fólk á heldur að safna góðum venjum en að neita sér um það sem því þykir gott.“

## HOLLUSTAN EKKI DÝRARI

Í dag er starfsemi fyrirtækisins margþætt og hægt er að gerast áskrifandi að ólíkum matarpökkum frá Happ eða heimsækja annan af tveimur veitingastöðum sem bera sama nafn. Happ býður einnig upp á veisluþjónustu og sendir hádegisverð til fyrirtækja. Lukka segir kunnana marga og ólíka en eiga það sameiginlegt að vilja njóta lífsins fullir af orku.

„Best væri ef allir gætu gefið sér tíma til að elda hollan og góðan mat sjálfir en ef fólk hefur hreinlega ekki tíma þá er betra að eiga þann valkost að kaupa einhvers staðar hollan mat heldur en að kaupa skyndibita.“

Innt eftir því hvort það sé

ekki dýrt að gerast áskrifandi að matarpökkum fyrir alla fjölskylduna segir Lukka ekki hægt að velja bæði ódýrasta hráefnið og bestu heilsuna. „Happ í Höfðatorgi er í sama húsi og Hamborgarafabrikkan og það er sama verð á réttunum okkar þannig að holl fæða er ekki endilega dýrari.“

## TEKUR ÞÁTT Í JÓLABÓKAFLÓÐINU

Á þriðjudaginn var kom út matreiðslubók með uppskriftum frá Happi og inniheldur hún um átta tíu uppskriftir að hollum réttum. Bókin er byggð þannig upp að fólk getur nú sett saman sinn

ákváðum við að láta það verða að veruleika að búa til bók sem getur bætt heilsu Íslendinga.“

Þetta er í fyrsta sinn sem Lukka tekur þátt í jólabókaflóðinu svokallaða og segist hún afskaplega spennt fyrir útgáfunni. „Það kom mér á óvart hversu spennt ég er. Ég hlakka mikið til að ganga inn í bókabúð og sjá bókina þar í hillunni.“

## FÖSTUDAGARNIR HEILAGIR

Lukka er gift og á tvo syni sem eru tíu og þrettán ára gamlir. Þótt drengirnir séu mjög meðvitaðir um hvað sé holl fæða segir Lukka þá ekkert frábrugðna öðrum ís-

eigin matarpakka fyrir hvern dag vikunnar og því má meðal annars finna uppskriftir að morgunmat, hádegisréttum, millimálum og kvöldverðum auk safa.

„Ég hef gengið með hugmyndina að þessari bók í maganum í þó nokkurn tíma og fannst þetta rökrett framhald af veitingastöðunum. Við Erna höfðum oft rætt það hvað okkur langaði mikið að gefa út matreiðslubók þannig að þegar Forlagið hafði samband við okkur

lenskum börnum þegar kemur að fæðuvali.

„Strákarnir fá að ráða kvöldmatnum á föstudögum og undantekningarlítið velja þeir hamborgara eða pitsu og því má segja að þeir séu ósköp venjulegir drengir þegar kemur að þessu. Margir halda að ég sé einhvers konar „matarlögga“ en ég er langt frá því. Ég leyfi mér alveg óhollustu í hófi og borða bæði nammi og drekk kaffi,“ segir Lukka og brosir.

jól.is  
á Vísi

sögur  
uppskriftir  
leikir  
gjafir  
o.fl. o.fl.

VÍSIR



# DINGA



### Með hollustuna að fyrirrúmi

Unnur Guðrún Pálsdóttir, eigandi Happs, segist alltaf hafa haft mikinn áhuga á hollu fæði og heilbrigðu lífni. Hún vann áður sem einkapjálfi og flugfreyja.

Aðspurð segist hún sjaldan eiga frí úr vinnu en að henni þyki best að eyða frídögunum í faðmi fjölskyldunnar.

„Mér finnst voða gott að eyða frídögunum bara með fjölskyldunni. Við reynum að eiga alltaf saman föstudagskvöld og þau eru allveg heilög fyrir mér. Maðurinn minn er flugmaður og stundum skrepp ég með honum í vinnuna þegar ég þarf frí frá dagsins amstri og nýt þess þá að komast í annað umhverfi. Mér finnst líka mjög gott að fara út að skokka þegar ég er þreytt og verð allveg endurnærð eftir það.“

Spurð út í framhaldið segist Lukka ætla að einbeita sér að rekstri Happs eins og staðurinn er í dag en útilokar ekki áframhaldandi útpenslu.

„Mig langar bara að halda áfram að reka gott fyrirtæki sem stuðlar að heilbrigðara lífni. Draumurinn er að þróa matvörunu undir nafni Happs einhvern tíma í framtíðinni en við sjáum hvað setur. Ég hef aldrei unnið lengri vinnudag og fyrir jafn lág laun en á sama tíma hef ég aldrei verið ánægðari í starfi,“ segir Lukka að lokum.

## \* bak við fjöldin



Öll fjölskyldan samankomin í Birkilaut.



Nokkuð dæmigerð mynd fyrir síðustu fjögur ár. Ég átti afmæli þennan dag en gaf mér greinilega ekki tíma til að taka niður svuntuna þegar eiginmaðurinn birtist með afmælisköku. Hún var borðuð í hópi kærs samstarfsfólks.



Eiginmaðurinn slappar af á besta stað á Íslandi, Birkilaut við Hekalurætur.



Ég með strákunum mínum á fótboltamóti á Laugarvatni.



Ljósm. Aní Magn

**Farmers Market**  
Ísland



# Dúkkuhúsið



Dúkkuhúsið ★ Vatnsstígur 3 ★ 101 Reykjavík ★ Sími 5170044



**Ánægðar** Guðbjörg Ingvarsdóttir, hönnuður og eigandi Aurum, ásamt Söndru Gobec frá L'Artisan og Helgu Guðrínu Friðriksdóttur. FRÉTTABLAÐIÐ/VALLI

LÍF OG FJÖR Á LAUGAVEGINUM:

## FLOTTIR GESTIR

**L**íf og fjör ríkti á Laugaveginum um síðustu helgi er GK Reykjavík fagnaði því að ár er liðið frá eigendaskiptum og verslunin Aurum hélt upp á það að ilmvatnið frá L'Artisan skuli nú fást í versluninni. Fjöldi gesta leit inn, gæddi sér á veitingum og ræddi saman um daginn og veginn og má með sanni segja að jólaandinn hafi sviðið þar yfir vötnum.



**Plötusnúður** Plötusnúðurinn Gísli Galdur var fenginn til að þeyta skífum í veislu GK Reykjavíkur. FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN



**Smekkfólk** Drífa Atladóttir, starfsmaður GK, ásamt manni sínum, Hendrik P. Sigurðssyni.



**Glaður verslunareigandi** Ása Ninna Pétursdóttir, annar eigenda GK Reykjavíkur, fagnaði áfanganum ásamt Kristjöna Kjartansdóttur.



**Góðir gestir** Þær Ylfa og Angie litu við í Aurum til að kynna sér ilmvötnin frá L'Artisan.



**Jólagleði** Stilistinn Ellen Loftsdóttir og fatahönnuðurinn Eygló Margrét Lárusdóttir létu sig ekki vanta.



# Glaesilegur kaupauki

Glaesileg Calvin Klein taska  
fylgir öllum Calvin Klein ilmum í LYFJU



ck  
Calvin Klein

**NÝTT** Euphoria forbidden



ckfree  
for men

Calvin Klein  
BEAUTY

ck  
IN2U

euphoria  
Calvin Klein



ETERNITY  
Calvin Klein  
what begins here never ends

ck  
be

Truth Calvin Klein





# Gjafir sem gleðja

KYNNING



## Nýr og glæsilegur ilmur frá Escada

Especially Escada er nýr glæsilegur og fágaður ilmur með mildum kvenlegum blæ.

Séreinkenni ilmsins er búlgörsk rós sem er einhver mikilfenglegasta rósartegund heims.

Ilmurinn fæst í EDP 30 og 50 ml. Body lotion og sturtugeli.



## Signatures of Nature, Smáralind Tækifærisgjöf.

Lemongrass baðsalt og Body butter lemongrass, bæði gefa húðinni mikla næringur og mykt.

Vörurnar innihalda engin kemisk efni og henta fyrir allar húðgerðir.



## Signatures of Nature, Smáralind Slakandi Lavander dekur.

Lavender sturtusápa, rakagefandi líkamskrem og lavender kerti sem fyllir baðherbergjið af lavender ilm.

Vörurnar innihalda engin kemisk efni.

Hentar fyrir allar húðgerðir.

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



## Almond

Möndlulínan er ein vinsælasta lína L'Occitane enda er ilmurinn af henni guðdómlegur.

Möndlulínan bæði mykir og stinnir húðina.

Gjafakassi með sturtuolíu 250ml, líkamsskrúbb 50ml, húðkremi 50ml og tveimur baðsápum 50g



## Délice des Fleur:

Jóalína L'Occitane er innblásin af sælgætisgerð frá Provence sem framleiðir sykurhúðuð blóm og sykurgljáða ávexti sem eru vinsælir eftirréttir fyrir jólin. Ilmurinn af Délice des Fleur vörunum minnir á ljúffeng sykurhúðuð rósa- og fjólublöð.

Handkrem 30ml, Sturtusápa 250ml, Húðmjólk 250ml, Eau de Toilette 75ml, Ilm-krem 10g

## Maybelline:

Glæsileg Maybelline askja með One-by-One nýjasta maskaranum í Maybelline línunni, sem gerir augnhárin sérstaklega áberandi ásamt svörtum augnblyanti.



## L'Oréal:

Glæsileg L'Oréal askja með Volume Collagen Million Lashes maskaranum sem fangar hvert augnhár og gefur aukið umfang.

Ásamt Duo Eyeliner sem getur gert bæði netta línu fyrir dagförðun eða þykkari línu fyrir kvöldförðun.

NÝTT Á ÍSLANDI

## Hearts & Daggers

Flott Ed Hardy gjafasett.

Parfum spray 100ml. Glimmer body lotion 90ml. Bað og sturtugel 90ml.

Lítið glas af ilm, tilvalinn í tösku eða vasa.

Fæst í Hagkaupum.



NÝTT Á ÍSLANDI

## Hearts & Daggers

Flott Ed Hardy gjafasett.

Parfum spray 100ml. Glimmer body lotion 90ml. Bað og sturtugel 90ml.

Lítið glas af ilm, tilvalinn í tösku eða vasa.

Fæst í Hagkaupum.



NÝTT Á ÍSLANDI

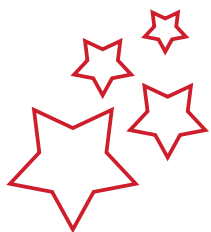
## Hearts & Daggers

Flott Ed Hardy gjafasett fyrir herra.

Toilette spray 100ml. Hár og líkamssápa 90ml. Roll on.

Lítið glas af ilm, tilvalinn í tösku eða vasa.

Fæst í Hagkaupum.







### Burberry Body

Nýr glæsilegur ilmur frá Burberry, burberry Body. Ilmurinn inniheldur cashmir, amber, vanilla og musk sem gerir hann heitan, þokkafullan og kvenlegan. Burberry

Body hefur allt að bera sem konan leitar eftir í sínum ilm og glæsileg hönnun flöskunnar fangar augað strax.

Burberry Body línan er 35ml og 60 ml EDP, 60ml Intence og Body milk spray.

### Chanel N°5

Innan Chanel N°5 ilmsins, myndast hið finleg, hið ósýnilega sést í hverju augnaráði, þá tíð verður nútíð. Tíminn stendur í stað. Nú meir en nokkru sinni fyrr eru töfrar goðsagnarinnar endurnýjaðir. N°5 Intense Bath Oil kemur í 250 ml glasi aðeins fyrir jólin. Unaðurinn er algjör, nokkrir dropar í baðvatnið og húðin verður einstaklega mjúk og ilmandi. Endurnærir líkama og sál.



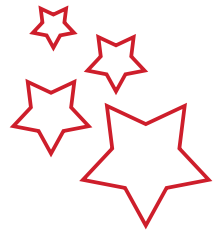
### Elizabeth Arden, RED DOOR.

Ilmurinn Red Door Frá Elizabeth Arden er kominn vegna 100 ára afmælis Elizabeth Arden.

Ilmurinn er heitur og kynþokkafullur fyrir konuna sem þorir að láta taka eftir sér því hann fer ekki framhjá neinum.

Ilmurinn Red Door kemur í 30ml EDT, 50 ml EDT og 50 ml EDP og sturtusápa.

Falleg taska fylgir hverjum ilm fram að jólum.



### Shalimar Parfum Initial

Nýr ilmur frá Guerlain, seiðandi og kynþokkafullu fyrir nútímakonuna. Ilmurinn inniheldur meðal annars Jasmín, vanillu og hvítt musk sem gerir hann einstaklega mjúkan. Hönnun flöskunnar heldur sér frá 1921 en innihald ilmsins er sett í samhengi við nútímann. Línan inniheldur 30ml og 50ml EDP, sturtusápu og bodylotion.



### Versace Yellow Domond

Guli demanturinn frá Versace er mjög tær ilmur, hreinn, kynþokkafullur og mjög kvenlegur.

Kemur í 30 ml EDT, 50 ml EDT og body lotion.

### Jean Paul Gaultier

Le Male "Terrible" er þýðing á: karlmaðurinn er "hræðilegur" villtur... sem bíður hættunni heim. Ástriðfullur, skapstór og ótrúlega kynsæandi....Le Male er einn vinsælasti herrailmur um allan heim, línan inniheldur ilminn í 3 stærðum, after shave, deo stick.



### 120 lita augnskuggapalletta

120 lita augnskuggapalletta með öllum þeim litatönnum sem þú getur hugsað þér. Mattir og sanseraðir í bland. [www.noname.is](http://www.noname.is)



### Varalita palletta

10 fallegir hágæða varalitir sem endast ótrúleg vel með lúxus útdraganlegum varalitaþursta í veskið.



### 16 gæða burstaveski

Burstaveski með 16 gæðaburstum (professional) með mittisól. Frábært verð á [www.noname.is](http://www.noname.is)



### Brúntóna augnskuggapalletta

Mattir og sanseraðir litir. Ljósir og dökkir litir í bland, drauma pallettan fyrir þær sem eru hrifnar af brúnu. [www.noname.is](http://www.noname.is)



### Maskari sem þéttir og lengir

Volume Express maskari, þéttir og lengir augnhárin.

2 fyrir 1 til jóla á jólatilboðssíðu [www.noname.is](http://www.noname.is)

KYNNING

# Gjafir sem gleðja







## YFIRHEYRSLAN

**Steinþór Helgi Arnsteins-son, umboðsmaður hljómsveitarinnar Hjaltalín og starfsmaður Senu.**

### Ertu A- eða B-manneskja?

Grimm A-týpa á virkum dögum en annars frekar óvirkur.



### Hvaða bók ertu að lesa um þessar mundir? Er í

Laxnessmaraboni. Búinn með Gerplu, Atómstöðina og Barn náttúrunnar og er núna í Paradísarheimt.

**Ef ég byggi ekki í Reykjavík, byggi ég í: Ósló. Fyrirheitna landið.**

**Hver eru nýjustu kaupin? Eyrnaband.**

**Hvað dreymir þig um að eignast? Eilífa hamingju og/eða uppþvottavél.**



### Hvaða lag kemur þér í gott skap? Hotel California

með Gipsy Kings, en svona nýver-ið hefur Miguel Campell og lagið Something Special alfarið séð um það mál.



### Einn hlutur sem þú vissir ekki um mig:

Ég er með ofnæmi fyrir öllum loðdýrum. Minnst fyrir hundum en mest fyrir úlföldum.

**Uppáhalds-drykkurinn: Kampavín.**



# Signatures Of Nature

-náttúrulegar og lífrænar snyrtivörur

*Gefðu dekur í jólagjöf fyrir þann sem að þér þykir vænt um*



*heima-spa*

*badsalt*

*saltskrúbb*

*ljómunarmedferð*

*jólakassar*

*vinagjafir*

*jólakerti*

*reykelsi*

*ilmkerti*

Signatures Of Nature  
Smáralind

Útsölastaðir



## Kínversk handgerð list

- Vasar
- Diskar
- Lampar
- Pottar
- Myndir
- o.m.fl.



Frábær jólagjöf!

Skeifunni 3j · Sími 553 8282 · www.heilsudrekinn.is



Kínversk heilsulind