

# föstudagur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS 13. janúar 2012

Fredrik Ferrier

## Lifir stjörnulífi í London

- Kolfinna sýndi fyrir Alexander Wang
- Á rúmstokknum
- Fimm hlutir

**VERÐ**

**Kr. 79.950**

**AMD**

**@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

**TOSHIBA**

**Toshiba Satellite  
C660D-1D3**

- AMD APU Dual Core E-450
- 4GB DDR3 minni
- 320GB diskur
- 15.6" WXGA LED skjár
- AMD Radeon HD 6320 skjákort
- Allt að 5 klst. rafhlöðuending
- Windows 7 Home Premium 64-BIT



**FARTÖLVA**

# núna

✿ Vetraríki

meðmælin



**Kaffi, kökur og músík**

Tónleikaröðin Kaffi, kökur & rokk & ról fer fram í Edrúhöllinni við Efstaleiti 7 næsta þriðjudag og munu John Grant og Myrra Rós stíga á svið og leika tónlist sína. Tónleikaröðin hóf göngu sína í haust og er markmið hennar að brjóta upp hefðbundið tónleikaform. Tónleikarnir hefjast stundvíslega klukkan 20 og kaffi og kökur verða á boðstólum fyrir tónleikagesti. Dag-skrárstjóri er Arnar Eggert Thoroddsen, blaðamaður og poppfræðingur, og kostar aðeins 500 krónur inn.

**Nýir Dropar**

Kaffihúsið Tíu dropar hefur verið vinsælt meðal borgarbúa undanfarin ár. Nú hefur orðið sú breyting á að kaffihúsið er einnig opið á kvöldin og breytist þá í vínbar upp á franska vísu. Stemningin er róleg og afslöppuð og þægileg tilbreyting frá háværum og erilsömum krám.



**GOTT FYRIR KROPPINN** Vörurnar frá Signatures of Nature innihalda engin kemísk efni og henta öllum, bæði konum og körlum. Gjafakassarnir eru einnig vinsælir og innihalda þessa rakagefandi sturtusápu, líkamskrem og kerti með lavender-ilmi sem virkar róandi og slakandi.

Kolfinna Kristófersdóttir situr fyrir hjá Alexander Wang:

# ALEXANDER WANG ENGIN DÍVA

**K**olfinna Kristófersdóttir fyrirseta sést í nýjum sýningarbæklingi frá bandaríska fatahönnuðinum Alexander Wang sem þykir einn sá efnilegasti í bransanum í dag.

Kolfinna flutti til London í sumar og svo til New York og starfar sem fyrirseta á vegum umboðsskrifstofunnar Next og var myndatakan fyrir Alexander Wang hennar stærsta verkefni hingað til. „Þetta var langt ferli og ég varð bæði mjög spennit og stressuð þegar ég fékk loks jákvætt svar frá umboðsskrifstofunni. Wang hefur eiginlega alltaf verið minn uppáhaldshönnuður og þess vegna fannst mér svolítið ógnvænlegt að hitta hann fyrst en um leið og hann byrjaði að tala hurfu allar áhyggjur mínar. Hann er alveg rosalega almennilegur og ekki til stælar í honum og verkefnið sjálft var líka mjög skemmtilegt,“ útskýrir Kolfinna sem flaug frá London til New York í myndatökuna.

Ásgrímur Már Friðriksson, starfsmaður Eskimó umboðs-

skrifstofunnar, segir þetta frábæran árangur hjá Kolfinnu en hún hefur aðeins starfað sem fyrirseta í rúmt ár.

„Alexander Wang er ein af nýju stjörnum fatahönnunarheimsins þannig að þetta verkefni mun án efa leiða til einhvers meira. Mér skilst að Wang hafi verið mjög hrifinn af Kolfinnu og hann hefur lýst yfir áhuga á að fá hana til að sýna sérstaklega fyrir sig á tískuvikunni í New York í febrúar.“

Ásgrímur upplýsir að franska tískuhúsið Celine hafi einnig bókað Kolfinnu til að sitja fyrir í sýningarbæklingi sínum og mun frægasti stílisti Bretlands, Camilla Nickerson, taka að sér að stíliseri þá töku. Að auki er hún bókuð í stóran tískubátt fyrir þýska Vogue.

Inntur eftir því hvort árangur Kolfinnu hafi bein áhrif á starf Eskimó segir Ásgrímur þetta fyrst og fremst viðurkenningu á vel unnu starfi. „Það veitir okkur ómælda ánægju að sjá stelpunum takast vel upp enda vinnum við náði með þeim og þykir ofsalega vænt um þær allar. Að auki



**Efnileg** Kolfinna Kristófersdóttir sat fyrir í nýjum sýningarbæklingi fyrir hönnuðinn Alexander Wang og heillaði hönnuðinn upp úr skónum með fagmennsku sinni.

liggur mikil vinna að baki því að koma stelpunum út því samkeppnin er gríðarlega hörð, það

eru mörg þúsund stelpur að reyna að komast að hjá stóru umboðsstofunum ár hvert.“

Plus Model Magazine gagnrýnir vöxt fyrirseta:

## Fyrirsætur þykja oft of grannar

Tímaritið Plus Model Magazine birti nýverið myndabátt með fyrirsetunni Katyu Zharkova þar sem fjallað er um staðlaða þyngd fyrirseta í dag.

Ljósmyndarinn Victoria Janashvili tók myndirnar sem sýna Zharkovu nakta og við hverja mynd er texti sem upplýsir lesendur um ýmislegt er viðkemur vexti og þyngd fyrirseta í dag. Meðal þess sem kemur fram er að fyrir tuttugu árum voru fyrirsetur 8 prósentum léttari en meðal kvenmaður en nú eru þær 23 prósentum léttari, að fyrirsetur í yfirþyngd nota í dag fatastærðir 6 til 14 og loks að margar vinsælustu fyrirsetur heimsins í dag eru með sömu fituprósentu og átröskunarsjúklingar. - sm

**Grannvaxnar** Tímaritið Plus Model Magazine telur fyrirsetur vera of grannar. Karlie Kloss hefur meðal annars vakið umtal vegna þess hve grönn hún er. NORDICPHOTOS/GETTY



✿ augnablikið



**GLÆSILEG** Hin frábæra leikkona Meryl Streep var glæsileg að venju er hún sótti New York Film Critics-hátíðina í New York á mánudaginn var. NORDICPHOTOS/GETTY

Margit Brandt | S'NOB | Kim Sörnsn | Ed Hardy  
Christian Audigier | Marc Jacobs | Urban Expressions  
ásamt íslenskri hönnun frá Made By3 og Hildi Hafstein

TILBOÐSDAGAR

# 30-40%

AFSLÁTTUR AF VÖLDUM VÖRUM



KASTANÍA

HÓFÐATORG

VIÐ ERUM Á FACEBOOK S: 577-5570 OPIÐ: MÁN-FÖS 11-18

föstudagur

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

# ÆFIR ÞÚ EN SÉRD LÍTINN ÁRANGUR?

Rétt mataræði er lykillinn að árangri  
**Fitbook.com** hjálpar þér að ná tökum á mataræðinu



## 12 vikna átakskeppni Fitbook

Vinningshafinn fær 100.000 kr.

Nánari upplýsingar á [www.fitbook.com](http://www.fitbook.com)

**Skráðu þig fyrir 31. janúar**

- ✓ Haltu þína matardagbók á netinu
- ✓ Tillögur að matarplönnum
- ✓ Æfingaplön, fyrir ræktina og heima
- ✓ Stærsti matvælagagnagrunnur á Íslandi
- ✓ **Aðeins 600 kr. á mánuði**

**fitbook.com**  
Matardagbókin þín á netinu

Skráðu þig og prófaðu  
Fitbook ókeypis í 7 daga

# Á RAUÐUM DREGLI Í LONDI

Í byrjun ársins 2011 gjörbreyttist líf hins hálfíslenska háskólanema **Fredriks Kristjáns Jónssonar Ferrier**. Hann ákvað ásamt vinum sínum að taka þátt í raunveruleikapáttaröðinni *Made in Chelsea* sem sló í gegn í Bretlandi og Fredrik gengur nú rauða dregla og opnar heimili sitt fyrir blöðum á borð við Hello!

Viðtal: Álfrún Pálsdóttir

Myndir: Valgarður Gíslason

Ég hugsaði mig vel og lengi um áður en ég ákvað að taka þátt. Velti fyrir mér kostum og göllum þess að fara í sjónvarpið og að lokum voru kostirnir fleiri. Foreldrar mínir voru ekki beint sáttir fyrst og skildu ekki hvernig þáttur á borð við þennan gæti verið einhverjum til framdráttar en nú eru þau sátt. Ég hef farið varlega og hugsa vandlega um hvernig ég kem fyrir í sjónvarpinu. Þetta verður á ferilskránni minni alla ævi og þá er eins gott að vera meðvitaður," segir Fredrik og bætir við að það sé auðvelt að láta gleppast af glamúrnum sem fylgir því að vera sjónvarpsstjarna. „Ég á sem betur fer góða fjölskyldu sem heldur mér niðri á jörðinni.“

## SJALDSÉÐ KYRRÐ Á ÍSLANDI

Fredrik eyddi áramótunum á Íslandi en eldri systir hans, Charlotte Ólöf, er búsett hér á landi ásamt íslenskum eiginmanni. Honum finnst gott að koma til Íslands og kúpla sig út úr erilsama lífinu í London. Hann reynir að koma að minnsta kosti einu sinni á ári og finnst mikilvægt að komast í tæri við náttúruna.

„Það er alltaf gott að koma hingað og anda að sér hreinu lofti, vera í friði og upplifa náttúruna sem er einstök á Íslandi. Það er einhver sjaldséð kyrrð hérna sem erfitt er að finna annars staðar,“ segir Fredrik sem einnig var mjög upp með sér að fá að upplifa allan þennan snjó í Reykjavík. „Ég frétti að þetta væri mesti snjór á þessum árstíma í mörg ár, sem er mjög gaman. Svo sá ég líka norðurljósín, sem eru líklega daglegt brauð fyrir þig, en ótrúlega magnað fyrir mig.“

Gamlárskvöldi var eytt á Skólavörðuholtinu þar sem sprengjuæði Íslendinga kom útlendingnum skemmtilega á óvart og mikil ánægja var með kvöldið. Næturlíf miðborgarinnar var einnig kannað í ferðinni en Fredrik skemmti sér einna helst á Prikínu. „Það var frábært að sjá ljósakrónurnar byrja að sveiflast þegar líða tók á nóttina. Frábær stemning.“

Faðir þeirra Charlotte heitir Jón Arthur og er Íslendingur og móðir hans ensk en Fredrik hefur aldrei búið á Íslandi. Faðir hans starfar í olúgeiranum sem gerir það að verkum að fjölskyldan hefur búið á ýmsum stöðum í heiminum gegnum tíðina og talar Fredrik meðal annars ensku, spænsku og arabísku. Núna eru foreldrar hans búsettir í Kaupmannahöfn þar sem



Erfitt að leika sjálfan sig „Það skiptir ennþá meira máli að koma vel fyrir þegar maður er að „leika“ sjálfan sig og það sem maður gerir í þáttunum hafa stigið þannig feilspor sem þau eiga eftir að sjá eftir,“ segir Fredrik Kristján Jónsson Ferrier um leik sinn í raunveruleikapáttunum.

faðir hans vinnur hjá Maersk þannig að fjölskyldan er á víð og dreif um heiminn.

„Ég hef mjög gaman af því að ferðast og upplifa nýja menningarheima. Ég sé hvað það gefur mér í dag að hafa flutt mikið milli landa í æsku. Ég finn að ég hef meiri skilning á menningu annarra landa en til dæmis vinir mínir,“ segir Fredrik en fjölskyldan hefur meðal annars búið í Stavanger í Noregi og Damaskus í Sýrlandi. Sjálfur hefur Fredrik bæði búið í New York og í Milanó.

## LEIKINN RAUNVERULEIKI

Raunveruleikapættir hafa skotið föstum rótum í sjónvarpsmenningunni síðustu ár og uppgangurinn hefur verið mikill, sérstaklega í Bretlandi. Raunveruleikastjórnur verða frægar á einni nóttu og Fredrik segir að það hafi verið skrítið að venjast því í fyrstu. „Að vera beðinn um eiginhandararitun úti á götu og fá aðdáendabréf er skrítið en skemmtilegt. Að fá boðskort á frumsýningu og veita viðtal með Tom Hanks við hliðina á sér er hins vegar sérkennilegt,“ segir Fredrik og viðurkennir að það hafi komið honum spáskt fyrir sjónir þegar fjölmiðlar við rauða dreglinn á einni frumsýningunni tóku við hann viðtal þegar það var fullt af frægu fólki, meðal annars Tom Hanks, allt í kringum hann. „Ég er bara strákur sem er með í raunveruleikapætti og finnst ég kannski ekki eiga skilið svona mikla athygli.“

Þættirnir *Made in Chelsea* eru með vinsælustu þáttum Bretlands og sería þrjú að fara í tókur á næstu dögum. Þættirnir hafa verið seldir til Ástralíu og hugsanlega er innrás á Banda-

rikjamarkað í bígerð. „Það væri virkilega gaman og klárlega markmiðið að komast að í Bandaríkjunum en ég er ennþá að hugsa hvort ég vilji vera með í næstu seríu eða segja þetta gott núna og snúa mér að öðru. Það kemur í ljós.“

Þættirnir fjalla um vinahóp úr ríkrámannahverfinu Chelsea í Lundúnum þar sem hraðskreiðir bílar,

sem þeir eiga eftir að sjá eftir,“ segir Fredrik en framleiðendur þáttanna hafa mikil áhrif á framvindu mála og eiga það til að ýta undir dramatí milli þátttakenda.

„Það er allt gert til að búa til gott sjónvarp. Ég byrjaði að sjá í gegnum þetta í annarri seríunni og hef dregið mig aðeins til baka vegna þessa. Byrjun hverrar seríu erum við teki

✿ Þetta er frekar sérkennilegt því við erum ekki leikarar og ekki í hlutverkum í þáttunum en vinnum samt eftir handriti og þurfum oft að endurtaka atriðin oft og mörgum sinnum.“

kampavín og kokteilpartí eru hluti af hversdeginum. Krakkarnir í þáttunum eru vinir í alvörunni en það er nokkurn veginn það eina í þáttunum sem á sér stoð í raunveruleikanum. Þættirnir falla í flokkinn „Scripted reality show“ eða leiknir raunveruleikapættir.

„Þetta er frekar sérkennilegt því við erum ekki leikarar og ekki í hlutverkum í þáttunum en vinnum samt eftir handriti og þurfum oft að endurtaka atriðin oft og mörgum sinnum. Ég man að fyrst fannst mér mjög erfitt að vera eðlilegur í kringum myndavélina og það tók langan tíma að ná eðlilegu flæði í samtölunum en núna er ég orðinn vanur því að ganga úti á götu með myndavélina mér við hlið. Það skiptir líka ennþá meira máli að koma vel fyrir þegar maður er að „leika“ sjálfan sig og það sem maður gerir í þáttunum á eftir að fylgja manni alla ævi. Margir úr þáttunum hafa þannig stigið feilspor

á fund með framleiðendum þar sem ástamál okkar og önnur persónuleg mál eru krufin og athugað hvort hægt sé að nota í þáttunum. Í síðustu seríu var ég til dæmis á föstu með stelpu sem fékk fyrir vikið aukahlutverk.“

## FRÆGÐINNI FYLGJA FRÍÐIND

Fredrik fær borgað fyrir þættina og viðurkennir að launin séu góð. Það að vera þekkt andlit í Bretlandi hefur einnig ýmiss konar tækifæri og fríðindi í för með sér. Fataframleiðendur senda honum fatnað og hann fær boðskort á alls konar viðburði og frumsýningum í London.

„Það skrítnasta sem fylgir því að vera þekkt andlit í Bretlandi fannst mér hið svokallaða PA eða Public Appearance, eins og það er kallað. Það borga næturklúbbar þér fyrir að komast og láta sjá þig á staðnum. Hringja svona í fjölmiðla sem koma og taka myndir af því þegar maður mætir, oftast í bókun frá skemmtistaðnum og blandar geð-

## SALON REYKJAVÍK



SALON REYKJAVÍK BÝÐUR UPP Á NÝJA NATURA KERATIN SLÉTTUNARMEÐFERÐ SEM GEFUR MJÚKT, SLÉTT, HEILBRIGÐT, FALLEGT OG GLANSANDI HÁR.

VERTU VELKOMIN  
SALON REYKJAVÍK  
GRANDAGARÐUR 5  
101 REYKJAVÍK  
SÍMI: 56 85 305  
OPNUNARTÍMAR  
VIRKA DAGA: 9 - 18  
LAUGARDAGA: 9 - 13



## DON



stunum á eftir að fylgja manni alla ævi. Margir úr  
Made in Chelsea.

við gesti staðarins. Þetta er vel þekkt innan bransans og getur borgað mjög vel.“

### TÓNLISTARÁHUGINN

Fredrik segist nota íslenskan uppruna sinn til að skera sig úr fjöldanum í Bretlandi og búa til ákveðna ímynd. Sítt ljóst hárið og skandinavískt yfirbragð skemmir ekki fyrir þegar maður þarf að koma sér á framfæri erlendis án þess að falla í fjöldann. Auk þess að leika í þáttunum og vinna sem fyrirsæta á tónlistin hug hans allan en Fredrik spilar meðal annars á fiölu og píanó. Hans draumur er að geta lifað á tónlistinni og segir að þátttaka sín í þáttunum sé einungis liður í að koma nafni sínu á framfæri. Hann hefur nú stofnað hljómsveitina Loki ásamt mági sínum, Bjarna Biering Margeirssyni, en planið er að gefa út tónlist á næsta ári. Hægt er að fylgjast með framvindu hljómsveitarinnar á samskiptasíðunni Twitter (@fredrikferrier og @bjarnibm).

„Við erum þegar komnir með fjögur lög og erum að vinna í meira efni. Tónlist okkar svipar til Massive Attack og Jamie Woon en ég er mikill aðdáandi þeirra sveita. Einnig uppgötvaði ég Gus Gus um daginn en þau eru mjög góð. Ég sá einmitt söngkonuna á vappi í miðborginni um daginn,“ segir Fredrik og vísar þar í Urði Hákonardóttur.

En getur Ferrier hugsað sér að búa á Íslandi, eins og systir hans, í framtíðinni?

„Nei, ég hugsa ekki. Ísland fyrir mér er staður sem ég get farið til og slappað af. Ég á bara góðar minningar frá landinu og ég vil ekki eyðileggja þá mynd með því að búa hérna, en maður veit aldrei hvað framtíðin ber í skauti sér.“

## myndaalbúmið



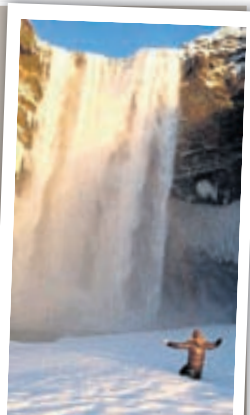
\* Auglýsingaplakat fyrstu seríu Made in Chelsea.



Fjögurra ára í Stavanger í Noregi.



Á Skólavörðuholti við Hallgrímskirkju á gamlárskvöld ásamt vini sínum, Adam Waise, og mági sínum, Bjarna Biering Margeirssyni.



Við Skógarfoss í byrjun janúar 2012.

# GUERLAIN

SPEGILL, SPEGILL,  
HERM ÞÚ MÉR ...

COLLECTION  
PRINTEMPS / SPRING 2012



## Vor „lookið“ 2012 frá GUERLAIN er komið í verslanir.

### Í eftirfarandi verslunum fást GUERLAIN snyrtivörur:

Hygea kringlunni og Smáralind, Hagkaup Holtagörðum, Lyf & heilsa Kringlunni, Snyrtivöruverslunin Glæsibæ, Laugar Spa, Snyrtistofan Garðatorgi, Betri Líðan Akureyri.

### GUERLAIN KYNNIR:

- Nýja og bjarta liti í G Rouge varalitalínunni
- Fallega rómantíska liti í varaglossum
- Augnskuggapallettur
- „Transparent“ púður sem gefur húðinni fallegan ljóma.
- Nýr Maskari, Noir G Mascara, **Parabenfrír**, extra svartur sem lengir og þéttir. Hægt er að fá fyllingu í maskarann.



# ÚTSALA

**50% afsláttur**  
af öllum vörum  
pelsum, kjólum,  
palliettum og skarti

## ROKK OG RÓSIR

Laugavegi 17 • Sími 551 5656

FRÉTTIR VIDSKIPTI SPORT UMRÆÐAN LÍFID SJÓNVARP

**VÍSIR** TAKTU VÍSI Á HVERJUM MORGN!

Fimm hlutir sem þú vissir ekki um:

# DEBBIE HARRY

Söngkonan Deborah Harry sló í gegn í lok áttunda áratugarins með hljómsveitinni Blondie. Harry þótti með eindæmum töff með sitt aflitaða hár og pönkaða fatastíl og þykir það enn þann dag í dag.

\* Hún fæddist árið 1945 í Míamí í Flórída og var ættleidd af hjónunum Catherine Harry og Richard Smith sem búsett voru í New Jersey og skírð Deborah Ann Harry.

\* Eftir útskrift starfaði Harry um hríð sem ritari hjá skrifstofu breska ríkisútvarpsins BBC í New York. Hún starfaði einnig sem þjónn, dansari og sem Playboy-kanína.

\* Harry hefur verið í þó nokkrum hljómsveitum yfir ævina og byrjaði söngferilinn með sveitinni The Wind in the Willows, sem lék sveitatónlist upp á ameríska vísu. Því næst gekk hún í raðir The Stilettos þar sem hún kynntist kærasta sínum og gítarleikara Blondie, Chris Stein. Harry og Stein stofnuðu svo hljómsveitina Angel and the Snake áður en Blondie varð til.

\* Árið 1999 var Harry kosin tólfta magnaðasta kona rokksins af sjónvarpstöðinni VH1.

\* Hljómsveitin Blondie hætti um hríð í byrjun níunda áratugarins þegar Stein veiktist af sjaldgæfum húðsjúkdómi. Harry tók sér þá frí frá tónlistinni á meðan hún hjúkraði Stein aftur til heilsu. Þarið hætti saman í byrjun tíunda áratugarins en þau eru enn nánir vinir.



**Rokkari** Harry á sýningu Victoria's Secret árið 2010. Hún er enn jafn töff og fyrir þrjátíu árum.



**Flott** Harry þótti sérstaklega töff bæði á sviði og í daglegu lífi.



**Blondie** Harry orðin ljóshærð og pönkuð.



**Ástfangin** Harry ásamt kærasta sínum og samstarfsfélagi, Chris Stein, árið 1981.



**Ung og dökkhærð** Harry árið 1968 þegar hún var meðlimur sveitarinnar Wind In The Willows.

## Á RÚMSTOKKNUM

Sigga Dögg kynfræðingur

### Smokkasjálfsalar á Hrafnistu

Í nýlegum pistli líkti ég kynlífi saman við líkamsrækt. Það getur verið erfitt að koma sér af stað en um leið og reglulegri mætingu er náð þá verður þetta ekkert mál og mæting kemur af sjálfu sér.

Ég hef hugsað meira um þetta, sérstaklega nú þegar fésbókin fyllist af metnaðarfullum fyrirheitum um dagnað og hreysti. Ef þú myndir skipta út orðunum kynlíf fyrir ræktina þá væri landinn sko hraustur! Svo virðist sem að ekki ein einasta manneskja hafi tekið ráðum mínum og sett sér kynferðislegt markmið fyrir árið. Ef hún hefur gert það fer hún alls ekki hátt með það. Af hverju ætli það sé? Hvernig væri það ef kynlíf væri ekki sveipað dulúð og fólk ræddi það á opinberum vettvangi sem eðlilegan hluta af líkamsrækti og hreysti. Ég sé fyrir mér að fésbókin yrði töluvert meira krassandi; Sigga Dögg: byrjaði daginn á fullnægingu í sturtu, mæli með því! Ég er viss um að ég myndi fá þó nokkurn stuðning með smellum á „líkar vel við“ takkann og kannski nokkrar athugasemdir.

Mig dremmir um tíma þar sem kynlíf er ekki feimnismál sem drukkna í mýtum. Kynlíf væri eitt af málum dagsins sem hægt væri að ræða og leita sér ráðlegginga án þess að roðna ofan í tær. Þetta hljómar kannski kjánalega en mín reynsla er sú að umræðan er þörf og það hjá öllum aldurshópum. Ungt fólk vafrar um netið og á erfitt með að skilja raunveruleikann frá fantasíunni. Fólk á miðjum aldri lendir í villigötum í sambandinu sínu því það kann ekki að tala saman um það sem máli skiptir. Eldri borgarar smitast af kynsjúkdómum því engum dettur í hug að gamalt fólk stundi kynlíf og lítið er um smokkasjálfsala á Hrafnistu.

Það er því enginn undanskilinn því að þurfa að læra að tala um kynlíf á hreinskilinn og opinskáan hátt. Um daginn fékk ég spurningu frá ungru stúlku í kynfræðslutíma sem ég stóð fyrir. Stúlkan vildi vita hvort píkan hennar víkkað með vaxandi fjölda rekkjunauta. Ég útskýrði fyrir bekknum hvernig kynfæri karla og kvenna starfa. Leggöng konu víkka ekki eftir fjölda getnaðarlima sem inn í hana fara, ekki frekar en að typpi lengist því oftast er strokkað! Einföld kynfæravitund er af skornum skammti og þegar þekking um verkfæri er takmörkuð, hvernig er hægt að ætlast til að það sé notað á rétt?

Þetta er ekki eina dæmið sem situr í mér í tengslum við samræður um kynlíf. Kynlíf er eitt af líkamlegum athöfnum dýra og manna. Það sýna flestir hægðartregðu skilning en risvandamál má ekki tala um. Auðvitað er þessi pistill að drukkna í samlíkingum en æfum okkur í samræðum um kynlíf. Það er gott áramótaheiti!

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



**metasys®**

Ert þú einn af mörgum Íslendingum sem hafa grennt sig með Metasys?

**Metasys hefur verið fánlegt hérlendis sl. 6 ár og á stóran aðdáendahóp**

Þessi 100% náttúrulega vara er unnin úr kjarna græna telaufsins og hefur það reynst fjölmörgum hjálpa við að auka brennslugetu líkamans auk þess að vera mjög orku- og úthaldsaukandi.

Fjölmargir hafa einnig fundið að húð og melting stórbatnar við inntöku Metasys.

Margar rannsóknir hafa verið gerðar á græna telaufinu, sem er ríkt af egcg catechins (endilega googlið), sem er mjög andoxunarríkt og hefur einnig góð áhrif á hjarta- og æðakerfi.



**metasys®**

Þyngdarstjórnun – orka – úthald – árangur

**100%**  
náttúrulegt

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

Metasys er fánlegt í apótekum, heilsuþúðum og heilsuhillum flestra stórmarkaða

# ala útsala útsala útsala útsala útsala útsala útsala útsala útsala

Verð var 59.900.-  
 nú 35.900.-

40%

Verð var 34.900.-  
 nú 20.940.-



Vasar  
 nú  
 500-2000.-

30-80%

40%

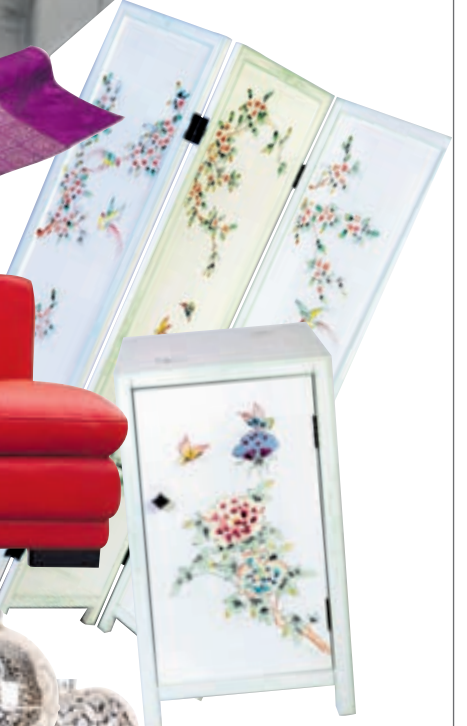
Leðurstóll  
 Var 59.900.-  
 nú 35.940.-



Allar  
 bastkölfur  
 50%

40%

Leðursófi  
 Var 89.900.-  
 nú 53.940.-



Handmálaður skápur  
 Var 39.900.-  
 nú 27.930.-

30%

Leðursófi  
 Verð var 399.900.-  
 útsöluverð  
 279.930.-



Bastvasar  
 50%  
 og 3f2!



Keyptu 4  
 gardínulengjur og  
 fáðu gardínustöng  
*fritt með!*  
 Mikið úrval á  
 40-50%



Leðursófi  
 Verð var 399.900.-  
 útsöluverð  
 279.930.-

30%

the  
**PIER**



## YFIRHEYRSLAN

### Arnþrúður Dögg Sigurðardóttir

**Ertu A- eða B-manneskja?**  
Ég er mikil A-manneskja.

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

Var að klára ævisögu Magga Eiríks í Mannakornum og ætla síðan að taka í Jakob Fri-mann.

### Ef ég byggi ekki í Reykjavík...

...byggji ég rétt fyrir utan bæinn með lítið land og kot, væri kannski með geitur! Ég væri líka til í að búa í Vestmannaeyjum og á Vestfjörðum í einhvern tíma.

### Hver eru nýjustu kaupin?

Pau sem voru með einhverju viti var nýja Mac Book Pro-tölvun mín.

### Hvað dreymir þig um að eignast?

Nýjan mótorfák. Mig hefur reynd-



ar alltaf langað í lásboga en hjólið gengur klárlega fyrir.

### Hvaða lag kemur þér í gott skap?

Vá, erfitt. Það koma svo mörg til greina en ef ég á að velja nýtt lag þá elska ég lagið Reykjavík með Sykur, síðan klassíkina That Smell með Lynyrd Skynyrd og mörg önnur þarna á milli.

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

Ég get farið úr mjaðmarið!

### Uppáhalds-drykkurinn:

Vatn.



Sendu 5 toppa af Merrild eða Senseo-pökkum fyrir 17. mars til:  
Merrild  
Pósthólf 78  
130 Rvk

## Safnaðu 5 toppum af Merrild og freistaðu gæfunnar

Þér er boðið að taka þátt í skemmtilegum leik sem getur fært þér stórkostlegan vinning.

Safnaðu fimm toppum af Merrild eða Senseo kaffipökum og þú gætir unnið:

100.000 kr. í Debenhams

Meikóver-dag með Kalla

Fjöldi annarra vinninga

Nýjasta Senseo kaffivél frá Heimilistækjum og ársbirgðir af Merrild eða Senseo kaffi



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

Auglýsendur vinsamlegast hafið samband: Sigríður Dagný í síma 512 5462 eða sigridurdagny@365.is

föstudagur  
Fylgstu með