

20. APRÍL 2012

Lífið

NÝ FATALÍNA
HÖRPU EINARS

RAGNHILDUR
AFREKSKONA Í GOLFI

GLÆSILEIKI Á VIÐ-
BURÐUM VIKUNNAR

HANNAR UM HEIM ALLAN

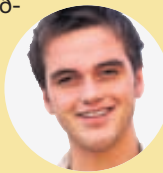
GUÐLAUG JÓNSDÓTTIR ARKITEKT UM SKÖPUNARVERKIN,
SIGRANA OG LÍFIÐ Í HOLLYWOOD.

FRÉTTABLAÐIÐ

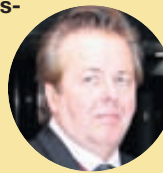
> Lífið er á Vísí – visir.is/lifid

HVERJIR VORU HVAR?

Árshátíð N1 fór fram síðastliðna helgi og er óhætt að segja að glæsileiki hafi einkennt þá hátíð. **Björn Bragi** sá um að halda uppi fjör-



inu, **Björgvin Halldórs-son** var leynigestur, Sverrir Bergmann sá um sönginn og svo mætti enginn annar en **Páll Óskar** óvænt og trúð upp.



Í gestahópnum mátti sjá **Hermann Guðmundsson** forstjóra, **Katrínu Guðjónsdóttur** markaðsstjóra, **Ingunni Sveinsdóttur**,



framkvæmdastjóra sölu- og markaðs-sviðs, **Jón Gunnar Geirdal** ásamt kær-ustunni **Fjólu Katrínu Steinsdóttur** og fleira frábært fólk.



HARPA EINARS OG NTC FRUMSÝNA NÝJA LÍNU

Það er óhætt að segja að Harpa Einarsdóttir fatahönnuður sýni á sér nýja hlið með einstaklega skemmtilegri fatalínu sem hún hefur nú hannað í samstarfi við tiskurisann NTC en línan var frumsýnd í vikunni.



Harpa Einarsdóttir hönnuður

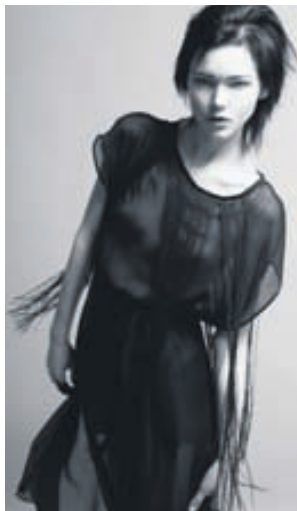
NTC en línan var frumsýnd í vikunni.

Harpa segist afar ánægð með samstarfið en að það hafi á sama tíma verið krefjandi fyrir sig.

„Ég þurfti að temja mér öðruvísi hugsun og einfaldari hönnun en ég er vön og vera þolinmóð þar sem framleiðslan tók sinn tíma. Ég skissaði mikið í byrjun og svo völdum við það sem hentaði best í sameiningu. Það var óneitanlega góð tilfinning að sjá línuna í heild sinni í verslunum NTC,“ segir Harpa.

Línan var mynduð af Helga Ómarssyni ljósmyndara en það var engin önnur en fyrirsætun Kolfinna Kristófersdóttir, fyrirsæta hjá Eskimo models, sem sat fyrir.

NTC segist afar ánægð með verkefnið og segist stefna á að halda þeirri stefnu áfram að fá unga íslenska hönnuði til liðs við sig.



Eskimo fyrirsætun Kolfinna Kristófersdóttir sýnir nýju línuna.



Lífið

UMSJÓN

Elly Ármanns elly@365.is
Kolbrún Pálína Helgadóttir kolbrun@365.is

Útgáfufélag 365 miðlar ehf.

Forsíðumynd Edward Duarte

Útlitshönnun Arnór Bogason

Auglýsingar Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir sigridurdagny@365.is

Lífið Skaftahlíð 24,
105 Reykjavík, sími 512 5000
www.visir.is/lifid



Ætlar þú að breyta um lífsstíl?

Heilsulausnir henta einstaklingum sem glíma við offitu, hjartasjúkdóma og/eða sykursýki.

Hefst 14. maí

Kynningarfundur 10. maí
Allir velkomnir

Að námskeiðinu standa m.a. lækningar, hjúkrunarfræðingar, sjúkrábjálfarar, næringarfræðingur, íþróttfræðingur og sálfræðingur.



HEILSUBORG

Faxafeni 14 • Sími 560 1010
www.heilsuborg.is

NÝTT PAR

Tónlistarmaðurinn og sjónvarpsstjarnan **Sverrir Bergmann Magnússon** og at-hafnakonan **Marín Manda Magnúsdóttir**, sem bjó lengi vel í Kaupmannahöfn í Danmörku þar sem hún hannaði og rak verslun, eru nýtt par.

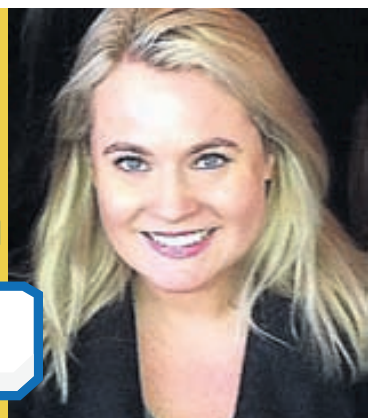
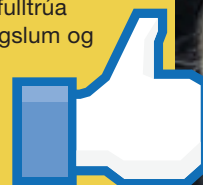
Þau hafa vakið athygli hvar sem þau koma enda glæsileg bæði tvö.

Eftir að Sverrir byrjaði að taka lögin í útvarpsþættinum FM95BLÓ á föstudögum hefur hann verið iðinn við að koma fram meðal annars á Dönsku kránni og árshátíðum sem trúbador. Þá er einnig væntanleg ný plata frá kappanum innan tíðar.



SVANA ALMANNATENGILL TIL WOW AIR

Svana Friðriksdóttir sem hefur starfað sem sjálfstæður almannatengill undanfarnin þrjú ár hefur tekið við stöðu upplýsingafulltrúa Wow Air. Svana, sem er með meistaraþráðu í almannatengslum og -samskiptum frá Westminster-háskóla í London, starfaði áður hjá Kaupþingi og BIA – Bio Industry Association í London. Hún sá meðal annars um Ímark hátíðina og lúðurinn, Hönnunarsjóðinn Auroru, vinsælu snyrtivörurnar Skin Doctor og fjöldann allan af viðburðum.





GLEÐILEGT SUMAR

í The Pier!



Haag
fjölskyldusófinn

Fæst í fleiri litum
og útfærslum!

Tilboðsverð
frá 199.900.-



Fiðrildi 6290.-
Veggskraut 70 cm

Falleg
Polirattansett

sem þola að vera úti
í allt að -15 gráðum!

Eigum einnig sófasett
úr Polirattan.

Polirattan borð
sporöskjulaga
59.900.-

**POLIR AÐ VERA ÚTI Í
ALLT AÐ -15° GRÁÐUM**



Polirattan stóll
með örnum
16.900.-

Blómapottar
frá 690.-



Kertastjakar 690.-



Mósaikborð **23.900.-**

Sessur
3490.-

Stóll
9990.-

Tilboð
Mósaikborð
Verð 23.900.-
Stólar
Verð frá 9990.-
Margar gerðir!



Sessur sem
hrinda frá sér
frá 1490.-



Borðrenningar 5490.-

Finndu okkur á Facebook!

Luktir
2990.-



12.900.-



Styttur sem þola
að vera úti!
60 cm háar

9590.-



the
PIER

SMÁRATORGI 522 7860 • KORPUTORGI 522 7870 • GLERÁRTORGI 522 7880



Friðrika Hjördís Geirsdóttir og Marta Jónsdóttir.

MYNDIR/ELLY OG KOLBRÚN

DAY BIRGER ET MIKKELSEN
KYNNIR:

BUXUR
24.990
DAY
Kringlunni



BOLUR
10.990
DAY
Kringlunni



Hótel
Reykjavík
Marina



Marta María Jónsdóttir og Guðlaug Ágústa Halldórsdóttir.

GLÆSILEGIR GESTIR

Það var mikið um gleði síðasta dag vetrar í Reykjavík. Lífið leit við á opnun nýs hótels, Icelandair Hótel Reykjavík Marina, við gamla Slippinn í Reykjavíkurhöfn í vikunni.



Hera Harðar, Heba Hallgrímsdóttir og Ragga Boga.



Freyr Frostason og Sóley Kristjánsdóttir.

Kraftmesta
ofurfæði jarðar

Fáðu heilsuna og orkuna upp!

Ultimate Greens:

Spirulina pakkað af næringaefnum sem gefa mikla orku.

Barley Grass kemur á réttu pH gildi og gerir líkamann basískan.

Chlorella hreinsar líkamann af auka- og eitrefnum, þungmálmum og geislunum.



lífraen bættiefni fyrir alla - heilsa til framtíðar



Fæst í Lifandi Markaður, Lyfjaver, Yggdrasil.
www.celsus.is



Siggí Hall og Helgi Björns.



Gunnlaugur Práinsson og Erla Margrét Haraldsdóttir.



Klara Arndal, Rósa Björk og Þórunn Marínós.

➤ Sjá fleiri myndir á visir.is/lifid



TYGGÐU EXTRA

EFTIR HVERJA MÁLTÍÐ



Tannlæknafélag Íslands mælir með notkun xylitols sem aðalsætuafnis í tyggigúmmí

Rannsóknir sýna að notkun sykurlausss **Extra** eykur munnvatnsframleiðslu, jafnar sýrustig, heldur tönnunum hreinum og stöðvar sýklaárásir á þær. **Extra** minnkar upptöku hitaeininga og dregur það úr streitu í amstri hversdagsins.

ÁSTRÍÐUFULLUR ARKITEKT Í BORG ENO

Arkitektinn Guðlaug Jónsdóttir, betur þekkt sem Gulla, hefur búið í Los Angeles í rúmlega tuttugu ár þar sem hún sinnir ástríðu sinni sem er að hanna og skapa. Hún er staðráðin í að láta drauma sína rætast en þeir eru að byggja skjákljúf, kirkju og risastórt listasafn.

GUÐLAUG JÓNSDÓTTIR

oftast kölluð Gulla.

ALDUR: 39 ára næstu 5 árin. :-)

HJÚSKAPARSTAÐA: Einhleyp og sennilega gift vinnunni.

TITILL: Yfirhönnuður og eigandi að minni arkitektastofu sem heitir G+Gulla Jonsdottir Design.

NÁM: Menntaskólinn í Reykjavík og SCI ARC (Southern California Institute of Architecture) í Los Angeles, Kaliforníu.

MAKI: Finn hann ekki...

Hvað hefur þú búið lengi í Los Angeles og af hverju í ósköpunum fluttir þú þangað?

Ég hætti að telja eftir fimmtán ár en ég er búin að vera hér í rúmlega tuttugu ár. Ég flutti hingað til þess að læra arkitektúr við vel virtan skóla sem heitir SCI-Arc. Núna bý ég í Vestur-Hollywood sem er að vissu leyti hjarta borgarinnar því það er mitt á milli Beverly Hills og Hollywood. Hverfið er skemmtilegt og hér eru margir af bestu veitingastaðunum og verslunum. Ég féll fyrir byggingunni sem ég bý í, sem er frönsk í útliti og karakter og mjög sjarmerandi.

Hvenær og af hverju ákvaðst þú að læra arkitektúr? Eftir MR var ég ekki alveg ákveðin og var jafnvel að spá í að fara í læknisfræði. En arkitektúr var í rauninni mitt áhugamál svo ég ákvað að vinna hjá húsa-meistara ríkisins í smá tíma og athuga hvort þetta væri virkilega það sem ég vildi. Ég var líka smituð af

arkitektúr og listum frá því að vera krakki á Ítalíu, sérstaklega í Flórens og afi minn var listamaður og ég sat með honum oft og teiknaði þannig að hönnun er í rauninni bara partur af mér.

Saknar þú Íslands? Já, ég sakna alltaf Íslands og þá sérstaklega fjölskyldunnar, vina og náttúrunnar. Annars hef ég komið nokkuð oft heim undanfarið því móðir mín hefur verið veik en er nú á bataleið sem betur fer. Ég reyni að nota tækifærið og skreppa í Bláa lónið á leiðinni út á flugvöll þar sem líður úr mér öll streita áður en ég fer í flug. Núna síðast fór ég á Þingvelli, Gullfoss og Geysi og var enn á ný alveg heilluð af hversu kraftmikil náttúran er á Íslandi.

Ég var líka mjög hrifin af matnum eftir að hafa farið á nokkra veitingastaði í Reykjavík. Maturinn er frábær og framúrsteftnulegur finnst mér. Svo er það vatnið og tæra loftið sem er alveg einstakt á Íslandi. Mér líður alltaf vel á Íslandi og vil helst alltaf vera lengur þegar ég kem heim.

Hver er munurinn á Kaliforníu og Íslandi þegar kemur að því að starfa sem arkitekt? Ég held það sé aðallega hitastigið og einangrun fyrir byggingar, annars getur arkitektúr verið eins hvar sem er í heiminum.

Nú hannaðir þú sviðsmynd RFF (Reykjavík Fashion Festival) á Íslandi í ár – hvernig kom það til? Ég hef áhuga á tísku og á mikið af

vinum í tískuiðnaðinum. Edda Guðmundsdóttir, stílisti í New York, kom þeirri hugmynd af stað með RFF að ég myndi hanna sviðið. Mér finnst gaman að styrkja íslenska hönnun og er mjög stolt af því að vera með RFF. Sýningin og allt í kringum hana var að öllu leyti mjög vel staðið að og margt til lagt. Ég get ekki annað sagt en að ég var mjög stolt af þeim stelpum sem tóku þátt í þessu og þá sérstaklega Sæju og Sirry sem voru mér innan handar og sáu um að búa til sviðið sem var allt handgert úr íslenskum lopa. Tónlistin var frábær á öllum sýningunum og líka sérstaklega gaman að fá að hafa sýninguna í Hörpunni. Það kom þangað mikið af fólki sem hafði virkilegan áhuga á því að styrkja hönnun sem er mikilvægt fyrir þjóðfélagið.

Ef við horfum fram á við. Hvar sérðu þig eftir tíu ár? Umvafin fjölskyldu og vinum að mála málverk í húsinu mínu með vínakrinum á Ítalíu, nýbúin að byggja minn fyrsta skjákljúf og loksins komin með einn sumarþustað einhvers staðar uppi í hrauni á Íslandi.

Ertu ástfangin? Nei. Ekki eins og er.

Langar þig að verða mamma einhvern daginn? Já.

En ertu tilbúin að hleypa manni inn í líf þitt og hvaða kosti þarf hann að bera? Já, loksins er ég tilbúin. Hann má hafa fullt af góðum kostum en hann má bara ekki hafa galla. Þetta er sagt í gríni að sjálf-



FRÉTTIR

VIÐSKIPTI

ÍPRÓTTIR

LÍFIÐ

UMRÆÐAN

STÓRLAXARNIR ERU Á VEIÐIVÍSI

Á Veiðivísi, nýjum veiðivef Vísis, getur þú nálgast helstu fréttir, ítarlega umfjöllun og gagnlegar upplýsingar um veiði, hvort heldur sem er stangveiði eða skotveiði. Fylgstu með í sumar og nýttu þér allt sem Vísir hefur upp á að bjóða.



Meira sjónvarp, meira útvarp, meiri fréttir, meiri upplýsingar, meiri umræða, meira líf,



meiri íþróttir, meiri virkni, meira úrval. Þú færð meira af öllu á vísi.

Meiri Vísir.

GULLA SPURÐ UM HOLLYWOOD STJÖRNURNAR



Leonardo DiCaprio

...hann býr beint á móti mér í New York.

Michael Douglas

...hitti hann á veitingastað fyrir mörgum árum.

Sylvester Stallone

...fór í boð heim til hans í Malibu.

Arnold Schwarzenegger

...hann fer á sömu hárgreiðslustofu og ég og ég hitti hann oft þar.

Mickey Rourke

...hann er vinur vina minna.

Paris Hilton

...hitti hana á opnun á stað sem ég hannaði.

Mila Kunis

...hitti hana í boði heima hjá vinkonu minni.

Cindy Crawford

...hannaði bar fyrir manninn hennar og bróður hans í New York.

Ashton Kutcher

...hannaði veitingastað fyrir Ashton fyrir mörgum árum sem hét Dolce.

Jack Nicholson

...hitti hann á veitingastað.

James Franco

...hannaði bar fyrir hann sem heitir Writer's Room.

Richard Gere

...mér var boðið á listsýningu sem hann var með.



GLANNA



MYND/EDWARD DUARTE

sögðu. Snýst þetta ekki allt um „chemistry“ og að tengjast annarri manneskju og það er ekki auðvelt að finna.

Áttu þér uppáhalds hönnuði? Já, ég er sérstaklega hrifin af arkitektunum Santiago Callatrava, Zaha Hadid, Tadao Ando, Oscar Niemeyer, Herzog de Meuron og listamanninum Richard Serra.

Draumaverkefni þitt? Stórt listasafn, kirkja og skýjakljúfur.

Að hverju ertu að vinna þessa dagana? Ég er með fimmtán verkefni í gangi. Bæði arkitektúr og innanhússhönnun og ég er að koma af

stað húsgagnalínu. Ég er með verkefni sem er einbýlishús í Malibu. Þar er ég að sérhanna öll húsgögn fyrir allt húsið sem kunninn byggði utan um listasafnið sitt. Þetta gefur mér tækifæri til að láta búa til frumgerðir af húsgagnalínunni minni sem kemur út eftir tvo mánuði.

Hver er hápunktur ferils þíns? Hann er alls ekki kominn enn þá. Ég er rétt að byrja.

Eitthvað sem þú vilt bæta við? Takk.

Framhald á síðu 8

LÍFSSTÍLLINN

Áhugamál: Lífið, arkitektúr, listir, tónlist, að spila á píanó, mála málverk, læra tungumál, ferðalög, fara á ströndina, vera í náttúrunni og góður matur með góðum vinum.

Lífsmottó: Að njóta lífsins og fylgja hjartanu.

Líkamsræktin: Jóga og ég er að fá mér einkapjálfa í næstu viku.

Tímaritið: Wallpaper.

Sjónvarpsþátturinn: Ég horfi lítið á sjónvarp.

Fataverslun: Barney's í LA, Colette í París og Dolce og Gabbana í New York.

Fleira fólk í Hollywood sem Gulla hefur rekist á í verslunum og á veitingahúsum:

Oprah Winfrey
Jennifer Aniston
Gisele Bündchen
Brooke Shields
Colin Farrell
Matthew McConaughey
Elton John
Mick Jagger
Drew Barrymore
Gilles Marini
Justin Timberlake og Jessica Biel

Þegar Óskarinn var í febrúar fór ég nokkrum sinnum út að borða á Chateau Marmont hótelinu sem er í göngufæri frá því þar sem ég bý og þar voru allir leikararnir úr kvikmyndunum.

Ég var meðal annars kynnt fyrir **Kirsten Dunst**, **Sean Penn** og **Robert De Niro** á Cannes Film festivali í fyrra.

Brad Pitt og **Angelina** voru oft með bókað herbergi á „penthouse svíttunni“ sem ég hannaði á Roosevelt hótelinu. Þau mæta eftir klukkan fjögur á daginn og panta vodka og kaviar. Ætli það sé ekki þeirra „escape“.

EGF

FRÁ TOPPI TIL TÁAR

Rakagefandi og styrkjandi húðnæring fyrir líkamann

EGF húðnæring er nýjasta viðbótin í flóru virkra húðvara frá Sif Cosmetics. Húðnæringin er rakagefandi fyrir líkamann og styrkir, mýkir og nærir húðina auk þess að gefa henni fallegan ljóma.

Kaupauki fylgir hverri keyptri húðnæringu dagana 20.-25. apríl* í Debenhams.

*Meðan birgðir endast

Nú eru EGF húðvörurnar frá Sif Cosmetics komnar með nýtt útlit

DEBENHAMS

HINN FULLKOMNI FATASKÁPUR

Lífsstílsbúð í SMÁRALIND

KONUR HERRAR BÖRN SNYRTIVÖRUR HEIMILI



Gulla, sem rekur eigin arkitektastofu í Los Angeles, hefur í nægu að snúast.

MYND/EDWARD DUARTE

VERKEFNI GULLU

Nú hefur þú tekið að þér risastór verkefni sem arkitekt. Viltu segja okkur hvaða verkefni það eru?

Tvær byggingar í Beirút: Þær eru báðar á ströndinni og eru hlið við hlið. Önnur þeirra er hönnuð eins og hvít eyðimerkurros en hún er í mínum huga tákn friðar í Miðausturlöndum. Innblásturinn við hina bygginguna eru svartar skeljar sem mynda einn stóran væng sem umlykur glerbygginguna.

Centerpoint: Þetta er bygging úr geómetrískum formum úr hvíttri steypu, sennilega komin aftur úr huganum frá Pýþagóras-reglunni í MR.

Chinese theater (kínverska kvikmyndaleikhúsið á Hollywood Blvd.): Virðing við gamla sögufræga byggingu og að gera hana aftur eins og hún var árið 1929 með nokkrum nýjum hugmyndum og ívafi.

Hyde Las Vegas, LA og Miami: Þetta eru elegant „lounge“-barir í eigu SBE keðjunnar.

Hyde Las Vegas er inni á Bellagio hótelinu í Las Vegas og hönnuð eins og glæsileg íbúð í Róm með Tuscan garði sem horfir yfir stórt vatn og vatnasýningin á Bellagio er engu lík.

Hyde í Los Angeles er lítill staður hannaður eins og skartgripabox úr ljósum leðurpanelum.

Hyde Miami er við höfnina þar og er rétt að byrja að byggja það núna. Hugmyndin þar er eins og stórt fiðrildi, bæði þegar gengið er upp stigann inni í miðjum fiðrildisvængjum og líka í öllu munstri á barnum og í gólfinu.

Hotel La Jolla: Það er við ströndina í La Jolla sem er rétt hjá San Diego í Kaliforníu. Hótelíð hannaði ég mest allt hvítt og úr ljósum við. Svo fann ég eitt laufblað á lóðinni, tók myndir af því og úr æðakerfi laufblaðsins hannaði ég stór handútskorin spjöld úr víði sem aðskilja rými í lobbýinu og á veitingastaðnum.

Hotel Philadelphia: Veitingastaður og bar uppi á þaki. Aðal-hugmyndin byggist á stórum vængjum.

Tulum: Ég er að byrja á stóru hótelvefni á ströndinni í Tulum í Mexíkó.

Einbýlishús í Hollywood Hills: Húsið mun verða nokkuð sérstakt og allt úr náttúrulegum efnum.

Paolo bongia: Skartgripaverslun á Rodeo drive.

Heilsuhótel í Dessert hot springs: Þetta hótel og heilsulind situr á San Andreas sprungunni og sjóðheitt vatn kemur upp úr miðju jarðar og er talið heilsusamlegt að baða sig í. Þetta hótel mun verða byggt a mjög grænni og náttúrulegri hönnun.

Red O: Veitingastaður í Los

Angeles sem ég fékk verðlaun fyrir: „best design of the year“ 2010 frá Esquire tímaritinu. Byggingin er hönnuð eins og innpökkuð gjöf í stálborða og táknar gjöf frá Mexíkó til Los Angeles. Innandyra á fólki að líða eins og það hafi farið í fri til Mexíkó yfir daginn með efnum eins og hvítum litlum steinum sem mynda gólfíð sem minnir fólk á hvítan sand á ströndinni, stóru færanlegu glerþaki til að horfa á stjörnur yfir kvöldmatnum og fallegur hnotuviður myndar veggi og smáatriði í gólfinu. Ég bjó áður í Mexíkó í eitt og hálf ár og þetta verkefni er mér mjög kært þess vegna.

Double Seven: Mjög vinsæll bar í New York. Hannað með gráum rúskinnsveggjum sem bylgjast inn og út og það er gler skúlptúr á einum vegg. Mick Jagger hélt þarna opunarpartí fyrir nýju plötuna sína.

Roxbury: Aðalinnangurinn eru tvær 6 metra háar skúlptúrdyr byggðar úr stáli. Innandyra eru útskorin ljóð út um allt. Ég er að reyna að búa til kúltúr úr skemmtanalífni fyrir 21 árs liðið með kvótum frá Shakespeare, Edgar Allan Poe og fleirum. Ég fékk verðlaun fyrir Roxbury árið 2011.

Palmilla: Veitingastaður í Hermosa Beach. Allt handgert, hver einasti steinn handlagður í hringi sem myndar veggi og gólf.

ESTÉE LAUDER

Gjöfin þín

Ef þú verslar vörur frá Estée Lauder fyrir 6.200 krónur eða meira, dagana 17. – 24. apríl í Lyfju Lágmulu, Lyfju Smáratorgi og Lyfju Selfossi



Gjöfin inniheldur:

Splash Away Cleanser – andlitshreinsi, 30ml
Idealist – sermi sem jafnar út litamísfallur, 7ml
Advance Night Repair Eye – augnkrem, 5ml
Sumtuous Mascara – svartan maskara

Fresh Balancing Exfoliator – kornakrem, 30ml
Daywear – háþróað andlitkrem, 15ml
Pure Color Lipstick – varalit, fulla stærð, lit Candy shimmer
Sumarlega snyrtistösku

Verðgildi gjafarinnar er ca. 24.740.-
*meðan birgðir endast.

LYFJA
- Lífið heil

DAGUR Í LÍFI GULLU



sem við gerum. Núna kemur það í ljós að þeir vilja ekki leyfa okkur að setja miðasöluna í miðjuna eins og hún var í byrjun ársins 1929 þegar húsið opnaði þannig að við finnum annan stað en hönnun á henni inniheldur stóran kínverskan abstrakt dreka úr stáli sem tengist húsinu vel að mér finnst.

7.30 Ég vakna og byrja strax að hugsa og hanna eitthvað í huganum og vil helst vera komin strax í vinnuna en ég er smá löt að koma mér fram úr og finnst hálf pirrandi að ég þurfi að greiða á mér hárið og þess háttar því ég er komin á flug í hausnum. En ég dríf mig fram úr, fer í sturtu, set á mig maskara, fer í háu hælana og hleyp út.

08.30 Ég stoppa við á uppáhaldskaffihúsinu mínu og tek með mér þaðan ítalskt cappuccino með mündlumjólk og eggjahvítu og spinatsamloku. Þarna situr fólkíð úti í sólinni og svei mér þá, ég held ég sitji þarna allan daginn. Kannski eru þetta leikarar að biða eftir rétta hlutverkinu!

09.45 Það tekur mig ekki nema tíu mínútur að keyra í vinnuna sem er óvenjulegt fyrir Los Angeles, en mjög þægilegt. Stelpurnar sem vinna fyrir mig tínast inn um klukkan 10.00 en við byrjum frekar seint í þessari rólegheitaborg englanna.

10.15 Fyrsta samtal dagsins er frá nýjum kúna en ég tók nýlega að mér að hanna einbýlishús í Hollywood-hæðum fyrir frægan söngvara og konan hans hringir oft. Þetta er fyrsta einbýlishúsið sem ég geri þannig að það verður áhugavert að sjá hvernig þetta fer. Núna vill hún sérstakt vatnskerfi til að drekka og baða sig úr. Ég segi henni að sjálf-söguð ekkert mál og við munum nota sólar-panela og hurðir sem opnast niður í gólf þannig að allt húsið er opið út í garð þar sem hægt er að horfa yfir sundlauginu og yfir alla borgina þar sem þetta hús stendur næst fjallinu sem er norðan megin í borginni.

10.45 Næst er símafundur með hótelinu í La Jolla sem er að opna í sumar. Þeir eru að panta öll efnin og húsgögnin og eru að athuga hvort allt sé í lagi.

Næst tékka ég á tölvupóstum og funda með starfsfólkinu og við förum yfir verkefni.

11.30 Fundur á kínverska kvikmyndaleikhúsinu. Ég keyri til Hollywood og finn loksins bílastæði á götunni því mér finnst bilageymslur ekkert sjarmerandi. Ég kemst loksins í gegnum skarann af túristum fyrir utan húsið sem eru að taka myndir af hand- og fötörum Marilyn Monroe og fleiri.

Ég heilsa dyraverðinum sem brosir blítt, stel mér smá poppi í afgreiðslunni og fer á fund. Þetta hús er sögulegt hús en Historic Society þarf að samþykkja allt

13.00 Næst keyri ég á annan stað sem er í byggingu rétt hjá sem er 20.000 ferfeta veitinga- og skemmtistaður í Hollywood sem heitir Lure. Þeir eru að opna eftir mánuð og engin af þeim 110 ljósakrónum sem þeir pöntuðu eru komnar frá Þýskalandi. Já, þær hljóta að koma rétt fyrir opnun! Það er búið að byggja stóra vegginn sem snýr að götunni. Ég samþykki það sem og sýnishorn af húsgögnum sem verið er að smíða. Arininn er ekki alveg nógu góður en annars lítur þetta vel út.

14.00 Er orðin of sein á fund á Rodeo Drive og bruna þangað. Hringi í mömmu á leiðinni til að vita hvernig hún hefur það. Við spjöllum um daginn og veginn og hún er í lagi og ég get andað rólegar.

Á Rodeo Drive, sem er dýrasta verslunargatan í Beverly Hills, er verið að byggja litla skartgripaverslun og ég hannaði hana mjög einfalda úr aðeins tveimur efnum.

Ókei, nú get ég farið aftur á skrifstofuna þar sem biður eftir mér nýr kúnni sem ég hef aldrei hitt áður. Ég hringi á undan mér og bið stelpurnar að bjóða honum upp á kaffi því ég er 10 mínútum of sein. Þetta verkefni hljómar vel og við sjáum hvað gerist.

Núna get ég loksins byrjað að teikna í tölvunni, skissa, og þar líður mér best þó svo það sé alltaf gaman að vera á staðnum sem verið er að byggja.

15.00 Klukkan er orðin þrjú og ég fatta það að ég gleymdi að borða hádegismat svo ég panta mér tælskan grænmetisrétt sem er sendur til mín.

19.00 Ég vinn til klukkan sjö og fer þá í „gymmið“. Ég er meðlimur í sportklúbbi sem heitir Equinox og er staðsettur á Sunset Plaza. Ég æfi aðeins og fer svo í góða gufu og slaka virkilega vel á.

20.30 Fer síðan út að borða með góðum vinum. Hitti vinkonu mína á nýjum áströlskum stað og við fáum okkur góðan fisk og við hlæjum og hlæjum og gleymum stað og stund eða kannski frekar að við njótum staðarins og stundarinnar.

23.30 Komin heim fyrir miðnætti og pakka nokkrum flikum niður í tösku því ég er að fara til New York klukkan 08.00 næsta morgun.

AUGLÝSING: EYESLAND KYNNIR



Vörurnar koma aðallega frá Bandaríkjunum og Asíu þó eitthvað sé um vörur frá Evrópu líka.



Helga fer óhefðbundnar leiðir í vöruvali sem gerir henni kleift að bjóða verð sem viðskiptavinir kunna að meta.

FRÉTTABLAÐIÐ/STEFÁN

GLERAUGU Á VIÐ- RÁÐANLEGU VERÐI

Í Gleraugnaversluninni Eyesland á fimmtu hæð í Glæsibæ er að finna mikið úrval af gleraugum, linsum og sjóntækjum á mun viðráðanlegu verði en almennt þekkt.

„Það vita fáir af þessari verslun hér á fimmtu hæð í Glæsibæ en við höfum verið að störfum í eitt og hálf ár,“ segir sjóntækjafraeðingurinn Helga Kristjánsdóttir. „Við förum óhefðbundnar leiðir í vöruvali og leitum mikið til Bandaríkjana og Asíu þó eitthvað sé um vörur frá Evrópu líka. Þannig náum við að halda verðinu niðri og eru dæmi um að fólk gangi út með þrenn gleraugu á verði einna,“ segir Helga. Hún segir viðtökurnar hafa verið framar vonum enda getur fólk leyft sér að kaupa fleiri týpur og jafnvel átt til skiptanna. „Hingað kemur mikið af ungu fólki enda hægt að fá fin gleraugu á tólf til fjórtán þúsund og þá er jafnvel hægt að skipta í takt við ríkjandi tiskustrauma,“ segir Helga. Hún segir úrvalið ríkulegt og eru um átta hundruð umgjærðir á boðstólum.

Helga hefur starfað sem sjóntækjafraeðingur í bráðum tvo áratugi en langaði að leita leiða til að bjóða alhliða þjónustu á viðráðanlegu verði. „Það er mjög ánægjulegt að sjá fólk

sem hefði öllu jafna keypt sér ein göngugleraugu fara út með margskipt göngugleraugu, margskipt sólgleraugu og jafnvel margskipt tölvugleraugu á sama verði.“

Helga segir tölvugleraugun sækja í sig veðrið enda sífellt fleiri sem sitja við tölvu daglangt. „Fólk sem er komið yfir fertugt þarf oft stækkun við tölvuna en styrkurinn er ekki endilega sá sami og á lesgleraugum. Þá er hægt að fá væga skiptingu þannig að notandinn geti horft afslappað á tölvuskjáinn en engu að síður skoðað eitthvað mjög smátt eða þrætt nál svo dæmi séu nefnd. Helga segir einnig hægt að fá sólgleraugu og ýmiss konar ípróttagleraugu með styrk án þess að það teljist til munaðar. Í versluninni er einnig að finna gott úrval af linsum en Helga hefur sérhæft sig í linsum fyrir

fólk með óvenjulega sjón. „Þetta getur verið fólk með háan styrk, mikla sjónskekkju og óreglulegar hornhimnur. Þá er hægt að fá margskiptar linsur sem gagnast þeim sem þurfa lesgleraugu með linsum.

Logo verslunarinnar, sem er staðsett á sömu hæð og augnlæknastofan Sjónlag, er skemmtilegt og minnir á stafaspjald augnlækna. Helga hefur verið spurð að því hvort verslunin heiti Yesland og svarar því yfirleitt á þá leið að Eyesland sé jákvæða gleraugnaverslunin í Glæsibæ.



Sjá nánar á visir.is/lifid



Umgjærðirnar eru allt frá því að vera hlutlausar upp í stórar og áberandi.



Verðin eru viðráðanleg og því jafnvel hægt að eiga gleraugu til skiptanna eða skipta í takt við tiskuna.



Úrvalið er ríkulegt en um 800 umgjærðir eru á boðstólum.



Hægt er að fá sólgleraugu og ýmiss konar ípróttagleraugu með styrk.



Það munar um að geta átt gleraugu með réttum styrk til að nota við ólík tilefni.

HEILSA



EKKI HÆGT AÐ FÁ LEIÐ Á GOLFI

Hvenær byrjaðir þú að stunda golf? Síðsumars 1983.

Hvað er það við golfið sem heillaði þig? Golf er íþrótt fyrir alla, þar sem unglingar geta leikið sér með afa og ömmu. Lítil börn geta keppt á jafnréttisgrundvelli við stóra og stæðilega íþróttagarpa.

Svo er það útiveran og heilsusamleg samskipti við skemmtilegt fólk eru upplífandi sem og glíman við innri öflin, en mótlætið og baráttan við innri drauga á golfvöllum er mannbætandi þroskaferli.

Hvaða stendur upp úr á golfferlinum og hvaða titill er þér kærastur? Íslandsmeistaratitillinn í kvennaflokki á landsmóti á Akureyri 1985 er mér kærastur. Þá var ég nýorðin 15 ára stelpuskött og gerði mér enga grein fyrir alvarleika málsins fyrr en árið eftir þegar ég átti að verja titilinn. Einnig er mér afar kær titillinn íþróttamaður Reykjavíkur frá árinu 2005.

Það sem stendur upp úr í golfinu hjá mér eru kynnin við allt það yndislega

fólk sem ég hef fengið að eyða tímum með á golfvöllum víðsvegar um heiminn.

Hver var staða kvenna í golfi á Íslandi þegar þú byrjaðir? Þegar ég var að byrja að spila golf haustið

1983 voru ekki margar stelpur í golfi. Ég var sú eina í klúbbum sem æfði og spilaði að staðaldri. Ég spilaði við strákana og svo bara með hverjum sem var. Mikið vatn hefur runnið til sjávar síðan þá og nú er fjöldinn allur af flinkum stelpum að æfa golf um allt land. Forgjöf kvenna hefur lækkað umtalsvert og talsvert stór hópur er með nálagt 0 í forgjöf.

Er fjölskyldan með þér í sportinu? Sambýlismaður minn, Jón Andri Finnsson er hörkukylfingur með rúmlega 6 í forgjöf, sem og dóttir mín Hildur Kristín sem er með aðeins lægri forgjöf en Jón Andri, hörð keppni þar. Lilja æfði golf

RAGNHILDUR SIGURDARDÓTTIR

ALDUR? 41 árs.

HJÚSKAPARSTAÐA? Í sambúð með Jóni Andra Finnssyni.

BÖRN? Dætur mínar og Þorvarðar Friðbjörnssonar: Hildur Kristín Þorvarðardóttir, fædd 1992 og Lilja Þorvarðardóttir, fædd 1994.

Fósturdæturnar eru tvær: Sara Sif Jónsdóttir, fædd 2001, og Alexandra Bía Sumarliðadóttir, fædd 1995.

STARF? Golfkennari á Íslandi og á Spáni á vorin og á haustin.

sem barn og er með mjúka og kraftmikla sveiflu, kannski byrjar hún aftur einn góðan veðurdag, svo eru Sara og Alexandra að byrja.

Uppáhalds golfvöllurinn? Grafarholtið verður alltaf í upphaldi

hjá mér enda vaggan mín. Montecastillo í Andalusíu er stór og mikill völlur hannaður af meistara Jack Nicklaus og sá skemmtilegasti ásamt Grafarholtinu mínu góða.

Hefurðu aldrei fengið leið á golfi eða tekið þér fri frá því? Það er ekki hægt að fá leið á golfi, stundum er ég spurð hvort þetta sé alltaf jafn skemmtilegt. Svárið sem fólk fær er alltaf það sama: „Nei! Það verður skemmtilegra með hverju árinu sem líður.“

Ég er oft spurð að því hvort ég sé hætt að keppa, það er heldur ekki hægt því í golfi er maður í stanslausri keppni við sjálfan sig. Þegar ég er að

BOBBI BROWN KYNNIR:

Auðveld leið til að fá heilbriggt og frísklegt útlit. Kinnalitirnir eru auðveldir í notkun og hannaðir bæði fyrir varir og kinnar.

Áferðin er eðlileg og frískleg. Fáanlegir í 10 fallegum litum.



Það sem stendur upp úr í golfinu hjá mér eru kynnin við allt það yndislega fólk.

HLEÐSLA 100%
HÁGÆÐA
ÍÞRÓTTADRYKKUR MYSUPRÓTEIN



**PRÓTEINDRYKKURINN
SEM ÍSLENDINGAR FÁ
ALDREI NÓG AF**

**NÚ EINNIG MEÐ
BRÓMBERJABRAGÐI**



MIKLU MEIRI HOLLUSTA

*Láttu skynsemina ráða og byrjaðu daginn
á bragðgóðum og hollari morgunverði.*

50% heilkorna

Færri kalóríur

Mikilvæg
næringarefni

41% minna af sykri
en í sambærilegum
heilsukornflögum

Græna Skráargatið
hjálpur þér að velja
hollasta kostinn

Meira af trefjum



Í græna Skráargatinu er lykillinn að hollara mataræði. Merkið var fyrst tekið upp í Svíþjóð árið 1989 og hefur síðan öðlast sess sem norræna

hollustumerkið, nú síðast á Íslandi. Vörur merktar Skráargatinu uppfylla strangar kröfur um hollustu. Þess vegna er Fitness merkt með Skráargatinu.

Lífioð

FLJÚGANDI FJÖLMIÐLAKONA

Sigríður Elva Vilhjálmssdóttir, einn af umsjónarmönnum Íslands í dag á Stöð 2, hefur settið sveitt við prófalestur fyrir bóklegt einkaflugmanns-próf í flugklúbbnum Geirfugli undanfarnar vikur samhliða sjónvarpsstarfinu. Námið felst í vélfræði, eðlisfræði og hinum ýmsu fögum sem eru gjörólík fjölmiðlastarfinu.

„Þetta er mögulega það skemmtilegasta sem ég hef gert. Mér finnst leiðinlegt að þetta sé búið. Ætli ég skelli mér ekki bara í atvinnuflugmanninn næsta haust til að fá ekki aðskilnaðarkvíða frá bókunum,“ segir Sigríður hlæjandi en hún ætlar að eyða sumrinu svífandi um háloftin með fram starfinu.



HELGARMATURINN



Völundur Snær sjónvarps-kokkur deilir hér með okkur fyrstu grilluppskrift sumarsins.

Steikarsalat með ananas- og engiferdressingu

Tvær 200 gramma nautasteikur eru lagðar í viskí- og púðursykurskryddlög í a.m.k. 1 klukkustund. Taktu steikurnar úr kryddleginum og skelltu á mjög heitt grill. Grillaðu að eigin ósk, í 2-3 mínútur á hvorri hlið til að fá kjötið meðalhrátt (medium-rare). Láttu steikurnar standa í um 10 mínútur áður en þú skerð þær svo kjötið haldi safanum og meyrni (ef þú skerð það of fljótt rennur allur safinn úr kjötinu og út á diskinn eða brettið). Skerðu steikurnar í rúmlega sentimetra þykkar sneiðar. Pískaðu saman dressinguna, en geymdu ananasbitana og steinseljuna þar til síðast og bættu því varlega saman við. Helltu dressingunni yfir salatið og settu skammt á hvern disk og steikarsneiðar yfir.

Viskí- og púðursykurskryddlögur

1 tsf sítrónubörkur
1 tsf appelsínubörkur
2 hvítlauksgeirar, saxaðir og maukaðir, eða pressaðir
80 ml búrbonviskí eða Jack Daniels
¼ þéttfullur bolli af ljósum púðursykri
120 ml Kikkoman sojasósa
1 msk Bahncke Dijon-sinnep
1 tsf af sterkri sósu að eigin vali

Blandaðu öllu saman í grunnri skál og helltu yfir kjötið sem á að kryddleggja, láttu standa í a.m.k. klukkustund í ísskáp. Lengri kryddlögn gerir kjötið bragðmeira, sérstaklega ef sneiðarnar eru þykkar. Snúðu kjötinu af og til, eða settu í stóran, lokaðan plastpoka og snúðu öðru hvoru.

Ananas- og engiferdressing

1 msk Kikkoman sojasósa
5 msk Sun Glory ananassafi
½ tsf fint rifin engiferrot
½ tsf sesamolía, ljós eða dökk
1 miðlungsstór hvítlauksgeiri, maukaður eða saxaður
1 tsf Meli hunang
1 msk Isio 4 canola- eða grænmetisólía
2 msk ferskur límónusafi
¼ tsf malaðar rauðar piparflögur
1 msk söxuð fersk steinselja
¼ bolli ferskur ananas í teningum
Öllu blandað saman í skál.

BOURJOIS

— P A R I S —

**Lyf & heilsa
Kringlunni**

www.lyfoghelsa.is

20% afsláttur verður á förðunarvörum frá Bourjois dagana 20.-25. apríl.

Glæsileg taska frá Bourjois fylgir með 3 keyptum hlutum. Finndu þitt „make up“ hjá okkur.

Lyf & heilsa
Við hlustum!