

Lífið

FÖSTUDAGUR

13. DESEMBER 2013

Herramennirnir
Kormákur og Skjöldur

**KOMNIR MEÐ
NÝJA HERRA-
FATALÍNU 2**

Hera Björk Þórhalls-
dóttir söngkona

**TÓNLEIKAR
Í GRAFAR-
VOGSKIRKJU 4**

Heiðrún Ósk
Sigfúsdóttir

**FATALÍNA MEÐ
NORÐURLJÓSA-
MYNDUM 14**

Anita Briem

**VIÐ EIGUM VON
Á LÍTILLI DÖMU**

FRÉTTABLAÐIÐ

› visir.is/lifid



HVERJIR HVAR?

Grínistinn og fjölmiðlastjarnan Russell Brand hélt seinna uppstand sitt í Hörpu á þriðjudaginn. Sýningin ber heitið Messiah Complex. Íslendingar eru ólmir í grín ef



marka má fjölda gesta sem lögðu leið sína í tónlistarhúsið. Þar mátti sjá **Jón Gnarr** borgarstjóra, **Sunnu Ben**, útvarpskonu á X-inu, og **Björk Guð-**



mundsdóttur tónlistarkonu. Þá mátti einnig sjá systurnar **Elínu**, **Elisabetu** og **Sigríði Eypórsdætur** sem saman skipa hljómsveitina **Sísý Ey**, í góðu yfirlæti.



Lífið

Hamingja, fólk og annað frábært

Umsjón blaðsins
Marín Manda Magnúsdóttir
marinmanda@frettabladid.is

Umsjón Lífsins á Vísir.is
Elly Ármann
elly@365.is

Útgáfufélag
365 miðlar ehf.

Forsíðumynd
Constantine Paraskevopoulos

Auglýsingar
Atli Bergmann
atlib@365.is

Hönnun
Silja Ástþórsdóttir
siljaa@frettabladid.is

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



Kormákur og Skjöldur.

TÍSKA TÍÐARANDINN HENTAR HUGMYNDAFRÆÐI KORMÁKS OG SKJALDAR

Fatahönnuðurinn **Gunnar Hilmarsson** hannar nýja og spennandi herrafatalínu með tvíeykinu **Kormáki** og **Skildi**.

Herraföt eru bara eitthvað sem er í DNA-inu mínu og ég hef sagnað þess að gera herraföt þar sem ég hef meira og minna verið að skoða blúndur og perlur undanfarin misseri fyrir Freebird," segir **Gunnar Hilmarsson** fatahönnuður. „Ég var fenginn til að vinna fyrir **Kormák** og **Skjöld** og ég veit ekkert skemmtilegra en að sitja fyrir hádegi og drekka kaffi með þeim og ræða lögum á tölum. Kaffið er ágætt en félagsskapurinn frábær," segir **Gunnar**. Hann segir samstarfið hafa verið til fyrirmyndar og að augljóst sé að þeir deili sömu ástríðu hvað varðar gæði, snið og söguna á bak við herrafatnað, sérstaklega áður en iðnaðarframleiðslan tók yfir. **Gunnar** segir tíðarandann henta einstaklega vel hugmyndafræði **Kormáks** og **Skjaldar** þar sem fyrirtækið sé byggt upp á skemmtilegum hefð-

um og gildum. „Áður fyrr entust föt svo lengi en hér í seinni tíð eru flíkur oft of hannaðar og menn eru bara orðnir eins og jólatré. Í dag vill fólk ákveðin gæði fyrir peninginn en það er eitthvað sem við leggjum mikið upp úr," segir hann. Nýja herrafatalína var að mestu unnin úr ítölskum efnum og framleidd í Tyrklandi á sömu stöðum og **Armani** og **Paul Smith** láta framleiða sínar vörur. **Kormákur Geirharðsson** segir umræðurnar yfir kaffibollanum snúast um hvernig hægt sé að betrumbæta hönnunina og þróa grunnhugmyndina til að hanna gæðaflíkur, sem henta íslensku veðurfarinu, á skikk-anlegu verði. „Við notum gömul snið og klassískar hugmyndir en það er alltaf eitthvert tvíst í flíkunum. Okkur hefur fundist tweed-efnið heillandi og við erum ótrúlega sáttir við þróunina á hönnuninni með samstarfinu við **Gunna**," segir **Kormákur** og bætir við: „Í



Kormákur, Skjöldur og Gunni.

skyrtilunni okkar kennir einnig margra grasa en við höfum verið að prófa okkur áfram með þykkari efni þannig að skyrturnar henti

jafn vel sem vinnuskyrtur." Meira um nýju herrafatalínuna á Facebook undir Herrafataverzlun **Kormáks** og **Skjaldar**.



Peysa – litir: svört - grá – drapp. Stærðir XS-S-M-L-XL
Hlíðasmári 8 - 201 Kópavogur – s. 6183022

TAKTU ÞÁTT HÁRGREIÐSLULEIKUR LOKKA OG LÍFSINS

Theódóra Mjöll Skúladóttir Jack hvetur fólk til að taka þátt í hárgreiðsluleik en stórir vinningar eru í boði.

Nú er tíminn þar sem fólk er í hátíðarskapi og er að gera sig fínt fyrir jólin svo mér fannst tilvalið að búa til leik þar sem fjölskyldur gætu tekið þátt, sameinað skemmtilega samverustund og unnið til frábærra verðlauna í leiðinni," segir **Theódóra Mjöll Skúladóttir Jack**, höfundur nýju bókarinnar **Lokkar**. **Theódóra Mjöll** skrifði bókina **Hárið** í fyrra en hún er hárgreiðsluveinn. „Ég held að fólk finni einstaklega gaman að taka þátt í leikjum og mér þætti mjög gaman ef einhver nýtti sér greiðslurnar í bókinni minni." **Theódóra Mjöll** segir leikinn vera einfaldan þar sem allir geta tekið þátt. Dæmt verður út frá útfærslunni á greiðslunni og sjálfri myndatökunni. „Hugmyndin þarf ekki að vera fullkomin en miklu máli skiptir að greiðslan sjáist vel, hvort sem um er að ræða uppsett hár, fléttur eða annað. Ég vona að svo flestir taki þátt því að það eru svo frábærir vinningar í boði."

Leikurinn
Gerðu fallega hárgreiðslu í þig eða litlu stelpuna, vinkonu eða fjölskyldumeðlim og taktu þátt í leiknum. Sendu myndina á Facebook-síðuna **Lífið** á **Vísir** eða



Hugmynd að greiðslu úr bókinni **Lokkar**.

í gegnum Instagram með því að merkja myndirnar með #lokkaroglifid eða sendu með tölvupósti á netfangið **marinmanda@frettabladid.is**. Myndirnar birtast á **Vísir** og úrlitin verða tilkynnt 20. desember.

Flottustu greiðslurnar að mati dómnefndar hljóta glæsilega vinninga en dæmt verður út frá gæðum hárgreiðslunnar og myndatökunni. Vinningslíkurnar aukast sé bakgrunnurinn stílhreinn og skemmtilegur.

Glæsilegir vinningar fyrir 1. 2. og 3. sæti
Nánar um leikinn á **Vísir.is**



Theódóra Mjöll Skúladóttir Jack, höfundur hárbókarinnar **Lokkar**.



MYRKÁ fóðruð „tweed“ yfirhöfn
úr íslenskri ull kr.42.500

Farmers Market
ICELAND

WWW.FARMERSMARKET.IS

FARMERS & FRIENDS Verzlun • Hólmaslóð 2 • Grandi • 101 Reykjavík • S. 552 1960

HEILSA TÍU GÓÐ RÁÐ FYRIR JÓLAMÁNUÐINN

Hægt er að njóta allsnægta um jólin með góðri samvisku

Desember er runninn upp, fullur af skemmtilegum upptökum og veisluhöldum en jafnframt er þetta tímabil sem margir kvíða. Sérstaklega þeir sem eiga í baráttu við aukakílóin. Jólahlæðborðin, en margir fara á 2-3 slík í desember, auk aðventuveislanna í vinnunni og jólabakstursins heima geta skapað mikinn kvíða og stress fyrir einstakling sem er umhugað um að halda aftur af sér og passa upp á að neyta ekki of margra hitaeininga.

Félagsleg pressa frá vinum og vandamönnum um að smakka og vera með er mikil og gerir fólk erfitt fyrir. Mörgum finnst einnig erfitt að finna sér tíma til þess að mæta í ræktina og viðhalda heilbrigðum lífsstíl. Af hverju ættum við að hætta að næra og bæta líkamann? Ekki hættem við að tannbursta okkur þó að það sé mikið álag hjá okkur.



Tinna Arnardóttir.

10 góð ráð fyrir jólamánuðinn

1. Haltu þinni daglegu rútínu og ekki sleppa úr máltíðum yfir daginn.
2. Borðuðu mikið grænmeti og hreint gæðakjöt.
3. Passaðu skammtastærðirnar, notaðu lítinn disk, veldu á diskinn það sem þú telur hollt/betri kost.
4. Drekktu vel af vatni yfir daginn, vatn fyllir magann og eykur grunnbrensluna.
5. Áfengi er hitaeiningaríkt, í einu rauðvíns- eða hvítvínglasi eru um 110-130 hitaeingar, ekki bæta á þig fljótandi og innihaldslausum hitaeiningum, vandaðu valið!
6. Skrifaðu niður raunhæf markmið í jólamánuðinum og límdu upp

á ísskáp. Það heldur okkur betur við efnið.

7. Ef þú ert að fara í jólahlæðborð um kvöldið, borðuðu léttan hádegisverð, grænmeti og ávexti yfir daginn og drekktu vel af vatni.

8. Ekki fara í megrun, hreyfðu þig frekar meira.

9. Ekki halda að allt sé ónýtt þó að þú eigir einn slæman dag, það er 31 dagar í desember.

10. Passaðu magnið af óhollustunni sem þú setur í matinn þinn, það er hægt að minnka smjörið, sykurinn og hveitið sem við notum mikið í jólamánuðinum. Maturinn og kökurnar þurfa ekki að bragðast neitt verr og okkur líður betur í kjölfarið.

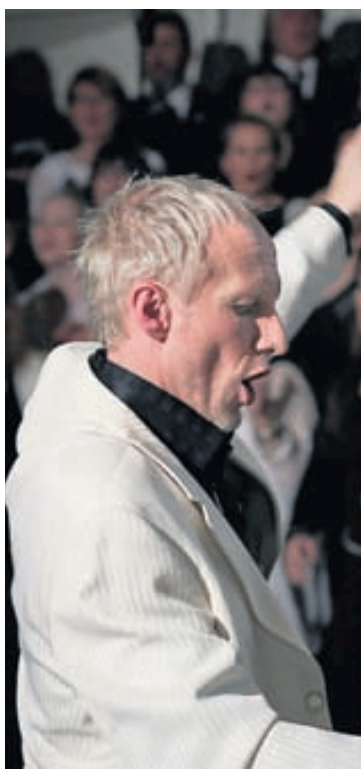


Eybór Ingi, Hera Björk og Margrét Eir komu fram á tónleikum í Grafarvogskirkju.



TÓNLEIKAR ILMUR AF JÓLUM Í GRAFARVOGSKIRKJU

Gestir skemmtu sér konunglega á tónleikum Heru Bjarkar og félagar í Grafarvogskirkju.



Óskar Einarsson var í miklu stuði.

Standandi fagnaðarlæti urðu í lok tónleikanna Ilmur af jólum í troðfullri Grafarvogskirkju þar sem Hera Björk, Eybór Ingi, Pétur Örn og Margrét Eir komu fram með stórkór Lindakirkju, gospelróddum og hjómsveit undir stjórn Óskars Einarssonar.

Flutt voru lög af nýrri plötu Heru, Ilmur af jólum 2, ásamt

lögum af þeirri eldri sem kom út fyrir 13 árum. Til viðbótar voru sungin þekkt jólalög. Þá komu Eybór Ingi og Pétur Örn fram og fluttu lagið Eg á líf, ásamt kórnum, gospelróddunum og hjómsveitinni svo fagnaðarlátunum ætlaði aldrei að linna.

Eftir tónleikana myndaðist löng röð í áritun hjá Heru Björk sem flytur af landi brott fljótlega eftir áramót.



Hera Björk og Pétur Örn í góðum gir.

FLOTT FYRIR JÓLIN

20% afsláttur af öllum vörum um helgina



Kápur
Áður 24.990
Nú 19.990 kr.



Kjólur
Áður 14.990
Nú 11.990 kr.

FLASH

Laugaveg 54,
sími: 552 5201

Sjá fleiri myndir á



Sæt systkini í náttfötum.

ÚLFUR OG YLFA NÁTTFÖTIN FRÁ ÍSLENSKA BARNAFATAMERKINU ÍGLÓ & INDÍ

Guðrún Tinna Ólafsdóttir, framkvæmdastjóri Ígló & Indí, segir mæður vilja hafa systkini í stíl, sérstaklega yfir hátíðirnar.

„Hugsunin á bak við Ígló og Indí hefur verið að búa til fót sem börn hafa fulla hreyfigetu í, fót sem eru litrík og glöðleg með flottri grafík, því börn tengja svo mikið við myndir,“ segir Guðrún Tinna Ólafsdóttir, framkvæmdastjóri Ígló & Indí. Hún segir að þær Helga hafi uppgötvað að foreldrarinn, einkum mæðurnar, hafi gríðarlega mikinn áhuga á að hafa systkini klædd í stíl, sérstaklega þegar kemur að sparifötum. „Við tókum þá ákvörðun fyrir tveimur árum að hanna sparilínuna okkar út frá svokölluðu „systkinakonsepti“ þar sem fötin passa saman fyrir börn á aldrinum 0 til 12 ára,“ segir Guðrún Tinna og heldur áfram: „Nú hafa náttfötin bæst í hópinn með eitt af uppáhaldsdýrunum okkar úr Ígló & Indí-heiminum, sem er ljónið, en þau fást bæði fyrir stelpur og stráka.“

Náttfötin fást í stærðunum 92/98 til 152/158 í verslun Ígló & Indí í Kringlunni eða í vefversluninni igloandindi.com.



Guðrún Tinna Ólafsdóttir, framkvæmdastjóri Ígló & Indí.

Stórvirkið Kaupmannahöfn sem höfuðborg Íslands er komið út í tveimur bindum

Kynningarverð: 11.990 kr.

Fullt verð: 14.990 kr.

Tilboðið gildir til og með 19. desember.



Lækjargata 2a og Vesturgata 2a 101 Reykjavík. Opið frá 9 - 22 alla daga

TÍSKA JÓLA- OG ÁRAMÓTADRESSIÐ

Hönnun frá Chloé, Sportmax, Kenzo og Alexander Wang á vinsældum að fagna í jólavertíðinni. Dragtir, stílhreinir jakkar, pils, silfur og leður er áberandi hjá mörgum hönnuðum í vetur. Jafnframt hafa rúllukragabolirnir skotist fram á sjónarsviðið á ný en þeir passa við einstaklega margt í fataskápnum hjá flestum. Að klæðast elegant kjól yfir hátíðirnar er þó án efa nokkuð sem margar konur velja að gera. Kjólarnir eru nú margir hverjir munstr- aðir og kvenlegir með sterkum línum yfir axlir. Ert þú búin að finna jóladressið í ár?



Kjól: FWSS
Taska: T by Alexander Wang
Skór: T by Alexander Wang
Varalitur: Film Noir frá MAC
Hárefni: Frizz Control frá Label.m
Naglalakk: Peace & love & OPI frá OPI

Kjól: See by Chloé
Hálsmen: Kenzo
Eyliner: Eye Kohl Fascinating frá MAC
Augnskuggi: Pro Longwear Paint Pot Clearwater frá MAC



Rúllukragabólur: FWSS
Silkiskyrta: FWSS
Peysa: Kenzo
Leðurpils: FWSS
Varagloss: Dazzle-glass get rich quick frá MAC



RAFVÖRU MARKAÐURINN

VIÐ FELLSMÚLA

GÓLFLAMPAR



9.995-
GÓLFLAMPI, TVÖFALDUR
Litir: Kopar og stál

3.995-
GÓLFLAMPI
Gylltur

Opið:
mán.-fös. kl. 9-18
Laugard. kl. 10-16
sunnud. kl. 12-16



Derhúfa: Kenzo
Rúllukragabólur: FWSS
Peysa: Kenzo
Stuttbuxur: Kenzo
Hanskar: Sportmax



Hattur: Sportmax
Rúllukragabólur: FWSS
Peysa: Sportmax
Buxur: T by Alexander Wang
Taska: T by Alexander Wang
Skór: T by Alexander Wang

RAFVÖRU MARKAÐURINN

Lágvörverslun með rafmagnsvörur

VIÐ FELLSMÚLA - 108 REYKJAVÍK - Sími: 585 2888

Fatnaður Sævar Karl Hverfisgötu 6
Ljósmyndun Björg Vigfúsdóttir
Stílisti Erna Bergmann
Förðun Fríða María með MAC og Blue
Lagoon skincare
Hár Fríða María með Label.M
Fyrirsæta Magdalena Sara Leifsdóttir



INDISKA

KRINGLAN

ANITA MEÐGANGA ER MEIRA UNÐUR EN ÉG GAT ÍMYNDAÐ MÉR

Anita Briem leikkona býr í Hollywood og hefur unnið hörðum höndum að frama sínum þar ytra. Á næstu vikum tekst hún á við stærsta hlutverk sitt hingað til, sem móðir. Lífið ræddi við Anitu um framann, brenglaða móðurmynd í Hollywood og draumabarnið sem er á leiðinni.

Anita Briem býr í Los Angeles með grísk-ættuðum eiginmanni sínum Constantine Paraskevopoulos. Í fjölda ára hefur hún sinnt leik-konuferli sínum en um jólin eiga þau hjónin von á frumburðinum. Anita segir meðgönguna vera stórbrotna reynslu og hlakkar til að kynnast litla englinum sínum.

Til hamingju með óléttuna. Hvenær áttu von á þér? „Takk fyrir. Ég er sett á 28. desember, svo hún gæti í rauninni komið hvenær sem er frá þessari stundu. Hún er orðin svo stór og sterk að hún yfir líffærum mínum til miskunnarlaust. Þetta er allt alvöru núna. Litlir fætur potast upp í rifbein.“

Hvernig hefur þér líðið á meðgöngunni? „Ég hef verið ótrúlega heppin. Ég fann fyrir smá ógleði fyrst en síðan bara smá þreytu einstöku sinnum. Ég get tekið mér 10 mínútna „djúpsvefns-krú“ næstum því hvar og hvenær sem er. Þegar ég var í tókum á Fólkinu í blokkinni í sumar festi ég oft djúpan svefn á milli atríða, þá vissi enginn af þessu enn og allir héldu ábyggi-lega að ég þjádíst af drómasýki,“ segir hún og hlær.

Þetta barn er kraftaverk

Hefurðu fengið einhverja sérstaka löngun í mat á meðgöngunni? „Ég fæ ekki nóg af kornfleksi. Stundum vakna ég um miðja nótt að drepa úr hungri og verð að fara og fá mér kornfleks með iskaldri mjólk. Þetta er alveg orðið vandamál. Svo er ég frekar sjúk í ávexti og hangi stundum aðeins í ávaxtadeildinni í búðinni til að njóta ilmsins af ferskum fíkjum og ferskjum.“

Er meðgangan eitthvað í líkingu við það sem þú bjóst við? „Ég er orðlaus næstum daglega yfir öllu því sem líkami minn er að gera. Þetta er margfalt meira undur en ég gat ímyndað mér. Svo hefur þetta líka verið ánægjulegra. Mig langaði lengi til að búa til barn en var mjög hikandi og áhyggjufull yfir að kippa mér svona af markaðinum. Ég hef unnið alveg rosalega hörðum höndum að mínum ferli til að geta klifið hærra og haft meira frelsi til að velja mér leikstjóra til að vinna með og verkefni sem hafa virkilega merkingu fyrir

mig. Þó að ég hafi áorkað miklu er þetta allt ósköp brothaett. En þetta kraftaverk gaf mér þá gjöf að sleppa aðeins óttanum og kvíðanum. Maður fær bara að vera barnshafandi í fyrsta skipti einu sinni og ég ætla ekki að leyfa neinum að taka frá mér þá stórbrotnu upplifun.“

Amerískt gjafaregn

Hefurðu upplifað eitthvað óvenjulegt á þessum tíma? „Almenna kurteisi og tillitssemi sem maður finnur á allt annan hátt þegar maður er sýnilega óléttur. Svo upplifði ég alvöru amerískt „baby shower“. Vinkona mín hélt veislu fyrir mig og var hún líkust brúðkaupsveislu. Ég vildi endilega hafa bæði stelpur og stráka því ég hef alltaf verið mjög óttaslegin yfir þessum „barnasturtum“ sem þú sérð í bíómyndunum. Það eina sem ég bað um var að strákarnir mættu vera með og nóg væri til af áfengi svo við gætum nú haldið gott partí. Mamma kom ásamt Evu Ásrúnu, bestu vinkonu sinni, (sem var líka ljósmóðir mömmu og tók á móti mér) og þær héldu uppi studinu fram á kvöld með söng og kennslustund í íslenskum drykkjusiðum.“

Veistu kynið? „Við eigum von á lítilli dömu.“

Fórstu í 3D-sónar sem er svo vinsælt? „Já, ég bað reyndar ekki um það en þeir gerðu það bara óumbeðnir. Fyrst um 20 vikur þar sem hún leit út eins og gamall krumpaður karl, og svo núna aftur nýlega þar sem dásamlega litla andlitið hennar og gígantísku varirnar hennar færðu foreldrum hennar mikinn létti og gleði. Við fengum meira að segja vídeó af henni í 3D þar sem hún er að naga á sér handarbakið. Þetta litla vídeó getur lyft hjartanu til tunglsins í hvaða kringumstæðum sem er.“

Eruð þið hjónin búin að velja nafn? Kannski íslenskt nafn? „Við erum ekki búin að velja nafn ennþá en erum komin með nokkur í úrslit. Þetta er gríðarlega mikið ábyrgðarstarf. Það er mér mikilvægt að nafnið sé íslenskt og við viljum gjarnan finna nafn sem virkar bæði á íslensku og grísku þar sem barnsfaðir minn er af grískum uppruna. Svo þarf það líka að vera eitthvað sem auðvelt er að bera



Anita Briem er stórglæsileg verðandi mamma.

NAFN
Anita Briem

ALDUR 31

STARF
Leikkona

HJÚSKAPARSTAÐA
Gift



IDA-bókakaffi Vesturgata 2a 101 Rvk.
opið til 22 alla daga.

Uppáhalds

MATUR

Sushi, Dan Tanas steik, harðfiskur, silungur og íslenskt lamb. Grænkál, brokkólí og rauðrófur.

DRYKKUR

Malt er í uppáhaldi, kaldur bjór, grískt hvítvín, vatn og lífræn nýmjólk.

VEITINGAHÚS

Allir veitingastaðirnir í nýja hverfinu mínu.

VEFSÍÐA

thedailyshow.com til að byrja daginn hlæjandi og ruv.is til að horta á Kastljós.

VERSLUN

Amazon.com, Free People, West Elm og The Pump Station.

HÖNNUÐUR

Harpa Einarsdóttir, Stella McCartney.

HREYFING

Ég er ónýtt ef ég geri ekki jóga á hverjum degi.

DEKUR

Hand- og fótisnyrting. Stundum í kóreskt baðhús þar sem ég baða mig bæði í heitum pottum og ísköldum laugum til skiptis svo er allur líkaminn skrúbbaður í bak og fyrir af kóreskum konum í svörtum blúndunærfötum og að lokum er ég svo böðuð upp út mjólk. Einstaklega mögnuð reynsla.

En óvissan fylgir svoldið þessu lífi sem ég hef kosið mér og ég verð bara að lifa lífinu af hugrekki en ekki í áhyggjukasti yfir hvað gerist næst. Það er hægt að sóa hálfu lífi í áhyggjur og missa af öllu því mikilvæga á meðan. Ég veit ég myndi sjá eftir því að lifa svoliðis.

Myndaalbúmið



Haldið upp á 17 ára afmæli Katrínar systur minnar. Mynd tekin úr „baby shower“ veislunni. Anita Briem að leika í Fólkinu í blokkinni í sumar.

Ég vil áorka hlutum sem hún getur verið stolt af. Mikilvægi þess að hún sé stolt af mömmu sinni heldur mér vakandi á nóttunni.

fram á enskri tungu – sem sagt nærri ómögulegt. Við ætlum að halda því okkar á milli þangað til hún fæðist, og þá verður hún sú fyrsta sem heyrir nafnið sitt.“

Einmanaleg óléttá í L.A.

Ertu þá búin að vera á fullu í hreiðurgerð? „Við vorum að kaupa hús og erum þessa dagana að rífa niður vegg og leggja gólf. Mig sárlangar að byrja á alvöru hreiðurgerð, þvo og strauja fötin hennar og hengja upp glugga-tjöld en það biður í nokkra daga í viðbót. Nú eigum við allavega rosa sætan garð þar sem hún getur hlaupið um og haldið teboð í framtíðinni.“

Hvernig er að vera óléttá í Hollywood? „Þínu einmanalegt. Engin af vinkonum mínum hér á börn. Ein var að láta frysta úr sér egg, hún er það næsta sem ég kemst að eiga vinkonu með barn. Stelpur hér biða miklu lengur til að sinna framanum svo mér finnst ég svolítið einangruð hér. Umboðsmennirnir mínir og lögfræðingur voru ótrúlega ánægðir fyrir mína hönd og það var mikill léttir. Ég var hrædd um að þeir myndu halda að ég myndi vera svona amerísk mamma sem missir áhugann á vinnunni. Fólk hér veit ekki hvers konar sjálfstæði og töggur eru í íslensku kvenfólki.“

Líta konur í Hollywood jafnvel öðruvísi á barneignir, nú þegar margir þekktir eru farnir að eignast fullt af börnum eins og Brad Pitt og Angelina? „Já, ég held að ímyndin hafi breyst frá því að það að eignast börn geri konur eldri og þær séu bara teknar af kjötmarkaðnum yfir í að það geri konur enn kvenlegri og kynþokkafyllri fyrir vikið. Í rauninni nær íslenskum hugsunarhætti, guði sé lof.“

Talandi um framann, geturðu tekið þér almennilegt fæðingarorlof? „Það er ekkert til sem heitir fæðingarorlof í þessum bransa þar sem ég er bara ráðin í eitt verkefni eftir annað og ekki með fastan vinnuveitanda. Þínu erfitt að því leyti. En óvissan fylgir svolítið þessu lífi sem ég hef kosið mér og ég verð bara að lifa lífinu af hugrekki en ekki í áhyggjukasti yfir hvað gerist næst. Það er hægt að sóa hálfu lífi í áhyggjur og missa af öllu því mikilvæga á meðan. Ég veit ég myndi sjá eftir því að lifa svoléidis.“

Ég hef verið mjög meðvitund um að halda mér í góðu formi á meðgöngunni til að auðvelda mér að komast aftur í form. Það þarf að gerast ansi hratt og ég reikna með og stefni á að vera komin aftur í „action“ sirka mánuði eftir fæðingu.“

Fylgstu með á facebook -
Lindex Iceland

Nærbuxur.
1595,-

LINDEX

Meðgangin í myndum

Komin 16 vikur á leið.



25 vikna kúla.



28 vikna kúla.



30. vika og falleg kúla.



32. vika. Barnið vex og dafnar.



36. vika.



„Ég er bara spennt að upplifa stund fyrir stund öll þessi kraftaverk sem líkami minn ætlar að fara að framkvæma.“

Ég var hrædd um að þeir myndu halda að ég myndi vera svona amerísk mamma sem missir áhugann á vinnunni. Fólk hér veit ekki hvers konar sjálfstæði og töggur eru í íslensku kvenfólki.

Líkaminn tilbúinn að framkvæma

Varðandi fæðinguna, hvort heldurðu að verði fyrir valinu, náttúruleg fæðing eða hyggurðu á keisara eins og svo margar konur velja í dag? „Náttúrulega alla leið. Það hljómar kannski masókismalega en ég myndi alls ekki vilja missa af þessari upplifun. Hún sneri lengst af með hausinn upp og ég hafði miklar áhyggjur af að þurfa að fara í keisara en eftir löng samtöl og samningaviðræður við hana og alls konar daglegar apastöður sneri hún sér loksins. Nú er hún alveg þar sem hún á að vera, í viðbragðsstöðu, litla jólabarnið mitt. Ég ætla að fæða á Cedars Sinai-spítalanum en þeir eru sagðir vera með einhverja bestu fæðingaraðstöðu í heiminum. Ég er bara spennt að upplifa stund fyrir stund öll þessi kraftaverk sem líkami minn ætlar að fara að framkvæma.“

Aníta var á Íslandi í sumar að leika í sjónvarpsþáttaröðinni *Fólk-ið* í blokkinni. Þá gafst henni tækifæri til að tilkynna fjölskyldunni góðu fréttirnar. „Íslendingar hafa miklu heilbrigðari hugsunarhátt gagnvart barneignum og fjölskyldu og ég naut þess virkilega að vera heima í þennan tíma.“ Eftir tókurnar á Íslandi var förinni heitið til Ástralíu að sinna öðru verkefni en fjármögnunin á verkefninu dróst og því eru tókur áætlaðar á næsta ári. „Ég gerði mitt besta til að þykjast vera vonsvikin við leikstjórnann í símann en var dauðfegin því það byrjaði að sjá á mér einmitt um þetta leyti, svona nokkrum vikum eftir tókurnar á Fólkinu. Ég hefði þurft að gefa það frá mér ef tókur hefðu haldist í sumar.“ Á næsta ári hefur Aníta ráðið sig í þrjú verkefni en vill njóta þess að kynna litla englinum sínum fyrstu mánuðina.

Hafa framtíðardraumarnir breyst nú þegar þú ert að fara að takast á við stærsta hlutverk lífs þíns, að vera móðir? „Já, ég hef verið mjög hugsi um umhverfið. Langar að hún geti eytt ári hér og þar á Íslandi. Los Angeles er spennandi borg að mörgu leyti en hún er best þegar hún er jöfnuð út með íslenskri menningu svo hún litla dóttir mín fái alltaf jarðtöngu og finni í sálinni hvaðan hún kemur.“

Ég vil áorka hlutum sem hún getur verið stolt af. Mikilvægi þess að hún sé stolt af mömmu sinni heldur mér vakandi á nóttunni.“

Íslensk jól í útlöndum

Gætir þú hugsað þér að flytja aftur til Íslands nær fjölskyldunni?

„Ég myndi vilja eyða meiri tíma heima nær fjölskyldunni, sérstaklega með litlu stelpuna mína. Ég veit ekki hvort ég myndi flytja til frambúðar. En lífið er alltaf að koma mér á óvart. Alltaf þegar mér finnst ég vita hvað kemur næst, snýst allt á haus og nýr kaffi byrjar sem ég bjóst aldrei við. Vinnan er alltaf að fara með okkur um allar trissur og okkur hjónunum finnst gaman að ferðast og við erum ekki föst í einu umhverfi. Ég ólst upp í svoddan rokk og ról lífsstíl með foreldrum mínum að þannig líður mér best. Og þannig langar mig að kynna heiminn fyrir dóttur minni.“

Hvernig verða jólin hjá ykkur? „Jólin okkar verða ósköp friðsæl og róleg vona ég. Við verðum bara tvö og bíðum eftir litla jólaenglinum okkar. Höfum verið á haus að gera upp nýja húsið okkar en vonandi getum við gírað aðeins niður í friðarjól núna. Mamma kom með malt og appelsín í síðustu heimsókn svo það situr alveg heilagt í ísskápnunum til aðfangadagskvölds. Svo er ég að vonast eftir íslenskum jólamolunum í pakknum sem er á leiðinni frá mömmu.“

Verða þau mikið öðruvísi en á Íslandi? „Við höfum alltaf haldið mjög íslensk jól. Það er vissulega meira sólskin hér en ég geri alltaf adventukrans og kveiki á kertum á hverjum sunnudegi og hlusta á jólakveðjurnar á Rás 1 á Þorláksmessu eins og mamma gerir alltaf. Svo hlutum við á klukkurnar hringja inn jólin klukkan 18 á aðfangadagskvöld og messuna sem fylgir. Næst borðum við jólamatinn sem er venjulega hangikjöt og uppstúf en það má víst ekki vera á matseðlinum í ár. Svo eru kortin lesin og þökkunum sinnt áður en við göngum inn í nóttina með jóladisk Karlaórs Reykjavíkur. Mér finnst hátíðleikinn vera afar mikilvægur á jólum. Taka smástund til að staldra við og þakka fyrir allt sem ég hef.“



SOHO MARKET

JÓLAVERÐSPRENGJA

12. - 24. desember

50%

AFSLÁTTUR

FATNAÐUR, TÖSKUR, SKÓR OG SKART



SOHO MARKET | GRENSÁSVEGUR 8 | SÍMI 553 7300
 OPIÐ ALLA DAGA FRÁ KL. 12-18
 FRÁ 16. DESEMBER OG FRAM AÐ JÓLUM FRÁ KL. 12-22.
 ÞORLÁKSMESSU KL. 12-23. AÐFANGADAG KL. 10-14.

í hátíðarskapi með Del Monte

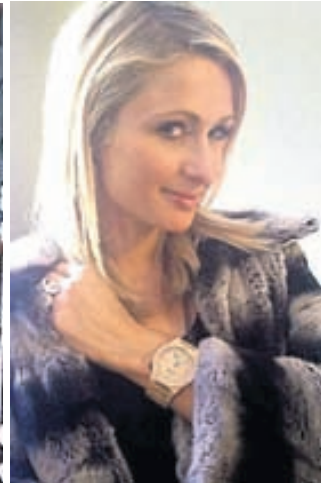
Fullkomnaðu
jólamatinn með
niðursoðnum ávöxtum
frá Del Monte



Ómissandi í forréttinn, aðalréttinn, eftirréttinn og baksturinn



Svava Halldórsdóttir, eigandi netverslunarinnar Brotherandsister.is



Fræga fólkíð hefur verið mjög hrifnið af úrunum frá WeWood en bæði Colin Firth og Paris Hilton eiga slík.

SKART TÖFF ÚR Í ÞÁGU NÁTTÚRUVERNDAR

Keyptu viðarúr í netversluninni brotherandsister.is og Skógræktin gróðursetur tré.

Svava Halldórsdóttir hefur opnað nýja netverslun, Brother&Sister, sem selur einstök viðarúr. Verslunin leggur áherslu á umhverfisvernd og gróðursetur tré fyrir hvert selt úr. „Við erum í samstarfi við Skógræktarfélag Hafnarfjarðar sem gróðursetur tré fyrir okkur í nafni verslunarinnar fyrir hvert selt úr. Úrunum fylgir GPS-netkóði sem vísar viðskiptavinum á staðsetningu trésins sem gróðursett hefur verið fyrir nýja úrið. Framleiðandur WeWood-úranna í Bandaríkjunum gróðursetja einnig eitt tré fyrir hverja sölu,“ segir Svava glöð í bragði. Úrin hafa vakið mikla athygli erlendis og hafa stjörnur á borð við Paris Hilton og Colin Firth sést með þau. „Við opnuðum um síðustu helgi og viðtökurnar voru rosalega góðar. Við erum langt komin með að klára fyrstu pöntunina og það lítur út fyrir að við þurfum að panta aftur fyrir jólin, sem kemur okkur ánægjulega á óvart,“ segir Svava. Árstíðirnar setja svip sinn á úrin og engin tvö eru nákvæmlega eins á litinn. „Það er mismunandi litur á viðnum og fer hann eftir því á hvaða árstíð viðurinn var nýttur í úrasmiði. Úrin koma í endurnýttum umbúðum og allt kynningarefnið og nafnspjöldin okkar eru einnig prentuð á endurnýttan pappír.“

Í netversluninni brotherandsister.is fást að auki skartgripir frá spænska fyrirtækinu Depeapa. „Hönnuður fyrirtækisins gerir allt sjálfur, endurnýtir tré í gerð skartgripa og fallegra hluta fyrir heimilið.“



AUGLÝSING: AT-hús kynnrir

EITT VINSÆLASTA BRÚNKUKREMIÐ

Móðelfitnesskeppandinn Aðalheiður Ýr Ólafsdóttir notar Brazilian Tan-brúnkukrem og vörur frá Jan Tana þegar hún keppir.

Aðalheiður Ýr Ólafsdóttir, einkaþjálfari í World Class, hóf að keppa í móðelfitness árið 2009 og hefur síðan rakað til sín verðlaunum en hún er meðal annars Íslandsmeistari, bikarmeistari og heimsbikarmeistari í greininni.

Aðalheiður notar mikið af brúnkukremi til að ýta undir vöxtinn. „Það gerir vöðvana sýnilegri og er ein aðalástæðan fyrir því að það er notað jafn mikið í fitness og raunin er. Ég hef notað Brazilian Tan frá því ég var sextán ára og ber það á mig vikulega til að halda jöfnum lit og frísklegu útliti allt árið. Vörurnar frá Jan Tana nota ég svo í kringum keppnir,“ segir Aðalheiður sem hefur þegar hafið niðurskurð fyrir Arnold Classic í Ohio í febrúar en hún varð í öðru sæti á sama móti í fyrra. Aðalheiður stefnir ótraud á toppinn en sigur myndi tryggja henni atvinnumannsskírteini í greininni.

Heildsalan AT-hús sér um innflutning á Jan Tana og er framleiðandi Brazilian Tan sem hefur verið fánlegt í þrettán ár og verið mest selda brúnkukremið á markaðnum frá upphafi. Það er mikið notað af dönsurum, vaxtaræktarfolki og fólki sem notar brúnkukrem yfir höfuð.

AT-hús hefur styrkt Aðalheiði frá upphafi ferilsins. Hún segir Brazilian Tan rauðtóna en Jan Tana gultóna. „Jan Tana er aðallega hugsað fyrir keppendur en undir merkjum þess fást þó líka hefðbundin brúnkukrem, svipuð Brazilian Tan.“

Premur dögum fyrir keppni notar Aðalheiður Jan Tana Skin Prep en



Aðalheiður Ýr Ólafsdóttir snyrtifræðingur er Íslands- bikar- og heimsbikarmeistari í móðelfitness.

með því er líkaminn skrúbb-aður hátt og lágt til að gera húðina jafna og hreinsa burt dauðar húðfrumur. Næstu daga er Jan Tana Fast Tan borið á í nokkrum lögum. Að lokum er Jan Tana Glaze sett yfir svo liturinn haldist og húðin fái ljóma. Ef eitthvað misferst er svo alltaf hægt að nota Glaze og svamp til að stroka út.

Aðalheiður mælir hiklaust með vörum frá AT-hús. „Þær lita ekki fót en komi slíkja í ljósan fatnað fer hún auðveldlega úr í þvotti.“ Aðalheiður segir alls ekki ráðlegt að fara í ljós. „Kremin gefa mun betri árangur og fara miklu betur með húðina.“



Þess má geta að allir keppendur í Ungfrú Ísland 2013 notuðu Brazilian Tan og var Brazilian Tan-stúlkann valin í fyrsta skipti. Þá nafnbót fékk Hildur Karen Jóhannsdóttir. Brazilian Tan verður framvegis fánlegt víðar en á Íslandi en nýlega var gerður samningur við Kris J. sem mun dreifa vörurni í Bretlandi. Eins liggur fyrir samningur við Skandinavísku Tan. Nánari upplýsingar á www.heilsaogutlit.is.

Jan Tana fæst í Lyfju og Fjarðkaup og Brazilian Tan fæst í Hagkaup, Fjarðarkaup og apótekum.

Hér er Aðalheiður með brúnkukrem og glans frá Jan Tana sem hún notar til að gera vöðvana sýnilegri.



Svona lítur Fimm mínútna förðun út. Kvöld-galaförðun með fólkskum augnhárum. Dökk augu með grárrí og „beige“ skyggingu og rauðar varir.



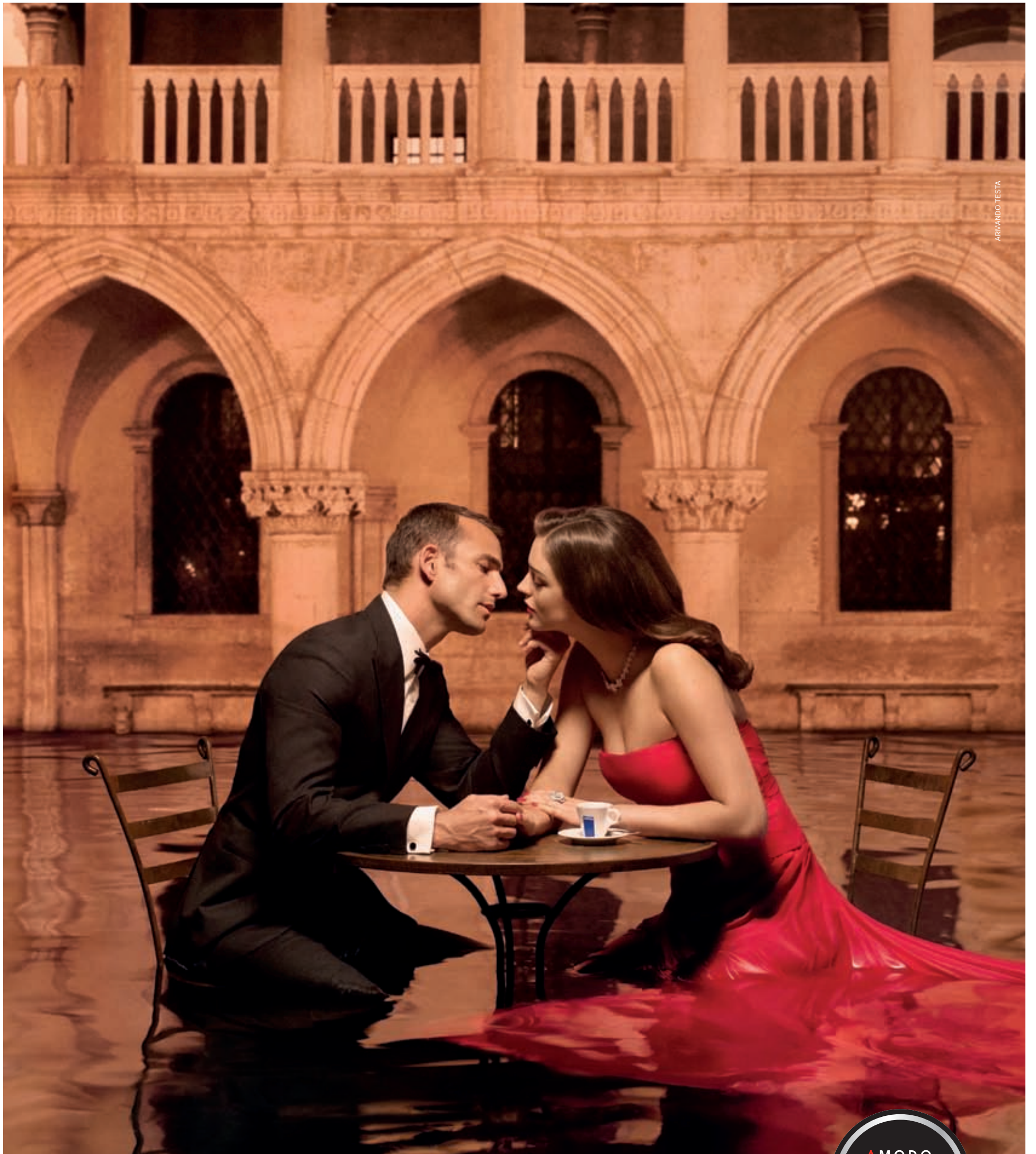
FÖRÐUN Á 5 MÍNÚTUM YFIR Í KVÖLDFÖRÐUN

Kristín Stefánsdóttir, höfundur bókarinnar *Förðun*, skref fyrir skref, ráðleggur konum á besta aldri.

- Þegar við erum komnar á besta aldri verðum við að huga að breytingum í förðun og leggja áherslu á aðra hluti, eins og að draga augun fram með skyggingu og forðast mikla liti. Nota frekar „smokey“ förðun og er alveg tilvalið að nota fólksk augnhár sem eru hálf og mjög auðvelt er að setja sjálfar á með Duo-lími sem er sérstakt lím fyrir augnhár.
- Farðann eigum við að velja vandlega og muna að fá ráðgjöf um réttan lit sem hentar og nota fallegra kinnaliti með ferskjulit til að ná fram frísklegu útliti eða sólarpúður og gott er að venja sig á að fara yfir skilin á eftir með farðaburstanum til að koma í veg fyrir skörp skil. Gott er að

- minnka púðurnotkun þar sem púður kallar fram allar finar línur og nota það í hófi.
- Varalitinn eigum við að velja eftir okkar eigin tilfinningu og ekki láta ráðleggja okkur liti sem við notum ekki nema þetta eina skipti. Fjórfaða frekar í nýjum varalítabynti sem breytir gamla góða varalítnum og glossi yfir.
- Jólaförðunin í ár eru dökk augu með „smokey“ förðun og rauðar varir, klassískt jólaútlit sem allar konur geta notið, tilvalið að fá aðstoð við að finna sinn rétta rauða lit en allar konur eiga að geta fundið rauðan lit sem hentar þeim, því mismunandi styrkleikar og tónar eru til sem hægt er að velja úr.

ARMANDO TESTA



LAVAZZA

THE REAL
ITALIAN ESPRESSO
EXPERIENCE

FAVOLA **CAPPUCCINO**.
TRULY ITALIAN TASTE EFFORTLESSLY PREPARED.



Söluáðilar: Rafha, Víðir og Ormsson verslanir um allt land.

www.lavazzamodomio.com



Á flíkunum eru myndir af norðurljósum. Fyrirsæta: Ásdís Svava Hallgrímsdóttir.

MYNDIR/ ATLI MÁR HAFSTEINSSON

TÍSKA NÝ FATALÍNA MEÐ LJÓSMYNDUM AF ÍSLENSKRI NÁTTÚRU Í VERSLANIR Á NÆSTUNNI

Heiðrún Ósk Sigfúsdóttir óskar eftir styrk fyrir fyrstu fatalínunni frá vörumerkinu Dimmblá.

Ég stofnaði fyrirtækið mitt, Dimmblá, snemma á þessu ári og hannaði fyrstu fatalínuna með norðurljósin sem þema því þau eru glæsilegt sjónarspil í einstakri náttúruferð Íslands," segir Heiðrún Ósk Sigfúsdóttir, framkvæmdastjóri hjá Dimmblá.

Fatalínan kemur á markað innan skamms en hún varð að veruleika í samstarfi við landslagsljósmyndarann Sigurð Hrafn Stefniðsson en ljósmyndir hans af norðurljósum eru prentaðar á flíkurnar. „Það er mikill heiður að fá að nota myndir Sigurðar í fyrstu línu Dimmblár því hann er talinn meðal þeirra fremstu á þessu sviði á Íslandi," segir Heiðrún Ósk.

Hún segist bera mikla umhyggju fyrir íslenskri náttúru og telur mjög dýr- mætt að Íslendingar eigi ósnortna náttúru. Verkefni af þessu tagi kostar skildinginn og því hefur Heiðrún Ósk óskað eftir aðstoð frá velunnurum til að greiða niður framleiðslu- kostnaðinn. Hægt er að styrkja verkefnið á hóp fjármögnunarvefsíðunni Karolina Fund til 31. desember. „Þetta er frábær leið fyrir lítil fyrirtæki sem eru að hefja rekstur til að fjármagna verkefni sín. Þeir sem styrkja Dimmblá um ákveðna upphæð geta valið sér flík úr nýju fatalínunni svo að þeir sem styrkja mig eru jafnframt að tryggja sér flík úr þessari fallegu fatalínu.“

Heiðrún Ósk Sigfúsdóttir, framkvæmdastjóri hjá Dimmblá.



Hluti af ágóðanum af sölunni mun renna til Landverndar sem stendur vörð um íslenska náttúru.

Nánar um verkefnið á karolinafund.com og dimmbla.is

Allir fá þá eitthvað fallegt

Fallegar gjafir og sérvara fyrir fjölskyldu og vini fást hjá okkur. Erum við gömlu höfnina í Reykjavík.



Hönnuður: Hendrikka Waage



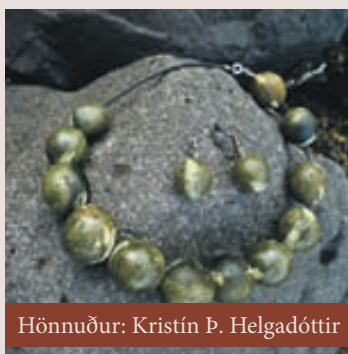
Hönnuður: Jón Ólafsson



Hönnuður: Linda Húmdís



Hönnuður: Varma



Hönnuður: Kristín Þ. Helgadóttir



Hönnuður: Sveinbjörg

HEILSA

HIMNESKT BAMBUSNUDD SEM DREGUR ÚR STREITU OG VEITIR VELLÍÐAN

Nýleg bambus-nuddmeðferð sem hefur notið mikilla vinsælda um allan heim er komin til Íslands.

„Við fórum tvær til London á námskeið til að læra þetta nudd og vorum strax alveg heill- aðar. Sjálf er ég sérstaklega hrifin af svona heitum meðferðum þar sem mér finnst þær vinna mjög vel á vöðvabólgu og stífum vöðvum. Hitinn er róandi og nuddþegin nær djúpri slökun. Bambusnudd er einstök upplifun," segir Ágústa Kristjánsdóttir, eigandi snyrtistofunnar Ágústa.

„Nudd hefur verið notað í gegnum aldirnar til að vinna á meinum og viðhalda góðri heilsu. Í þessu nuddi mætast vestrænar og aust- rænar nuddaðferðir og útkoman er áhrifarík.“ Ágústa segir nuddþeginn fá nudd á allan líkamann með heitum bambus sem gefur djúpt og áhrifaríkt nudd. Nuddarinn rúllar bambusnum eftir líkamanum með sérstakri tækni sem er afskaplega slakandi og róandi. Hitinn af bambusnum er róandi og nuddið sjálft er slakandi, sem dregur úr streitu og þreytu. Bambusinn örvar alla starfsemi líkamans og eykur súrefnis- og blóðflæði til húðarinnar. „Þessi meðferð er fyrir alla sem vilja fá jafnvægi á líkama og sál með djúpu og heitu nuddi, en þetta er líka góð dekurgjöf í jólapakkann," segir Ágústa.

Nánari upplýsingar um bambusnuddið er að finna á snyrtistofanagusta.is.



Ágústa Kristjánsdóttir segir nuddið unaðslegt.

JS Watch co.

REYKJAVIK



Úrsmíðameistari okkar missir aldrei einbeitinguna

Vegna annálaðrar einbeitingar, nákvæmni og 45 ára reynslu, tryggir úrsmíðameistarin gæði íslensku úrana.

Gilbert Ó. Guðjónsson úrsmíðameistari og alþekktur fagmaður grandskoðar hvert einstakt úr áður en það yfirgefur verkstæði okkar.

JS úrin eru íslensk hönnun og framleiðsla, sett saman á úrsmíðaverkstæði Gilberts, þar sem viðskiptavinir geta komið og hitt úrsmiðina sem setja saman úrin þeirra.

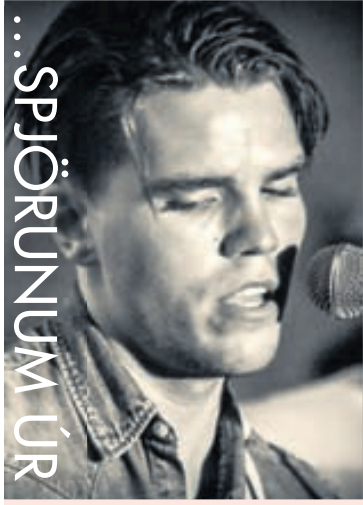
Úrvalið af JS úrum hefur aldrei verið meira og ættu flestir að geta fundið íslenskt úr við sitt hæfi en úrvalið má skoða á vefsíðu www.gilbert.is eða www.jswatch.com.



GILBERT

ÚRSMÍÐUR

Laugavegi 62 - sími: 551-4100
www.gilbert.is



...SPJÖRUNUM ÚR

Jökull Júlíusson

ALDUR: 23

STARF: Tónlistarmaður

Hvern faðmaðir þú síðast? Mína yndislegu móður.

En kysstir? Ég kyssti kærustuna mína.

Hver kom þér síðast á óvart og hvernig?

Þegar Danni bassaleikari mætti rakaður í morgun. Hann var búinn að heita því að raka ekki af sér skeggið (glerkuntuhýjunginn) út árið.

Hvaða galla í eigin fari ertu búinn að umbera allt of lengi? Líklega er það óþolinmæði, hún hjálpar víst ekki.

Ertu hörundsár? Já, líklega innst inn við beinið.

Dansarðu þegar enginn sér til? Nei.

Hvenær gerðirðu þig síðast að fífl og hvernig? Ég virðist oft lenda í því að heilsa fólki sem tekur ekki eftir því og stend eins og fífl með útrétta höndina óþægilega lengi. Þetta veldur kjánalegri vanlíðan bæði hjá mér og viðstöddum sem taka eftir þessu.

Hringirðu stundum í vælubílinn? Já, einu sinni eða tvisvar.

Tekurðu strætó? Já, en ekki nógu og oft.

Hvað eyðirðu miklum tíma á Facebook á dag? Ég er ekki persónulega á Facebook en hljómveitin er með síðu og við reynum að vera virkir þar.

Ferðu hjá þér þegar þú hittir fræga eða heilsarðu þeim? Ætli ég heilsa ekki án þess að fólk heyri það eða taki eftir því og fari þá hjá mér.

Lumarðu á einhverju sem fáir vinir þínir vita um þig? Ég tala dönsku reiprennandi.

Hvað ætlaðu alls ekki að gera um helgina? Verða mér til skammar.

HELGARMATURINN MEXÍKANSKT PICADILLO

Sólveig Guðmundsdóttir rekur veitingastaðinn Culiacan og hefur alltaf haft áhuga á hollum og góðum mat. Hún kynntist mexíkóskri matargerð í Denver í Colorado þegar hún var að læra iðnhönnun. Hún segir fjölskylduna elska mexíkóskan mat sem gott er að eiga í ísskápnum að grípa í.

1 kg nautahakk (eða nauta- og gríshakk)
2 hvítlauksrif
1 stór laukur
2 dósir tómatar kubbaðir
2,5 dl nautasoð (vatn og teningur)
1 ½ dl rúsínur
1 ½ dl möndluflögur
2 msk. tómaturra
1 msk. kanill
1 msk. cumin
1 msk. kóriander
½ msk. chiliflögur

1 tsk. cayennepipar
1 ½ tsk. salt og ½ tsk. pipar
½ dl rauðvinsedik
Ferskt kóriander (má sleppa)

Léttsteikið hakkið með lauknum og hvítlaukunum. Setjið kryddin út í og steikið þau aðeins með hakkinu. Restinni af innihaldi er hellt út á og látið malla í ca. 30 mínútur. Dreifið ferskum kóriander

yfir rétt áður en borið er fram (má sleppa). Þessi kássa er rosalega góð með tortillum. Hægt er að hafa t.d. ferskt salsa, sterka eða milda sósu, ost og sýrðan rjóma með. Svo er auðvitað æðislegt að hafa nachos og ostasósu með þessu. Uppskrift á culiacan.is í



FALLEGAR JÓLAGJAFIR



Plötuspilari
59.900,-



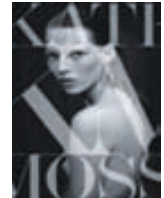
Skúta
Verð frá 34.900,-



Hnöttur
19.900,-



Hauskúpupúði
8.900,-



Ljósmyndabækur



Silfurrefur trefill
14.900,-



Plötuspilari
39.900,-



Hljómplötur



Loftbelgur
Verð frá 3.900,-



Bréfprensa
3.900,-



Glerbox
4.900,-



Kanínuljós
7.800,-



Þvottabjörn
14.900,-

**FYRIR
AÐSTOÐ
INNANLANDS**
gjofsemgefur.is
907 2002

 Hjálparstarf
kirkjunnar

MYCONCEPTSTORE

Verslun: Innst í Dalbrekku ofan við Nýbýlaveg / Sími: 519 66 99 / Vefverslun: www.myconceptstore.is