

Lífið

FÖSTUDAGUR
6. JÚNÍ 2014

Barnafatamerkið Ígló&Indí

**FÉKK ÚTHLUTAÐ
HÖNNUNARSTYRK 2**

Guðrún Jóna Stefánsdóttir

**STÝRIR FIMLEIKASKÓLA
FYRIR BÖRNIN 4**

Heiðís Austfjörð
föðunarfræðingur

**NETVERSLUNIN HAUST-
FJORD.IS VINSÆL 10**

Rósa Guðbjartsdóttir

**ÞAÐ ER EKKI
Í BOÐI AÐ
GEFAST UPP**

FRÉTTABLAÐIÐ

› visir.is/lifid



HVER ER?



Nafn?

Hlaðgerður Íris Björnsdóttir

Aldur?

41.

Starf?

Myndlist.

Maki?

Nei.

Stjörnumerki?

Naut.

Hvað fékkstu þér í morgunmat?

Fyrst af öllu lýsi. Svo fullt glas af açai-safa með frosnum bláberjum og chia-fræjum. Og að lokum stóran bita af karamellukökunni hennar Ebbu ... það má!

Uppáhaldsstaður?

Birkihlíð í Skriðdal. Þar hittist föðurfjölskyldan mín í eina viku í ágúst og treystir böndin, spilar blak, fótbolta, spil og hlutverka-leiki og borðar veislumat í öll mál.

Hreyfing?

Blak og borðtennis.

Uppáhaldslistamaður?

Aron Reyrr.

Uppáhalds bíómynd?

My Neighbour Totoro.

A- eða B-manneskja?

A.

HVERJIR HVAR?

Um liðna helgi fóru fram sveitarstjórnarkosningar um land allt og var nóg um kosningavökur. Á Hótel Borg fór fram kosningavaka Bjartrar framtíð-



ar og mátti þar sjá mörgum þekktum einstaklingum bregða fyrir. Til dæmis leikurunum **Gísli Erni Garðarssyni** og **Benedikt Erlingssyni**.



Þar sást einnig til þing- og tónlistarmannsins Óttars Proppé, ásamt Jóni Gnarr. Dóri DNA lét sig ekki vanta og pianósnillingurinn Karl Olgeirsson mætti einnig á Borgina.



FÓLK BYGGIR MYNDBANDIÐ UPP EINS OG LJÓSMYND

Jónatan Grétarsson ljósmyndari hefur unnið vídeóverk fyrir ýmsa listamenn við góðan orðstír. Það nýjasta var fyrir dönsku stórsöngkonuna Tinu Dickow við lagið *Someone You Love*.

Ég er búinn að gera nokkur tónlistarmyndbönd undanfarin ár fyrir ýmsa ólíka listamenn. Ég byrjaði að fikta við að gera það sem ég kys að kalla Music Video Portrait fyrir um það bil fimm árum," segir Jónatan Grétarsson ljósmyndari. Nýjasta vídeóverkið hans er við lagið *Someone You Love* með dönsku söngstjörnunni Tinu Dickow. Einnig hefur hann gert myndbönd fyrir Ásgeir Trausta, John Grant, Agent Fresco, Jónas Sigurðsson og Helga Jónsson. „Líkt og með portrettin sem ég tek þá hef ég leyft þessu að gerast í flæði án þess að plana of mikið áður en farið

er út í að taka upp. Öll myndböndin eiga það sameiginlegt, fyrir utan það að vera frekar hrá, að ég reyni að byggja þau upp eins og ljósmynd og leik mér mikið með ljós og skugga," segir Jónatan. Myndböndin eftir hann hafa meðal annars ratað á MTViggy.com. Þá hefur hann gefið út tvær ljósmyndaþækur, haldið einkasýningar og tekið þátt í samsýningum bæði hér heima og erlendis. Um helgina tekur hann þátt í samsýningu í Listasafni Akureyrar á sýningu sem ber yfirskriftina Íslensk samtíðarportrett.

Nánari upplýsingar um verk hans er að finna á vefsíðunni jonatangretarsson.com.



Jónatan Grétarsson ljósmyndari.

MYND/KARL PETERSSON



Flottir jakkar



Kr. 12.900.-

Str. 40-56/58

Litir: Kóngablátt, rautt, svart, sveppabrúnt

Bæjarlind 6 • S. 554 7030
www.rita.is

Við erum á Facebook

HÖNNUN VIJJA VIRKJA KRAFTINN OG ENDURNÝTA FATNAÐ

Helga Ólafsdóttir og Guðrún Tinna Ólafsdóttir, eigendur Ígló&Indí fengu styrk frá Hönnunarsjóði til að halda áfram samstarfi við Enza-konur í Afríku.

„Styrkurinn þýðir það að við getum haldið áfram því starfi sem við höfum hafið með Enza og hannað og þróað með þeim breiðari vörulínu. Núna fáum við tækifæri til að fara út til þeirra og þróa með þeim vörurnar á staðnum og miðla kunnáttu okkar í framleiðslu á vörum," segir Helga Ólafsdóttir, stofnandi og yfirhönnuður barnafatamerkisins Ígló&Indí. Á dögnum var Ígló&Indí veittur styrkur frá Hönnunarsjóði Íslands fyrir verkefnið Songs from the horizon – Ígló&Indí – Spring/Summer 2015.

Verkefnið snýst um að stuðla að verðmætasköpun með því að virkja kraft og byggja brú á milli íslenskrar hönnunar og hugvits og fátækra suður-afrískra kvenna, með atvinnuskapandi verkefnum, stuðningi og sjálfbærni við rekstur smáfyrirtækja sem stofnuð eru af Enza-konum á heimaslóðum þeirra í Suður-Afríku.

„Það skiptir okkur lykilmáli að vita til þess að verkefnið geti stuð-



Helga Ólafsdóttir yfirhönnuður og Guðrún Tinna Ólafsdóttir framkvæmdastjóri Ígló&Indí.

að að því að Enza-konur öðlist fjárhagslegt sjálftæði og fái greitt vestrænt markaðsvirði fyrir að framleiða okkar vöru. Einnig er mikilvægt að virðiskeðjan sé sjálfbær alla leið frá hönnun til viðskiptavina," segir Helga.

Sumarið 2013 tók Ígló&Indí fyrsta skrefið til samstarfs við The Enza Women Social Enterprise með samfélagsábyrgð að leiðarljósi með kennslu á endurnýtingu afgangsfatnaðar. Fatnaðurinn gengur svo í endurnýjun lífdaga í formi

fallegra nytjamuna fyrir börn sem seldir eru í verslunum Ígló&Indí.

Nú hefur gefist tækifæri til að halda samstarfinu áfram með framleiðslu á línunni Songs from the horizon sem samanstendur af tíu flikum fyrir stúlkur og drengi. Línan er viðbót við þá sumarlínu sem Ígló&Indí hannar árlega. Flikurnar eru allar hannaðar með það að leiðarljósi að nýttar séu „nýjar“ ósöluhæfar flikur og efnisafskurðir. Ígló&Indí rekur í dag tvær eigin verslanir, í Kringlunni og á Skólavörðustíg 4, og vefverslun.

Lífið
www.visir.is/lifid

ÚTGÁFUFLAG 365 miðlar ehf., Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

Ritstjórnarfulltrúi **Álfrún Pálsdóttir** alfrun@frettabladid.is

Umsjón **Marín Manda Magnúsdóttir** marin@365.is • Auglýsingar **Atli Bergmann** atlib@365.is

Hönnun **Silja Ástþórsdóttir** siljaa@frettabladid.is • Forsíðumynd **Daniel Rúnarsson**

Fylgstu með á Facebook Lindex Iceland



Bikinítoppur,
2995,-

LINDEX



FRÉTTABLAÐIÐ/DANIEL



Guðrún Jóna ásamt Selmu Rún fósturdóttur sinni og Lindu Ýr dóttur sinni.



SUMAR FRÁBÆRT FYRIR JAFNVÆGGISKYNN BARNNA

Guðrún Jóna Stefánsdóttir hvetur foreldra til að skrá börnin sín á fimleikanámskeið í sumar.

„Ég ákvað að taka að mér að þjálfra 7 ára börn í fimleikum í vetur þegar Linda Ýr dóttir mín og Selma Rún fósturdóttir mín vildu fara að æfa fimleika. Ég þurfti hvort er að keyra og sækja og því þótti mér tilvalið að nýta tímann með stelpunum og í leiðinni rækta áhugamálið,“ segir Guðrún Jóna Stefánsdóttir sem sjálf er mikill reynslubolti og hefur æft fimleika í 15 ár. Í sumar mun hún stýra fimleikaskóla á vegum fimleikadeildar Gróttu fyrir 6-10 ára börn en boðið verður upp á mikla og fjölbreytta dagskrá á hverju námskeiði. Ásamt fimleikahjálfun verður farið í sundferð, fjöruferð og leiki. Brúðubíllinn verður einnig heimsóttur. „Ég mæli með þessu því fimleikahreyfing er grunnur allra ann-



arra íþróttu og er góð leið til þess að læra inn á jafnvæggiskynjunina. Námskeiðin geta hjálpað krökkum að ná samhæfingu hvað varðar hreyfingu,“ segir Guðrún Jóna. „Krökkunum er skipt niður eftir áhuga og getu en þeir sem hafa minni áhuga á sjálfum fimleikaæfingunum geta tekið þátt í fleiri leikjum í staðinn.“ Fimleikaskólinn verður opinn frá kl. 9-16 á daginn og standa námskeiðin yfir í eina viku í senn. Nánari upplýsingar er að finna á heimasíðu félagsins, grottasport.is en skráning fer fram í gegnum rafrænt skráningarform Gróttu, á grotta.felog.is.

Þurrir fætur og sigg?

Lausnin er fótamaski sem endurnýjar húðina

WOW!

IROHA nature

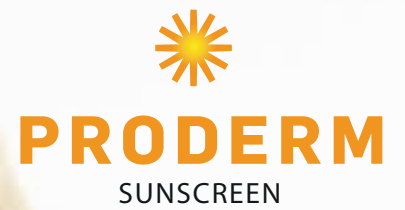
Exfoliating

RADIANT in 7 Days

JÓHANNA GUÐRÚN JÓNSDÓTTIR ER MJÖG UPPTEKIN AF DISKÓLESTINNI

- 1 Þegar ég var ung þá... söng ég allan daginn.
- 2 En núna... passa ég mig á að syngja ekki á óviðeigandi stöðum eins og í Bónus og þegar ég er úti að borða með Davíð (kæranum).
- 3 Ég mun eflaust aldrei skilja... stærðfræði.
- 4 Ég hef ekki sérstakan áhuga á... fótbolta.
- 5 Karlmenn eru... flestir snillingar.
- 6 Ég hef lært að maður á alls ekki að... ofkeyra sig.
- 7 Ég fæ samviskubit þegar... ég kemst ekki út að ganga með hundana.
- 8 Ég slekk á sjónvarpinu þegar... sjónvarpsefnið höfðar ekki til mín.
- 9 Um þessar mundir er ég mjög upptekin af... Diskólestinni, nýju hljómsveitinni sem ég er að spila með.
- 10 Ég vildi óska þess að fleiri vissu af... Dýrahjálpi Íslands.



**PRODERM**
SUNSCREEN

Langvirk sólarvörn

þróuð fyrir **viðkvæma**
norræna húð

Besta sólvörnin í óháðum prófunum

Langvirk sólarvörn sem þolir sjó, klórvatn og handklæðapurrkanir. Engin glans eða fituáferð, extra vatnspolin vörn, patenteruð formúla.

Fyrir líkama, andlit og hársvörð. Ver húðina gegn sólskaða, hrukkum og brúnum blettum, húðin verður mjúk, rakafyllt og fallega sólbrún.

Meðmæli húðlækna fyrir bæði börn og fullorðna. Valin besta sólvörnin af erlendum heilsutímaritum og húðsamtökum.

Engin paraben, ilmefti eða nanótaækni notuð.



Fæst: Apótekum, Hagkaup, Nettó, Fjarðarkaup, Fríhöfninni. www.proderm.is

NAFN

Rósa Guðbjartsdóttir

ALDUR

48 ára

HJÚSKAPARSTAÐA

Gift Jónasi Sigurgeirssyni

BÖRNSigurgeir 19 ára,
Margrét Lovísa 11 ára,
Jónas Bjartmar 9 ára
og Bjartmar, sem
lést 5 ára gamall.

RÓSA GUÐBJARTSDÓTTIR MAÐUR VEIT ALDREI HVENÆR SORGIN BLOSSAR UPP

Rósa Guðbjartsdóttir hefur lifað mikla sorg um ævina en sigrarnir hafa einnig verið margir. Það er fátt sem virðist slökkva á hinum mikla krafti sem hún býr yfir. Lífið ræddi við hana um samfélagsmálin, fréttamennskuna, matreiðsluáhugann, fjölskylduna og soninn sem lést úr krabbameini aðeins 5 ára gamall.

Hafnarfjörðurinn iðar af lífi þennan morguninn en það ríkir algjör kyrrð í huggulegri götu rétt við miðbæinn þar sem hundurinn Askja tekur á móti blaðamanni veifandi skottinu. Hús-freyjan býður mig velkomna með faðmlagi og grænum fingrum. „Æ, ég var aðeins að róta í plöntunum mínum. Ég hef verið svo lítið heima við undanfarið og hef ekki verið að sinna ræktuninni svo ég þurfti aðeins að fíkta í þessu,“ segir Rósa Guðbjartsdóttir um leið og hún setur símann, sem hringir stöðugt, á hljóðlausu hringingu. Fjölmíðlar vilja gjarnan ná tali af henni og heyra af gangi mála varðandi meirihlutaviðræður flokka-anna en hún gefur sér tíma til að

setjast niður, spjalla um lífið og drekka góðan kaffibolla. Rósu er margt til lista lagt, er mikill fagurkeri og það getur svo sannarlega margt fallet að líta á heimilinu. Talið berst að æskuslóðunum en Rósa flutti í norðurbæinn í Hafnarfirði úr verkamannaíbúð í Hlíðunum með fjölskyldu sinni þegar hún var tíu ára gömul. „Það má segja að hjarta mitt hafi verið hér síðan. Pabbi var sannur gaflari sem fæddist undir súð hjá ömmu sinni undir Hamrinum í Hafnarfirði og var því með sterkar rætur hér. Hann var að læra að verða prentari í Iðnskólanum en mamma var útívinandi. Í minningunni sem krakki vorum við alltaf á leiðinni til Hafnarfjarðar en það tók föður minn nokkur ár að byggja framtið-

arheimili fyrir fjölskylduna og það kom ekkert annað til greina en að búa hér.“

Ánægð með marga bolta á lofti

Rósa lærði stjórn málafræði í Háskóla Íslands og starfaði lengi vel við dagskrágerð og sem fréttakona á fréttastofu Bylgjunnar og Stöðvar 2, bæði með námi og eftir nám. „Ritgerðaskrif og jafnvel að lesa þær upp var aðaláhugamál mitt í grunnskóla svo það var bara í mínum karakter að fara þessa leið. Eftir stúdentspróf árið 1986 sótti ég um hjá DV og vann þar í nokkur sumur. Þá um haustið var ljósvakamiðlunum veitt frelsi til athafna og var þá stofnuð fyrsta frjálsa útvarpsstöðin. Bylgjan fór í loftið og ég sótti um dagskrágerð með háskólanáminu. Þetta var svo algjörlega nýtt og spennandi á þessum tíma og margir sem sóttu um að fá að starfa á þessum nýja miðli. Það átti mjög vel við mig að vera út um allt því ég hef mikinn áhuga á að kynna mér ólíka hluti og á samfélaginu öllu. Mér finnst best þegar ég hef mörg járn í eldinum og það eldist greinilega ekkert af manni,“ segir Rósa og brosir.

Matargerðin er hugleiðsla

Sköpunargleðin hefur í gegnum tíðina verið rík í föðurfjölskyldu Rósu. Langafi hennar og langamma, sem kölluð voru Bjartur og Dís í kassahúsinu, skildu eftir sig mikið af sögulegum myndum úr bæjarlífinu í Hafnarfirði. Dís, eða Herdís Guðmundsdóttir, var mikil áhugamanneskja um ljósmyndun og hefur líklega verið fyrsti kvenkyns fréttaljósmyndarinn.

„Hún var frumkvöðull á þessu sviði og það er mikið af matreiðslu-fólki og ljósmyndurum í fjölskyldunni minni. Sjálf smitaðist ég fljótt af þessum áhuga og þegar mikið hafði verið að gera á fréttastofunni fannst mér gott að koma heim og spá í ýmis hráefni, krydd og gefa sköpunargleðinni lausan tauminn. Það var í raun ákveðin hugleiðsla.

Eftir að ég fór að skrifa mikið um mat fór ég einnig að fíkra mig áfram að taka sjálf myndir. Í seinni matreiðslubókina mína, Partírétti, tók ég myndirnar sjálf og þannig hef ég samvinnnað þessi áhugamál og finnst mjög mikilvægt að hafa smá svigrúm til þess að nota þennan sköpunarkraft.“

Áfallið dundi yfir

Ævintýrabráin togaði í fjölskylduna árið 1999 og hjónin ákváðu að flytjast búferlum ásamt tveimur sonum sínum til Flórída í Bandaríkjunum. Eiginmaður Rósu, Jónas Sigurgeirsson, var að fara í viðskiptafræðinám og Rósa skrifaði fyrir Gestgjafann ásamt því að taka kúrsa í almannatengslum í háskólanum í Tampa. „Við kunnum mjög vel við okkur þar og veðrið var yndislegt. Við bjuggum þar einungis í eitt ár því að Bjartmar, yngri sonur okkar sem þá var rúmlega tveggja ára, veiktist skyndilega og greindist með krabbamein sem kallast taugakímsæxli. Þá var ekkert annað í stöðunni en að flytja heim. Okkur fannst nauðsynlegt að vera heima á Íslandi í íslensku heilbrigðiskerfi og fá stuðning vina og fjölskyldu til að takast á við það sem koma skyldi. Æxli af þessu tagi er meðfætt, með upptök í nýrnahettunum og greinist jafnan í ungum börnum. Við uppgötvuðum þetta þegar hann fór að bóligna út á gagnauganu en það var þá meinvarp af upphafsæxlinu sem þá var komið í beinin og upp í höfuð. Þetta var ólýsanlegur tími og við tóku strangar meðferðir. Við vorum send í þrjú mánuði til Svíþjóðar þar sem hann fór í erfiðar aðgerðir og stofnfrumskipti. Hálfu ári seinna virtist hann vera á batavegi og það fundust engin einkenni krabbameins þegar meðferðum lauk. Þrátt fyrir að það væri búíð að keyra hann alveg fram á ystu brún þá reif hann sig alltaf upp úr því.“

Bjartmar sonur þeirra fór að dafna mjög vel eftir mikinn uppbyggingartíma, byrjaði á leik-

skóla og þau hjónin sáu fram á að hann færi að lifa eðlilegu lífi. „Við nutum góðs stuðnings frá Styrktarfélagi krabbameinssjúkra barna á þessum tíma sem var ákaflega dýrmætt. Svo var það fyrir tilviljun að ég sá auglýsta framkvæmdastjórástöðu félagsins og ákvað að sækja um í von um að ég gæti nýtt mína persónulegu reynslu og bakgrunn í starfið.“ Rósa var ráðin og sinnti starfinu af kappi í fimm ár en eftir þrjú ár, haustið 2003, dundi annað áfall yfir. Bjartmar greindist aftur með krabbamein og ekkert var hægt að gera. Hann lést heima í faðmi fjölskyldunnar tveimur mánuðum seinna, aðeins 5 ára gamall.

Sorgin og sólargeislinn

„Maður lærir að lifa með þessu og það er svo satt. Maður þarf að ákveða að ætla að komast í gegnum þetta og halda áfram. Það er ekkert annað í boði. Auðveldasta leiðin væri kannski að liggja undir sæng en ástin á lífinu er svo sterk þótt maður sé búinn að ganga í gegnum svona. Þetta fylgir manni þó allt lífið.“ Einnig ári eftir andlát Bjartmars fæddist þeim sonur, Jónas Bjartmar.

„Í versta sorgarferlinu var okkur öllum dýrmætt að eiga litla dóttur, Margrétu Lovísu, sem einungis var eins og hálfis árs þegar Bjartmar lést og skildi ekki hvað hafði gerst. Hún vakti okkur á hverjum morgni með sólskinsbrosi og minnti okkur á hve lífið er þrátt fyrir allt fallet. Í gegnum vinnuna hafði ég einnig haft mikil samskipti við fólk sem hafði misst börnin sín og það hjálpaði líka að vera innan um fólk sem einnig hafði lent í þessum aðstæðum.“

Krafturinn frá pabba

„Eftir að Bjartmar fékk fyrstu meðferðina sína, veiktist pabbi og fékk lungnakrabbamein og dó nokkrum mánuðum síðar. Hann var aðeins 57 ára en við vorum mjög nán. Pabbi var mjög kraftmikill maður og ég hef án efa



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

kraftinn og frumkvæðið frá honum. Það er að sjálfsögðu ósann- gjarnt að barn og fólk í blóma lífs- ins fari og það er ólýsanlegt að horfa upp á fólk sitt í þessum að- stæðum, þjást og láta lífið. Maður veit aldrei hvenær eða í hvaða að- stæðum sorgin blossar upp. Þú getur jafnvel setið á miðjum bæjar- stjórnarfundum og allt í einu kemur upp einhver minning og manni langar afsíðis að gráta. Ég hef þó aldrei leyft mér að loka mig af þrátt fyrir að það sé mikilvægt að losa um en svo heldur maður bara áfram. Fyrir fimm árum greindist svo Sigurgeir, elsti sonur okkar, með heilaeðli. Þá spurði ég sjálfa mig að því hvort Guð væri til. Til allrar hamingju reyndist ætlið góðkynja og var fjarlægð í 14 tíma skurðaðgerð. Hann er frískur og flottur strákur í dag og er ég óend- anlega þakklát fyrir það.“

Lífið tekur nýja stefnu

Haustið 2005 fær Rósa óvænt símtal þar sem hún var beðin um að taka þátt í prófkjöri sjálfstæðis- manna í Hafnarfirði. „Ég ákvað að slá til enda fannst mér hugmyndin skemmtileg og langaði að prófa eitthvað nýtt þar sem ég hef þennan áhuga á samfélagsmálum. Ég lenti í þriðja sæti en sú sem lenti í öðru sæti ákvað að draga sig í hlé svo allt í einu var ég komin í annað sæti listans. Síðan þá hef ég verið í bæjarstjórn.“

Rósa ákvað að hætta sem fram- kvæmdastjóri hjá styrktarfélaginu, snúa sér að ritstjórn hjá Bókafélaginu og kafa dýpra ofan í stjórnmálin. Fyrir fjórum árum fór hún í oddvitaslag og gaf kost á sér í fyrsta sætið en tapaði prófkjörinu með tveimur atkvæðum.

„Hvert atkvæði skiptir máli. Ég fékk svo sannarlega að reyna það á eigin skinni. Ég hef þó svo mikla ástríðu og metnað fyrir hönd bæjarfélagsins að ég ákvað að gefast ekki upp.“

Rósa hefur verið sýnileg í pólitíkinni fyrir sjálfstæðismenn í Hafnarfirði undanfarin átta ár en þá hefur flokkurinn verið í minnihluta. Um síðastliðna helgi vann flokkurinn stórsigur í kosningunum. „Nú ríkjá óvissutímar og samningaviðræður, allt getur gerst. Það er að sjálfsögðu allt önnur staða að vera í meirihluta ef maður vill sjá hugmyndir sínar verða að veruleika. Í átta ár hef ég lagt mig alla fram í minnihluta og veitt meirihlutanum öflugt aðhald sem er mikilvægt í lýðræðisríki.“

Konur eru viðkvæmari

Rósa ákvað að gefa kost á sér aftur í fyrsta sæti, fékk mótframboð en sigraði með yfirburðum. Hún er fyrsta konan í sögu Sjálfstæðis- flokksins í Hafnarfirði sem verður oddviti. „Ég hafði rosalega mikið fyrir því að komast á þennan stað og gafst ekki upp þrátt fyrir ýmsar hindranir. Það hefði verið auðvelt að verða sár og svekkt eftir tapið fyrir fjórum árum en ég ákvað að taka slaginn aftur. Við konur þurfum að taka þetta alla leið og leggja meiri vinnu á okkur til að ná þessum árangri. Það hefur mikið verið talað um af hverju konur séu ekki meira á oddinum í stjórnmálaflokkunum en það er mikilvægt að hafa þetta úthald. Ég skil að vissu leyti úthaldsleysið þegar þú ert að berjast um toppinn því þá gilda allt önnur lög- mála. Ég taldi það bara skyldu mína að halda áfram og það er mikil- vægt ef þú ætlar að ná almennilegum árangri. Þú átt von á alls konar baknagi en þú þarft að vera tilbúin í það. Konur eru oft viðkvæmari fyrir gagnrýni og raddirnar hljóma oft á þann veg að ákveðin kona sé gribba á meðan karli í þessari stöðu væri bara ákveðinn og stefnufastur. Þetta heyrir maður enn í dag þrátt fyrir að það sé árið 2014,“ segir hún og flissar. „Fram- tíðardraumarnir eru að það náist samstaða hér í bænum og að hérna verði áþreifanleg breyting til batna- ðar. Svo er auðvitað aðalmálið að börnin manns séu heilbrigð og að maður skili þeim út í lífið sem góðum manneskjum.“

„Hálft ári seinna virtist hann vera á batavegi og það fundust engin einkenni af krabbameini þegar meðferðum lauk. Þrátt fyrir að það væri búið að keyra hann alveg fram á ystu brún þá reif hann sig alltaf upp úr því.“

Myndaalbúmið



Rósa Guðbjartsdóttir ásamt börnum sínum.



Bjartmar var einungis 5 ára þegar hann lést.

FYRIR ALLA FJÖLSKYLDUNA

VERUM GRÆN!
Ferðalag í átt að sjálfbærni

Vissir þú?
Að þú getur notað gömul dagblöð til þess að pakka inn gjöfum til vina og fjölskyldu.

Vissir þú?
Að með því að endurvinna eina áldós sparast orka sem gæti nægt til þess að halda sjónvarpi í gangi í tvær til þrjár klukkustundir?

Ég gæti búið til fuglahús úr þessari safafernu.

Skemmtileg bók full af ráðleggingum og staðreyndum um sjálfbæran lífsstíl.

www.edda.is

f /eddaisland | edda

INNLIÐ BÚDDA Í HVERJU HORNI

„Ég er mjög hrifin af hvítu, stílhreinu og skandinavískri hönnun í bland við persónulega hluti sem skapa heimilið. Þú getur til dæmis hvergi verið í íbúðinni án þess að sjá Búdda,“ segir Inga Dóra A. Gunnarsdóttir en hún starfar sem framkvæmdastjóri Sif Jakobs Jewelry og býr í Garðabænum. Inga Dóra hefur ferðast töluvert í gegnum tíðina og búið víða um heim. Meðal annars í Kína, Bandaríkjunum, Bretlandi og Danmörku. Hjartað er þó ætíð á Íslandi.



Inga Dóra Gunnarsdóttir. Lampinn er uppáhaldið á heimilinu og birtan er svo falleg og þægileg. Heimilið mitt er ekki heimili fyrr en hann er kominn á góðan stað.



Púðann fékk ég í fertugsafmælisgjöf og er einstaklega ánægð með hann.



Guðný Helga vinkona mín gaf mér myndina í svefnherberginu. Hún fékk hana í Kína og lét ramma inn. Rúmið er gamalt en ég lakkaði það hvítt og það sama á við um náttborðin. Lamparnir eru eldgamlir en ég fékk þá í Ikea og hef reglulega skipt um skerm á þeim.



Þennan stól fékk ég í genbrugsverslun í Danmörku. Málverkið fékk ég í stúdentsgjöf en það er eftir Húbert Nóa. Karfan á gólfinu eru frá Kína.



Þessa hillu bjó pabbi minn til. Ég er búin að eiga hana síðan ég man eftir mér. Allt dótið í henni er eitthvað sem ég hef safnað að mér á ferðalögum því ég vil ekki kaupa stóra muni. Þarna er að finna ýmislegt frá Róm, Kína og fleiri spennandi stöðum.



Stóllinn er frá Cassina og heitir LC4 Chaise Lounge. Það er æðislegt að slappa af í honum og spjalla í símann, fletta tímaritum eða lesa góða bók. Borðið er frá Ikea og stóra kertastjakann fann ég á genbrugssölu í Köben.



Stólarnir eru frá Ikea og ég ákvað að hafa þá þægilega og munstrið passar vel við svo margt. Málverkið er eftir Húbert Nóa Jóhannesson en ég fæ að geyma það fyrir hann. Sófaborðið er úr Ikea og á borðinu stendur kinnverskur antikdrykkjarbrúsi.

Óttastu að þyngjast ef þú hættir að reykja?

Sýnt hefur verið fram á að notkun Nicorette nikótínlyfjatyggigúmmís í ráðlögðum skömmtum hjá konum, getur hjálpað til við að vinna gegn þyngdaraukningu hjá þeim í kjölfar þess að reykningum er hætt.

Fæst án lyfseðils í næsta apóteki

Mjúkt nikótínlyfjatyggigúmmí með mintu- og ávaxtabragði



Nicorette lyfjatyggigúmmí 2 og 4 mg (inniheldur nikótín) er notað til meðferðar við tobaksfíkn. Það dregur úr nikótínþörf og fráhrarfseinkennum og auðveldar reykningamönnum að draga úr eða venja sig af tobaki. **Skammtar:** Börn yngri en 15 ára mega ekki nota lyfjatyggigúmmíð. Fullorðnir: eitt lyfjatyggigúmmí við reykningabörf. Nota má lyfjatyggigúmmíð eitt og sér eða samtímis Nicorette Invisi forðaplástri. Skammta skal ákveða út frá hve háður nikótíni viðkomandi er en hámarksdagskammtur er 24 stk. Mælt er með 2 mg lyfjatyggigúmmí fyrir þá sem eru litíð háðir nikótíni en 4 mg fyrir þá sem hafa mikla nikótínþörf eða hefur ekki tekist að hætta með notkun 2 mg lyfjatyggigúmmís. Tyggjið hægt og látið lyfjatyggigúmmíð liggja í munnum þess á milli. Ekki er ráðlagt að nota Nicorette lengur en í eitt ár. Einstaka aðilar geta þurft meðferð í lengri tíma og er hugsanleg áhætta við langtímanotkun umtalsvert minni en áhættan af að reykja. Ráðgjöf og leiðsögn eykur venjulega líkur á því að fólki tækist að hætta. **Frábendingar:** Ofnæmi fyrir nikótíni eða einhverju hjálparefnaða. **Varnaðarorð:** Reykingafólk með nylegt hjartadrep, óstöðuga eða versnandi hjartaöng (þ.m.t. Prinzmetal), alvarlegar hjartsláttartruflanir, ómeðhöndlaðan háþrýsting eða sem hefur nýlega fengið heilablóðfall skulu einungis nota Nicorette undir nákvæmu eftirliti læknis. Gæta skal varúðar við notkun Nicorette hjá sjúklingum sem hafa nýlega farið í kransæðahjálvettaögerð og aðrar æðaaðgerðir eða eru með: alvarlegan háþrýsting, stöðuga hjartaöng, hjartabilun, æðasjúkdóm í heila, teppusjúkdóm í slagæðum útlíma, sykursýki, ómeðhöndlað skjaldrakvæðing, krómíklæxli, skerta lífrar- eða nýrnastarfsemi, bolgu í veldi, muni eða koki, magabólgu eða virkt skeifugarnar- eða magasár. Lyfjatyggigúmmíð getur átt til að festast við gervitennur og í mjög sjaldgæfum tilfellum skemmt þær. Nicorette inniheldur butýlhýdroxytölúen, sem getur valdið ertingu í slímhúðum, og xylytol, sem getur haft hæðalosandi áhrif. Nicorette Classic inniheldur sorbitól og skulu þeir sem eru með fruktósaþöpol ekki nota það. **Aðgát í návist barna:** Ráðlagðir skammtar nikótíns fyrir fullorðna geta valdið alvarlegum eitrunareinkennum og verið banvænr ungunum börnum. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá og flegið notuðu tyggigúmmí þar sem börn ná ekki til. **Meðganga og brjóstgjöf:** Eitngöngu skal nota lyfjatyggigúmmíð í samráði við heilbrigðisstarfsfólk. Nikótín berst yfir fylgu og hefur áhrif á hjartsláttartíðni og öndun föstursins/nýburans. Nikótín berst í brjóstamjólki og magni sem getur haft áhrif á brjóstmyking. **Lesið allan fylgiseðilinn vandlega áður en byrjað er að nota lyfið.** Markaðsleyfishafi: McNeil Denmark ApS. Umboð á Íslandi: Vistor hf., sími: 535-7000. IS/NI/2014-12-F-3



AAAAAhhh

EINSTAKLEGA KÆLANDI
SÓLARVÖRN



NÝTT
NJÓTTU FYRSTU NIVEA
SÓLARVARNARINNAR **SEM KÆLIR**

NETIÐ LITADÝRÐ, GLOSS OG STEINAR

Heiðís Austfjörð fördunarfræðingur opnaði netverslunina haustfjord.is og sendir frítt um allt land.

Ég er algjörlega forfallinn „makeup junkie“ og er því mjög heppin að fá að vinna við mitt áhugamál og

fá að vera í góðum samskiptum við viðskiptavinina mína í gegnum netið,“ segir Heiðís Austfjörð eigandi netverslunarinnar [Hauptfjord.is](http://haustfjord.is), sem var opnuð fyrir skömmu. Verslunin selur breskar fördunarvörur í öllum regnbogans litum á viðráðanlegu verði og sendir vörur frítt um land allt frá Akureyri. Heiðís er sminka hjá Leikfélagi Akureyrar en er einnig að klára hárgreiðslusamning sinn nú á næstunni. Hún lærði fördun úti í London í Delamar Academy þar sem hún segist hafa fengið inn-sýn í öll horn fördunar og fördunarvara. Í Bretlandi kynntist hún Sleek Makeup-vörum og kolféll fyrir þeim.

„Þessar vörur hafa verið á markaðnum síðan árið 1989 og ég var vön að panta mér eitthvað nýtt frá þeim að utan í hverjum mánuði. Mig langaði að bjóða öðrum konum að eignast þessar snyrtivörur sem eru ódýrar en þó mjög góðar. Lengi hafði mig langað að opna verslun en sökum anna hafði ég ekki látið verða að því,“ segir hún. Bróðir Heiðísar stakk upp á netversluninni en þannig gæti hún sinnt öðrum verkefnum með. „Ég fór að pæla í þessu í febrúar en opnaði verslunina í apríl og þetta rúllaði fljótt af stað. Lita-dýrðin er mikil en oft þora konur ekki að kaupa sér mikið af þannig vörum séu þær mjög dýrar. Nú geta þær hins vegar safnað sér vörum án þess að fara á hausinn.“



SOHO MARKET



One size Kr. 7.990.-

SOHO MARKET

Grensásvegur 8, sími 553 7300
mán-fim 12-18, fös 12-19, lau 12-17

HÖNNUN JEAN PAUL GAULTIER FYRIR LINDEX

Í haust verður línan fánleg í Lindex á Íslandi.
10% af söluandvirðinu ganga til Krabbameinsfélags Íslands til styrktar rannsóknum á brjóstakrabbameini.

„Þetta er frábær og skemmtileg upplifun að skapa línu sem túlkar hvernig ég sé Lindex en á sama tíma að taka þátt í baráttunni gegn brjóstakrabbameini. Ég hef trú á að við höfum fundið glæsilegt samband þeirra þátta; djörf, flott og sterk lína sem einkennir hver Lindex-konan er,“ segir Jean Paul Gaultier sem nú hannar einstaka línu fyrir stórkeðjuna sem heldur upp á 60 ára afmæli sitt en þar leikur hönnunarsamstarfið með Jean Paul Gaultier stórt hlutverk.

Í Jean Paul Gaultier-línunni er kventískufatnaður, barnaföt, fylgihlutir og undirfatnaður. Línan verður fánleg í útvöldum verslunum Lindex þann 8. október og mun 10% af söluandvirði ganga til rannsókna og baráttu Krabbameinsfélags Íslands gegn brjóstakrabbameini.



Jean Paul Gaultier í París við vinnu á línunni fyrir Lindex.

**NÚ TELJUM VIÐ HRATT NIÐUR
ALLT Á AÐ SELJAST**

AFSLÁTTUR

50-80%

AF ÖLLUM VÖRUM



Herra
hafnarfjörður
S. 572 3400

TAX FREE HELGI



ALLAR VÖRUR MED

30-50%
AFSLÆTTI

TAX FREE HELGI



Mind Xtra

Smart verslun fyrir konur

Firði Hafnarfirði • Sími 556 3400

Pinterest



Hipster Apartments

www.pinterest.com/calv-incopel/hipster-apartments/

Ef þú ert í þeim hugleiðingum að breyta heimilinu en hugmyndirnar hafa látið á sér standa þá er þetta síðan fyrir þig. Hér er að finna hafsþjóf af skemmtilegum hipstera-íbúðum sem hægt er að sækja innblástur til. Nýtt veggfóður en múrstein inn í svefnherbergjið. Þitt er valið.

Instagram



Georgia May Jagger

<http://instagram.com/georgiamayjagger>

Eftirnafnið leynir sér ekki en þessi fagra snót er dóttir rokkanans Micks Jagger og fyrrverandi eigin konu hans, Jerry Hall. Georgia hefur ekki einungis eftir útlit móður sinnar heldur hefur hún fetað í fótspor hennar og starfar sem fyrir-sæta. Hún hefur getið sér gott orð innan bransans en hefur einna helst verið vinsæl fyrir hið einstaka frekjuskarð á milli framtannanna.

facebook



Vatnaboltar

www.facebook.com/Vatnaboltar?ref=profile

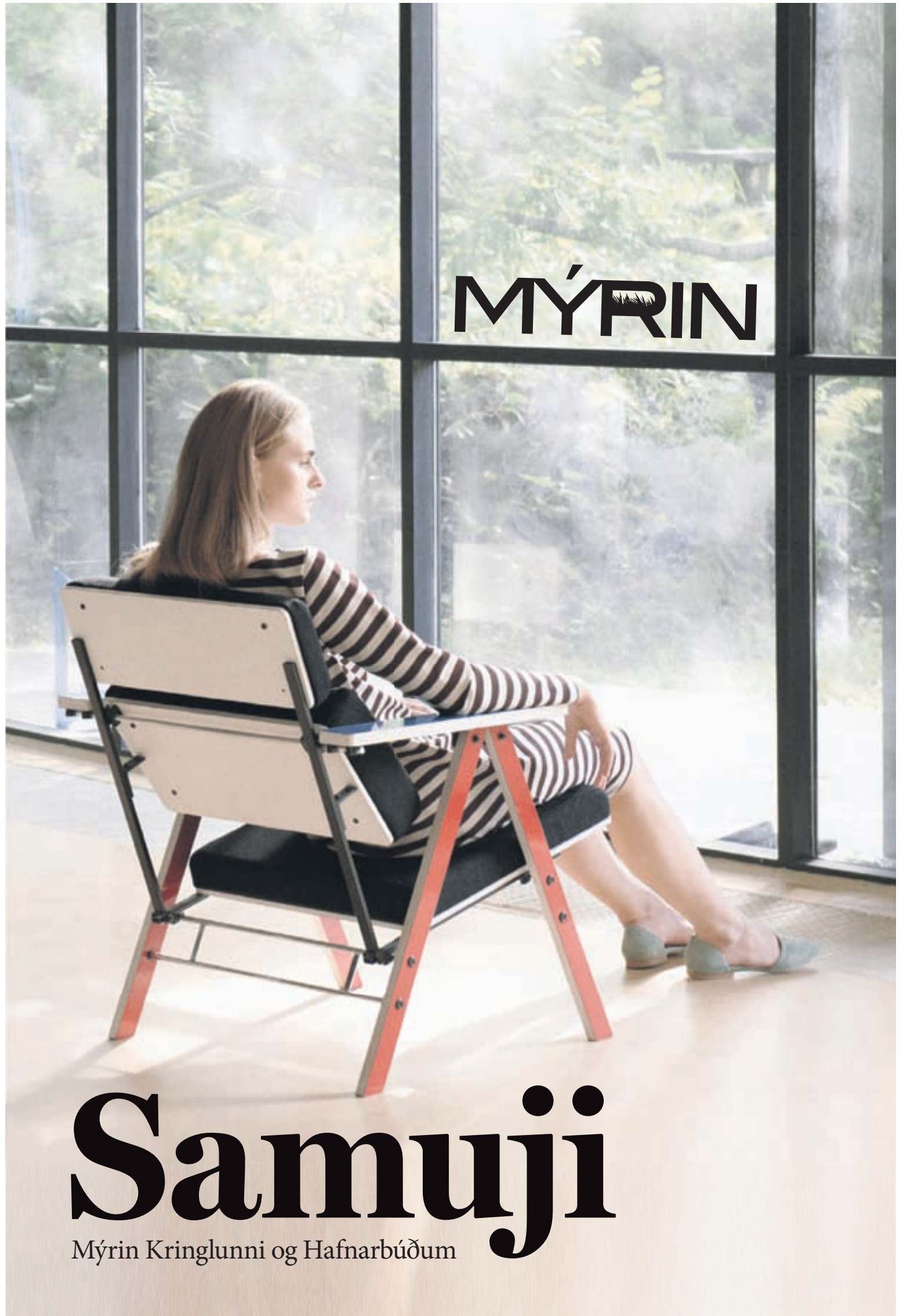
Ef þú hefur ekki enn prófað að hlaupa um í risavöxnum uppblásnum bolta á vatni er tækifærið núna. Á Facebook-síðu Vatnabolta er að finna nánari upplýsingar um þessa bolta sem eru þrælskemmtilegir fyrir allan aldur en bolta-skemmtunin hefur fengið frábærar viðtökur um allt land.

BLOGGARINN ALLT UM FERSKA TÓNLIST

Raj Rudolph

<http://eqmusicblog.com/>

Raj Rudolph er bandarískur tónlistaráhugamaður búsettur í London. Hann stofnaði blogg síðuna sína árið 2005. Hann stofnaði blogg síðuna sína árið 2005. Hann stofnaði blogg síðuna sína árið 2005. Hann stofnaði blogg síðuna sína árið 2005. Hann stofnaði blogg síðuna sína árið 2005. Hann stofnaði blogg síðuna sína árið 2005.



Samuþji

Mýrin Kringlunni og Hafnarbúðum