

Lífið

FÖSTUDAGUR
26. SEPTEMBER 2014

Þóra Kristín og
Margrét Ragnars
HVAD ER HEITAST
Í SNYRTIBUDD-
UNNI Í HAUST? 2

Heilsuvísir
TÍU HEIMILDAR-
MYNDIR UM
HEILSU OG
MATARÆÐI 6

Þura Stína
opnar fataskápinn
GEFUR GÖMLUM
FLÍKUM NÝTT LÍF
OG NOTAR 10

Ólöf Arnalds

KENNDI SJÁLFRI SÉR Á GÍTAR

FRÉTTABLAÐIÐ

› visir.is/lifid

HVER ER?



Helga Karólína Karlsdóttir

Aldur? 22 ára

Starf? Eigandi CoolCos Ísland og námsmaður.

Maki? Einir Tyrfingsson.

Stjórnumerki? Tvíburi.

Hvað fékkstu þér í morgunmat? Ógirnilegan hafragraut.

Uppáhaldsstaður? Home is where your heart is.

Hreyfing? Stunda líkamsrækt í World Class.

Uppáhaldslistamaður? Pabbi minn, Karl Jóhann myndlistamaður. Svo finnst mér Drake líka kúl.

Uppáhaldsmynd? Great Gatsby 2013 og Notebook. Leonardo og Ryan – myyy god!

A-eða B-manneskja? Ég lifi í blekkingu og þykist vera A-manneskja, en ég held ég verði að horfast í augu við raunveruleikann og viðurkenna að ég er B-manneskja.

HVERJIR HVAR?

Það var fjölmenni í Laugarásbíói á þriðjudag þegar spennuþáttaröðin Hraunið var frumsýnd. Meðal þeirra sem mættu á forsyningu var Björn Hlynur Haraldsson sem leikur aðalverk í þáttunum, **Jakob Frímann**



Magnússon ásamt eiginkonu sinni Birnu Rún Gísladóttur og dóttur þeirra Jarúnu Júlíu. Þar var líka útvarpsstjórinn Magnús Geir Þórðarson og þjóðleikhússtjórinn **Tinna Gunnlaugsdóttir**.



FÖRÐUN DJARFIR AUGNSKUGGAR OG FALLEG HÚÐ

Nú þegar haustið er komið breytast áherslur í förðuninni. Við þökkum sólarpúðrinu og færur okkur í dýpri liti. Lífið fékk fremstu förðunarfræðingana á Íslandi til þess að fara yfir heitustu trendin fyrir veturinn.



Margrét R. Jónasdóttir, förðunarmeistari og eigandi Make Up Store á Íslandi, er ein sú allra reyndaasta í förðuninni hér heima. Hún fylgist alltaf vel með förðuninni á tískuvíkunni og því sem er heitast hverju sinni.

Rauðar varir

Auðveldasta leiðin til að uppfæra snyrtibudduna er að fjárfesta í djúprauðum varalit. Það allra vinsælasta á

litaskalanum fyrir haustið eru dökkrauðir, burgundy og vínrauðir litir. Tískuhús eins og Antonio Marras, Zac Posen og Ralph Lauren sýndu skemmtilegt litróf í rauðum varalitum.

Málmgljáaáferð og glimmer

verður afgerandi í haust fyrir augu, neglur og varir. Þá er frábært að nota Mixing Liquid-vökvann í augnskugga og augnskuggaduft til að framkalla þessa málmkennda áferð á augu og á varir. Einnig til að festa glimmer á augu eins og á tískusýningu Altuzarra.

Djarfir litir

Augnskuggarnir eru að breytast og það eru að koma inn meiri litir eins og bláir, grænir, fjólubláir og appelsínugulir eins og sáust á tískusýningarpöllum hjá Burberry og Kenzo í vetur. Uppáhaldslitirnir hjá mér núna eru rauðbrúnir, ljósvínrauðir eins og Louder, Strong og Hero frá Make Up Store.

Falleg húð og „highlight“

Lýtalaus ljós postulínsáferð á húð eins og hjá hönnuðum eins og Givenchy, Alexander McQueen og Akris. Base Prep-grunnurinn frá Make Up Store er upplagður til að ná fram þessari frísklegu áferð. Endingin á farðanum verður enn betri þegar Base Prep er sett undir. Ofan á farðann er fallegt að bera á Illuminizer og „highlight“-tríóið



Þóra Kristín Þórðardóttir, förðunarfræðingur hjá MAC Debenhams var að vinna á tískuvíkunni í Danmörku.

Vel nærð og falleg húð

Það sem mér fannst mest áberandi var vel nærð húð. Við notuðum til dæmis Mineralized Moisture Gel-kremið frá MAC og Moisture Infusion-serumið, en það gefur svakalega góðan raka og næringu. Mineralized Moisture-farðinn var mest áberandi en hann gefur fallega „döggráða“ húð með perluáferð og með honum Mineralized-hylljararnir.

Mjúkir kremlitir og „smokey“

Allar kremaðar vorur koma sterkar inn bæði á kinnar og augu. Creamcolour base og Paint pot verða vinsæl í öllum litum á augu og kinnar og sem „high light“. BB-bronzerarnir frá MAC eru snilld til þess að ná fram mjúkri skyggingu á andlitinu. Á augum var mikið um „smudgy smokey“ og gloss á augnlok. Þetta týpiska bjútiútlit er á útleið, og nú er eyelinerinn orðinn mýkri og blýantar mikið notaðir.

Stórar og náttúrulegar augabrúnir

Augabrúnir spila stórt hlutverk í haust og fer meiri tími í þær nú en áður. Þær eiga að vera náttúrulegar, fallega mótaðar með órlítið ljósari augabrúnablyant en þínar brúnir. Við erum með mikið úrval af litum hjá okkur en svo er trixið að nota augabrúnagel í aðeins dekkri tón til þess að fá þrívíddarhrif á brúnirnar.

Mattar varir og varablyantar

Það sem kemur svo sterkt inn í vetur eru 90's-varir, sem þýðir blýantar með öllum litum alltaf! Brúnir og drappir mattir tónar eru allsráðandi. Á Fashion week voru mjúkar og glansandi varir líka mjög áberandi.



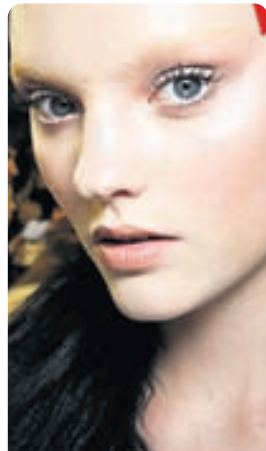
Bjartur rauður tónn hjá Zac Posen



Kylie Jenner er hrifin af möttum, brúnum varalit.



Falleg húð og miklar augabrúnir hjá Ralph Lauren.



Falleg húð og mjúk skygging áberandi hjá Givenchy.

MASTERLINE
Professional Beauty

ÉG NÆRI
BODY BUTTER

Ég er súper mjúk og góð blanda fyrir líkamann þinn ef þú ert með þurra og mjög þurra húð. Flott blanda með góðum innihaldsefnum eins og Shea Butter og Argan olíunni sívinsælu.



www.master-line.eu
Made in Italy
Fæst í apótekum og Hagkaup



LÍFIÐ MÆLIR MEÐ

Afmælistónleikar, bílabíó og kvikmyndaveisla

Það er margt og mikið að gerast um helgina. Fyrst ber að nefna afmælistónleika Hjalma í Eldborgarsal Hörpu í kvöld klukkan 21. Sveitin var stofnuð fyrir tíu árum og hefur átt góðu gengi að fagna síðan með vinsælum lögum á borð við Ég vil fá mér kærustu, Borgin, Kindin Einar, Það sýnir sig, Geislinn í vatninu, Manstu, Bréfið, og Til þín?

Hjalmar ætla að flytja allt sitt besta efni á tónleikum ásamt brassteymi sem Samúel Jón Samúelsson leiðir.



Kvikmyndahátíðin RIFF fer fram um þessa mundir og því af nógu að taka fyrir kvikmyndaunnandann. Til dæmis snýr bílabíó hátíðarinnar aftur eftir nokkurra ára hlé og í kvöld verður myndin Dumb and Dumber sýnd á bílaplani Smáralindar.

Myndin er bráðfyndin gamanmynd eftir Farr-elly-bræðurna en með aðalhlutverk fara Jim Carrey og Jeff Daniels.

Kjörið fyrir fólk að rifja upp þessa skemmtilegu mynd en framhaldið er væntanlegt í bíó í nóvember.

AUGNA-BLIKIÐ



Breska fyrirsætun **Suki Waterhouse** vakti athygli í skemmtilegum klæðnaði á viðburði tímaritsins Vogue á tískuvíkunni í London á dögunum. Waterhouse var hversdagslega klædd í flegnum kjól og var í herralegum sparis-kóm og ljóstri kápu við.

Væntanlegt í verslanir 8. Október
Fylgstu með á Facebook Lindex Iceland

noisy

Kimono,
15 995,-

Jean Paul
GAULTIER

LINDEX & X

Heilsuvísir



Næringarrík súpa sem kemur hita í kroppinn.

GULRÓTA- OG KÓRÍANDERSÚPA

Einstaklega bragðgód súpa sem auðvelt er að búa til. Holl og næringarrík súpa sem kemur hita í kroppinn á köldum og blautum haustkvöldum. Dásamlega bragðgód og mjög einföld að búa til.

- 1 matskeið olía til steikingar
- 1 laukur
- 1 teskeið kóríanderkrydd
- 1 lítil lífræn sæt kartafla
- 450 g lífrænar gulrætur
- 1 lítri vatn
- 1 teningur grænmetisskraftur handfylli af ferskum kóríander
- 1 tsk. sjávarsalt

1. Byrjið á því að þvo grænmetið og skræla gulræturnar og kartöfluna. Skerið allt grænmetið niður í litla bita.

2. Steikið laukinn og sætu kart-

öfluna með kóríanderkryddinu í oliunni í 5 mínútur eða þangað til að laukurinn er orðinn mjúkur.

3. Hellið steikta grænmetinu í pott ásamt gulrótunum, vatninu og grænmetisraftinum. Lokið pottinum og látið sjóða í 25 mínútur.

4. Hellið úr pottinum í matvinnsluvél og bætið ferskum kóríander við. Blandið saman þangað til að áferðin er orðin mjúk.

5. Hitið aftur í pottinum, smakið og bætið örllitlu sjávarsalti við ef þess þarf.

Borðið og njótið!



Algennt umkvörtunarefni para er ólík kynlöngun.

AFF/NORDICPHOTOS

ÞEGAR ANNAR VILL MEIRA KYNLÍF EN HINN

Þör þurfa að koma sér saman um kynlíf og vera sátt. Sigga Dögg ræðir um ólíka kynlöngun.

Algennt umkvörtunarefni para er ólík kynlöngun, annar aðilinn vill meira kynlíf en hinn. Þá er gjarnan sagt að hjá hamingjusömu pari skýri kynlífið aðeins 10% af sambandsánægjunni. Þegar sambandið gengur illa þá verður kynlíf oft 90% af vandamálinu. Kynlíf er því eitthvað sem fólk þarf að koma sér saman um og vera sátt við.

Margir vilja fá meðaltal yfir samfarir svo þeir hafi eitthvað til að miða sig við en slíkt meðaltal segir afskaplega takmarkað því einstaklingsmunur er svo mikill. En til þess að þér líði aðeins betur þá hafa bandarískar og breskar rannsóknir fundið allt frá einum samförum í viku til einu sinni í mánuði sem algengt meðaltal. Þættir eins og barnæignir, aldur og sambandslendg spila svo hér inn í.

Í þessum samræðum er gott að byrja á byrjuninni; hvað flokkast sem kynlíf?

Í hugum margra er kynlíf = samfarir en kynlíf er í raun svo miklu miklu meira. Kynlíf getur

verið alls konar gælur sem einstaklingum þykja ánægjuleg, s.s. sjálfsfróun, gælur við kynfæri með höndum og/eða munni. Tíðni samfara er algengur mælikvarði á kynlíf og ánægju fólks með kynlífið sitt í rannsóknum. Rannsóknir hafa sýnt að þau þör sem komu sér saman um tíðni samfara voru ánægðari með kynlíf sitt, ekki endilega þau þör sem stunduðu mesta kynlífið. Því má leyfa sér smá kelerí, svona eins og þegar þú steigst þín fyrstu skref í kynlífi – áður en farið var í samfarir þá var kelað.

Lykillinn hér eru samræður, spyrðu og segðu.

Hér eru nokkrar setningar sem gott getur verið að hafa í huga til þess að koma samræðunum af stað.

„Æ, ástin mín, ég veit að við höfum ekki stundað kynlíf í smá tíma en ég vil að þú vitir að ég hugsa enn um þig kynferðislega og mig langar í þig og mig langar að við finnum okkur tíma fyrir smá kelerí.“

„Ég hugsaði um þig í sturtu áðan og það fór bara fiðringur um mig.“

„Ég hugsaði um þig í sturtu áðan og það fór bara fiðringur um mig.“

„Má ég dekra aðeins við þig, mig langar bara að þú slappir af og leyfir mér að gera.“

Þessar spurningar getið þið notað við spjallið ykkar, og munið að þetta er spjall en ekki yfirheyrsla: Hvað er kynlíf fyrir þér? Ert þú ánægð/ur með kynlífið okkar? Finnst þér við stunda kynlíf nægilega oft? Hvaða tíma dags langar þig mest til að stunda kynlíf? Er eitthvað sem þig langar að prófa? Hvað finnst þér best (eða er í upphaldi) við kynlífið okkar? Hvaða kynlífsstund sem við höfum átt er þér sérstaklega eftirminnileg?

Reynið að halda ykkur á jákvæðu nótunum og leyfið samræðunum að þróast. Kynlíf er jú ekkert annað í grunninn en samræður.

Pana Chocolate

Súkkulaði sem er gott fyrir þig...



- Náttúruleg ofurfæða
- Enginn unninn sykur!
- Framleitt við lágan hita til að viðhalda miklu magni næringaefna
- Inniheldur hrá lífræn- og náttúruleg innihaldsefni

Allt okkar súkkulaði er bæði hand-gert og innpakkað

Inniheldur lífrænt kakó sem er með miklu magn af andoxunarefnum, vítamínum og steinefnum.

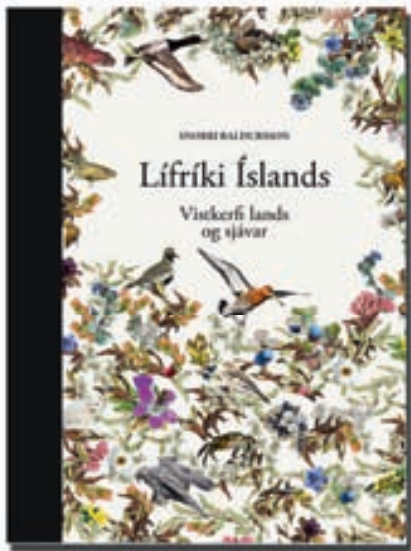
www.icecare.is - Netverslun

Útsöluastaðir:
Hagkaup lífræna deildin, Fjarðarkaup - Fræið heilsuhornið, Heilsuhúsið, Blómaval - heilsuhornið, Lifandi markaður Borgartúni Nettó - lífræna deildin

VISSIR ÞÚ AÐ...

- AÐ HÚÐIN ER STÆRSTA LÍFFÆRI LÍKAMANS
- AÐ ÞÚ ERT HÆRRI Á MORGNA EN Á KVÖLDIN
- AÐ BÖRN FÆÐAST MED 300 BEIN EN ÞAU ERU EKKI NEMA 206 Í FULLORÐNU FÓLKI
- AÐ LIFRIN ER STÆRSTI KIRTILL LÍKAMANS OG VEGUR UM 1,4 KG Í MEÐALMANNI
- AÐ EGGFRUMA ER MED STÆRSTU FRUMUM LÍKAMANS EN SÁÐFRUMAN ER MED ÞEIM MINNSTU.





Lífríki Íslands
Verð áður: 16.990 kr.
Verð nú: 14.990 kr.



Náðarstund
Verð áður: 4.690 kr.
Verð nú: 3.990 kr.

IÐA

Tilboðin gilda til og með 3. október.

Ylvolgar bækur hlýja í haustlægðunum



Þegar dúfurnar hurfu
Verð áður: 3.290 kr.
Verð nú: 2.790 kr.



Ljómandi!
Verð áður: 4.990 kr.
Verð nú: 3.990 kr.



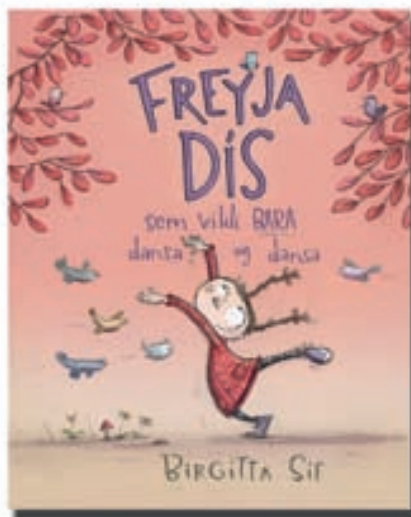
Segulskekka
Verð áður: 3.290 kr.
Verð nú: 2.790 kr.



Kvíðasnillingarnir
Verð áður: 3.290 kr.
Verð nú: 2.790 kr.



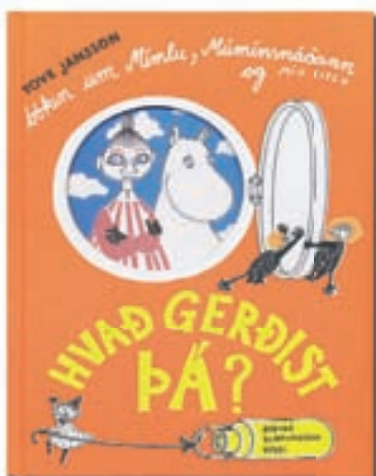
Litlu skrímslin
Verð áður: 4.490 kr.
Verð nú: 3.990 kr.



Freyja Dís sem vildi bara dansa og dansa
Verð áður: 2.990 kr.
Verð nú: 2.490 kr.



Ævintýraferð fakirsins
Verð áður: 3.290 kr.
Verð nú: 2.790 kr.



Múmínálfarnir
Verð áður: 2.990 kr.
Verð áður: 2.490 kr.



Kolvetnasnauðir hversdagsréttir
Verð áður: 3.990 kr.
Verð nú: 3.490 kr.



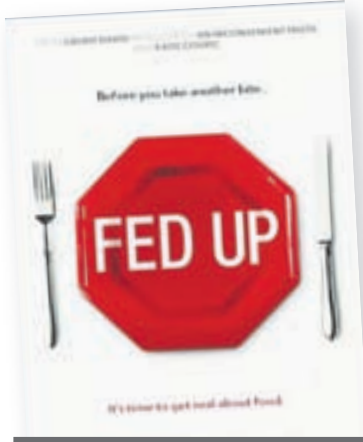
Goðheimar 5
Verð áður: 2.990 kr.
Verð nú: 2.490 kr.

Lækjargata 2a og Vesturgata 2a 101 Reykjavík

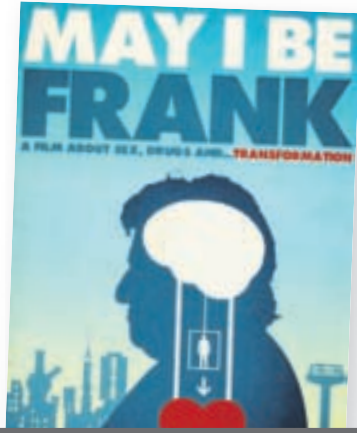
Heilsumísir

TÍU ÁHRIFAMESTU HEIMILDARMYNDIRNAR UM HEILSU OG MATARÆÐI

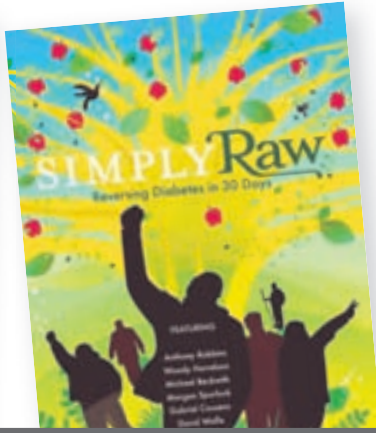
Heilsumísir tók saman lista með tíu áhrifamestu heimildarmyndunum um heilsu og mataræði sem hafa verið gerðar á síðasta áratug.

**FED UP** 2014

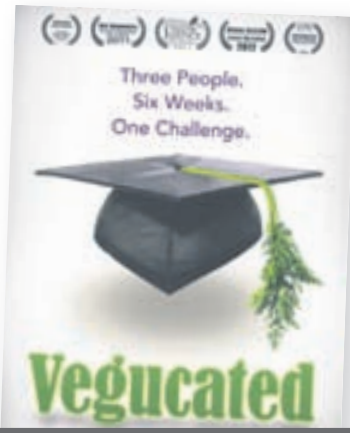
Fed Up er ný heimildarmynd sem kom út í byrjun september. Hún er framleidd af fréttakonunni Katie Couric sem margir þekkja úr fréttaskýringaþættinum 60 mínútur. Í myndinni er farið yfir þann raunveruleika sem blasir við okkur; að allt sem við höldum að við vissum fyrir víst um mataræði og hreyfingu síðustu 30 ár er rangt. Myndin er skylduáhorf fyrir alla þá sem að hafa áhuga á heilsu og hreyfingu.

**MAY I BE FRANK** 2010

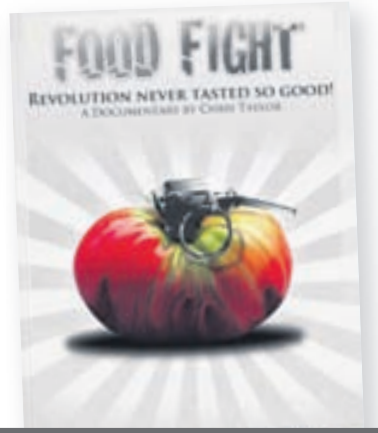
May I Be Frank fjallar um Frank Ferrante, 54 ára Bandaríkjamann sem lifir á brúninni. Hann er offitu- og þunglyndissjúklingur, fíkniefnaneytandi og búinn að brjóta allar brýr að baki sér í samskiptum sínum við fjölskyldu og vini – sem sagt gjörsamlega á botninum. Myndin segir á hvetjandi hátt frá breytingu á lífsmunstri Franks frá botninum að toppnum á 42 dögum. Myndin fékk frábærar viðtökur og hefur unnið til fjölda verðlauna.

**SIMPLY RAW** 2009

Simply Raw fjallar um sex sykursjúka einstaklinga sem taka þeirri áskorun að neyta einungis hráfæðis í 30 daga samfleytt. Á þessu tímabili mega þeir heldur ekki reykja, drekka, neyta koffíns né taka inn sykursýkislyf. Myndin er á köflum mjög tilfinningaþrungin enda um viðamiklar og erfiðar breytingar að ræða í lífi einstaklinganna.

**VEGUCATED** 2011

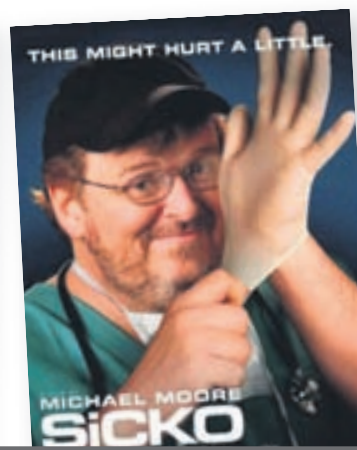
Er frábær og oft á tíðum mjög fyndin heimildarmynd um þrjá New York-búa sem að elska kjöt- og mjólkurvörur. Þeir taka þeirri áskorun að neyta ekki dýraafurða í sex vikur og á sama tíma gera þeir sjálfstæða rannsókn á aðbúnaði dýra í Bandaríkjunum. Breyttist skoðun þeirra á neyslu dýravara á þessum sex vikum? Föru þau aftur að neyta þeirra? Vegucated er margverðlaunuð heimildarmynd sem vakti mikla athygli og umtal eftir að hún kom út.

**FOOD FIGHT** 2008

Er áhugaverð heimildarmynd sem fjallar að miklu leyti um upphaf lífrænu byltingarinnar í Bandaríkjunum. Í myndinni koma fram þær breytingar sem hafa orðið í framleiðslu og ræktun matvæla undanfarin ár og rýnt í það hvernig framtíðin komi til með að líta út haldi allt áfram í þeim farvegi sem landbúnaður er í dag.

**SUPERSIZE ME** 2004

Það mætti segja að heimildarmyndin Supersize Me sé eins konar frumkvöðull á sviði heimildarmynda sem fjalla um heilsu og hreyfingu. Myndin segir frá Morgan Spurlock, leikstjóra myndarinnar, sem tekur það að sér að lifa einungis á því sem er í boði á matseðli McDonalds í heila 30 daga. Myndin er mjög áhrifarík enda fáum við beint í æð hvað mataræði hefur mikil áhrif á andlega og líkamlega heilsu.

**SICKO** 2007

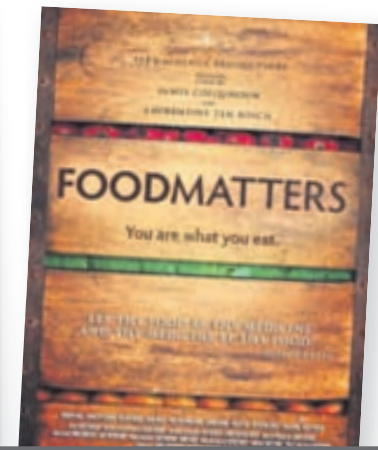
Sicko er heimildarmynd eftir leikstjóran Michael Moore og var hún tilnefnd til Óskarsverðlauna í flokki heimildarmynda 2008. Í myndinni er heilbrigðiskerfið í Bandaríkjunum gagnrýnt og borið saman við heilbrigðiskerfi annars staðar í heiminum. Michael er þekktur fyrir að hafa sterkar pólitískar skoðanir og kemur þeim oft á framfæri með húmorískum hætti.

**THE PERFECT HUMAN DIET** 2012

Merkileg mynd þar sem velt er vöngum yfir því af hverju við mannfólkið erum að fitna. Reynt er að finna svar við því hver sé hin fullkomna fæða og vinna úr þeim ótal upplýsingum og ráðum sem gefin eru um það sem er hollt og óhollt. Farið er yfir fæðuval forfedra okkar og það borið saman við fæðu nútímamannsins.

**FOOD INC.** 2008

Food Inc. fjallar um þróun matvælaframleiðslu í Bandaríkjunum. Notkun skordýraeiturs, stera og erfðabreytinga er skoðuð ofan í kjölinn og aðbúnaður dýra sömuleiðis. Nokkuð merkileg mynd sem gaman er að horfa á og bera saman við framþróun matvælaframleiðslu hér á Íslandi.

**FOOD MATTERS (2008)**

Frábær mynd um það hvernig við erum að eyðileggja góða heilsu með slæmu mataræði og hvað við getum gert til þess að bæta það. Rætt er við lækna, næringarfræðing og aðra sérfræðinga um lífrænan mat, næringarþerapíu og hráfæði svo dæmi séu tekin.

Sjónmælingar í Optical Studio

Tímamantanir í síma:

Optical Studio í Smáralind, 5288500

Optical Studio í Keflavík, 4213811

Optical Studio í Leifstöð, 4250500

Optical Studio
SMÁRALIND • LEIFSTÖÐ • KEFLAVÍK

MARTA JONSSON



Íslenskur hönnuður

NORÐURLJÓSA SÓLI

HÁGÆÐA SKÓR
100% ULL

STÍGUR EKKI Í BETRI SKÓ



Dömu
St. 36-41
29.995 kr.

Til í svörtu og ljósbrúnu



Barna
St. 28-35
24.995 kr.

Til í svörtu og ljósbrúnu



Herra
St. 41-46
32.995 kr.

Til í svörtu og ljósbrúnu



GERÐI MISHEPPNAÐAR TILRAUNIR TIL AÐ HÆTTA Í TÓNLIST

Tónlistarkonan Ólöf Arnalds sendir frá sér sína fjórðu plötu á mánudaginn. Hún hóf ung tónlistarnám og hefur ferðast um heiminn með tónlistina að vopni undanfarin ár en tók sér fri frá tónleikaferðalögum síðustu tvö ár til þess að finna jarðtengingu og hlúa að heimilinu.

Viktoría Hermannsdóttir
viktoriam@frettabladid.is

Ég hef einhvern veginn alltaf gert tónlist og spilað af því að ég get ekki að því gert," segir söngkonan Ólöf Arnalds sem sendir frá sér plötuna *Palme* á mánudaginn. Platan varð til á sex mánuðum. „Sem er frekar stutt miðað við mig, ég er yfir-

leitt lengur með plötur," segir hún er blaðamaður sest niður með henni í Mengi á Óðinsgötu, viðburðastað sem hún tók þátt í að stofna.

Spurð um plötuna segir Ólöf hana vera frábrugðna þeim fyrri að því leyti að nú hafi hún leyft öðrum að koma að sköpuninni með sér. Áður hafi hún haldið fastar um taumana. „Hún er svolítið ólík því sem ég hef gert áður að því leyti að hún

er pródúseraðri. Ég vann hana með Gunna Tynes sem var með mér í Múm og líka Skúla Sværissyni sem ég hef unnið með í mörg ár," segir hún, en sá síðarnefndi er einnig sambýlismaður hennar.

Stöðugt að semja

Eins og áður sagði tók hana sex mánuði að fullgera plötuna. „Sum lögin átti ég að vísu á lager. Ég er stöðugt að semja þannig að ég á yfirleitt eitthvað til. Oft eru það bara einhver brot sem ég síðan raða saman," segir hún og útskýrir nánar: „Ég er mjög oft komin langt með að semja lag í heild sinni í huganum áður en ég tek upp. Ég heyri það fyrir mér, kannski hef ég alltaf gert það þannig því ég átti svo erfitt með að læra á tölvur og upptökudót eða öfugt, ég lærði ekki á það af því ég á svo auðvelt með að gera þetta svona," segir hún.

„Stundum gleymi ég lögunum svo til strax en síðan koma þau upp aftur. Á vissan máta er það mælikvarði á það hvort það sé þess virði að gera eitthvað við lagið, að það hafi náð að geymast og ekki lent of neðarlega í skjalaskúfunni í huganum. Ef það hverfur ekki þá er það þess virði að taka það lengra," segir hún brosandí.

Kenndi sjálfri sér á gítar

Tónlistin hefur alltaf verið viðloðandi líf söngkonunnar, allt frá því hún var lítið barn. „Ég byrjaði í hefðbundnu klassísku námi þegar ég var 6 ára gömul.“

Fyrst lærði hún á fiðlu en skipti fljótlega yfir í söng. „Ég var nýkomin inn í tónlistarskólann þegar ég sá það að ég treysti mér ekki til að strjúka beinan boga í klukkutíma á dag til að laga tæknina. Ég var svo heppin að Rut Magnússon söngkona, sem var frábær kennari, var til í að taka mig inn sem nemandu hjá sér þannig að ég fékk að skipta eiginlega bara rétt eftir að ég byrjaði í Tónlistarskólanum í Reykjavík. Rut kenndi mér bæði mikið um ljóðlist og tónmál. Hún var mjög þolinmód og skilningsrík gagnvart því hvað ég átti erfitt með að lesa nótur," segir hún þakklát.

Ólöf segist alltaf hafa átt erfitt með að lesa nótur og fara hefðbundnar leiðir í tónlistinni. „Ég hafði samt mikla löngun og minn skilning á músík. Eg kenndi síðan sjálfri mér á gítar og það var svolítil uppreisn æru því að þá gat ég nálgast hljóðfæri á minn hátt. Ég gat notað minn skilning og mitt eyra til þess að læra," segir hún. Gítarinn hefur svo orðið það hljóðfæri sem hún notar hvað mest ásamt auðvitað röddinni í tónlistarsköpun sinni og túlkun.

Ólöf segir að það sé mikið af tónlistarfólki í fjölskyldu hennar. Hún á tvær systur sem einnig eru í tónlist og svo er tónlistarmaðurinn Ólafur Arnalds náfrændi hennar. Þó segir hún að það hafi aldrei verið nein pressa frá neinum öðrum en henni sjálfri að halda áfram í tónlistinni. „Ég átti erfitt með að sitja kyrr að æfa mig og einbeita mér

að náminu. Mamma og pabbi buðu mér oft að hætta í tónlistarnáminu en ég vildi það ekki. Einhvern veginn lafði ég inni í náminu," segir hún.

Vildi ekki eignast barnið á kínverskum veitingastað

Fyrsta hljómsveitin sem Ólöf spilaði í var unglingshljómsveitin Mósak sem hún stofnaði ásamt nokkrum vinum til þess að taka þátt í Músíktilraunum. „Það var unglingshljómsveit sem ég var í með Benna Hemm Hemm, Hönnu Ruth Ólafsdóttur og Guðrúnu Dalíu Salómons-dóttur. Við vorum öll í kleinu því við ætluðum að finna upp hjólið með hverri nótu. Það mátti ekkert vera sem hljómaði eins og neitt sem einhver hafði gert áður. Þetta var mjög artí," segir hún hlæjandi.

Þaðan lá leiðin í hljómsveitina Múm þar sem hún var ráðin inn sem hljóðfærarleikari og túraði með sveitinni um heiminn í um fimm ár. Fyrsta sólóplatan hennar kom svo út árið 2007. „Ég hætti í Múm um það leyti sem fyrsta platan kom út og varð svo ólétt fljótlega eftir það," segir hún. Ólöf ferðalist um heiminn og spilaði víða meðan hún var ólétt. „Ég held að ég hafi farið síðustu ferðina þegar ég var komin átta mánuði á leið. Ég var með gítarinn rúllandi á bumbunni eins og plánetu við plánetu," segir hún hlæjandi. „Benni Hemm Hemm kom með mér í það ferðalag ef ske kynni að ég færi af stað. Svo hugsaði ég með mér þegar ég ▶



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

Ég kenndi síðan sjálfri mér á gítar og það var svolítil uppreisn æru því að þá gat ég nálgast hljóðfæri á minn hátt.

► sat á einhverjum kínverskum veitingastað í Hollandi að mig langaði ekki að eignast barn á kínverskum veitingastað. Þá ákvað ég að draga í land og aðeins að róa mig niður," segir hún.

Tók sér frí frá ferðalögum

Árið 2009 sendi Ólöf frá sér plötuna Innundir skinni og Sudden Elevation kom út í fyrra. Undanfarin ár hefur hún verið mikið á tónleikaferðalögum. „Ég hef spilað í allri Evrópu, víða í Bandaríkjunum og í Ástralíu.“

Hún segir það venjast fljótt að vera svona mikið á ferðalögum og kannski sé það bara orðinn viss hluti af henni.

„Það er bæði auðvelt að vera á tónleikaferðalagi og líka erfitt. Það er sumpart þannig að ef maður er búinn að vera eins og ég frá því ég var 22 ára á stanslausum ferðalögum í það minnsta þriðja hluta ársins þá verður það alveg eins heimilislegt eins og að vera heima hjá sér. Maður aðlagast bara.“

Sonurinn Ari, sem er sex ára gamall, hefur þó ekki ferðast mikið með móður sinni. „Mér hefur fundist það vera frekar hans hagsmunir að vera heima og halda sinni rútinu með skólann og vinina. Ég deili forræðinu með barnsföður mínum og það hefur ræst ágætlega úr því. Hann er hjá þabba sínum þegar ég er að ferðast og svo er ég í mömmó þegar ég er heima. Ég passa alltaf upp á að hann sé númer eitt," segir hún. „Ég hef reyndar lítið ferðast undanfarin tvö ár. Ég tók mér smá frí frá ferðalögum til þess að jarðtengja mig og hlúa að heimilinu og svona. Hafa kjarnann í lagi," segir hún brosandi.

Allir fá borgað

Meðan Ólöf tók sér frí frá tónleikaferðalögum einbeitti hún sér að því að semja tónlist en hún hefur einnig tekið þátt í að setja á laggirnar Mengi þar sem fara fram tónleikar og ýmsir menningarviðburðir. Skapandi vettvangur, meðal annars fyrir tónlistarfólk til þess að halda tónleika. „Þetta er búið að vera mjög spennandi og það er margt í gangi hérna. Hér fá líka allir tónlistarmenn sem koma fram borgað. Það hefur færst svo í aukana að tónlistarfólk sé að spila og fá borgað með hamborgara og bjór. Í Mengi fá allir sem koma fram borgað. Það kostar alltaf inn og ég held að það sé betra fyrir alla.“

Uppreisn gegn sjálfri sér

Ólöf segist vera sátt við líf sitt í dag en segist vissulega hafa gert tilraunir til þess að hætta í tónlist í gegnum tíðina. „Allar tilraunir mínar til að hætta í músík hafa verið misheppnaðar. Ég hef reynt að snúa mér að öðru margoft. Kannski bara í einhverri uppreisn gegn sjálfri sér. Mig langaði til dæmis að læra málvísindi. En tónlistin hefur einhvern veginn alltaf snarað mig aftur," segir hún. „Ég er mjög þakklát. Mér finnst það mikil forréttindi að geta starfað við það sem ég er með ástríðu fyrir.“

Myndaalbúmið



Með Klóru systur og Ingibjörgu Elsu eftir tónleika. Á þakkargjörðardaginn í Ameríku. Með Ara syni sínum eftir Evróputúr.

COMMA-FASHION.COM

comma,

HÖFUM OPNAÐ Í SMÁRALIND

Kvenlegt, fágað, fallett og töff - Eitthvað sérstakt í hverri comma flík fyrir það sérstæða í hverri konu.



FATASKÁPURINN GAMAN AÐ GEFA NOTUÐU NÝTT LÍF

Buríður Kr. Kristleifsdóttir, 24 ára, eða Þura Stína eins og hún er alltaf kölluð, býr í Þingholtunum og er rekstrarstjóri Dolly í Hafnarstræti ásamt því að vera nemandi í grafískri hönnun við Listaháskóla Íslands.

Ég reyni að kaupa flest öll fötin mín erlendis því það er svo rosalega dýrt hérna heima, því miður. Reyndar er ég mjög dugleg að kaupa íslenska hönnun og kaupi mikið notaðar flíkur, en mér finnst rosalega gaman að blanda þeim við nýtt og gefa þeim nýtt líf.



1 Svört slá Þessi er mér mjög hjartkær. Vinur minn gaf mér hana og hún er æðisleg til að poppa upp venjulegan bol eða outfit. Ég hef líka týnt henni margt en alltaf fundið hana aftur á ólýsanlegum stöðum. Einu sinni var hún týnd í heilt ár en alltaf hefur hún ratað til mín aftur.

2 Rauð taska Þessa tösku nota ég nánast á hverjum einasta degi. Hún er nógu stór til að geyma allt það helsta í skólann, sundið eða ræktina. Mamma gaf mér þessa en hún ferðast mikið og finnur því oft svona gersemur fyrir mig erlendis.



4

Jakki Þessa kápu keypti ég í grenjandi rigningu í Spútnik á Laugaveginum. Ég var læst úti og illa klædd og varð því að finna eitthvað. Ég hef átt hana í mörg ár og þykir alltaf jafn vænt um hana. Hún er vintage og mjög vel með farin.

3

Kimono Elska sniðin á kimono-um og nota þetta mikið. Ég hef það oftast bara laust en stundum set ég þunnt band utan um það og breyti sniðinu örlítið. Þetta kostaði mig ekki mikið en ég fékk það í Forever 21 í Boston.

5



Skór Hef alltaf keypt allt of mikið af skóm og nota dagsdaglega hæla eða góða strigaskó, en sérstaklega á íslenskum haustdögum dr. martens. Þessir eru með þeim nýjustu sem ég fékk á útsölu í TopShop í sumar. Ég keypti alltaf allt of mikið af ódýrum skóm en það er miklu betra að reyna að kaupa færri og aðeins dýrari. Þeir endast mun lengur.

5000 KR BRJÁLÆÐI

FÖSTUDAG OG LAUGARDAG



Mussur áður 14.990
nú 5.000 kr.
Stærðir 42-48

Kjolar áður 12.990
nú 5.000 kr.
Stærðir m-xl



Peysur margar gerðir
á 5.000 kr.

Kjolar áður 14.990
nú 5.000 kr.
Stærðir m-xxl



Laugaveg 54,
sími: 552 5201

Sjá fleiri myndir á



TÍU SPURNINGAR

HÉLT ALLTAF AÐ HÚN VÆRI ÆTTLEIDD

María Gréta Einarsdóttir, verkefnastjóri hjá NTC.

- 1. Þegar ég var ung hélt ég að** ég væri ættleidd. Ég leitaði ósjaldan að ættleiðingarpappírnum sem ég ætlaði svo að nota á mjög dramatískan hátt til að ljósra upp um foreldra mína og leita að mínum blóðforeldrum.
- 2. Núna veit ég þó** að ég er svo sannarlega dóttir foreldra minna og systir systra minna.
- 3. Ég mun eflaust aldrei skilja** hvernig gamla dagmamman mín fékk mig til að borða slátur einu sinni í viku. Ég hef ekki beðið þess bætur.
- 4. Ég hef engan sérstakan áhuga á** næturlífinu lengur. Ég hætti að drekka fyrir tæplega ári og veit ekkert betra en að eyða helgunum í faðmi fjölskyldunnar.
- 5. Karlmenn eru** æði!!
- 6. Ég hef lært að maður á** alls ekki að... dæma fólk. Það eru tvær hliðar á öllum málum.
- 7. Ég fæ samviskubit þegar ég** hugsa stundum til baka um hitt og þetta sem ég hefði átt að gera eða taka öðru vísi á. Ég er samt fljót að minna mig á að það sem skiptir mestu máli er hvernig manneskja ég er í dag og allt sem á undan er gengið hefur mótað mig og kennt mér ýmislegt.
- 8. Ég slekk á sjónvarpinu þegar** ég er ein heima. Þá finnst mér rosa notalegt að glugga í tískublöð og drekka kaffi í rólegheitum.
- 9. Um þessar mundir er ég upptekin af** vinnunni og fullt af skemmtilegum verkefnum þar. Við hjá NTC erum á fullu við að undirbúa vefverslun okkar sem er sérstaklega skemmtilegt verkefni. Einnig er ég mjög upptekin við að koma Oliver syni mínum fyrir á Íslandi þar sem við erum tiltölulega nýflutt heim eftir átta ára búsetu í London.
- 10. Ég vildi óska að fleiri vissu af** Pocket Coffee. Vala Björk vinkona mín kynnti mig fyrir þessu og ég verð að segja að þetta er algjör snilldarvara. Espresso-skot inni í munnbita af dökku súkkulaði.



AUGLÝSING: ICEPHARMA KYNNIR

BURT'S BEES 30 ÁRA

Viltu vinna ferð fyrir tvo til Evrópu með WOW air? Það eina sem þarf að gera er að skila inn kvittun fyrir kaupum á Burt's Bees vöru, taka af sér mynd með vöruna og setja á Instagram.

Í ár eru þrjátíu ár síðan snyrtivörumerkið Burt's Bees var stofnað. Af því tilefni ætlar Burt's Bees á Íslandi að efna til skemmtilegs leiks og gefa einum heppnum viðskiptavini flugfar til Evrópu með WOW air fyrir tvo. Upphaf sögunnar á bak við Burt's Bees-vörurnar má rekja allt til ársins 1984 þegar býflugnabóndinn Burt Shavitz tók listakonuna Roxanne Quimbe upp í bíl sinn þegar hún var að húkka sér far heim til sín. Þeim kom vel saman og urðu vinir. Hún fékk áhuga á hunangsflugunum sem Burt ræktaði og fór að framleiða kerti úr afgangsvaxi frá honum.

Þú mátt í alvöru borða varasalvann!

Árið 1991 byrjuðu þau að framleiða varasalva úr hunanginu eftir aldagamalli uppskrift. Varasalvinn sló í gegn og varð vinsælasta varan þeirra og hefur verið það allt til dagsins í dag. Varasalvar, gloss og varalitir frá Burt's Bees eru hundrað prósent náttúrulegir þannig

Burt's Bees-varasalvinn er vinsælasta vara fyrirtækisins og hefur verið það frá upphafi. Hann gefur vörunum næringu og raka og er unninn úr hundrað prósent náttúrulegum efnum. Varasalvinn er hlaðinn kókos- og sólblómaolíu, ríkur af vítamínum og nauðsynlegum fitusýrum sem næra, vernda og mýkja varirnar. Býflugnavaxið heldur vörunum rökum og gljáandi.



Fótakremið frá Burt's Bees er nærandi og hressandi fyrir þurra og þreytta fætur. Þeir verða mýkri en nokkurn tíma áður - á náttúrulegan hátt.

Handáburðurinn frá Burt's Bees er vinnandi höndum kærkomin hjálp. Hann er gerður úr sætri möndluolíu og E-vítamíni til að mýkja þurra húð og býflugnavaxi til að verja hendurnar fyrir utanaðkomandi efnum. Þar sem lyktin af handáburðinum er svo sæt er hún góð áminning um að bera áburðinn á hendurnar til að veita húðinni þá næringu og vernd sem hún þarfnast.



að í raun má borða þá án þess að bera skaða af. Þeir eru gerðir úr hunangi og olíum og ef það er litur í þeim er hann einungis unninn úr blómum. Því er ekki verið að setja nein aukaefni á varirnar.

Hollywood-stjörnurnar elska líka Burt's Bees

Keðjan þeirra Burts og Roxanne óx hratt og starfar nú um allan heim. Burt er milljarðamæringur en býr enn í sama kofanum úti í skógi í Maine með hundinum sínum og hunangsflugunum. Saga Burt's Bees er saga um farsælt fyrirtæki sem ber virðingu fyrir náttúrunni og hag umhverfisins fyrir brjósti. Af þessum ástæðum og fleirum nota þekktir förðunarfræðingar eins og Katey Denno Burt's þegar hún farðar stjórnur eins og Amöndu Seyfried, Christy Turlington og Oliviu Dunn.

Nánari upplýsingar um Burt's Bees má finna á Facebook.



PATTRA SRIYANONGE

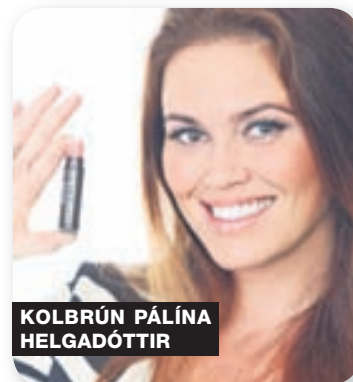


SVEPPI

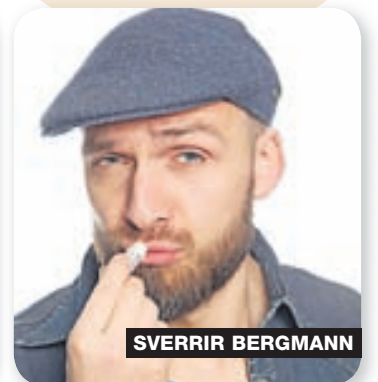


FRÍÐRIK DÓR

Þessi eru öll sjúk í varasalvana frá Burt's Bees enda eru þeir 100% náttúrulegir – algjörlega án allra aukaefna. Fólk er almennt orðið meðvitaðra um hvaða snyrtivörur það notar og setur á líkama sinn. Flestir eru komnir með nóg af því að maka á sig fullt af aukaefnum og því sniðugt að nota varasalvana, glossin og varalitina frá Burt's Bees því þeir eru gerðir úr hunangi og olíum og litirnir í þeim eru unnir úr blómum.



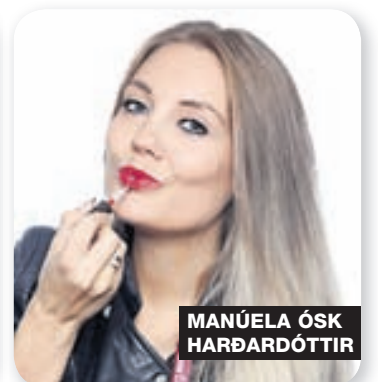
KOLBRÚN PÁLÍNA HELGADÓTTIR



SVERRIR BERGMANN



AUÐUNN BLÖNDAL



MANÚELA ÓSK HARÐARDÓTTIR

AFMÆLISLEIKURINN

Það sem þarf að gera til þess að geta unnið sér inn flugmiða til Evrópu með WOW air fyrir tvo:

1. Kaupa vöru frá Burt's Bees að eigin vali og skila inn kvittun fyrir kaupunum með nafni, símanúmeri og netfangi í Burt's-kassa á eftirfarandi sölustöðum:

- Verslunum Lyfja og heilsu í Kringlu, Austurveri og JL-húsinu.
- Lyfju á Smáratorgi, Smáralind, Lág múla, Laugavegi og í Keflavík.
- Lyfjaveri á Suðurlandsbraut.

2. Setja mynd af sér með vörunum á Instagram og merkja hana #minnburt. Sá heppni verður svo dreginn út í næstu viku. Ef fólk á nú þegar vörur frá Burt's Bees þá má það endilega smella mynd af sér ásamt vörunum og setja á Instagram með merkingunni #minnburt og þá getur það átt von á að vinna glæsilega gjafakörfu frá Burt's Bees. Leikurinn stendur yfir fram á næstkomandi sunnudag, 28. september.



AUGLÝSING: COMMA KYNNIR

HEILLUÐ AF COMMA

Sjónvarpskonan Friðrika Hjördís Geirsdóttir, betur þekkt sem Rikka, var á heimavelli í glæsilegri verslun þýska tiskurisans Comma í Smáralind þar sem stíllinn er kvenlegur, klassíkur, elegant og á góðu verði.

„Stíllinn í Comma er klassískur og kvenlegur og alltaf tímalaus og elegant burtséð frá nýjustu tiskustráumum. Ég þæli frekar lítið í tiskunni en langar að vera klassísk í klæðaburði og þess vegna höfðar margt til mín sem fæst í Comma,“ segir Rikka sem fór í búðarráp í nýrri verslun þýska tiskurisans Comma í Smáralind.

„Ég hafði ekki fyrirfram gert mér í hugarlund hvernig upplifun það væri að kaupa sér fót í Comma en þar var yndislegt andrúmsloft og stimamjúkt starfsfólk sem stjarnaði við mig og veitti frábæra þjónustu. Það þekkir vörurnar greinilega vel og maður fær heiðarlega ráðgjöf um fataval, snið og litasamsetningar sem klæða mann hvað best.“

Rikka segir allar konur geta fundið sér falleg klæði við hæfi í Comma.

„Ég var hrifin af því hversu ríkulegt úrval er af flottum grunnfötum sem hægt er að nota dags daglega og þúsla endalaust saman við til að skapa nýtt útlit. Það finnst mér hrífandi því maður er oft og iðulega í vandræðum með að finna hversdagslegar en jafnframt flottar fatasamsetningar.“

Í Comma fæst einnig litríkt úrval af ekta dúnúlpum og dúnvestum sem kölluðu á Rikku.

„Úlpurnar voru ótrúlega vandaðar og flottar og einnig dýrindis sjöl sem gott er að henda yfir sig í haustkuldinum. Það var líka gaman að finna gæðin í fatnaði Comma því ég er kröfuhörð á efni og góðan saumskap,“ segir Rikka sem fann sér margt fallegt til að klæðast í Comma.

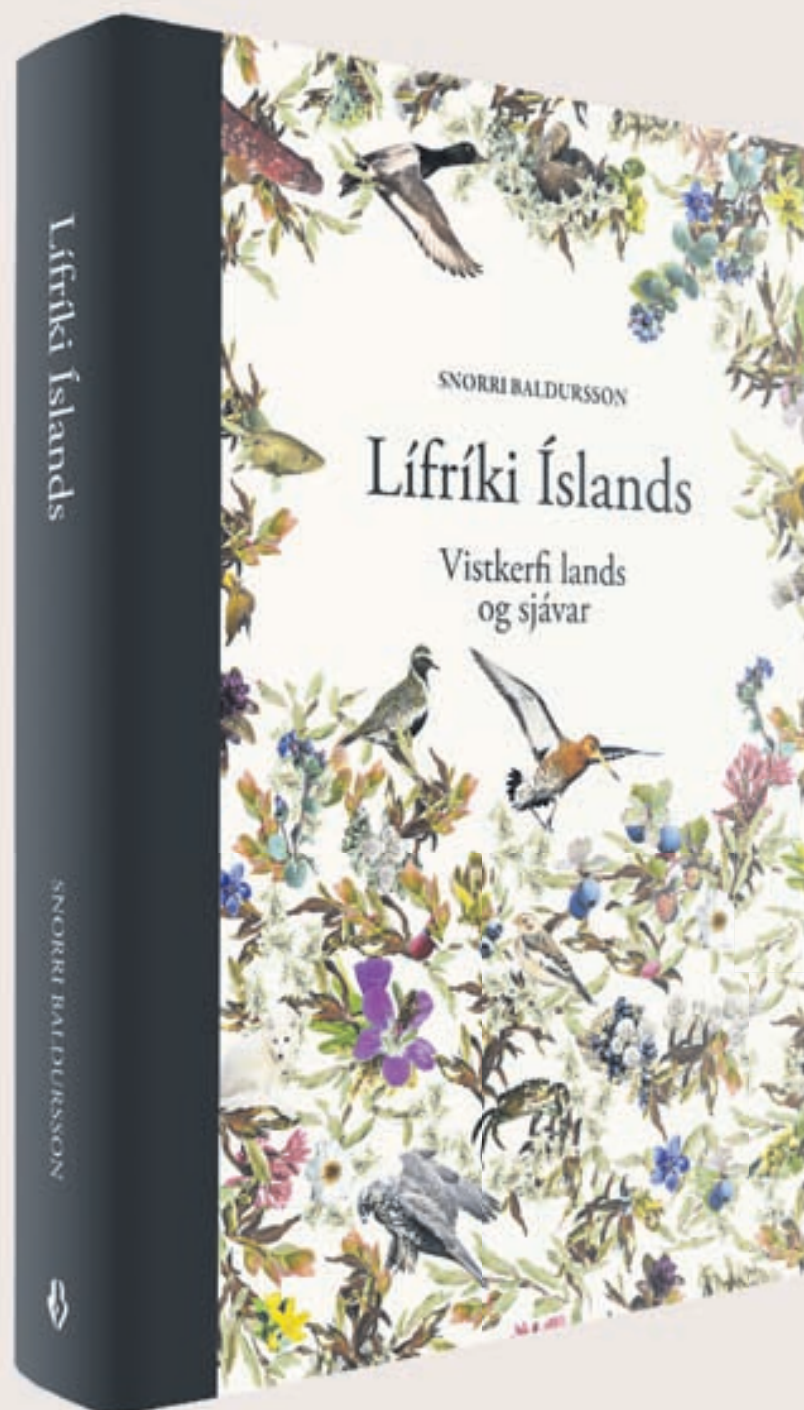
„Comma á heillandi fatnað á góðu verði fyrir konur á öllum aldri því allar þurfum við fót til skiptanna. Þar er ótal margt freistandi fyrir minn aldur en einnig yngri og eldri konur. Þá er augljóst að fötin í Comma renna út eins og heitar lummur og maður þarf að vera snöggur til að ná sér í það nýjasta. Á sama tíma er sífellt bætt við nýjum og flottum vörum og því úr nógu af undurfögum klæðnaði að velja.“



Rikka hafði úr nógu að velja í glæsilegri verslun Comma í Smáralind.
MYNDIR/STEFÁN



LÍFRÍKI ÍSLANDS



Kynningarverð
13.990 kr.

Glæsilegt yfirlitsrit sem veitir almenningi lífandi yfirsýn yfir fjölbreytt og magnað lífríki Íslands.

Fjallað er um allar helstu tegundir gróðurs og dýralífs á og við Ísland, frá hinu smæsta til hins stærsta.



BÓKABÚÐ
MÁLS & MENNINGAR
LAUGAVEGI 18

Opið alla daga til kl. 22.00
facebook.com/malogmenning

Tilboð gildir til og með 29. sept 2014

TÍSKA LITRÍKAR GÖTUR MÍLANÓ-BORGAR

Tískuvikan í Mílanó er nýafstaðin en þar nutu gestir síðsumarsins í ítölsku borginni með því að sjá meðal annars Dolce&Gabbana og Prada sýna sumar-tísku næsta árs. Það var greinilegt á götutískunni að haustgráminn hefur ekki náð suður á bóginn en ef gestir klæddust ekki litum frá toppi til tóttu voru fylgihlutir á borð við töskur eða skartgrip notaðir til að lífga upp á svartan klæðnaðinn.



SMART KJÓLL OG FYLGIHLUTIRNIR EKKI SÍÐRI.



ÞESSI STÚLKA VAR EKKI HRÆDD VIÐ LITINA.



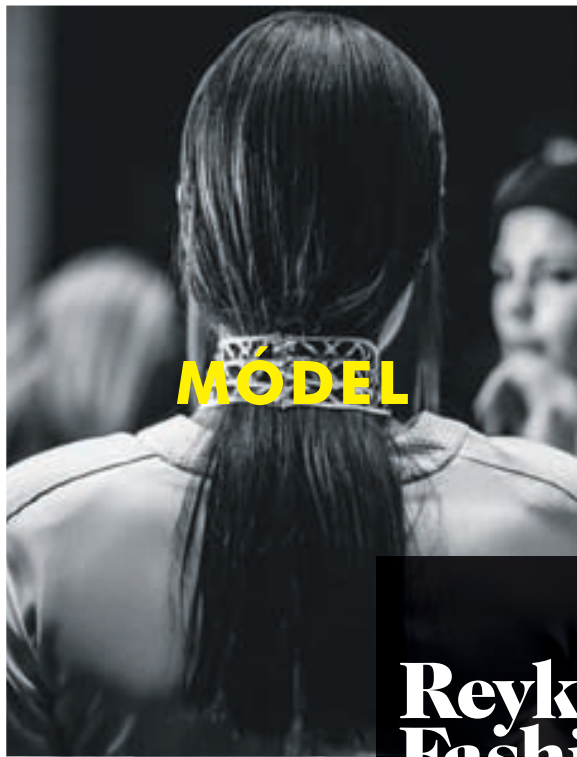
RAUTT OG SVART.



ÞESSI VAR KLÆDD Í PRADA FRÁ TOPPI TIL TÁAR.



FYLGIHUTIR MOSCHINO INNBLÁSNIR AF SKYNDI-BITAUMBÚÐUM HAFA SLEGID Í GEGN MEÐAL TÍSKUUNN-ENDA. ÞETTA ER TASKA.



MÓDEL



STÍLISTA

Reykjavík Fashion Academy



LJÓSMYND



MAKE UP

www.rfa.is

Skráning á námskeið stendur yfir



FALLEGA BLÁAR BUXUR MEÐ VIÐUM SKÁLUM.



GUL TASKA OG ÓVENJULEGUR HRINGUR SETJA SVIP Á HEILDINA.



ÞVÍ MINNI ÞVÍ BETRI.

FALLEGUR KJÓLL SEM FER VEL VIÐ HVÍTA SKÓNA.

HÁIR OG ÖÐRUVÍSI HÆLAR.



Grand Prix
með viðarfótum - nýjung!
kr. 79.800,-



Dropinn
kr. 44.600,-



Sjöan, frambólstrað leður
Tilboðsverð 98.800.-
Fullt verð 183.000.-

REPUBLIC OF **Fritz Hansen**® Hönnun: Arne Jacobsen

3 sérfræðingar
verða hjá okkur núna um helgina,
fimmtudag, föstudag og laugardag
25. – 27. september

Heimsókn
frá eftirtöldum fyrirtækjum

Skeifan 6 / 5687733 / epal@epal.is / www.epal.is



Montana
Hönnun: Peter Lassen

Tilboðseiningar frá
Montana á góðu verði!

15%
afsláttur af pöntunum

Y stóll, tilboðsverð 119.800.-
Verð áður 150.000.-

Hönnun: Hans Wegner



 Carl Hansen & Søn

20%

afsláttur af öllum
borðstofuborðum frá
Carl Hansen & Søn

facebook



Elle Decoration
facebook.com/
ELLEDecoration

Tímaritið Elle Decorations er un-
endum hönnunar vel þekkt. Tímarit-
ið heldur úti í öflugri Facebook-síðu
þar sem hægt er að fá dagleg-
ar fréttir um það nýjasta í hönn-
un hverju sinni. Allt frá spennandi
arkitektúr að skemmtilegum leiðum
til að flikka upp á heimilið.

Instagram



Sofis Mode
instagram.com/sofismode

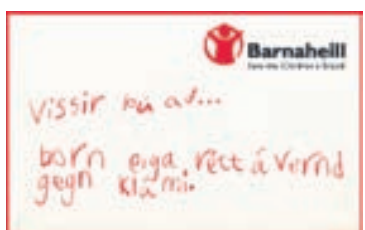
Langi þig til að fylgjast með bak-
við tjöldin hjá einu vinsælasta tísku-
riti Svía, þá skaltu fylgjast með
Sofis Mode á Instagram. Ritíð er
fylgikálfur dagblaðsins Aftonbladet
en þar vinna margir af frægustu
stílistum Svía. Ritinu er stjórnað
af Sofi Farhman sem hefur einnig
gert garðinn frægan sem rithöfund-
ur, raunveruleikabáttastjórnandi og
einkaþjálfari þar í landi.

Pinterest



Harpers Bazaar Shoes
pinterest.com/
harpersbazaar/shoes/

Hver hefur ekki gaman af því að
skoða það nýjasta í skótískunni og
láta sig dreyma um traðfylla skó-
skápa? Fáðu nýjustu sniðin og stíl-
ana beint í æð á Pinterest-reikningi
tímaritsins Harpers Bazaar sem er
tileinkaður skóm og öllu sem þeim
tengist.



BLOGGARINN VERÐANDI ÞRIGGJA BARNNA MÓÐIR Í LA

Cecilia Blankens
ceciliablankens.se

Hin sænska Cecilia Blankens hefur marga fjöruna sopið sem bloggari en hún byrjaði fyrir mörgum árum að deila hversdagi sínum með sænsku þjóðinni. Þá vakti hún athygli fyrir skemmtilegan fatastíl og sem hnyttinn penni. Nú er hún verðandi þriggja barna móðir búsett í Los Angeles ásamt eiginmanni sínum, sem framleiðir American Idol þar í landi. Hún byrjaði sem tískubloggari en er núna innblástur fyrir mæður þar sem hún er dugleg að skrifa um barnaföt. Cecilia er stóra systir hins fræga bloggara Elinar Kling. Blogg Cecilíu er skemmtileg afþreying og sett upp sem vefmiðill en ekki í hinu hefðbundna bloggformi.



KOLAPORTIÐ

Einstök stemning í 25 ár



Opið laugardaga
og sunnudaga
frá kl. 11-17