

25. JANÚAR 2013

# Lífið

SISSA SÝNIR HEIMILIÐ

FÖGUR HÁTÍSKA  
Í PARÍS

SIGRÚN LILJA  
KENNIR „TRIXIN“

## KONUR EIGA AÐ VERA KONUR ... Í ÖLLU SÍNU VELDI

LEIKKONAN ANÍTA BRIEM UM ALLT  
MILLI ÍSLANDS OG HOLLYWOOD

FRÉTTABLAÐIÐ



Lífið er á Vísí – [visir.is/lifid](http://visir.is/lifid)



## HVERJIR VORU HVAR?



Glæsileikinn var allsráðandi í gærkveldi þegar Bláa lónið fagnaði nýrri vöru í Öskju, náttúrufræðihúsi Háskóla Íslands. Gest-



listinn var ekki af verri endanum en þar mátti sjá **Ágústu Johnson** og Önnu Eiríksdóttur úr Hreyfingu, **Unni Birnu Vilhjálmstöddur** lögfræðing og Erlu dóttur henn-



ar. **Ragnheiður Guðfinna Guðnadóttir** lét einnig sjá sig sem og Anna Skúladóttir, sem situr í stjórn Bláa lónsins hf., og hin stórglæsilega Ása Brynjólfsdóttir, rannsókn- og þróunarstjóri.



# Lífið

### UMSJÓN

Elly Ármanns elly@365.is

Kolbrún Pálína Helgadóttir kolbrunp@365.is

Útgáfufélag 365 miðlar ehf.

Forsíðumynd Dean Paraskevopoulos

Auglýsingar Atli Bergmann atlib@365.is

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

# UPPLÝSINGAR SEM ER ERFITT AÐ META TIL FJÁR

Konur til athafna er nýtt námskeið þar sem metsöluhöfundurinn og framkvæmdastjóri Gyðju Collection, Sigrún Lilja Guðjónsdóttir, oftast kennd við Gyðju, kennir hagnýtar aðferðir í markaðssetningu, sölu og framleiðslu á vörum og þjónustu.

### Námskeiðið svar við fyrirspurnum

Markmiðið með námskeiðinu er að auka þekkingu og hæfni þátttakenda við að framleiða, selja og markaðssetja vörur sínar og þjónustu hvort sem viðskiptahugmyndirnar eru á algjöru frumstigi eða þegar byrjaðar í rekstri.

„Ég fæ orðið margar fyrirspurnum frá konum sem hafa hug á að hefja framleiðslu og sölu á vörum og óska eftir að fá aðstoð mína og ráðleggingar í þeim efnum. Ég setti því saman hnitmiðað helgarnámskeið þar sem ég mun fara vel yfir „trikkinn“ í framleiðslu, sölu og markaðssetningu og miðla minni reynslu sem ég hef fengið við uppbygginguna á Gyðju.“ Að auki mun Sigrún Lilja kenna persónulega markmiðasetningu, framkomu, fundarstjórn og leiðir til að byggja upp sjálfstraust en það telur hún nauðsynlegan þátt til að ná árangri.

### Með áralanga reynslu

Sigrún hefur langa reynslu af framleiðslu, allt frá því að hún starfaði í fjölskyldufyrirtækinu Tanna auglýs-

ingavörum og svo núna eftir að hún hóf rekstur sjálf. „Ég veit orðið sitt lítið af hverju um það hvernig best er að finna framleiðendur og eiga við þá góð samskipti svo að framleiðsluferlið gangi vel fyrir sig.

„Með námskeiðinu vil ég hjálpa konum að koma í veg fyrir að þær eyði nokkrum árum í að reka sig á eins og gengur og gerist í raunveruleikanum.“

### Strákarnir líka áhugasamir

Sigrún segir að það hefði hjálpað sér mikið á sínum tíma að fá allar þær upplýsingar sem hún ætlar nú að miðla til annarra á silfurfat.

„Þetta eru upplýsingar sem er erfitt að meta til fjár og ég geri mér grein fyrir því en mig langar að leggja mitt af mörkum við að virkja og aðstoða hugmyndaðar og sniðugar konur og koma þeim af stað.“

Eftir að Sigrún setti upp Facebook-síðu fyrir námskeiðið, facebook.com/konurtilathafna, fékk hún fjöldann allan af áskorunum frá herraöðnum sem langar til að koma á námskeiðið. „Ég hef því líka sett upp forskráningu á annað námskeið fyrir bæði kynin sem ég stefni á að halda á næstu mánuðum,“ segir Sigrún Lilja að lokum. Námskeiðið Konur til athafna fer fram helgina 9.-10. febrúar næstkomandi. Skráning og allar nánari upplýsingar fara fram á Facebook-síðu námskeiðsins, Konur til athafna.



Sigrún Lilja Guðjónsdóttir hefur sett saman hnitmiðað námskeið til að hjálpa konum með viðskiptahugmyndir við að koma sér af stað.

## HVER ER MAÐURINN? Þórey Eva undirbýr Reykjavík Fashion Festival

**Nafn** Þórey Eva Einarsdóttir.

**Aldur** 34 ára.

**Starf** Framkvæmdastjóri Reykjavík Fashion Festival.

**Maki** Gunnar Páll Ólafsson auglýsingaleikstjóri.

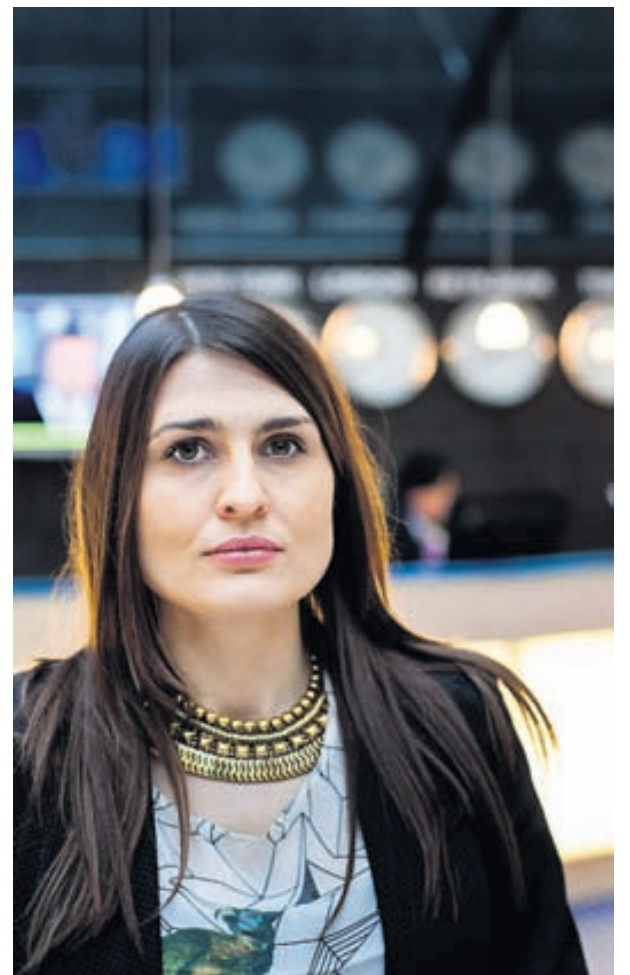
**Börn** Frumburðurinn á að mæta í byrjun júlí og Guðrún Katrín, 8 ára fósturdóttir mín.

**Áhugamál** Matur og vín, borgarferðir og bókalestur, mannrækt og jóga.

**Hvað stendur upp úr eftir vikuna?** Kærastinn dró mig í bíó á þriðjudegi á myndina hans Quentin Tarantino. Það verður nú að teljast til betri þriðjudagskvöldar á þessum vetrarmánuðum.

**Hvað á að gera um helgina?** Þessi helgi fer að mestum hluta í að vinna þar sem hluti af þýska hönnunarteyminu frá Atelier Kontrast (sem verður „show producer“ RFF í ár) er að koma í vinnuferð og byrja undirbúning. Marjan Venema, tengill hönnuðar á RFF, er búin að skipuleggja af sinni einskæru snilld heimsóknir til hönnuðar og þangað sem hátíðin verður haldin og „brainstorm“-fundir. Ef tími gefst þá væri dásamlegt að fara í jóga, sund og slappa af með fjölskyldunni.

**Eitthvað að lokum?** Vil nýta tækifærið og minna á að RFF verður með opnar prufur þriðjudaginn 29. janúar í Elite í Ármúla 21 milli 17.00-20.00 og eru þær opnar bæði strákum og stelpum sem eru yfir 175 cm og hafa brennandi áhuga á að taka þátt sem módel á Reykjavík Fashion Festival.



# LAUGARDAGSKAFFIÐ

MEÐ ATLA FANNARI OG HÁUK MORDINGJA

SVART OG SYKURLAUST  
KL. 15 - 17



# FALLEGIR LOÐKRARAR

## - NÝ SENDING -



**Kragi Þvottabjörn**  
VERÐ 22.900,-

**Kragi Þvottabjörn**  
VERÐ 13.900,-

**Eyrnaband Silfurrefur**  
VERÐ 14.900,-



**Kragi Svartur Þvottabjörn**  
VERÐ 12.900,-

**Trefill Ljósbrúnn Refur**  
VERÐ 12.900,-

**Trefill Þvottabjörn**  
VERÐ 9.900,-

**Trefill Silfurrefur**  
VERÐ 14.900,-



**Húfa Kanínuskinn**  
VERÐ 12.900,-

**Eyrnaband Kanínuskinn**  
VERÐ 4.500,-

**Húfa Svört**  
VERÐ 5.900,-

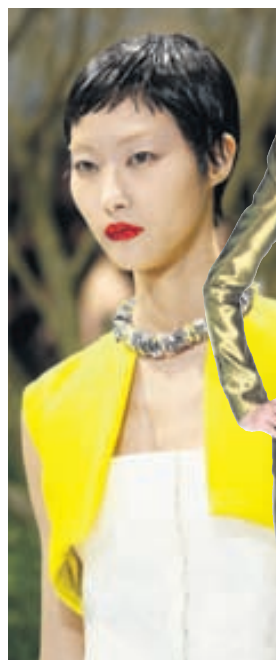
**Húfa kanínuskinn**  
VERÐ 3.900,-

**MYCONCEPTSTORE.IS**



# FÖGUR HÁTÍSKA Í PARÍS

Nú eru tískuvikurnar að fara af stað en tískuspekingar hafa haldið til í Parísarborg undanfarna viku til að berja hátísku sumarsins augum en hún einkenndist af íburðamiklum klæðum. - áþ



## CHRISTIAN DIOR

Meiri einfaldleiki var ríkjandi á hátískusýningu Christian Dior nú en fyrri ár og greinilegt að nýi hönnuðurinn Raf Simons hefur tekið til hendinni. Fallegir kjólar, buxnadráttir og litapallettan grátt, gult og hvítt.



## ATELIER VERSACE

Gull, silfur og gult mátti sjá í hátískulínu glamúrmerkisins Versace. Buxnadráttir úr gylltu efni, stuttir þröngir kjólar og gegnsæ efni í síðkjólum.



## CHANEL

Karl Lagerfeld sló ekkert af er hann hannaði hátískulínu Chanel í ár. Rómantik-in sveif yfir vötnum og var svart og hvítt áberandi að vanda.



## STUÐNINGSYFIRLÝSING LAGERFELDS

Það hefur oft verið venja að hönnuðir loki sýningum sínum með íburðamiklum brúðarkjólum. Karl Lagerfeld gerði betur á hátískusýningu Chanel er hann lét tvær fyrirsætur í brúðarkjólum leiðast eftir tískupallinum við fögnuð áhorfenda. Athæfið er talið vera stuðningsyfirlýsing Lagerfeld við hjónabönd samkynhneigðra sem er verið að kljást um í franska þinginu þessa dagana. Með fyrirsætunum var svo hinn fjögurra ára gamli Hudson Kroenig sem er sjóuð fyrirsæta en hann hefur fjórum sinnum tekið þátt í tískusýningu Chanel.



## SISSA SÝNIR HEIMILIÐ



Hún býr í fallegu húsi í miðbæ Reykjavíkur fullu af fallegum ljósmyndum. Í næsta þætti af Heimsókn, sem sýndur er í opinni dagskrá á morgun, laugardag, strax að loknum fréttum, bankar Sindri upp á hjá Sissu ljósmyndara sem geymir fallegustu fjölskyldumyndirnar á óvenjulegum stað.



Falleg stofa.



Einn af fjölskyldumeðlimunum.



Ljósmyndir spila stórt hlutverk á heimili Sissu.

## VIRK EFNI ÚR LÓNINU

Blue Lagoon setur nú á markað nýtt þörungakrem, Nourishing Rich Cream, nærandi krem sem hentar vel við íslenskar aðstæður.

Blue Lagoon-þörungur, sem þekktir eru fyrir virkni gegn öldrun húðarinnar, eru lykilinnihaldsefni nýja andlitskreamsins. Blue Lagoon-þörungamaskinn, sem settur var á markað í fyrra, sló í gegn á meðal íslenskra kvenna og nýja þörungakremið er spennandi viðbót við Blue Lagoon-vörulínuna sem byggir á virkum efnum Bláa lónsins, kísil, steinefnum og þörungum.

Nýja þörungakremið er 24 stunda krem og hentar því bæði sem dag- og næturkrem. Kremið veitir jafna og fallega áferð og hentar því vel undir farða auk þess sem það dregur fram ljóma húðarinnar.



## Áriðandi tilkynning! D vítamín birgðir Íslendinga eru í lágmarki nú í skammdeginu

**DLUX1000** er byltingarkennt D-vítamín í munnúðaformi

Tryggir hámarksnýtingu!

### Af hverju D Lux 1000?

- DLUX 1000 er olíublandað og tryggir því betri nýtingu.
- Vítamínið fer beint út í blóðrás í stað þess að fara í gegnum meltingarveginn sem tryggir hraðari upptöku.

### BetterYou™

- Skammtakerfi sem skammtar 1000IU í hverjum úða.
- Í hverju glasi eru 100 úðar um 3ja mánaða skammtur.
- Hentar grænmetisætum

**3**  
mánaða  
skammtur



**D vítamín til daglegra nota**  
Hentar öllum aldri  
Náttúrulegt piparmyntubragð





ÓLAFUR  
DARRI  
ÓLAFSSON

MARÍA  
BIRTA

„Virkelega töff mynd með viðeigandi  
boðskap fyrir okkur Íslendinga, 4 stjörnur“  
- Frosti á X-inu“

„Mögnuð rússibanareið. Ég mæli  
eindregið með að allir fari á XL.“  
- Johannes Kr Kristjansson, Kastljós

KOMIN

Í BIÓ



KYRKMYND EFTIR

MARTEIN  
THORSSON





MYND/CONSTANTINE PARASKEVOPOULOS

# LIFI SPENNANDI OG GÓÐU LÍFI

**Leikkonan Aníta Briem og eiginmaður hennar, Constantine Paraskevopoulos, voru að ljúka við sína fyrstu kvikmynd saman þar sem þau leika bæði og hann leikstýrði. Jafnframt er myndin sú fyrsta sem fyrirtæki þeirra hjóna framleiðir. Lífið spjallaði við Anítu um allt milli Íslands og Hollywood.**

Leikkonan Aníta Briem og eiginmaður hennar Constantine voru að ljúka við sína fyrstu kvikmynd saman þar sem þau leika bæði og hann leikstýrði. Jafnframt er myndin sú fyrsta sem fyrirtæki þeirra hjóna framleiðir. Lífið spjallaði við Anítu um allt milli Íslands og Hollywood.

Gleðilegt ár kæra Aníta. Þú eyddir hátíðunum á Íslandi með eiginmanni þínum og fjölskyldu. Hvernig upplifun var það? Við höfðum það alveg stórkostlegt takk, hjá mömmu á Mývatni.

Ég sakna hennar mikið svo við nutum þess í botn að vera saman í

fríði og kyrrð. Svo er ég svo heppin að eiga alveg yndislega afa og ömmur sem ég hafði þráð að eyða tíma með. Líf mitt og umhverfi er mjög krefjandi, bæði líkamlega og andlega, svo það er nauðsynlegt fyrir mig að komast í ró og fríð reglulega, þannig get ég séð hlutina frá öðru sjónarhorni.

Ertu von að koma til Íslands yfir jólin eða hafði þið haldið jólin erlendis líka? Við Constantine höfum haldið jól í Los Angeles síðan við giftum okkur. Það var meira að segja mamma sem hvatti til þess. Það vita örugglega margir að fyrstu

jólin sem hjón halda eru mjög falleg og sérstök, þegar hefðirnar eru í mótun og nýjar minningar að fæðast. Maður reynir að herma eftir foreldrum sínum og úr því verða svo alls konar slys sem breytast í hefðir.

Er mikill munur á jólnum hér og erlendis? Nú hef ég upplifað jól á Bretlandi og í Bandaríkjunum og mér finnst íslensku jólin búa yfir hátíðlegum blæ sem ég finn hvergi annars staðar. Ég átti til dæmis jól í Bretlandi með ástríðufullum rússneskum skáldum og málurum, ein jól á enskum pöbb yfir gin og tónik, ein jól föst alein í Los Angeles þar

Glæsileg á rauða dreglinum.



”

Ég hef staðið mig að því að vernda og fela kynpökkann og kvenleikann – en konur eiga að vera konur, í öllu sínu dásamlega veldi.



sem dagana fyrir jól var svo mikill bandarískur jólahávaði að ég flúði inn í kvikmyndahús alla daga.

Mér finnst einfaldlega ómissandi að búa til hinn stórhættulega adventukrans og kveikja á kerti hvern sunnudag í adventunni, hringja inn jólin klukkan sex, hlusta á messu, fara í einhvers konar síðkjól og hlusta á friðinn yfir jólaðli og rauðvinstári.

Okkar jól eru sem sagt með ósköp íslensku sniði – við ákváðum eiginlega að halda íslensk jól og svo gríska páska, en það heldur enginn páskahátíð eins og Grikkirnir!

#### Stórbrotið fólk breytir þér

Reglulega birtast okkur ánægjulegar fréttir af þér og þínum leiklistarsigrum. Viltu segja okkur hvað þú ert að takast á við einmitt núna og hvort það er eitthvað spennandi fram undan hjá þér?

Við Constantine vorum að gera okkar fyrstu bíómynd saman þar sem við leikum bæði, hann leikstýrði og er það jafnframt fyrsta myndin sem fyrirtækið okkar framleiðir. Þetta er gamanmynd með stórkostlegum leikurum á borð við Terrence Howard, Taye Diggs, Jennifer Morrison, Michael Bacall og fleirum.

Svo hef ég ráðið mig í bíómynd í vor en einnig er verið að þróa bíómynd sem var skrifuð sérstaklega fyrir mig en ég get ekki talað um það núna þar sem ég er hjátrúarfull og reyni að tala ekki um svona fyrr en gengið er frá öllum samningum og ég er á leiðinni á settið!

Þú hefur nú þegar unnið með nokkrum þekktum leikurum og leikstjórum. Er einhver í sérstöku uppáhaldi hjá þér? Míni helstu lærimeistarar eru Martin Landau, Alison Steadman, Gunnar Eyjólfsson og Shirley Knight. Það var einstök ánægja að vinna með Terrence Howard en hann er leikari sem er algjörlega lifandi með þér í hverju augnabliki. Taye Diggs er frábær. Svo hafði vinna mín með leikstjóranum Mike Figgis mikil áhrif á mig, þegar þú færð að vinna með svona stórbrotnu fólki lifir það alltaf í þér – og breytir þér.

#### Langar að hringlast meira í ástinni

Hvað er erfiðasta hlutverkið sem þú hefur leikið fram að þessu? Erfiðasta og sennilega það skemmtilegasta er Marina í Catalogue of Misunderstandings sem Mike Figgis leikstýrði í Þjóðleikhúsinu í London. Við vorum bara tveir leikarar í sýningunni og Mike ýtti mér mikið og sýndi mér hug sinn með tónlist, rytma, augnaráði, kenndi mér að treysta sjálfri mér og lifa hættulega á sviðinu.

Ertu stoltari af einhverju einu hlutverki en öðru? Þau eru tvö. Bella í Losing Louis – leikritið byrjaði á sviðinu í Hampstead-leikhúsinu en það var uppselt á allar sýningarnar og svo vorum við flutt á West End þar sem við sýndum í þessu virtasta leikhúshverfi heims í næstum ár. Leikritið er frábært og ég fékk að túlka unga stúlku í þrungnu og flóknu ástarsambandi, eitthvað sem ég vildi gjarnan gera meira af, hringlast í ástinni.

Hitt hlutverkið er Hanna í Journey to the Center of the Earth – ég naut þess virkilega að fá að túlka þessa heldur einkennilegu konu sem kannski passar ekki alveg inn í samfélagið og finnur svo ást og vináttu á ólíklegasta stað. Kvikmyndin í heild sinni var mikið og flókið ferli og mikil vinna í þeim hluta sem enginn sér og ég er bara stolt yfir að hafa skilað því öllu sómasamlega og á lífi.

#### Ómögulegt að plana barneignir

Áttu þér uppáhaldsleikara eða -leikstjóra sem þú myndir vilja

vinna með? Mesti heiður sem ég gæti hugsað mér væri að vinna með leikstjórunum P.T. Anderson og David Lynch. Mjög ólíkir leikstjórar en hafa báðir afar skýra sýn og tæknilega getu til að túlka hana.

Hvernig er það fyrir leikkonu sem er að vinna hörðum höndum að ferli sínum að plana framtíðina, eins og barneignir og annað? Ég hef mikið brotið heilann um hvernig maður planar barneignir á fullkominn og ábyrgðarfullan hátt og ég hef komist að þeirri niðurstöðu að það er ómögulegt! Ég hef ákveðið að hafa ekki svona miklar áhyggjur og

leyfa þessu bara að fljóta (eins og mamma segir alltaf)...

Sérðu móðurhlutverkið fyrir þér síðar? Já, það geri ég. Ég vissulega vona það. Ég tek engu sem sjálf-sögðum hlut.

Hvers saknar þú helst við Ísland? Að tilheyra hópi fólks. Fjölskyldu minnar.

#### Upplifir mikla grósku á Íslandi

Hvernig upplifir þú Ísland og íslenskt hugarfar eftir hrúnið? Íslenska þjóðin hefur staðið sig með eindæmum vel á erfiðum tímum. Fólk gerir sér kannski ekki grein ▶



Hjónin á björtum sumardeggi.

**aktív**  
PRÓTEINBITAR

## Haltu dampi

„Aktív próteinbitar eru handhæg næringarlausn til að hafa við höndina hvar og hvenær sem er, stútfullir af hágæða mysupróteini. Svo eru þeir bara svo hrikalega góðir!“

**nýtt!**

**Guðrún Lovísa Ólafsdóttir**  
hjúkrunarfræðingur, einkaþjálfari og íþróttfræðinemi.

**HÁGÆÐA PRÓTEIN**  
Aktív próteinbitar innihalda hágæða mysuprótein. Prótein er öllum nauðsynlegt en þó sérstaklega þeim sem hreyfa sig mikið og lifa virkum lífsstíl. Mysupróteinið í Aktív próteinbitum er framleitt af Davisco sem er leiðandi fyrirtæki í rannsóknum, framleiðslu og sölu á mysupróteini í heiminum.

**DÖKKT SÚKKULAÐI**  
Aktív próteinbitar eru húðaðir með Sírius Konsúm 56% súkkulaði. Dökkt súkkulaði er ríkt af andoxunarefnum sem m.a. eru talin geta haft hjartaverndandi áhrif.

**ENDURLOKANLEGIR POKAR**  
Aktív próteinbitar koma í endurlokanlegum pokum sem tryggja ferskleika vörunnar, henta einstaklega vel til að hafa við höndina og uppfylla þannig orkuþörf í erli dagsins.

Nói Sírius framleiðir Aktív próteinbita en fyrirtækið hefur í fleiri áratugi framleitt vörur sem hafa notið fádæma vinsælda á meðal Íslendinga enda eru bragðgæði ávallt höfð í forgrunni þegar fyrirtækið þrjár nýjar vörur.

**vertu aktív**





Anita reynir reglulega að klæðast íslenski hönnun á rauða dreglinum.

## Uppáhalds

**MATUR:** Allt sem maðurinn minn eldar fyrir mig, það er eins og að borða ást, steikin á Dantanas (frægum old school ítölskum veitingastað í Los Angeles), íslenskur fiskur og fiskisúpan hennar ömmu Hjördísar.

**DRYKKUR:** Ákavíti og íslenskur bjór er einn af mínum veikleikum, sérstaklega þegar mér er færður einn ískaldur í lónið.

**VEITINGASTAÐUR:** Sunset Towers og Dan Tana's hér í Los Angeles, og á Íslandi finnst mér, Við Tjörnina æði sem og Sjávarkjallarinn, Hamborgarabúllan og eins allir staðir sem selja íslenskar pylsur.

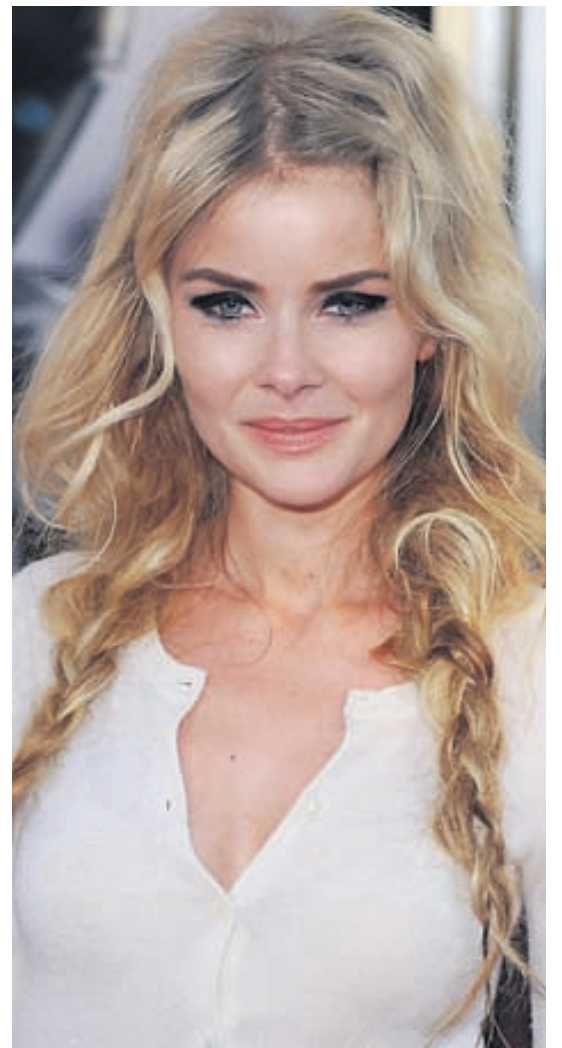
**HÖNNUÐUR:** Jenny Packham, Stella McCartney, Harpa Einarsdóttir og Gyðja.

**HEIMASÍDA:** bbc news, ted.com,

**TÍMARIT:** Aðallega Sunday New York Times, ég sit yfir því mestalla vikuna og ræðst í mismunandi section eftir skapi, Nýtt Líf þegar ég næ í það, Zoetrope blaðið All-Story svo einstöku sinnum Vogue.

**HREYFING:** Ég geri alltaf jógaæfingar með Guðjóni Bergmann. Á þær á dvd og hef hann alltaf með mér. Svo tek ég ólíkar syrpur eftir því hvernig persónur ég er að leika hverju sinni. Ég hef til dæmis stundað alls konar bardagalist þar sem ég hef þurft að taka að mér ólík áhættuatriði og slagsmálasenur. Núna síðast lék ég til dæmis mikinn vandræðagemling í gamanmynd og vildi því hafa mjúkar línur og ákvað því að fara í súludans og jóga í bland. Svo þurfti ég líka að vera ansi fáklædd í einni senu svo mig langaði að sjá hvað ég gæti ýtt kvenleikanum langt, vera opin, mjúk. Ég hef staðið mig að því að vernda og fela kynþokkann og kvenleikann – en konur eiga að vera konur, í öllu sínu dásamlega veldi.

**DEKUR:** Fyrst fæ ég blinda nuddarann minn heim. Hann er snillingur. Svo er það að kveikja á fullt af kertum og horfa á bíómynd í freyðibaði með smá romm í spariglas.



BOURJOIS síðan 1863

BOURJOIS  
PARIS

FOND DE TEINT  
BB  
CREAM

maquillage et soin en 1 seul geste

### BB kremfarði

1. Með 16 tíma ending á húð
2. Mýkir
3. Hnitmiðað hyljun
4. Dregur úr þreytu í húð
5. Fullkomin möttun
6. Langvarandi raki
7. Parabenfrír
8. Spf 20

L'ÉQUILIBRE  
PARFAIT !

Effet seconde peau lisse et unifiée instantanément

www.bourjois.com

► fyrir hversu vel. Ég var í Grikklandi í sumar og það var eiginlega ótrúlegt að upplifa það en þegar fólk heyrði að ég væri íslensk lýstist það upp og fór að spyrja mig spjörum úr um hvernig við hefðum farið að því að koma okkur upp úr þessu versta eins og við gerðum. Þau hafa öll verið að stúdera okkur í gegnum fréttir og heimildarmyndir og vilja feta í fótspor víkinganna sem báru höfuðið hátt og beittu sér svona vel á erfiðum tímum.

Það er alltaf auðvelt fyrir neikvæða hávaðann að yfirgnæfa það góða en þegar ég kem heim sé ég grósku í íslensku tónlistarfólki sem aldrei fyrr og leikhúsin okkar eru á heimsmeilivarða og ég er ótrúlega stolt af þeim anda sem einkennir íslensku þjóðina.

Er hark að vera Hollywood-leikona? Það er hark og það er dásamlegt. Stundum erfitt þegar það reynir á sjálfstraustið og allt sem þú stendur fyrir. En ég hef það gott og fæ að vinna við það sem ég elska og vera í kringum fólk sem kemur alls staðar að, eins og ég, til að fá að skapa sögur í þessu formi. Hollywood er eins og ein stór fjölskylda, kannski bara aðeins í brenglaðri kantinum, en fjölskylda samt.

### Stolt af mistökunum

Þú talaðir einhvern tímann um galla og grimmd Hollywood. Getur lífið jafnvel verið einmanalegt í þessari miklu glamúrborg? Eins og er ábyggilega til staðar í öllum iðnaði á heimsmeilivarða; Washington, Wall Street, Hollywood. Samkeppnin og áráttan er mikil og fólk segir og gerir hluti sem væru kannski ekki ásættanlegir í mannúðlegri samfélögum. Það hefur verið erfitt fyrir mig að venjast þessu og ég þarf virkilega að muna að fylgja hjartanu og vera fylgin þeirri manneskju sem ég vil vera. Ég gæti ekki sofið á nóttunni ef ég myndi beita mér eins og sumir hér, jafnvel ef það kæmi mér lengra. Ég er stolt af því hvernig ég beiti mér, jafnvel þegar ég geri mis-

tök því ég veit að ég mun læra og verða betri.

En einhverjir hljóta nú kostirnir að vera líka? Ég lifi spennandi, krefjandi og mjög góðu lífi, ég fékk að giftast draumaprinsinum sem kemur mér endalaust á óvart, elskar mig út af lífinu og myndi leggjast á lestarteina fyrir mig – og ég á bestu fjölskyldu sem hægt er að hugsa sér og hefur alltaf staðið við bakið á mér. Ég hef nú þegar fengið að vinna með goðsögnum sem hafa deilt með mér reynslu, ævinyrum og hæfileikum sínum og hjálpað mér að verða betri. Ég sat t.d. kvöldum saman með Martin Landau sem sagði mér sögur af Frank Sinatra og Jimmy Dean; var tætt í sundur og byggð aftur upp af Bill Gaskill, sem stofnaði Royal Court-leikhúsið í London með Sir Laurence Olivier, þegar hann kenndi mér í RADA; hef fengið minn fyrsta gítar og kennslu með frá Mike Figgis, sem vann til Óskarsverðlauna fyrir Leaving Las Vegas; hef upplifað furðulegustu Hollywood-partí; átt sérkennilegan og yndislegan dag með Woody Allen; fengið laugardagssímtöl frá yfirmanni Warner Brothers til að óska mér til hamingju eftir að ég fékk afburða glæsta dóma í grein Wall Street Journal; sungið fyrir The Wu Tang Clan; þetta er bara það sem mér dettur í hug í fljótu bragði... Það er því óhætt að segja að líf mitt sé aldrei leiðinlegt og ég er þakklát fyrir að hafa nú þegar fengið að upplifa svona ótrúlega hluti. Ég vona að ég fái að halda áfram og búa til nokkrar magnaðar kvikmyndir í mínu lífi.

### Eigum að standa saman

Þú hefur klæðst íslenski hönnun á rauða dreglinum. Leggur þú það í vana þinn eða er það bara tilfallandi? Íslenskir hönnuðir og listafólk-ið okkar almennt er afar hæfileikaríkt. Mér þykir vænt um að geta gert það sem ég get til þess að styrkja og styðja það. Við eigum að standa saman.



# Vetrar útsala Fjallakofans

hefst í dag

25. janúar til 5. febrúar

20-60%  
afsláttur  
af öllum vörum\*

Gríptu tækifærið og fáðu þér **Scarpa** gönguskó, **Smartwool** sokka, nærföt, vettlinga eða húfu, **Marmot** Gore-Tex fatnað, svefnpoka, bakpoka og margt fleira á þessari frábæru vetrarútsölu!

Vettlingar  
30%  
afsláttur

Dúnúlpur  
20-40%  
afsláttur

Ullarnærföt  
20-30%  
afsláttur

Scarpa skór  
20-50%  
afsláttur

Afgreiðslutímar um helgina:

föstud. 25. jan. kl. 10-18 í öllum verslunum

laugard. 26. jan. kl. 10-16 í öllum verslunum

sunnud. 27. jan. kl. 12-17 í Kringlunni 7

Marmot

ARCTERYX

SCARPA

Smartwool

PEZL

Black Diamond

SILVA

SEA TO SUMMIT

JETBOIL

Julbo

Við vinnum náið með leiðsögumönnum  
m.a.

arctic  
adventures

arctic  
RAFTING

GLACIER  
GUIDES

ARCTIC  
HELIX  
DANISH  
ICELAND

ÓLAFARÐIR

FJA

FJALLA  
KOFINN

\*Gildir ekki af GoPro, Goal-Zero og snjóflóðaylum



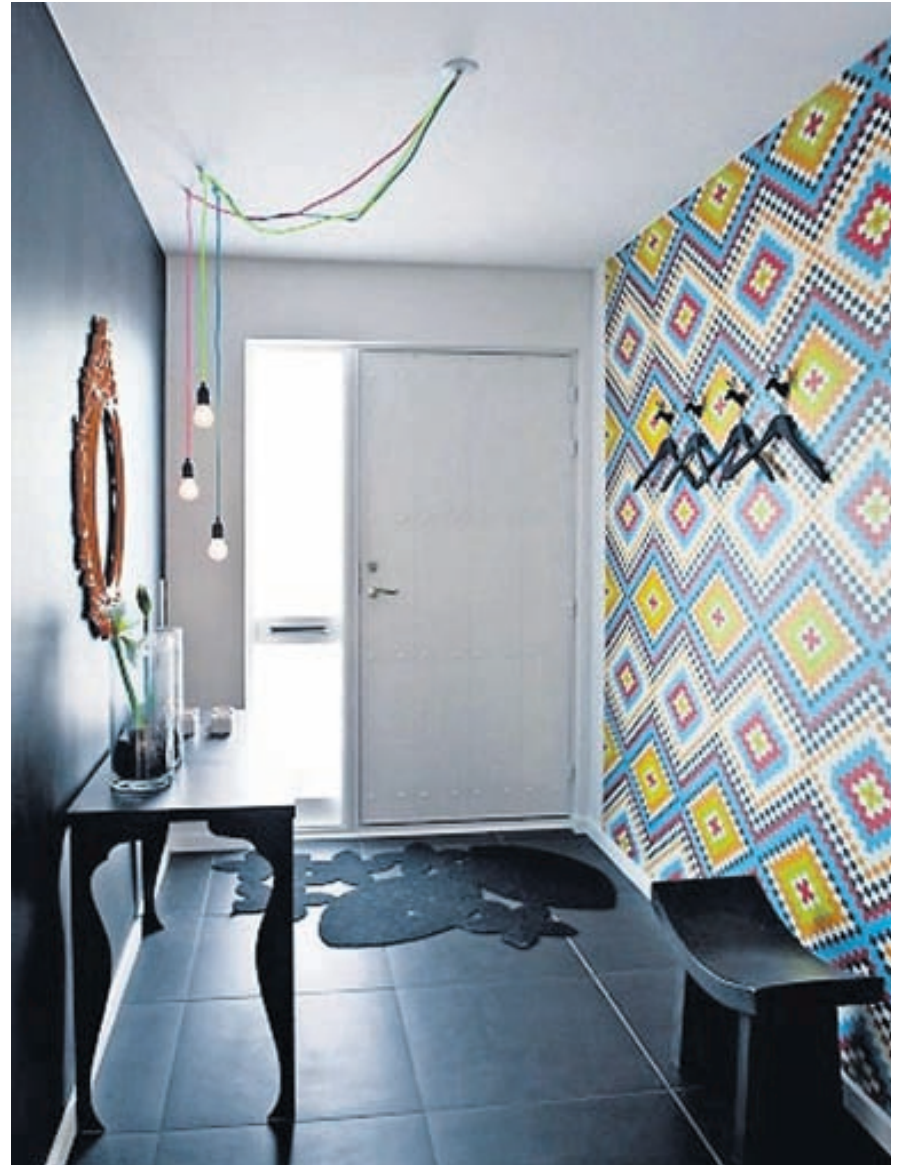
afgreiðslutíma má sjá á heimasíðu okkar

Kringlan 7 | Laugavegur 11 | Reykjavíkurvegur 64 | S: 510 9505 | fjallakofinn.is





Mottan undirstrikar rýmið.



Andstæður.

# GRAFÍK GETUR GERT MIKIÐ FYRIR HEIMILIÐ

Jafnvel þó að grafíkin hafi verið áberandi innanhúss undanfarin ár halda vinsældir hennar ótrútt áfram, sérstaklega í stílhreinum og einföldum rýmum. Má sjá mynstrin notuð á ýmsa vegu, allt frá feitletraðri grafík í mottum, plakötum, púðum og veggfóðri til skrautskriftar á húsgögnum.

Höfundur: Bríet Ósk Guðrúnardóttir, nemi í innanhússarkitektúr  
<http://brietosk.com/>

**„EFTIRMINNILEGASTA BLAKKÁT SEM ÉG HEF UPPLIFAÐ“**  
 DJÖFLÆVJAN

**„ÁHORFENDUR FÖGNUMU OG VAR ÆRIN ÁSTÆÐA TIL“**  
 FRÉTTABLAÐIÐ

**„Hló af mér allan dýrmæta nýja maskarann á Blakkát!“**  
 BJÖRK EIDSDÓTTIR ritstýra á Séd og heyr

**SÓTSVARTUR GAMANLEIKUR Í GAFLARALEIKHÚSINU**  
 Midasala í Gaflaraleikhúsinu 565-5900 / 691-3091 og á [midi.is](http://midi.is)  
 Midasala opin frá kl. 14-18 virka daga og frá kl. 14-20 syningardaga

# BLAKKÁT

Eftir: BJÖRK JAKOBSDÓTTUR Leikstjóri: EDDA BJÖRGVINDÓTTIR  
 Leikarar: BJÖRK JAKOBSDÓTTIR · HJÖRTUR JÓHANN JÓNSSON · MÁGNÚS GUÐMUNDSSON

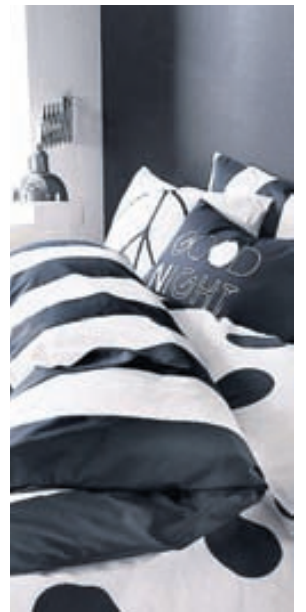
Leikhúsmatseðill á veitingahúsinu Tilverunni og 20% afsláttur í Blómabúðinni Burknanum í Hafnarfirði Konudagshelgina 23.-24. feb, Laugardagurinn 23. feb. kl 20:00 Sunnudagurinn 24. feb. kl 20:00 Fimmtudagurinn 28. feb. kl 20:00 Föstudagurinn 1. mars kl 20:00

Föstudagur 25. jan. - Uppselt  
 Föstudagur 1. feb. - Uppselt  
 Föstudagur 8. feb. - Uppselt  
 Fimmtudagur 14. feb. - Uppselt  
 Föstudagur 15. feb. - Uppselt

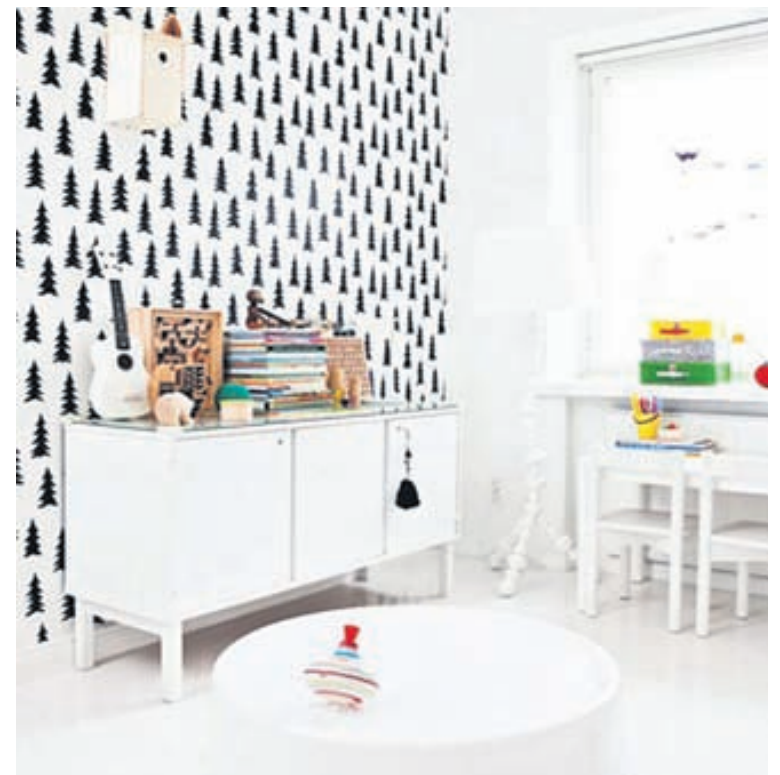
[midi.is](http://midi.is) finndu okkur á facebook



Leikið með málningu og mynstur.



Rendur og doppur hafa verið nokkuð áberandi að undanförunu.



Þetta fallega veggfóður er frá Fine Little Day.



STÖÐ 2 FÖSTUDAGSKVÖLD

# 20:10 MASTERCHEF ÍSLAND

Matreiðsla hefur aldrei verið jafn spennandi!



Vertu með Stöð 2, 4 aukastöðvar og Netfrelsi fyrir 265 krónur á dag

## FEBRÚAR BRAGÐAST ENN BETUR Á STÖÐ 2

Njóttu þess að vera með Stöð 2 í skammdeginu. Ferskir og góðir rammíslenskir þættir fyrir alla fjölskylduna! Vertu ekki of súr á þorranum. Vertu með Stöð 2.



NÝTTU ÞÉR **NETFRELSI**  
OG MISSTU EKKI AF NEINU!

Með Netfrelsi Stöðvar 2 getur þú séð upphalds þáttinn þinn í tölvunni, snjallsímanum eða spjaldtölvunni hvar og hvenær sem er.

STÖÐ 2 FÖSTUDAGSKVÖLD

# 19:45 TÝNDA KYNSLÓÐIN

Björn Bragi og Nilli gera allt vitlaust að vanda!



## TÝNDA KYNSLÓÐIN

MEÐ BIRNI BRAGA



STÖÐ 2 LAUGARDAGSKVÖLD

# 18:55 HEIMSÓKN

Fólk með frábæran smekk býður Sindra í heimsókn.

STÖÐ 2 SUNNUDAGSKVÖLD

# 19:50 SJÁLFSTÆTT FÓLK

Jón Ársæll Þórðarson hjálpar þér að kynna áhugaverðustu Íslendingunum betur.



STÖÐ 2





# Lífið

## Helgar- MATURINN



**Dagbjört Inga Hafliðadóttir, sem lauk nýverið þátttöku sinni í Masterchef, deilir hér með Lífinu einum af sínum uppáhaldsréttum sem hún segist iðulega fá mikið lof fyrir.**

**Taílenskt „fusion“ nautasalat (fyrir fjóra sem forréttur eða tvo sem léttur aðalréttur)**

„Væn“ sneið af fersku nautafillet  
1 rauður chili, smátt skorinn  
2 hvítlauksrif, söxuð  
2 cm engifer, rifinn  
1 msk. fiskisósa (taílensk „fish sauce“ fæst í flestum matvöru-  
búðum)  
3-4 msk. sojasósa  
1 msk. sesamolía  
Safi úr einu lime  
1 ts. sykri  
4-5 vorlaukar, þunnar sneiðar  
1 msk. olía (mild)  
Ein dós kirsjuberjatómatar  
Pakki kóríanderlauf  
Salatlauf

Gera marineringu: Blanda saman chili, hvítlauksrifum, engifer, fiskisósu, sojasósu, sesamolíu, safa af lime, sykri og helmingi af vorlaukunum. Setja nautakjöts-  
sneiðina í marineringuna.  
Hita pönnu á frekar háum hita. Setja olíuna út á. Kjötsneið-  
in sett á pönnuna og steikt í u.þ.b. 2 mínútur á annarri hlið-  
inni. Snúa kjötsneiðinni við og bæta við kirsjuberjatómötun-  
um og afganginum af marineringunni. Steikja í u.þ.b. 2 mínút-  
ur aftur. Pannan tekin af hita og kjötið sett í álpappír til að hvíla í u.þ.b. 2 mínútur. Kóríander og restin af vorlaukunum bætt við afganginn af marineringunni á pönnunni.  
Kjötið skorið í þunnar sneiðar og lagt yfir salatblöðin. Marineringu og öðru á pönnunni hellt yfir. Gott með léttu rauðvíni með litlu tanníni í, t.d. Beaujolais Nouveau. Bon appetit!



## GLEÐIN VERÐUR Í GARÐABÆ

Bóndadagurinn er í dag og er honum fagnað víðs vegar um borg og bý og það með ymsum hætti. Í tilefni dagsins halda íbúar Garðabæjar og aðrir á hið ár-  
lega þorablót Stjórnunnar sem fram fer í kvöld í Mýrinni en þorablótið er orðið þekkt fyrir stærð sína og stuð en alls eru tólf hundruð manns sem sækja sjálf-  
an matinn og fer fjöldinn upp í tvö þúsund á ballinu síðar um kvöldið. Dag-  
skrá kvöldsins er ekki af verri endanum en það er Almar Guðmundsson sem er veislustjóri, **Logi Bergmann Eiðsson** ræðumaður og svo munu Inngó og veðurguðirnir leika fyrir dansi. Meðal glæsilegra gesta verða **Pórunn Erna Clausen**, söng- og leikkona, Andrea Magnúsdóttir fatahönnuður, **Elín María Björnsdóttir**, vinirnir Ivar Guðmundsson og Arnar Grant og margir fleiri.



# BAÐHÚSIÐ

Nýtt upphaf - Ný framtíð - Ný þú

Áskrift að betri heilsu frá aðeins \*6.490 á mánuði. Þú getur byrjað upp á nýtt - orðið ný manneskja!

Skráðu þig í KK klúbb Baðhússins og við aðstoðum þig við að ná markmiðum þínum.

KK áskrift veitir þér aðgang að öllum tímum, tækjasal og **KK lokuðum námskeiðum.**

Einnig hefurðu aðgang að heitri laug vatnsgufu, sauna og okkar rómaða hvíldarhreiðri. Skráðu þig strax í áskrift að betri heilsu og skapaðu þér nýja framtíð með okkur.

Nýtt upphaf - Ný framtíð - Ný þú.

[Sjá nánar á badhusid.is/kk](http://www.badhusid.is/kk)

[www.badhusid.is](http://www.badhusid.is)  
515-1900



6.490\* á mánuði í KK áskriftarklúbbum, lágmarksmi 12 mánuðir. Hægt er að veita um 3 leiðir, með mismunandi bindingu og fríðindum; Skóláskrift, Grunnáskrift eða Eðlaáskrift. Frír aðgangur að lokuðum tímum og KK-námskeiðum fylgir öllum leiðum. Einnig frí barnagæsla.