

LEIK

Helgin

Mozart
við kertaljós

Dómkirkjunni
í kvöld kl. 21.00

Camerarctica

Miðaverð 3000/2000
TIX.IS eða við innganginn

ENZYMEDICA®

Njóttu þín
um
hátiðarnar!



Herdís Vattnes, verslunarstjóri hjá Betra baki, segir sængurfatnað einstaklega hlýlega jólagjöf og fátt betra en að sofa á jólanótt með nýja sæng. MYND/EYFÓR

Draumur á jólanótt

Dásamlegur nætursvefn er tryggður á jólanótt með rúmfötum, kodda eða sæng frá Betra baki. Undurgott er að stíga fram úr í hlýjan náttslöpp og heilsuinniskó á jóladagsmorgun, vitandi að jólasælan er rétt að byrja. ➔2



Undir inniskórnir eru hin fullkomna jólagjöf sem hentar öllum. MYND/EYÞOR

Sængurfatnaður er einstaklega hlýleg jólagjöf og fátt betra en að sofna á jólanótt með nýja sæng. Maður finnur mikinn mun og sanna sælu," segir Herdis Vattnes, verslunarstjóri í Betra baki. Þar er stemningin einkar jólaleg nú síðustu dagana fyrir jól, enda verið að velja notalegan varning í jólapakkana fyrir náðugustu stundir heimilislífsins.

„Eitt af því sem margir velja til jólagjafa eru silkimjúk bómullarteygjulök frá Bella Donna en þau eru blönduð með aloe vera-geli sem gerir lökin einstaklega mjúk viðkomu. Þessi lök eru algjört undur og hreinasti lúxus. Búið er að forþvo lökin sem er mikill kostur fyrir jólin því þá er hægt að setja þau beint á rúmin. Þá lofa rúm-fötin okkar dásamlegri slökun og nætursvefni. Auk þess að vera falleg eru þau straufri, úr silki og egypskri bómull frá Boss, Calvin Klein, Kenzo og Elegante," segir Herdis og náttlopparnir frá Boss og Calvin Klein hafa verið mjög vinsælir.

Þriðjungur ævinnar í rúminu

Betra bak hefur löngum verið rómað fyrir undursamleg rúm en mörgum kemur á óvart að þar fæst einnig breið lina húsgagna og hvers kyns húsbúnaður fyrir heimilið.

„Við erum með gullfalleg teppi, jólaillmerti frá Ralph Lauren,

æðislega hægindastóla, t.d. frá Timeout, og yndislega mjúk rúm-teppi. Nýlega bættist við dásamleg lina frá Veru Home úr hör, svo sem rúm-föt, kósibuxur og léttir sloppar úr hör, sem passa vel í jólapakkann," segir Herdis og rétt tæpir á úrvalinu.

„Hjá okkur fást einnig dýrindis gormadýnur og Tempur-dýnur í öllum verðflokkum, stillanleg og venjuleg rúm, og úrval rúmgafla sem hægt er að velja í stíl við heimilið. Hjá okkur fást einnig dýnur frá SERTA. Svo vorum við að bæta við rúmunum frá sænska framleiðandanum Scapa, sem býr yfir áratuga langri þekkingu á hráefnum, handverki og þægindum. Rúmin frá Scapa ættu að fegra öll heimili. Allt sendum við svo heim og gerum tilbúið," segir Herdis glöð í bragði.

Hún segir æ fleiri átta sig á því að þeir verji einum þriðja ævi sinnar í rúminu og að gott

rúm skilar sér ávallt í bættri heilsu og betri svefni. „Að velja sér nýtt rúm er þó ekki daglegt brauð og við leggjum áherslu á að fólk njóti ánægjulegrar upplifunar við val á rúmi," segir Herdis sem leiðbeinir viðskiptavinum við að finna dýnur sem henta líkama þeirra best

þegar kemur að styrkleika og mykt.

„Fyrir jólin er vinsælt hjá þórum að velja sér veglegri hluti í sameiginlega og rómantiska jólagjöf, og t.d. hafa mörg hjón komið og keypt sér nýtt rúm fyrir jólin," segir Herdis.

Fullkomin gjöf

Um síðustu jól sögu heilsuinniskórnir Undri í gegn og seldust



Mjúku og notalegu slopparnir frá BOSS eru vinsælir til jólagjafa.



Að velja sér nýtt rúm er ekki daglegt brauð og hjá Betra baki er lögð áhersla á að fólk njóti ánægjulegrar upplifunar við val á rúmi.



Hjá Betra baki fást gullfalleg teppi, dúnmjúk lök og annar sængurfatnaður, dásamleg jólaillmerti frá Ralph Lauren og önnur skemmtileg smáværa sem hentar einstaklega vel í jólapakkann.



Nú er fánleg splunkuný og glæsileg lina af ilmertum frá Ralph Lauren.



Hjá Betra baki fást dýrindis gormadýnur og Tempur-dýnur í öllum verðflokkum, stillanleg og venjuleg rúm, og úrval rúmgafla sem hægt er að velja í stíl við heimilið.

Tempur-koddarnir sívinsælu

Sívinsæl jólagjöf úr Betra baki er Tempur-koddi sem lagar sig að hita og þyngd þess sem á honum hvílir. „Tempur aðlagast öxlum og hálsi og heldur hryggstúlnum í beinni línu með óskertu blóðflæði. Þeir sem einu sinni eignast Tempur-kodda vilja ekki annað enda fæst ekki jafn góður stuðningur í neinum öðrum koddum," segir Herdis.

Sængurnar í Betra baki eru líka vinsælar til jólagjafa. Sú sem flestir velja er hitajöfnunarsængin Tempurakon og sæng úr 100 prósent gæsadúni.

„Tempurakon nýtur verðskuld aðra vinsælda enda heldur hún alltaf réttu hitastigi og er aldrei of heit né of köld en þó úr 90 prósent dúni ef verða skyldi mjög kalt. Gæsadúnsængin er laufflétt, umvefjandi og hlý, og maður upplifir einstaka vellíðan og þægindi með nýrri og vandaðri sæng á þreyttum kroppnum," segir Herdis.

Betra bak er opið til kl. 20 í kvöld og til kl. 23 á Þorlaksmessu. Þar er þjónustan fyrsta flokks og tekið hlýlega á móti viðskiptavinum í jólalegri versluninni.

Betra bak er í Faxafeni 5 í Reykjavík og á Akureyri og Ísafirði. Sími 5 888 477. Sjá nánar á betrabak.is.

Farmers Market

ICELAND



VERZLANIR OKKAR Í REYKJAVÍK: FARMERS & FRIENDS

Laugavegur 37



Hólmastóð 2 / Grandi

WWW.FARMERSMARKET.IS

Safnar gamaldags jólakertum

Skrautleg og skemmtileg jólakerti setja mikinn svip á heimili Stefaniu Ársælsdóttur og Jóns Högna Stefáns-sonar nú þegar jólin eru á næsta leiti. Dóttir þeirra, Ingunn Anna Jónsdóttir, safnar gömlum jólakertum og hefur safnið stöðugt farið stækkandi.

Sigriður Inga
Sigurðardóttir
sigriduringa@frettabladid.is



Stefania segir að Ingunn Anna hafi eignast sitt fyrsta jólakerti fyrir fjórum árum og upp frá því hafi hún byrjað að safna slíkum kertum. „Amma hennar, Ágústa Högnadóttir, á jólakertasafn og gaf henni jóla-sveinakerfi þegar Ingunn Anna var tíu ára til að taka með sér á litlu jólin í skólanum. Henni fannst kerfið svo fallegt að hún kveikti ekki á því heldur tók það með sér aftur heim. Ingunn Anna hafði áhuga á að eignast fleiri kerti í þessum stíl og smám saman hefur jólakertasafnið stækkað," segir Stefania brosandí en fjöl-skyldan er búsett í Vestmanna-eyjum.

Kerti í poka á hurðarhúninum

Jólakertin sem um ræðir saman-

standa aðallega af jólasveinum og jólatrjáum. Kerti af þessu tagi voru vinsæl hér á árum áður en þau eru ekki lengur á hverju strái. „Við höfum keypt þó nokkur á nytjamörkuðum og á sölusíðum á netinu en eftir að það spurðist út hér í Eyjum að Ingunn Anna væri að safna jólakertum hefur hún fengið fjölmörg að gjöf, jafnvel frá ókunnugu fólki. Sumir hafa skilið eftir poka með kertum á hurðarhúninum hjá okkur," segir Stefania glöð í bragði og bætir við að sér finnst það mjög heimilis-legt. „Þessi jólakertasöfnun er líka orðin hálfgerð áhugamál hjá allir fjölskyldunni," segir hún.

Fékk jólakertasafn að gjöf

Eftir jólin í fyrra var Ingunn Anna svo heppin að Viktor Hjartarson, Vestmanneyingur sem hefur safnað jólakertum um árabil, gaf henni safnið sitt sem telur um hundrað kerti. „Viktor vissi að þau væru vel geymd hjá henni," segir Stefania en áður höfðu jólakertin



Ingunn Anna og fallegu jóla-kertin. Sennilega eru fáir sem eiga jafnmörg jóla-kerti og hún.

verið til sýnis í Safnheimum í Vestmannaeyjum.

Fyrir stuttu ákvað Stefania síðan til gamans að auglýsa eftir jólakertum fyrir dóttur sína á Facebook. Viðbrögðin létu ekki á sér standa og fóru langt fram úr hennar björtustu vonum. „Ingunn Anna á nú von á um fjórtíu kertum í pósti fyrir jólin. Það var ótrúlega skemmtilegt hvað fólk tók vel í að gefa henni jólakerti sem það á í förum sínum. Margir eiga jólakerti frá því í barnæsku en vilja endilega bæta því í safnið hennar," segir Stefania, ánægð

með þessar góðu undirtektir. Hún segir að þegar öll kerten hafi skilað sér muni Ingunn Anna eiga hvorki meira né minna en 270 jólakerti.

Skreytti snemma í ár

Í ár fóru jólakertin snemma upp, eða í lok nóvember en Stefania segir að vanalega séu þau ekki tekin fram fyrir en í byrjun desember. „Við gerðum undantekningu þetta árið þar sem haldið var upp á afmælið hennar Ingunnar Önnu fyrr en oft áður. Hún á afmæli þann 30. nóvember og hana langaði að sýna vinum sínum kertasafnið í

afmælisveislu sinni. Það vakti mikla lukku meðal krakkanna," segir Stefania en eftir jólin verður svo hverju og einu kerti pakkað vandlega inn í pappir og bolumplast svo það verði ekki fyrir neinu hnaski og komið fyrir í plastkössum inni í geymslu. Um næstu jöl fá þau svo nýjan stað þar sem þau eiga eflaust eftir að njóta sín vel.

„Maðurinn minn, Jón Högni, er að smíða hillur undir jólakertasafnið. Við erum í raun ekki mikið fyrir að skreyta en kerten setja fallegan og jólalegan svip á heimilið," segir Stefania að lokum.

Fyrsta Skiptið

★★★★★

“Fyndnasta sýningin á höfuðborgarsvæðinu”

SH Morgunblaðið

Jólagjöfin fyrir unga fólkið

Gjafamiðar

fást í Hagkaup og Gaflaraleikhúsinu



Jón og Guðrún úr ungmenntastarfi Hallgrímskirkju afhentu þeim Bjarna Gíslasyni, framkvæmdastjóra Hjalparstarfs kirkjunnar, og Ástu Bryndisi Schram, stjórnaformanni Kristnibóðssambandsins, styrkina úr Líknarsjóði.

Átta milljónir til hjálparstarfs

Úthlutað var úr Líknarsjóði Hallgrímsafnaðar við messu í Hallgrímskirkju sunnudaginn 16. desember. Safnað er til góðra málefna í sunnudagsmessum í Hallgrímskirkju og einnig í árdegismessum á miðviku-dögum. Kirkjugestir lögðu samtals fram um 1,5 milljónir króna í samskotum við messur á árinu.

Sóknarnefnd ákvað að verja fimm milljónir króna úr Líknarsjóði til Hjalparstarfs kirkjunnar. Þar til viðbótar kemur ríflega ein milljón úr messusamskotum þann-

ig að í hlut Hjalparstarfsins komu rökleglega 6 milljónir króna á árinu. Þá var samþykktur 1,5 milljóna króna styrkur til hjálparstarfs Sambands íslenskra kristnibóðsfélaga að viðbættum messusamskotum.

Jón Björnsson og Guðrún Laufey Ólafsdóttir úr ungmenntastarfi Hallgrímskirkju kynntu þá ákvörðun sóknarnefndar að helga framlögin úr Líknarsjóði að þessu sinni sérstaklega verkefnum í þágu barna og unglinga. Átlunin er að tengja þau Hallgrímsöfnuði með fræðslu og kynningu.

Fækkaðu sígarettunum smám saman – um eina í einu

Að draga smám saman úr reykingum getur verið þín leið að varanlegu reykleysi.

Hann hefur verið til staðar í árávis – vaninn sem þú eiginlega veist vel að er einn af þessum verulega slæmu og skaðlegu. Samt sem áður kveikir þú í sigarettu aftur og aftur þegar löngunin lætur á sér kræla. Jafnvel þótt þú vitir sennilega vel að það væri betra að sleppa því.

Hjá þeim sem eru háðir nikótín geta reykingar nánast verið athöfn sem fólk framkvæmir án umhugsunar oft á dag – til dæmis í tengslum við ilm af nýlögðu morgunkaffi, í hádegishléinu með vinnufélögunum, í síðdegishléinu eða í lok máltíða. Akveðnar aðstæður geta átt þátt í að vekja ómóttstæðilega reykingalöngun og algjörlega ósjálfrátt kveikir þú í sigarettu – vegna þess að þú ert vön/vanur að gera það.

Þegar reykingar eru orðnar svona rötgróinn vani getur virst algjörlega ófirstiganlegt að hætta dag einn alveg að reykja.

Örvæntu ekki. Það er nefnilega ekki ómögulegt að takast að hætta að reykja jafnvel þótt ógerlegt virðist að rjúfa vanann.

Ef þú átt erfitt með að kveðja sigarettur fyrir fullt og allt getur þú í staðinn skorið niður og dregið smám saman úr reykingum. Kosturinn við það er að fráhvarfseinkenni verða smám saman vægari og hægt og rólega nærðu tökum á reykingalönguninni.

Fækkaðu um eina sigarettu í einu. Það er ekki auðvelt viðfangs en með réttri stefnu og viðhorfi getur þú áreiðanlega náð varanlegu reykleysi. Reykibindindi krefst viljastyrks, hvatningar, stuðnings og leiðsagnar.

Þegar kosið er að draga smám saman úr reykingum er gott að skrá hjá sér við hvaða aðstæður er auðveldast að sleppa sigarettum. Það geti einnig verið skynsamlegt að forðast aðstæður sem kalla venjulega á reykingar eins og að fara með vinnufélögum



Þegar reykingar eru orðnar að rötgrónum vana getur virst algjörlega ófirstiganlegt að hætta dag einn alveg að reykja. Þá er gott að skipta út sigarettum fyrir nikótintyggið eða nikótinmunnsogstöflu því fljótt mun þér finnast eðlilegt að fá þér eitt stykki tyggigúmmi eða munnsogstöflu í stað þess að kveikja í sigarettu.

út í hádegishléinu til að reykja sigarettu eins og venja er eftir máltíðir.

Byrjaðu á að skipta út sigarettum, sem þú átt auðveldast með að sleppa, fyrir nikótintyggið eða nikótinmunnsogstöflu. Haltu þér fast við þetta val þannig að það sé ávallt við sömu aðstæður daglega sem þú sleppir sigarettunni og notar nikótinuppbót í staðinn. Þér mun nefnilega fljótt finnast eðlilegt að fá þér eitt stykki tyggigúmmi eða munnsogstöflu í staðinn fyrir að kveikja í sigarettu.

Þegar þú ert kominn vel á veg með að draga úr reykingum getur þér samt sem áður stundum

fundist löngunin yfirþyrmandi. Þá skaltu hafa í huga að hver einasta sigarett sem þú skiptir út fyrir tyggigúmmi eða munnsogstöflu er sigur! Nú getur þú á þínum eigin hraða haldið áfram að skipta út fleiri af daglegu sigarettunum. Mundu að það er ávallt hægt að sækja sér hjálp til að rjúfa endanlega vanann. Það er einmitt það sem þú átt að stefna að að verða alveg reyklus.

Þú getur einnig glaðst yfir að vísindalegar rannsóknir hafa sýnt fram á að líkurnar á að ná varanlegu reykleysi eru jafn miklar hvort sem dregið er úr reykingum smám saman eða en hætt er endanlega

að reykja eða hætt er að reykja alveg samstundis.

Þessi grein er kostuð af Artasan. Nicotinell Mint/Fruit/Lakrids/Ice-Mint/Spearmint lyfjatyggið, Nicotinell Mint munnsogstöflu, Nicotinell forðaplástur. Inniheldur nikótín. Til meðferðar á tobaksfíkn. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leiðið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir.

Nánari upplýsingar um lyfið á sérlyfjaskrá.is. Nánar á nicotinell.is.



Væri ekki gott að vera laus við sigarettur á nýju ári og drepa endanlega í um áramótin?

VERTU REYKLAUS

Í EITT SKIPTI FYRIR ÖLL MEÐ NICOTINELL

NÝ VEFSÍÐA
WWW.NICOTINELL.IS

Nicotinell Mint/Fruit/Lakrids/IceMint/Spearmint lyfjatyggið, Nicotinell Mint munnsogstöflu, Nicotinell forðaplástur. Inniheldur nikótín. Til meðferðar á tobaksfíkn. Lesið vandlega upplýsingar á umbúðum og fylgiseðli fyrir notkun lyfsins. Leiðið til læknis eða lyfjafræðings sé þörf á frekari upplýsingum um áhættu og aukaverkanir. Sjá nánari upplýsingar um lyfið á www.serlyfjaskra.is.

Jólin koma hjá Jóló Starr

Ríkjandi dragdrottning Íslands, Gógó Starr, hefur í mörg horn að líta á aðventunni heiman sem heima en Gógó og Bjarni Óskarsson unnusti hans halda nú jól saman í fyrsta sinn.

Brynhildur
Björnsdóttir

brynhildur@frettabladid.is



Í stofunni á fallugu og rómantísku heimili Gógó Starr og Bjarna Óskarssonar er búið að skreyta allt hátt og lágt. Hvítt jólatré stendur í horninu og á borðinu er diskur með heima-gerðu konfekt með frumsömdum fyllingum. Gógó hefur eins og aðrir verið upptekinn á jólaföstunni en lætur sig þó ekki muna um að skreyta og skapa bæði konfekt og kókur fyrir jólin. „Fjölskyldan mín er að koma frá Akureyri til að eyða jólnum í Reykjavík og ég er sjúklega spenntur fyrir því,“ segir hann og bætir við: „Aðventan er náttúrlega útútuð í skemmtilegum sjóm og alls konar uppþækjum og svo er ég í eldhúsinu að elda og baka og gera allt ótrúlega flott. Það er eins og trúlofunin hafi leyst úr læðingi einhverja heimilisgöju, domestic goddess,“ segir Gógó og vísar þar til þess að Bjarni þar upp bóndið á þriggja ára afmálissýningu dragsýningahópsins Dragsúgs á Gauknum. Gógó er ríkjandi dragdrottning Íslands og starfar að mestu leyti sem slík auk þess að

vera annar stofnandi Dragsúgs svo staðurinn var víðeigandi. „Þetta eru fyrstu jólin okkar sem trúlofað par og fyrstu jólin okkar saman. Ég er mest að gera konfekt enda lífi ég fyrir súkkulaði. Ég var að gera tilraunir með bragðtegundir, þarf að hafa einhvern lakkrís en svo prófaði ég brownie-fyllingu og eggjapúns meðal annars. Þegar kemur að kókum enda ég fyrirleitt á því að gera bara lakkrístoppa aftur og aftur því ég borða þá alltaf jafnóðum. Lakkrís er minn helsti veikleiki fyrir utan súkkulaði náttúrulega.“

Verkefni dragdrottningar á jólaföstu eru fjölbreytt. „Ég kem fram í slatta af jólaboðum og þess háttar, jólahlaðborðum þar sem ég er ymist í kynnishlutverki eða kem með skemmtiatriði, og svo eru gæsanir og steggjanir og svo framvegis. Skemmtilegast finnst mér að heimsækja félagsmiðstöðvar en það hefur færst í aukana upp á síðkastið að ég sé pantaður þangað. Þar eru yngstu aðdáendurnir sem hafa kannski ekki endilega séð mig í persónu þar sem þau eru ekki með aldur til að fara inn á klubbana þar sem ég kem fram en fylgjast með mér



Gógó Starr kemur fram á Gauknum á jólasýningu burlesquehópsins Dömur og herra þar sem hann er eini herrann. Þessi mynd var tekin á jólasýningunni í fyrra en þá brá Gógó sér í hlutverk erkiengils. MYND/KASPARS BEKERIS



**SMART JÓLAFÖT,
FYRIR SMART KONUR**

My Style Stærðir 38-52 tiskuhús

Holtasmára 1
201 Kópavogur
(Hjartaverndarhúsið)
Sími 571 5464



**FLOTT JÓLAFÖT,
FYRIR FLOTTAR KONUR**

Stærðir 38-58

belladonna

Skeifunni 8 • 108 Reykjavík • Sími: 517 6460

Verslunin Belladonna



á samfélagsmiðlum, Instagram og Snapchat. Og maður sér hvað þetta hefur mikla merkingu fyrir þau og hvað þeim finnst þetta gaman. Mér finnst mjög mikilvægt að færa dragið til þeirra og leyfa þeim að finna glamúrinn. Gógó segist tóna niður ákveðna eiginleika dragsins í þessum heimsóknum. „Dragið á vissulega sínar rætur í dálítið dónalegum húmor en það er alveg hægt að sleppa honum og það sem krakkarnir dýrka er sjálfstraustið, glamúrinn, hárið og fótin og lífsviðhorfið,“ segir hann og bætir við. „Drag er svo miklu meira en dónalegur brandari frá kalli í kjól, heldur sýnir það svo vel að það er hægt að vera langt fyrir utan normið og hvað það er gaman þar.“

Í kvöld milli klukkan átta og tíu stendur Gógó fyrir viðborði á Lofti hosteli sem aldrei þessu vant er opin öllum aldurshópum. „Við ætlum að horfa saman á RuPauls Drag Race sem fyrir þá sem ekki þekkja er raunveruleikaþáttur þar sem dragdrottningar keppa til sigurs. Þar verð ég með atriði og svo verður pubquiz og mjög flottir vinningar. Ég hef gert þetta nokkrum sinnum af því að það er miklu skemmtilegra að horfa á svona þætti í hóp og það er alltaf brjálað stuð.“ Eftir jól, 27. desember, verður svo opið kvöld hjá Dragsúgi, svokallað draglab þar sem Gógó verður kynnrir og kvöldið eftir, föstudagskvöldið 28. desember, kemur hann fram á Gauknum í jólasýningu með burlesquehópnum sínum Dömur og herra. „Það verður þvílíkt skemmtilegt, við erum alls konar fólk með alls konar líkama sem leyfum okkur að elska okkur sjálf og gera alls konar grin í leiðinni. Við vorum með jólasýningu í fyrra og það komust færri að en vildu. Ég mun mögulega gera eitthvað þar sem tengist smjöri og smokkum, biðið spenn!“ segir Gógó og hlær.

Laugardaginn 29. desember er svo komið að næsta þætti af Drag Race en Gógó er mikill aðdáandi þáttanna, hefur hitt RuPaul tvisvar og segir hann almennilegan og áhugasaman. „Í bæði skiptin var það í kringum RuPauls Dragon, stærstu dragráðstefnu í heimi. Við



Jóló Starr er laus úr læðingi með tilheyrandi skreytiþörf og konfektgerðarþyllingi með frumsömdum fyllingum. MYND/LOVISA SIGURJÓNSDÓTTIR



Bónorðið var borið upp á þriggja ára afmáli Dragsúgs og kom Gógó alveg í opna skjöldu. MYND/ODDNY SVAVA STEINARSDÓTTIR

stöðum ótrúlega aftarlega í röð til að hitta hann og bjuggumst bara við að fá að taka rétt í höndina á honum en hann talaði við okkur í smástund og var mjög áhugasamur um íslenskt drag. Í seinna skiptið sagði ég: mig langar að vera í Drag Race og hann sagði: Mig langar að hafa þig í Drag Race! Svo nú er bara verið að vinna í því að gera

það að veruleika,“ segir Jóló Starr og heldur áfram við jólaundirbúninginn.

Nánari upplýsingar um samhorfið á RuPauls Drag Race má finna á Facebook undir All Stars 4 with Gógó Starr. Miðasala á Dömur og herra Jólburlesque er á tix.is.

Heilsubót um jólin

SUNDKORT
ER GÓÐ
JÓLAGJÖF

Afgreiðslutími sundstaða um jól og áramót 2018 - 2019

	Þorláksmessa	Aðfangadagur	Jóladagur	Annar í jólum	Gamlársdagur	Nýársdagur
	23. des	24. des	25. des	26. des	31. des	1. jan
Árbæjarlaug	09.00-18.00	08.00-13.00	Lokað	12.00-18.00	08.00-13.00	12.00-18.00
Breiðholtslaug	09.00-18.00	08.00-13.00	Lokað	Lokað	08.00-13.00	Lokað
Grafarvogslaug	09.00-18.00	08.00-13.00	Lokað	Lokað	08.00-13.00	Lokað
Klébergslaug	11.00-15.00	10.00-13.00	Lokað	Lokað	10.00-13.00	Lokað
Laugardalslaug	08.00-18.00	08.00-13.00	Lokað	12.00-18.00	08.00-13.00	12.00-18.00
Sundhöllin	08.00-18.00	08.00-13.00	Lokað	12.00-18.00	08.00-13.00	12.00-18.00
Vesturbæjarlaug	09.00-18.00	08.00-13.00	Lokað	12.00-18.00	08.00-13.00	12.00-18.00
Ylströnd	Lokað	Lokað	Lokað	Lokað	Lokað	11.00-15.00



Þarf að vera röð og regla

Heimili Hlínar Reykdal hönnuðar og fjölskyldu hefur þróast með árunum. Í dag er stillinn persónulegur og á heimilinu er að finna marga fallega muni sem margir eiga langa sögu.

Starri Freyr Jónsson

starri@frettabladid.is



Fallegt og persónulegt heimili verður til með tímanum segir Hlín Reykdal hönnuður sem býr ásamt fjölskyldu sinni í fallegri íbúð í Vesturbæ Reykjavíkur. „Litir skipta máli og hvernig þeim er raðað saman. Einnig þarf að hafa smá röð og reglu á hlutunum. Bara það að raða fallega hlutum getur breytt miklu. Rétt og þægileg lýsing skiptir líka máli auk þess sem góð umgengni bætir, hressir og kætir.“ Ef hún ætti að lýsa stíl heimilisins segir hún það vera í nettum bóhemstíl. „Stillinn hefur þróast með árunum og er hann persónulegur. Margir hlutir hjá okkur eiga sögu. Við hjónin erum frekar sam-mála þegar kemur að útliti heimilisins. Halli er mjög verklaginn og flinkur þegar kemur að því að smíða, græja og breyta. Við erum bara frekar gott teymi þegar kemur að breytingum.“

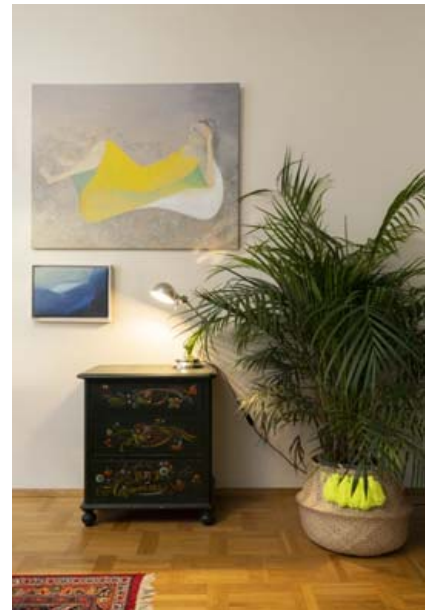
Hún heldur upp á marga muni á heimili sínu en þó mest upp á listaverkin. „Ég á mörg verk eftir pabba minn heitinn, Jón Reykdal, sem mér þykir virkilega vænt um. Einnig listaverk sem dætur okkar hafa gert og fleiri.“

Eigin hönnun á Granda

Hlín hefur unnið sem hönnuður hjá eigin merki í átta ár þar sem hún leggur áherslu á skart og fylgihluti. „Ég útskrifaðist af fatahönnunarbraut Listaháskólans árið 2009 og



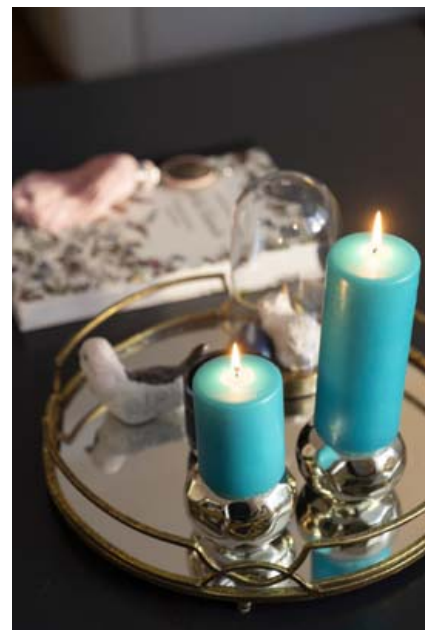
Stóllinn sem Hlín Reykdal situr í er gamall simastóll frá Stefaniu, ömmu Hallgríms eiginmanns hennar. Yngri dóttir þeirra hjóna heitir einmitt Stefania. Stóllinn fer vel þarna. MYNDIR/EYFÖR



Kommóðan er meira en hundrað ára en langafi Hlínar smíðaði hana og málaði handa dóttur sinni Stellu Reykdal. Dóttir Hlínar og Hallgríms er skírd eftir henni.



Glæsileg verk eftir Ferró, Jón Reykdal, Þórð Hall, Höddu Fjölu Reykdal og Jóhönnu Þórðardóttur prýða vegginn.



Fuglinn er eftir Stellu dóttur þeirra. Dúskurinn er gjöf frá vinkonu sem ferðaðist um Marokkó. Gullbakkinn er gjöf frá systur Hlínar. Smekklegr og einföld uppröðun.



Hjónin eru að passa þennan fallega baststól fyrir vini sína sem búa erlendis. Baklann fékk Hlín í Heimahúsinu fyrir mörgum árum.



Hlín finnst gaman að skreyta með fallegum blómum og greinum.

ári síðar stofnaði ég Kiosk ásamt öðrum ungum hönnuðum. Fyrir tveimur árum opnaði ég mína eigin verslun úti á Granda sem heitir Hlín Reykdal Concept Store. Þetta er skartgripa- og gjafavöruslun, með mína eigin hönnun og svo erum við líka með aðra hönnun víðsvegar að frá heiminum. Vinnu-

stofan mín er bak við verslunina þar sem við handgerum allt okkar skart. Fyrir stuttu kynntum við nýja skartgripalínu, Crown By Hlín Reykdal. Þetta er stærsta lína sem ég hef hannað og framléitt frá upphafi. Það er mikið af eyrnalokkum í línunni en þetta er í fyrsta skipti sem ég kem með lokka. Ásamt

línunni hef ég verið að vinna með ítölskum vini okkar að heimilis-ilmilinu sem inniheldur ilmkerti í kristallsglösum, ilmstangir og fljótandi sápur úr asnamjólki.“

Hönnun Hlínar m.a. kynna sér á hlinreykdal.com og á Facebook.

Leitinni er lokið



Hjá okkur færðu hina fullkomnu jólagjöf í ár "Supreme Hollywood meðferðapakka" sem gefur æskuljóma og ferskleika. Þessi kröftuga og árangursríka langtíma meðferð á andliti er 100% náttúruleg sem Hollywood stjörnurnar velja sem fyrsta kost.

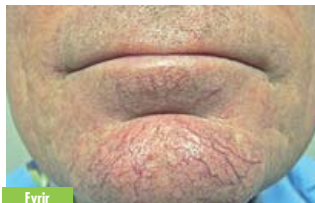
**Þessi vinsæli "Supreme Hollywood meðferðapakki",
er á jólatilboði með 120 þús.króna afslætti.**

**Himnesk jólagjöf sem gefur
raunhæfan kost á að eldast með reisu**



Háræðaslitsmeðferðir

ANDLIT – HÁLS – BRINGA



Fyrir



Eftir



Fyrir



Eftir

Að eldast með reisu er ósk okkar flestra

Við sérhæfum okkur í að fjarlægja háráðaslit, háráðastjörnur, blóðblöðrur og skemmdir í húð eftir rósroða. Yfirleitt þarf 3 meðferðir til að fjarlægja háráðaslit endanlega.

Fyrir þá sem gera kröfur um gæði og árangur

Bókið frían tíma í skoðun/viðtal



Hinn vinsæli
hrukkubani frá
Dermalactives
er loksins kom-
inn aftur.



Einnig er liftandi og stinnandi
húðmeðferðar pakkinn frá
Dermalactives kominn.



**Tilvalið í
jólápakkann**



Snyrtistofan Hafblik



Friðarganga á Þorlákssmessu

Samtök hernaðarandstæðinga og Menningar- og friðar-samtökin MFIK standa fyrir friðargöngu á Þorlákssmessu.

Friðargangan hefur verið farin niður Laugaveg frá árinu 1980. Í ár verður sú nýbreytni að ekki verður safnast saman á Hlemmi, heldur á Laugavegi neðan Snorrabrautar. Er það hugsað til að auka öryggi þátttakenda og losna við truflun vegna umferðar.

Notuð verða hin fjölnota friðarljós í stað hinna hefðbundnu vaxkerta. Þau verða seld í upphafi göngu og kosta 500 kr.

Safnast verður saman klukkan 17.45 og gengið af stað á slaginu 18. Hamrahlíðarkörinn og Menntaskólinn við Hamrahlíð ganga fremst og syngja víðeigandi lög. Í göngulok verður stuttur fundur á Austurvelli þar sem baráttukonan Þórunn Ólafsdóttir flytur ávarp.



Skotheld súkkulaðimús fyrir 6

Meðfylgjandi súkkulaðimús úr smíðju Nigellu er með þeim einfaldari. Henni fylgir ekkert eggjavesen og sjá sykurpúðarnir til þess að hún haldist saman og stífni. Hún getur aftur á móti alls ekki talist holl en færstir velta vöngum yfir því á þessum tíma árs.

150 sykurpúðar (marshmallows)
50 ósætt smjör
250 dókkt súkkulaði (helst 70%)
60 ml sjóðandi vatn
250 ml rjómi (rúmlega ef hann er til)
1 tsk. vanilla

Skerið sykurpúðana í tvennt og setjið á pönnu ásamt smjöri. Brjótið súkkulaðið í bita og bætið út í. Sjóðið vatnið í katli. Kveikið undir pönnunni og hellið heitu vatninu yfir sykurpúðana, súkkulaðið og smjörið. Hrærið vel í þar til bráðið. Takið af hitanum og látið kólna. Þeytið rjómann með vanillunni. Bætið við súkkulaði-hræruna og blandið vel saman. Hellið í sex skálar eða ábætisglös. Setjið filmu yfir og kælið í ísskáp í minnst þrjá tíma. Berið fram með rjóma og berjum.

Heimagerðar jólabollur

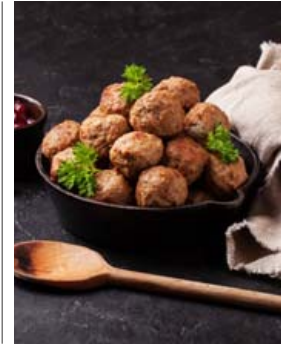
Verður þú með fjölmennit jólaboð á næstu dögum? Einn vinsælasti rétturinn hjá krökkum er kjótbollur. Hvernig væri að búa til alvöru kjótbollur og bjóða upp á með góðri, kaldri sósu? Þessi uppskrift er gerð frá grunni og ætti að duga í 70 bollur.

1 kg nautahakk
1 kg svínahakk
2 laukar, hakkaðir
4 hvítlauksrif, hókkuð

5 msk. kartöflumjól
2 tsk. pipar
½ tsk. negull
1 tsk. engifer
1 msk. hafsalt
6 dl mjólk
2 dl rjómi

Hitið ofninn í 180°C. Setjið allt hakkið í stóra skál. Rifjið laukinn niður með rifjarni eða hakkið í matvinnsluvél og hrærið saman við kjótið. Setjið salt saman

við og hnoðið allt saman með höndunum. Því næst er kartöflumjoli bætt út í ásamt kryddum og hnoðað saman. Að lokum er mjólk og rjóma bætt saman við. Þetta má gera í hrærivél. Mótið bollur og steikið. Setjið bollurnar í eldfast mót og eldið í ofni í um það bil 10 mínútur eða þar til þær eru gegnum steiktar. Það má gera þetta fyrir fram og hita bollurnar upp áður en þær eru bornar á borð.



LÁTTU ÞÉR LÍÐA VEL um jólin

FRÁBÆRT ÚRVAL AF RÚMUM, SÓFUM OG HVÍLDARSTÓLUM

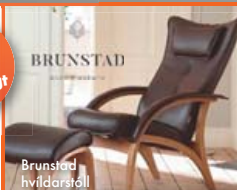
OPIÐ ALLA HELGINA

FRÁBÆR JÓLATILBOÐ
 Komdu í heimsókn

Dunlopillo
NATURA



RICCARDO rafstillanlegur tungusófi



Brunstad hvíldarstóll



Öll sæti stillanleg

ISABELLA hægindasófi. Sjá nánar á lur.is



Stillanleg rúm

Svefnsófar í miklu úrvali og mörgum litum. Nákkar stærðir í boði.



CALIA ITALIA

JACOB stóll frá Calia Italia



SITTING VISION hvíldarstólar



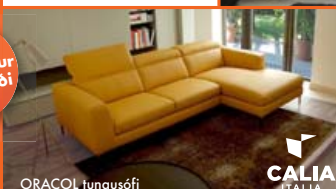
Öll sæti stillanleg

ERMES hægindasófi. Sjá nánar á lur.is



Stillanlegur höfuðpúði

GRACE hægindastóll



ORACOL tungusófi



BUGATTI

RÚM • SÓFAR • HVÍLDARSTÓLAR • HEILSUKODDAR • LÍÓS • HÚSGÖGN • GJAFAVÖRUR • BORD • SÆNGUR



VERIÐ VELKOMIN Í HEIMSÓKN

SUÐURLANDSBRAUT 24, 108 REYKJAVÍK
 Opið alla virka daga 10-18. Lau. 11-16

554 6969 | lur@lur.is | www.lur.is

LÚR
 BETRI HVÍLD

Smáauglýsingar

550 5055

Afgreiðsla smáauglýsinga og sími
er opin allra virka daga frá 9-16
Netfang: smaar@frettabladid.is

Bílar & Farartæki



ÞARFTU AÐ KAUPA EÐA SELJA BÍL?

Bílauppbod.is er uppboðsvefur
þar sem þú getur keypt eða selt
bíl á einfaldan og hagkvæman
hátt. Kynntu þér málið. www.bilauppbod.is
Sími: 522 4610.

Bílauppbod - Krókur
Sími: 522 4610
www.bilauppbod.is

Bílar óskast

VILTU LOSNA VIÐ GAMLA BÍLINN?

Kaupi bíla 25-350þús
Hringdu S. 615 1810 eða sendu
sms og ég hringi til baka

Bílaþjónusta

VAKA
VIÐ VÖKUM MEÐ ÞÉR!
KRANABÍLAÞJÓNUSTA
ALLAN SÓLAHRINGINN

Sími: 567 6700 | vakahf.is

Þjónusta

Hreingerningar

VY-ÞRIF EHF.
Öll almenn þrif, fyrir heimili,
húsfélög, fyrirtæki o.fl. Gerum
verðtilboð. S. 512 4010 www.vy.is

Bókhald

Bókhald, VSK, laun, skattskýrslur
og stofnun fyrirtækja. Fagleg
vinnubrögð á sanngjörnu verði.
Bókhald og þjónusta ehf. Sími 511
2930.

Búslóðaflutningar

Ert þú að flytja? Búslóðafl.,
fyrirtækjafl., planófl. o.fl. Extra
stór bill. Búslóðalyfta. Flutningaþj.
Mikael. S. 894 4560 www.flytja.is
flytja@flytja.is

Húsaveiðhald

HÚSAVEIÐGERÐIR

ENDURBÆTUR OG NÝSMÍÐI

- Smíðavinna
- Múrvinna
- Málningarvinna

788 8870
eind@eind.is

Eind ehf

FLÍSLAGNIR - MÜRVERK

• FLOTUN - SANDSPARSL -

MÁLUN - TRÉVERK

Ásamt öllu almennu viðhaldi

fasteigna.

Áratuga reynsla og þekking skilar

fagmennsku og gæðum.

Timavinna eða tilboð.

Strúctor byggingaþjónusta ehf.

S. 893 6994

k2

LOFTSTOKKAHREINSUNIN

• FYRIRTÆKI

• FJÖLBÝLISHÚS

• SKIP

• VEITINGASTAÐIR

Við hreinsum allar gerðir

loftæstikerfa. Hafðu samband og

pantaðu frjá ástandsskoðun í síma:

557 7000 eða inná www.k2.is

Keypt & Selt

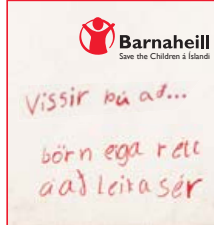
Til sölu



Kassagítarar í úrváli Gítarinn
ehf. Kassagítarar á tilboði
Rafmagnsgítarar á tilboði Stórhöfða
27 s 552 2125 www.gitarinn.is
gitarinn@gitarinn.is



Ný veiddur Hornafjarðarhumar
og fleira göðgæti úr hafinu.
Humarsalan SÉRFRÆÐINGAR
Í SJÁVARFANGI. WWW.
HUMARSALAN.IS S. 867 6677



Vissir þú að...
börn ega ræði
að leikisér

Til sölu



Gamli glugginn úr,
nýi glugginn í
...svo einfalt er það

Nýsmíði á gluggum og hurðum,
ásamt ísetningum og viðhaldi.

Hafðu samband og við metum ástandið.

Smíðjuvegur 12, rauð gata - S. 566 6630 - gluggagerdin@gluggagerdin.is

Ábendingahnappinn má
finna á www.barnaheill.is

SAFT



Skemmtanir

CATALINA
CAFÉ • RESTAURANT • SPORTBAR
Best geymda leyndarmál Kópavogs
Gullnámán

BOLTINN Í BEINNI
LEIKIR HELGARINNAR
FÖSTUDAGUR
20:00 Wolves - Liverpool
LAUGARDAGUR
12:30 Arsenal - Burnley
15:00 Chelsea - Leicester
17:30 Cardiff - Man. Utd.
Boltatilboð

LIFANDI TÓNLIST
RÚNAR ÞÓR & KLETTAR
Spilar fyrir dansi
FÖSTUDAG & LAUGARDAG
FRÁ KL. 00.00 - 03.00

HAPPY HOUR VIRKA DAGA FRÁ 16-19
SKÖTU VEISLA
Á ÞORLÁKSMESSE
VESTFIRSKT SKÖTUHLAÐBÓRÐ
FRÁ KL. 11.30 - 15.00 & 18.00 - 21.00
SÍMI 554 2166
HAMRABORG 11 • 200 KÓPAVOGUR
WWW.CATALINA.IS

Þjónustuauglýsingar

Sími 550 5055

Snyrti & nuddstofan Smart

Kirkjulundi 19 • 210 Garðabæ

Alltaf frábær tilboð í gangi hjá okkur!
Kíkjið á facebook síðu okkar:
facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

Verið hjartanlega velkomin.

Timapantanir í s. 789 3031 & 897 3035 • helgasig2@gmail.com
og á Facebook.com/snyrti og nuddstofan smart

Geymsluskúrar / gestahús til sölu



- Þrjár stærðir 7,5/9,5/14,9 fm.
- Veggjagrind út 45x95 timbri.
- Pappi og bárustál á þaki.
- Rofar og tenglar IP44 rakaheldnir.
- Skúrar sem þola veður og vinda.

Nánari upplis; reisum@simnet.is eða
s. 899 0913 Friða, www.reisum.is

LOK Á HEITA POTTA



Framleiðum einangrunarlok
og yfirbreiðslur á allar
tegundir potta.
Metum ástand og gerum við.
www.fjardarbolstrun.is

Fjardarbolstrun S. 561 4188 • 840 0339 • fjardarbolstrun@gmail.com



HÖFÐABÓN
BÓN OG ÞVOTTUR
Hægt að panta tíma á höfðabón.is

Höfðabón ehf • Dugguvogi 10 (bakvið húsið)
S: 552 7772 eða sendu á okkur línu á bonhofda@gmail.com

LED leiðiskrossar



- Gengur fyrir rafhlöðum eða tengist rafmagni.
- Rafhláða endist um það bil í einn mánuð.

Upplýsingar í s. 699 6869 og rafeindir.is

viftur.is

Viftur • Blickrör • Aukahlutir

ishúsið
S: 566 6000 • Smíðjuvegur 4a, 200 Kópavogur



Alla fimmtudaga og laugardaga

arnarut@frettabladid.is gudruninga@frettabladid.is



JS LÍÐASMIÐJAN
 Skemmtunumál 34 - 200 Kóp. Sími 554 0661
 Til sölu 12 volta leiðiskrossar með rafgeymi, einnig 24 volta og 32 volta vandaðir díóljúðisakrossar á leiði. JS Líðasmiðjan ehf. Skemmtuvegur 34 (brún gata) 200 kóp. S. 554 0661, 897 4996 & 699 2502. Opíð virka daga 8-18 og á laugardögum í desember 10-16.



Ungnautakjöt beint frá býli. Minnst 1/8 úr skrokk. Hakkl, gúllas, snitsel og steikur. www.myranaut.is s. 868 7204

Óskast keypt

KAUPUM GULL - JÓN & ÓSKAR
 Alla virka daga í verslun okkar Laugavegi 61 Jón & Óskar jonogoskaris s.552-4910

Skólar & Námskeið

Ökukennsla

Ökukennsla, aðstoð við endurtökuþróf og akstursmat. S. 893 1560 og 587 0102, Páll Andrússon.

Heimilið

Barnavörur



VAGNSTYKKI + KERRYSTYKKI + SKIPTITASKA
 Verð frá 99.900 kr. Barnið Óskar - Hlíðasmára 4 - 201 Kóp. barnidokkar.is

Húsnæði

Húsnæði í boði

TIL LEIGU NÝLEGT 165 - 570 FM ATVINNUHÚSNÆÐI Í 116 REYKJAVÍK VERÐ FRÁ KR 990 FM

165 og 285 fm bíl með allt að 9 m lofthæð, stórar innkeyrsludyr, góð malbikuð lóð, og greið aðkoma.

Nánari upplýsingar veitir Sverrir í s. 661 7000

Geymsluhúsnæði

GEYMSLUR.IS
 Sími 555-3464

Þarftu þitt pláss? Við erum með nóg af því. Allt að 20% afsláttur. www.geymslur.is

Veislur



SKÖTUVEISLA

AÐ VENJU VERÐUM VIÐ MEÐ HÍÐ MARGRÓMAÐA VESTFIRSKA SKÖTUHLAÐBORÐ

Á ÞORLÁKSMESSU

FRÁ KL. 11.30 - 15.00 & 18.00 - 21.00

STÓRSKATA • SALTFISKUR • PLOKKFISKUR • RÓFUR • KARTÖFLUR
 SÍLD • HAMSATÓLG • SMJÖR • HNOÐMÖR • RÚGBRAUÐ • KAFFI & KONFEKT

VERÐ 3.900 KR.

12 ÁRA OG YNGRI **1.900 KR.**

FRÍTT

FYRIR 6 ÁRA OG YNGRI.

SÍMI 554 2166

HAMRABORG 11 • 200 KÓPAVOGUR

Best geymda leyndarmál Kópavogs

WWW.CATALINA.IS



Þarftu að ráða starfsmann?

Ráðum sérhæfir sig í ráðningum og mannauðsráðgjöf. Við komum til móts við þarfir fyrirtækja og sérsníðum lausnir sem henta hverjum viðskiptavini.

ráðum
 ráðningarstofa

RÁÐUM EHF • Sími 519 6770
 www.radum.is • radum@radum.is

Þú finnur draumastarfið á

Job.is



Heilbrigðisþjónusta



Iðnaðarmenn

GLÆNÝ OG
 FERSK STÖRF
 Í HVERRI VIKU



Job.is