

föstudagur

FYLGIRIT FRÉTTABLAÐSINS 20. febrúar 2009

Jóhanna Guðrún Jónsdóttir
keppir fyrir Íslands hönd í
Eurovision í Rússlandi í maí

VIL LOSNA

við barnastjörnustimpilinn

* EFTIRSÓTT Í *
ÁSTRALÍU

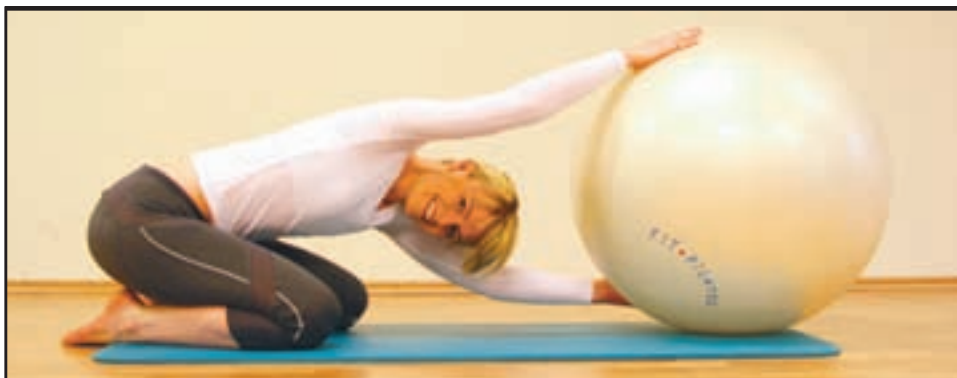
Anna Ósk Erlingsdóttir
hefur tekið myndir fyrir
fræga hönnuði

* FRJÓSEMI Í
KREPPUNNI

Margir landsþekktir
tónlistarmenn eiga von á
barni á komandi mánuðum

* ÁHERSLA Á
AXLIRNAR

Berar axlir verða
áberandi í vor- og
sumartískunni í ár



Fit Pilates

í húsi Hreyfigreiningar, Höfðabakka 9.

Nýtt 4 vikna námskeið að byrja, styrktu líkamann með skemmtilegum æfingum.
Enginn hamangangur heldur rólegar og árangursríkar æfingar.

HREYFI GREINING

Morguntímar, hádegistímar og kvöldtímar.

Skráning í síma 892-3808

núna

* kætumst yfir konudegi

HELGI SELJAN SJÓNVARPSMAÐUR

„Ég ætla að varast það fyrst og fremst að gera einhver plön fyrir helgina. En ég ætla að reyna að komast út með dóttur mína, sem hefur verið í stofufangelsi vegna veikinda í á aðra viku. Svo langar mig í leikhús.“



helgin
MÍN



Frjósamir tónlistarmenn

Þeim fjölga óðum tónlistarmönnum sem eiga von á barni á komandi mánuðum. Eins og komið hefur fram á Birgitta Haukdal von á sínu fyrsta barni með eiginmanni sínum, Benedikt Einarssyni, í vor, en þau giftu sig í október síðastliðnum. Söngkonan Védís Hervör á jafnframt von á sínu fyrsta barni um mitt sumar með Þórhalli Bergmann. GusGus- og Esjusöngvarinn Daniel Ágúst Haraldsson á von á barni með plötusnúðnum Kitty von sometime og mun það vera fyrsta barn parsins. Þá á tónlistarmaðurinn Barði Jóhannsson von á sínu fyrsta barni innan skamms með Elmu Stefáníu Ágústsdóttur, en það vill þannig til að fyrrum sambyliskona hans, stílistinn Agnieszka Baranowska, á einnig von á sínu fyrsta barni um svipað leyti með plötusnúðnum Árna Einari Birgissyni.



Anna Ósk Erlingsdóttir ljósmyndari:

EFTIRSÓTT Í ÁSTRALÍU

Það var stór ákvörðun að flytja út og fara að læra ljósmyndun,“ segir Anna Ósk Erlingsdóttir sem sneri við blaðinu og fór að læra ljósmyndun á fertugsaldri. Hún sagði skilið við starf sitt sem aðstoðarkona aðstoðarforstjóra Íslenskrar erfðagreiningar og flutti til Svíþjóðar þangað sem leiðin lá svo til Ástralíu í ljósmyndanámi.

„Ég fór að vinna á elliheimili í Svíþjóð til að læra tungumálið þegar ég flutti út, en var þá farin að hallast að ljósmyndun. Þegar ég var 35 ára flutti ég svo til Ástralíu þar sem ég fór að læra ljósmyndun og stuttu síðar var ég farin að vinna í fullu starfi fyrir ýmsa þarlenda hönnuði,“ útskýrir Anna Ósk sem vakti fljótt athygli fyrir ljósmyndir sínar. Ein mynd hennar birtist til að mynda á forsiðu ljósmyndatímaritsins Better Digital, ásamt ítarlegri grein um Önnu, en áður en hún lauk námi var ein af myndum hennar valin á sýningu í hinu virta ljósmyndasafni National Portrait Gallery í Canberra. „Myndin, sem nefnist Solitude, var keypt af listamanni og send til hans í pósti. Hann hringdi svo í mig nokkru síðar þegar myndin hafði ekki enn skilað sér og þá kom í ljós að hún hafði verið í pósthól sem fórst undan ströndum Sydney og flugmaðurinn látið lífið. Eigandinn segist ætla að hengja upp verkið hvenær sem það finnst, en það er eflaust enn einhvers staðar á sjávarbotni,“ segir Anna Ósk sem flutti heim til Íslands í apríl í fyrra.

„Það er mjög erfitt að fá vísa í Ástralíu ef þú ert kominn yfir þritugt og ert ekki hjúkka, múrari eða annað sem sóst er eftir. Þá er eiginlega eina leiðin að gifta sig, en þó svo að ég væri í sambandi í Ástralíu fannst mér það ekki rétta leiðin til að komast inn í landið og ákvað að flytja heim. Ætlunin er að flytja aftur út og vinna erlendis, en núna er maður bara að velta fyrir sér næstu skrefum og taka ljósmyndaverkefni hérna heima,“ segir Anna að lokum, en áhugasömum er bent á heimasíðu hennar www.annaosk.com.



Eftirsótt Anna Ósk sérhæfir sig í listrænni tísku- og portrettljósmyndun. Ein af ljósmyndum Önnu birtist á forsiðu tímaritsins Better Digital.

Árangur fer eftir gæðum Hvaða Spirulina ert þú að taka?

29 vítamín og steinefni · 18 aminosýrur · Bláðgræna · Omega GLA fitusýrur · SOD eitt öflugasta andoxunarensím líkamans

Eingöngu lífræn næringarefni tryggja betri upptöku og nýtingu í líkanum.

LifeStream®

Aukið úthald,
þrek og betri líðan

Gott fyrir ræktina og mikið álag. Spirulina inniheldur mikið af bláðgrænu og glyccogen, því meira glyccogen sem er til staðar í líkanum við æfingar því betri árangur. Bláðgræna eykur súrefnisfluttning í blóðinu. Ef Spirulina er tekið inn 1/2 tíma fyrir æfingar eða annað álag gefur það aukið þrek, úthald og einbeitingu. Dregur úr þirringi, sleni og sætindabörf, truflar ekki svefn. Gæðastaðall ISO9001, ISO1401.



Fæst í apótekum, heilsubúðum og Fríhöfninni.

www.celsus.is

Barn á hverri stundu hjá Sigríði Andersen

Kasólétt í prófkjöri

„Ég er sett á 4. mars en síðast átti ég viku fyrir settan dag og ég er kominn 38 vikur á leið þannig að barnið gæti komið á hverri stundu,“ segir Sigríður Ásthildur Andersen, varaþingmaður Sjálfstæðisflokksins. Sigríður tekur þátt í prófkjöri Sjálfstæðisflokksins í Reykjavík sem fram fer 13. og 14. mars.

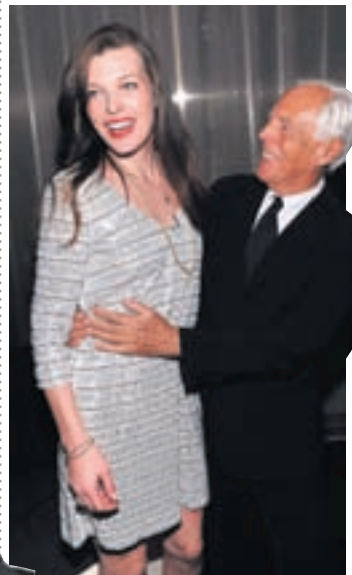
Hún segir ekki hafa komið til greina að sleppa því að taka þátt þrátt fyrir að vera kasólétt í baráttunni og jafnvel nýbökud móðir þegar það fer fram. „Ég á eina stúlkunni fyrir, þriggja ára. Sú fæðing og meðganga gekk mjög vel og meðgangan núna hefur sömuleiðis gengið vel. Ég á líka mjög góða fjölskyldu og góða stuðningsmenn að, það fer náttúrulega enginn einn í gegnum prófkjörsbaráttu.“

Sigríður hefur aðeins einu sinni tekið sæti á þingi en vonast til að tryggja sér öruggt þingsæti núna. Hún stefnir á eitt af efstu sætum í kjördæminu. „Ég lít svo á að ég sé að svara kalli um endurnýjun,“ segir Sigríður sem starfar sem lögmaður á lögmansstofunni Lex.

Kasólétt Sigríður er gengin 38 vikur og er eiturrhess.



* augnablikið



KOMDU OG KYSSTU MIG

Giorgio Armani fagnaði komu leikkonunnar og fyrirsætunnar Millu Jovovich í opnun nýrrar verslunar hans í New York. Búðin er við Fifth Avenue fyrir þá sem eiga leið hjá.

föstudagur

Útgáfufélag 365 miðlar ehf. Forsíðumynd Anton Brink
Útlitshönnun Kristín Agnarsdóttir Auglýsingar Sigríður Dagný Sigurbjörnsdóttir
sigridurdagny@365.is sími 512 5462 Föstudagur Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

ýmis tilboð
í gangi!

tilboðs horn!

þar fást gallaðar vörur
á mikið lækkuðu
verði!

FIDRILDAKLEMMUR
tvær saman í pakka

verð
990,-

LUKT stór, hæð 70cm
verð 12.900,-

LUKT mið, hæð 50cm
verð 8.900,-

LUKT lítil, hæð 40cm
verð 6.900,-

LUKT sór
hæð 80 cm
verð
12.900,-

LUKT mið
hæð 60 cm
verð
8.900,-

Nýtt!

Vorum að taka upp
einstakar luktir!

Notalegar inni í vetur og upplagðar í
garðinn í sumar.

Hálsmen
á flottu
verði!

LUKT lítil
hæð 40 cm
verð
6.900,-

HÁLSMEN sex litir
verð 1.290,-

litrikir
púðar sem
hleypa gleði í
skammdegið

HÁLSMEN OG EYRNALOKKAR
sex litir verð 990,-

BORÐSKRAUT, í úrvali

PÚÐAR, margar tegundir
verð frá 1.990,-
til 2.450,-

the
PIER

komdu inn í hlýjuna ...

Opið 11-19 mán-fös, 10-18 lau, 12-18 sun.

Lokað á Korputorgi sunnudaginn 22. feb. vegna talningar

Smáratorgi 3 / 201 Kópavogi / sími: 522 7860 / / Korputorgi / 112 Reykjavík / sími: 522 7870

bak við tjöldin

Stjörnumerki:
Vog.

Besti tími dagsins:
Rétt fyrir hádegi.

Geisladiskurinn í spilaranum:
Mariah Carey.

Uppáhaldsverslunin:
Karen Millen.

Uppáhaldsmaturinn:
Pekingönd eða spaghetti.

Líkamsræktin:
Æfi 5-6 sinnum í viku, lyfti og hleyp til skiptis, svo er ég líka hestum.

Mesta dekrið:
Heitt bað eftir erfiðan dag.

Mesta freistingin:
Ís með heitri kara-
mellusósu!

Ég lít mest
upp til...

Foreldra minna fyrir að vera góðar
fyrirmyndir.

Áhrifavaldurinn?

Mamma mín fyrir að vera sú fyrsta
til að hafa trú á mér
sem söngkonu.

Draumafríð?

Fara til New York
með múttu að
versla og í leikhús
og óperuna.

Hverju myndirðu
sleppa ef þú yrðir
að spara?
Minnka eða hætta
fatakaupum.



BOLIR 2.990

SKYRTA 5.990

PILS 6.990

GALLABUXUR 8.990

BLEND

Kringlan // Smáralind // Keflavík
www.blend.is

AETLA AÐ GE MITT ALLRA BES

Jóhanna Guðrún
hefur sungið frá því
að hún var tveggja ára
gömul. Í dag er hún orðin
átján ára og er á leiðinni
til Moskvu sem fulltrúi
Íslands í Eurovision.

Viðtal: **Indiana Ása Hreinsdóttir**
Ljósmynd: **Anton Brink**

Ég vona af öllu hjarta að sigurinn eigi eftir að hjálpa mér við að losna við barna-stjörnustimpilinn en maður veit aldrei. Sumir eiga erfitt með að sjá mig sem fullorðna konu í stað lítillar stelpu með tikarspena og það er erfitt að vinna vinnuna sína þegar fólk tekur mann ekki alvarlega,“ segir söngkonan Jóhanna Guðrún Jónsdóttir, fulltrúi Íslands í Eurovision-keppninni sem fram fer í Rússlandi í maí. Eins og alþjóð veit sigraði Jóhanna Guðrún í keppninni hér heima síðasta laugardag með laginu Is It True eftir Óskar Pál Sveinsson.

Þrátt fyrir að vera aðeins 18 ára gömul er Jóhanna Guðrún langt frá því að vera nýgræðingur í tónlistarbransanum en hún hefur starfað sem söngkona frá níu ára aldri. Sjálf segist hún reyndar hafa sungið frá því hún var tveggja ára. „Það hefur aldrei komið neitt annað til greina hjá mér en að verða söngkona og mamma segist meira að segja hafa fundið að ég væri eitthvað öðruvísi strax á meðgöngunni. Ég var óvenjulegt barn, ekkert betri eða verri en bræður mínir, bara öðruvísi,“ segir Jóhanna Guðrún brosandi.

Jóhanna ólst upp í Hafnarfirðinum og eftir Setbergsskóla lá leiðin á félagsfræðibraut í Flensborg. „Mér gekk ágætlega í skóla, var hvorki lélegur námsmaður né einhver dúx, en námið hentaði mér ekki. Ég vissi alveg hvað ég vildi gera.“ Ef hún hefði ekki sönginn segir hún eitthvað annað tengt listinni hafa orðið fyrir valinu. „Ég hef engan áhuga á að læra náttúrufræði eða eitthvað slíkt svo ef ég yrði að velja eitthvað annað en söng yrði það leiklist eða dans.“

Það er í nógu að snúast hjá Jóhönnu Guðrúnu því það er að mörgu að huga fyrir stóru keppnina í Moskvu. Auk þess er hún sjálf að kenna söng í Söngskóla Mariu Bjarkar og í söngnámi í Söngskóla Reykjavíkur. „Svo er ég að vinna á fullu við að syngja, mæta á fundi og í viðtöl. Sérstaklega í kringum Eurovision. Þetta er mikil pressa en rosalega spennandi tækifæri.“

MARKIÐ EKKI SETT Á HEIMSFÆRÐ

Jóhanna segist laus við sviðsskrekki og kvíðir ekki fyrir að syngja frammi fyrir milljónum manna um alla Evrópu. „Ég hef góða reynslu og hef sungið frammi fyrir fullt af fólki þótt það sé ekkert í líkingu við þennan fjölda,“ segir hún og bætir við að henni takist einhvern veginn að róa sig áður en hún stígur á svið. „Maður er alltaf með smá stresshnút í maganum sem er bara



eðlilegt en ég er alltaf róleg þegar ég fer upp á svið. Ég veit eiginlega ekki hvernig ég róa mig, það er eins og líkaminn fari í ákveðið ástand og ég byrja bara að geispa. Ég er heppin því stressið getur skemmt fyrir og öryggi skiptir gríðarlegu máli í þessum bransa.“

Jóhanna Guðrún hefur verið með annan fótinn í Bandaríkjunum frá tólf ára aldri en hún segir markmiðið aldrei hafa verið sett á heimsfræð. „Ég var heppin að fá þetta tækifæri og starfaði með afar færðu fólki sem þroskaði mig sem tónlistarmann. Það var bara enginn markaður fyrir tólf ára stelpu og í dag hefur markaðurinn tekið dýfu vegna efnahagsástandsins. Mig langaði aldrei að verða næsta Britney eða Christina Aguilera, mitt markmið var einfaldlega að geta lifað af tónlistinni og haft það gott,“ segir hún.

Hún segist ekki hafa fundið fyrir þeirri kröfu að hún þyrfti að ýta undir kynþokkann á meðan hún reyndi fyrir sér í Ameríku. „Ég var svo ung og ekki komin á þann stað að koma fram einhvers staðar.“ Öllum að óvörum tók Jóhanna Guðrún að sér aðalhlutverk-ið í Madonnu-sjóvinu á Broadway í fyrra og túlkaði hina ógrandi söngkonu, þá 18 ára. „Mér fannst það ekkert mál og þetta gekk mjög vel. Ég var bara að leika þennan karakter, þetta var ekki ég.“

LAGIÐ GETUR EKKI KLIKK- AÐ

Jóhanna segist ekki hafa trúað því að hún myndi sigr keppnina hér heima. Öll lögin hafi haft sína kosti og komu til greina sem sigurvegarar. „Að mínu mati var alveg fullt af góðum lögum þarna og mér fannst til dæmis lagið hans Jógvans æðislegt. Hann er líka svo flottur með fallega útgeislun. Edgar Smári var líka flottur og lagið Easy to Fool kom vel til greina sem og Elektra. Hins vegar er ég mikil keppnismanneskja og reyndi að halda væntingunum niðri á jörðu því annars yrði ég brjáluð ef ég myndi ekki sigr,“ segir hún og hlær.

Lagið Is It True er falleg ballaða og Jóhanna hefur tröllatrú á því. „Eins og ástandið er í þjóðfélaginu held ég að fólk sé ekki í stuði fyrir eitthvert djókatríði. Núna ætlum við að gera þetta að alvöru og senda fallegt lag og klassískt atríði. Ég vona bara að þetta virki og við munum gera okkar besta til að gera þetta eins sviðsvænt og hægt er,“ segir hún og bætir við að hún sé ekki búin að velja kjólinn. „Ég er bara búin að ákveða að hann verður geggið flottur,“ segir hún hlæjandi.

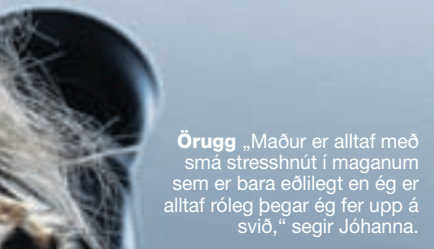
UNG OG ÁSTFANGIN

Jóhanna Guðrún býr í foreldrahúsum en foreldrar hennar hafa staðið við bakið á henni í gegnum allan hennar feril. Hún segist mikil mömmustelpa og hefur þegar fengið leyfi fyrir að mamma hennar komi með út til Rússlands. „Ég verð að hafa mömmu með og helst pabba líka. Þau hafa alltaf stutt við mig og ýttu mér í þessa átt þegar ég var lítil og fyrir það er ég mjög þakklát,“ segir hún og bætir við að þau séu rosalega spennt fyrir hennar hönd.

Þrátt fyrir að hafa verið í sviðsljósinu frá barnsaldri hefur Jóhönnu Guðrúnu tekist að halda sér vel á jörðinni og vill helst vera heima í faðmi fjölskyldu og vina. „Ég er dálítið gömul kerling í mér, hef aldrei drukkið áfengi og stunda ekki djammið. Mér finnst miklu skemmtilegra að vera með vinunum, fara í ræktina og svo er ég mikil hestakona og á þrjá hunda.“ Hún viðurkennir að ferillinn hafi tekið sinn toll, hún sé til að mynda ekki í jafn miklu sambandi við vinkonurnar og áður enda séu leiðir þeirra ólíkar.

Jóhanna er á föstu en sá heppni heitir Ólafur Friðrik. Þau hafa verið saman í tvö ár en höfðu lengi vitað hvort af öðru. „Hann bjó í næsta húsi og við vorum saman í skóla. Við byrjuðum bara að hittast einn góðan laugardag og höfum ekkert hætt síðan,“ segir hún og viðurkennir að hún sé ástfangin. „Við deilum áhuganum á tónlistinni,

RA
STA



Örugg „Maður er alltaf með
smá stresshnút í maganum
sem er bara eðlilegt en ég er
alltaf róleg þegar ég fer upp á
svið,“ segir Jóhanna.

hann er svona dundari og spilar
á gítar og er mjög mikill áhuga-
maður um tónlist,“ segir Jóhanna
og bætir við að það væri frábært
að hafa hann með út til Rússlands líka.

Á TOPPI FERILSINS

Jóhanna hefur eins og flest aðrir
Íslendingar fylgst með Eurovision-
keppninni í gegnum árin en hún
segist enginn gúrú um keppni-
na. Uppáhalds Eurovision-lögin
hennar eru All Out Of Luck með
Selmu og Waterloo með Abba.
Aðrir áhrifavaldar þegar kemur
að tónlist eru Whitney Houston,
Celine Dion og Mariah Carey. „Ég
hef alltaf verið veik fyrir þessum
stóru söngkonum og svo tók ég
Madonnu-tímabil eins og flestar
stelpur,“ segir hún og viðurkenn-
ir að auðvitað vonist hún eftir að
tilheyra hópi þessara díva í fram-
tíðinni.

Talandi um framtíðina. Aðspurð
segist Jóhanna Guðrún vonast til
að hún eigi eftir að geta lifað sem
söngkona. „Það er ekkert sjálfgefið
að það sé hægt. Landið er lítið og
verkefnin takmörkuð svo ég von-
ast til að geta farið út fyrir land-
steinana með tónlistina mína,“
segir hún en plata hennar, But-
terflies and Elvis, kemur aftur í
búðir á næstu dögum.

Varðandi ráð handa stelpum
sem vilja feta í hennar fótspor
segir Jóhanna að metnaðurinn
skipti öllu máli. „Maður verður
líka að vera með bein í nefinu. Þótt
það sé mikið af góðu fólki í brans-
anum hér heima eru hætturnar
margar og maður verður að hafa
báða fætur á jörðinni og hugsa vel
um sig. Eins er gott að hlusta á þá
sem eru eldri og vitrari en hafa
það alveg á hreinu að það ert þú
sem tekur ákvörðunina,“ segir hún
ákveðin og viðurkennir að vera í
dag á toppi síns ferils. „Já, það má
segja það,“ segir hún og bætir við
að næsta markmið sé að fara til
Rússlands og gera sitt allra besta.
„Vonandi tekst það og opnar dyr
að einhverju skemmtilegu.“

Karlmannlegur
ferskur ilmur

Nýr ilmur frá Hugo fyrir karlmenn er
væntanlegur í búðir eftir helgi, Hugo
Element. Ilmurinn er karlmannlegur,
ferskur og nútímalegur segja framleiðend-
ur en það lætur vel í eyrum flestra karla
sem kvenna. Útlitið á flöskunni sem ilmur-
inn kemur í er líka einkar flott, fyrirmyndin
er súrefnishylki og hönnunin ber vott um
frumlega hugsun Hugo. Karlmenn sem vilja
ilma vel og konur sem vilja vel lyktandi
karla geta fest sér eintak í öllum helstu
snyrtivöruverslunum og apótekum frá og
með mánudeginum.



Fjögurra vikna
Lúxusnámskeið

fyrir konur og karla

MISSTUM **23** KÍLÓ
TIL SAMANS Á 3 MÁNUÐUM

Kristbjörg og Guðbjörg Sveinbjörmsdætur



Við systurnar ætluðum einungis á eitt námskeið en þau urðu þrjú og
árangurinn lét svo sannarlega ekki á sér standa. Misstum 23 kíló til
samans á þremur mánuðum. Það eigum við Gunnari Má þjálfara og
starfsfólkinu á Nordica Spa að þakka. Frábært aðhald, skemmtun, útrás
og velliðan. Við gátum þetta og því getur þú þetta líka.

ÉG GERÐI ÞETTA AF **SKYNSEMI**
ÞÚ GETUR ÞAÐ LÍKA

María Másdóttir



Frábær leiðsögn, frábær stöð og mesta aðhald sem hægt er að fá.
Betra en einkaþjálfun! Svo er líka fínt að klíóin fuku og orkan hefur aukist
og almenn velliðan. Ég missti 6,2 kg á 4 vikum. Ég gerði þetta af
skynsemi og þú getur það líka!



Lúxusnámskeið NordicaSpa er hannað til
að koma þér af stað á mjög árangursríkan
og einfaldan hátt. Tilgangur námskeiðsins
er að koma þér á æðra stig hvað varðar
líkamlega og andlega heilsu.

- Fimm tímar í viku – Brennsla og styrkur
- 3 öflugir brennslutímar
- 2 styrktartímar í sal undir handleiðslu þjálfara
- Vikulegar mælingar
- Ítarleg næringarráðgjöf
- Fyrirlestur – Borðaðu til að léttast og auka orkuna
- Slökun og herðanudd eftir hverja æfingu
- Hollustudrykkur eftir hverja æfingu
- Takmarkaður fjöldi
- 6:30, 7:30, 10:00, 16:30 og 18:30 fimm sinnum í viku
- Þjálfari er Gunnar Már Sigfússon

1. vika – Orkuhleðsla

Í fyrstu vikunni byggir þú upp orku og kemur líkamanum í jafnvægi.

2. vika – Öflug melting – Aukin brennsla

Í viku tvö er verið að efla og bæta meltinguna til að þú fáið sem mest
út úr holla matnum sem þú ert að borða.

3. vika – Hormóna jafnvægi – Hreinsun

Þriðja vikan mun koma jafnvægi á hormónaflæði líkamans sem mun
hafa áhrif á skap þitt, lífsorku og kraft.

4. vika – Ónæmiskerfi eft – Jafnvægi

Í viku fjögur byggjum við upp ónæmiskerfið og hjálpum því að verja
líkamann á náttúrulegan hátt.

Ný námskeið hefjast 2. mars

Skráning er hafin í síma 444 5090 eða
nordicaspa@nordicaspa.is ■ www.nordicaspa.is

Hilton Reykjavík Nordica Hotel
Suðurlandsbraut 2
Sími 444 5090
nordicaspa@nordicaspa.is
www.nordicaspa.is

N O R D I C A S P A



Styrkur og hugarró

Angelica er íslensk náttúruafurð úr ætíhvönn. **Angelica** inniheldur heilsuþættandi efni sem geta dregið úr kvíða og gefið þér aukna orku.

Sæktu styrk í íslenskt náttúruafli!



SAGAMEDICA
www.sagamedica.is



Fáanlegt í lyfja- og heilsuvöruverslunum og völdum stórmörkuðum

SALON REYKJAVÍK

Sími: 568 5305 • Grandagarði 5

Opið virka daga 9⁰⁰ - 18⁰⁰
Laugardaga 9⁰⁰ - 13⁰⁰



tíðin

* lærum eitthvað nýtt

SANNLEIKURINN UM LÍFIÐ Pétur Jóhann Sigfússon þykir án efa einn myndnasti leikari Íslands og gefur ekkert eftir í nýju verki í Borgarleikhúsinu. Skelltu þér í leikhús á konudaginn og sjáðu spreng-
hlægilega leiksýningu eftir Sigurjón Kjartansson.



EAGLES
TÓNLEIKADISKURINN



GRILLIÐ



PARTNERS-SPILID Þetta spil fæst ekki á Íslandi og fengum við það sent frá vinahjónum okkar í Danmörku. Allir sem spila þetta spil gjörsamlega kolfalla fyrir því. Mjög mikið spilað heima.



FÆÐINGAR- OG SKÍRNARGJÖFIN



LIVERPOOL FLASKAN

HEIÐAR AUSTMANN útvarpsmaður



GOLFSETTIÐ

RAKSPEGILLINN Þennan spegill fékk ég að gjöf frá ömmu minni þegar ég var aðeins 13 eða 14 ára gamall. Mjög sérstök gjöf sem mikið var hlegið að á sínum tíma en hefur fylgt mér hvert sem ég fer og er alltaf notaður.



LOTR-SETTIÐ Þetta eru einhverjar bestu myndir sem gerðar hafa verið. Nýt þess alltaf að horfa á þessar myndir og þá sérstaklega að taka maraþon um jóln.



GULLPENINGURINN Þennan pening keypti ég í Austurríki þegar konan og ég vorum stödd í Kehlsteinhaus sem var teihús Hitlers í gamla daga. Held mikið upp á hann og er frábær minning um gott sumarfrí.

GÖTUMARKAÐUR

50-70% afsláttur

Fatnaður • skór • fylgihlutir

Opið:

föstudaga 11-18 laugardaga 11-17

Nýtt kortafrímabil

FATÓ

gs skór

gallerisautján

www.ntc.is

galleri
laugavegi 91



Díva Grófar keðjur á kjól Natalie Cole vöktu athygli á hátíðinni.

Blá Cheryl Crow skartaði fagurbláum láttlausum kjól á Grammy-verðlaunahátíðinni.

Ófeimin Söngkonan Estelle kom fram ásamt Kanye West í þessum sérstaka kjól.

Flottir kjólar vestanhafs:

Áherslan á axlirnar

Vortískustraumarnir leyndu sér ekki á Grammy-verðlaunahátíðinni sem fram fór í Los Angeles fyrir skömmu. Stjörnumar voru hver annarri glæsilegri á rauða dreglinum og kjólarnir vöktu mikla eftirtekt eins og vanalega. Fjölbreytt snið með mismunandi áherslum á bera handleggi og axlir verða meira áberandi eftir því sem nær dregur sumri. Berar axlir voru sérstaklega áberandi á Grammy-verðlaunahátíðinni og þær voru ófáar tónlistarkonurnar sem skörtuðu síðkjólum í takt við vortískuna. Eins og sjá má voru sniðin og litirnir jafn mismunandi og þær voru margar og verður hver að dæma fyrir sig hver átti vinninginn.

ÁHRIFA-
valdurinn



VIGDÍS FINNBOGADÓTTIR

Erla Ósk Ásgeirsdóttir stjórnmálafræðingur

„Minn helsti áhrifavaldur hefur verið Vigdís Finnbogadóttir, fyrrverandi forseti Íslands. Hún hefur alltaf staðið fyrir gildum sem ég ber virðingu fyrir og hef reynt að tileinka mér. Hún hefur alltaf verið óhrædd við að takast á við verulegar áskoranir og litið á hindranir sem verkefni til að leysa. Jafnvel þegar hún hefur verið talsmaður bjartsýni og réttlætis ásamt því að vera baráttumaður fyrir framgangi og samstöðu Íslendinga. Ég man enn þegar ég var ung að árum og hún heimsótti Stykkishólm þar sem ég var búsett. Ég fékk að gróðursetja með henni nokkur tré og þetta er ein af þessum minningum úr æskunni sem lifir hvað sterkast.



Kleopatra Kristbjörg



Brot úr bókinni Hermikrákuheimur

En konur eru gáfaðar og þroskaðar, þess vegna taka þær kynlíf alvarlega og þær tengjast mönnunum sem þær eru með kynferðislega. Þær vita og finna að kynlíf er mál, það er það nánasta sem til er. Þú kemst ekki nær annarri manneskju. Þú ert að afhjúpa þig og gefa líkama þinn og sál. En karlmenn eru eins og skepnur og geta bara riðið eins og ekkert sé, vitið er bara ekki meira. Mér finnst það nú líka skortur á sjálsvirðingu að geta makað sig upp við einhverja og svo er það bara búið og ekkert mál.Hvað þá að geta makað sig upp við hverja sem er. Skyndikynni eru eitthvað svo sjúkt, svo sóðaleg og sýna mikla heimsku og skort á sjálfsvirðingu.

Verið velkomin á Geysir bistro bar

*Karlmenn munið
Könudaginn á sunnudaginn*

GEYSIR
Bistro & Bar

BISTRO & BAR
GEYSIR

Borðapantanir í síma 517-4300
Aðalstræti 2 - www.geysirbistrobar.is



KLINGENBERG SPÁIR

Sölvi Tryggvason fjölmiðlamaður

„Sölvi er fæddur 10.12.1978 og er því 29, 11, 2. Tvisturinn hefur oft hæfileika kamelljónsins. Hann getur aðlagð sig að öllu sem kemur upp í lífi hans, breytt um útlit, sett inn kraft sem þarf, svo ekkert mun í raun og veru hindra þann mann sem fæddur er þennan dag. Hann er það ákveðinn að komast langt að það er nákvæmlega sama hvað lagt er í götu hans, hann vippar sér bara yfir það. Hann fær fólk til að vinna með sér eins og forystusauður fær hjörðina til að elta sig heim.

Hann fyllir fólk eldmóði og það mun treysta á hann allt til dauða.

Sölvi hefur mikla þjónustu- og sölumannshæfileika, og það er í raun allt sem þarf til þess að lífið leiki við þig. Ég get ekki betur séð en að þessi blessaði maður eigi eftir að láta í sér heyra í pólitík vegna þess að hann hefur sterkar skoðanir á öllu og er réttlætissinni per excellans. Hann er hrifinn af öllum græjum og verður að hafa allt tipp topp í kringum sig.

Ellefu er masterstala sem færir fólk aukna töfra. Sölvi

þarf að hafa allt fullkomið í lífi sínu, þar af leiðandi er förunautur hans hinn fullkomni einstaklingur. Sölvi á eftir að eignast hina fullkomnu biblíusögufjölskyldu og börn hans eiga eftir að hafa krafta í kögglum og gott ef ég sé ekki einn eða tvo merkilega ípróttamenn. Við þurfum ekkert að tala neitt sérstaklega um þennan þátt sem Sölvi er að byrja með á Skjá einum því allt sem hann ætlar sér gengur vel. Til hamingju með lífið Sölvi minn.“

www.klingenberg.is

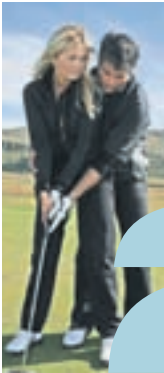


FRÁBÆR FÖSTUDAGUR

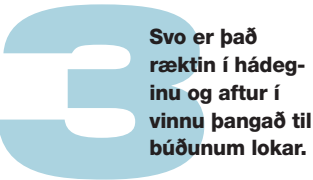
Björn Sveinbjörnsson



Ég byrja á því að vakna og fá mér góðan kaffibolla.



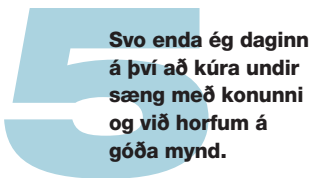
Núna fer ég í vinnuna og á fundi, en á sumrin þá væri það golfvöllurinn.



Svo er það ræktin í hádeginu og aftur í vinnu þangað til búðunum lokar.



Út að borða með konunni á kósý stað.



Svo enda ég daginn á því að kúra undir sæng með konunni og við horfum á góða mynd.

STÆRSTI SJÓNVARPSVIÐBURÐUR VETRARINS

IDOL STJÖRNULEIT Í KVÖLD KL. 20:30

ÞAD ER
ÖDÝRARA
AD SKEMMTA SÉR HEIMA

MEÐ VILDARÁSKRIFT AD STÖÐ 2 FYLGIR
STÖÐ 2 EXTRA OG STÖÐ 2 BIÓ FRÍTT MEÐ

IDOL
ÁSKRIFTARTILBOÐ
FÁF EXTRA FÁBIÓ
AÐEINS
6.310 KR.
Á MÁNUGI Í FJÓRA MÁNUGI