

FÖSTUDAGUR  
24. JÚLÍ 2015

Spotify-lagalistinn  
Sigga Lund  
**HRESSIR TÓNAR  
FRÁ STÓRBÓND-  
ANUM 2**

Sigga Dögg  
kynfræðingur  
**OPNAR UM-  
RÆÐUNA UM  
ÓLÉTTUTABÚ 6**

Skemmtilega fræðandi  
samfélagsmiðlar  
**GARDRÆKT;  
BLÓM, GRÖS OG  
JURTIR 8**

Helga Lilja Magnúsdóttir

## FATAHÖNNNUÐUR BYGGIR TÍSKUVELDI

FRÉTTABLAÐIÐ

► [visir.is/lifid](http://visir.is/lifid)



## SIGGA ER LÉTT Í LUND

**Sigga Lund** fjölmíðlakvendi sem er þekkt fyrir hressleika í útvarpinu hefur nú gerst stórbóni en það breytir ekki því að hægt er að hafa rifandi stuð í fjárhúsini. Þegar Siggu langar að dilla sér þá hefur hún þessa hressu tóna með í för.

● **LOVE ON THE TOP**  
BEYONCÉ

● **ALL ABOUT THAT BASS**

SCOTT BRADLEE'S POST-MODERN JUKEBOX

● **I CAN'T GIVE YOU ANYTHING BUT LOVE**  
LADY GAGA

● **COME FLY WITH ME**  
MICHAEL BUBLE

● **STARSHIPS**  
NICKI MINAJ

● **ON THE FLOOR**  
JENNIFER LOPEZ

● **BOOTY**  
DESTINY'S CHILD

● **I KNOW WHAT YOU WANT**  
BUSTA RHYMES, MARIAH CAREY

● **WORTH IT**  
FIFTH HARMONY, KID INC

● **TIME OF OUR LIVE**  
PITBULL, NE-YO

# ÁSKORUNIN AÐ VERA EINN

Flestum leiðist að vera einir með sjálfum sér og finna fyrir eirðarleysi og tómarúmi sem svo er fyllt upp í með skammtímagleði eða öðrum uppfyllingum. Við höfum öll gott af því að vera ein svona endrum og eins.

 **Friðrika Hjörðis Geirsóttir**  
umsjónarkona Lífsins | rikka@365.is

Eftir langan vinnudag og mikið árétti er stundum fátt betra en að vera einn með sjálfum sér, svona allavega rétt á meðan maður er að gíra sig niður. Mér finnst óskaplega gott að vera ein með sjálfri mér, stundum finnst mér það jafnvel einum of notalegt. Það er þó alltaf notalegt þegar húsið fyllist á ný af fjölskyldumeðlimum og vinum. Margir líta á einveruna sem einhvers konar tómarúm og verða eirðarlausir í slíkum aðstæðum, líður jafnvel illa. Gjarnan fara dagarnir í að fylla upp í þetta tómarúm, þeir raða verkefnum hverju á eftir öðru svo að aldrei eða sjaldan sé laus stund eða rými fyrir tómið. Margir finna jafnvel fyrir snert af samviskubiti ef stórar eyður er að finna í dagatalinu og finnsta þeir þurfa að gera eitthvað við tímann sem sífellt líður hraðar. Svo er það nú líka bannig að okkur mannfólkiniþykir gaman að segja frá annríki og fjölbreyttum uppáttækjum, jafnvel í óspurðum fréttum. Það er ekkert spennandi við að gera ekki neitt, eða hvað?

### Vanmetið fyrirbæri

Segja mætti að í nútímaþjóðfélagi væri þetta tómarúm vanmetið fyrirbæri því ef ekki væri fyrir það hefði eknið varla mikinn tilgang.

Kyrrðin, friðurinn, rými til að velta hlutum fyrir okkur og vinna okkar verk liggur í tómarúminu. Við höfum gott af því að vera stundum ein svo að við njótum frekar og kunnum að meta félagskrap annarra og aðra tilbreytingu í lífinu. Lífið á ekki að vera eins og rússibani alla daga, allan ársins hring. Stundum þarf að



staldra við, hugsa um það hvernig okkur líður núna, gera alls ekki neitt í smáttíma heldur leyfa sér

að sleppa takinu á tímanum og njóta tómarúmsins. Fyrir flestalla sem ég þekki og sjálfa mig

líka er þetta hrein og þein áskorun sem vert er að taka, allavega endrum og eins.

# ÚTSALAN er hafin

Nýtt kortatímabil

Opið virka daga kl. 11-18  
Opið laugardaga kl. 11-15

**black pepper**  
FASHION

Laugavegi 178 | Sími 555 1516

Kikið á myndir og verð á Facebook

## LÍFIÐ MÆLIR MED NÁTTÚRULEGUM LAUSNUM



Náttúran er rík af jurtum og fræjum sem hægt er að nota til að lina hin ymsu vandkvæði. Það þarf því oft ekki að leita langt yfir skammt til að nýta náttúruna og bæta heilsuna. Það þarf ekki að leita langt út fyrir borg eða bæ til að finna jurtir eins og hvönn, blóðberg, hundasúrur eða

jafnvel bara fífila til að malla seyði eða gera úr áburð. Í samfélagsmiðlunum á öftustu síðu blaðsins má finna ymsar vefsíður sem kynna þér hvernig nýta megi náttúruna til heilsueflingar. Nú er tíminn þegar allt er í blóma til að hugsa fram á við og vera búinn að tína og þurrka áður en fer að kólna.

**Lífið**  
www.visir.is/lifid

ÚTGÁUFÉLAG 365 miðlar ehf., Skaftahlið 24, 105 Reykjavík, sími 512 5000

Umsjón **Friðrika Hjörðis Geirsóttir** rikka@365.is • Ábyrgðarmaður **Kristín Þorsteinsdóttir** erlabjorg@365.is • Auglysingar **Atli Bergmann** atlib@365.is

Hönnun **Silja Ásthórssdóttir** silja@frettabladid.is • Forsíðumynd **Stefán Karlsson**

# Sólgleraugu í frið

VICTORIA BECKHAM

MARC JACOBS

MICHAEL KORS

GUCCI

DOLCE & GABBANA

BURBERRY

★ CONVERSE

CHROME HEARTS

Ray-Ban

orange

VOGUE

OAKLEY

PRADA

TOM FORD

Persol

Módel: Andrea Stefánsdóttir  
Umgjörð: RayBan 3025



[www.opticalstudio.is](http://www.opticalstudio.is)  
[www.facebook.com/OpticalStudio](https://www.facebook.com/OpticalStudio)

Optical Studio  
SMÁRALIND • LEIFSSTÖÐ • KEFLAVÍK

# BLÓÐ, SVITI OG TÁR

 **Sigga Dögg**  
blaðamaður  
[siggadogg@365.is](mailto:siggadogg@365.is)

**H**elga Lilja er fatahönnuðurinn að baki merkinu Helicopter sem hefur prýtt ófaar glæsikon-ur hér á landi. Helga er útskrifaður fatahönnuður frá Listaháskóla Íslands en námið þótti henni mikil áskorun. „Ég var svo ung begar ég var í Listaháskólanum og þar er mikið verið að rífa mann niður en einnig byggja mann upp en ég held að ég hafi aðallega tekið á móti niðurrifinu,“ segir Helga begar hún lítur til baka. „Það tekur tíma og broska að finna hver maður er sem hönnuður og á þessum tímapunkti þá átti ég erfitt með að finna mig og standa með mér,“ segir Helga og bætir við að hún hafi verið eini nemandinn úr hennar hópi sem ekki ætlaði að vera með eigið fatamerki. „Þetta er svo mikið hark og ég vissi það áður en ég kláraði skólann svo ég stefndi alltaf á að vinna hjá öðrum,“ segir Helga.

Fatihönnun er hark

Það var svo þegar Heiða úr Nikita keypti sér peysu sem Helga hafði saumað að spennandi tækifærri bankaði upp á, en þá var Helga verslunarstjóri í Trilogi. „Heiða bauð mér starf sem hönnuður hjá Nikita og það var algjör draumur, enda frábært að starfa þar,“ segir Helga og segir tímann hafa verið lærðómsrifkan. „Ég lærði svo margt um viðskiptin á bak við það að vera hönnuður þegar ég starfaði hjá þeim og það var ómetanlegt til að gefa mér sjálfstraustið og bekkinguna til að fara almennilega af stað með Helicopter,“ segir Helga.

Helicopter hefur svo sannarlega farið vel af stað en fimm ár eru síðan Helga Lilja tók stökkið út í djúpu laugina. „Að segja að þetta sé blóð, sviti og tár nægir engan

veginn til að lýsa því hvernig það er að vera fatahönnuður því þetta er hark, alla daga og alltaf, og oft stendur maður aleinn með sigrana og sorgina og það tekur á,” segir Helga Lilja. „Eg hef fjórum sinnum ætlað að hætta, bara gefast upp og sleppa þessu öllu saman, en svo ákvæð ég alltaf að gefa þessu smá meiri tíma,” segir Helga sem sér ekki eftir því enda eru flískurnar mjög eftirsóttar. Helga er einnig einn eigenda tísíkuverslunarinnar Kiosk, sem selur eingöngu flíkur eftir vel valda íslenska hönnuði. „Það að fá að taka þátt í Kiosk er ómetanlegt fyrir mig og hönnuðirnir þar eru svo klárir og gaman að vera hluti af svona frjóu teymi af smellingum,” segir Helga Lilja af ákafa með glampa í augum.

Ástin á Airwaves

Helga Lilja býr í Berlín ásamt ástmanni sínum, tónlistarmanninum Stephan Stephensen, fyrrverandi GusGus-medlimi. Helga Lilja segir ástina hafa læðst upp að sér pegas hún átti síst von á henni. „Ég var ein á göngu í miðbænum, eithvað sem gerist aldrei því maður er í raun aldrei einn á djamminum, en barna var ég á leið að sjá uppáhaldshljómsveitina mína á Airwaves begar ég mæti honum,“ segir Helga Lilja, sem neitar því ekki að fiðrildin hafi farið af stað. Það sem gerist næst er klippt beint úr rómáttiskri bíómynd. „Stebbi er í símanum og við mætumst barna, bæði ein, og begar hann sér mig þá bara slekkur hann á símanum í miðju samtali og sprýr hvert ég sé að fara og hvort hann megi koma með,“ segir Helga Lilja og skellir upp úr. Helga segir að Stebbi hafi haft augastað á sér og barna hafi örlögin loksns ýtt þeim saman. „Eftir þrijá daga spurði hann hvort ég vildi byrja með honum,“ segir Helga brosandi og segir sagan okkur það að ekki stóð á jákvæðu svari.



**„Ég hef fjórum  
sinnum ætlað  
að hætta, bara  
gefast upp og  
sleppa þessu öllu  
saman en svo  
ákveð ég alltaf að  
gefa þessu smá  
meiri tíma“**

Pau eru ævintýragjörn og ferðast saman um allan heim auk þess að sigla um á skútu sem Stebbi á ásamt vinum sínum. Lífið er samt ekki eitt stórt teiti því bæði eru þau sjálfstætt starfandi listamenn. „Það getur verið erfitt að samstillu sig þegar við erum bæði heima að vinna því ég er stundum ekki í stuði og fer að trufla hann en þá er hann á fullu og öfugt svo við höfum lært að það er betra að vera með vinnustofu, með öðru fólkí líka,“ segir Helga Lilja og leggur áherslu á mikilvægi þess að komast út af heimiliðum til að vinna.

### Blómin í Berlín

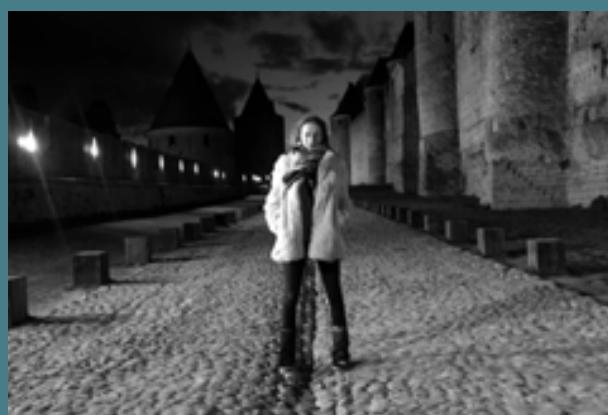
Það var fyrir tveimur árum, á köldum vetrardegi, sem Helga Lilja fékk nóg. „Maður er alltaf að berjast við eithvað brjálað veður og ég kom heim eitt kvöldið og bara gargaði á Stebba að nú hefði ég fengið nóg, ég vildi flytja og það strax,“ segir Helga Lilja ákveðin. Það stóð ekki á Stebba sem pakkaði niður í tösku og fann fyrir þau hús í litlum bæ í Frakklandi. „Þetta var einmitt það sem ég, og hann, burftum að halda, bara að vera að dúllast í litlu porpi þar sem var hlýtt og notalegt og við gátum bara notið þess að vinna í friði og vera saman,“ segir Helga Lilja. Það var svo brúðkaup í Hamborg sem tældi þau til Berlinar. „Æ, við hugsuðum bara að fyrist við vorum hvort sem er að fara þangað í brúðkaup þá gætum við allt eins flutt svo við þyrftum ekki að kaupa annan flugmiða seinna meir,“ segir Helga Lilja og sér sko aldeilis ekki eftir því í dag. „Lífið í Berlín er frábært, það eru allir svo slakir og rólegir og maturinn er frábær, svo ekki sé taláð um að þar er ódýrara að lifa,“ segir Helga sem sér ekki fyrir sér flutninga heim til móðurlandsins í náinni framtíð.

### Tískuveldi verður til

Það er margt spennandi á döfinni hjá Helgu Lilju og þegar hún er spurð hvort Helicopter stefnir þá vantar ekki stóru orðin. „Mig dreymir um að Helicopter verði tískuveldi þar sem margar ólikar línar og merki eru framleidd undir sama yfirmerkinu,“ segir Helga Lilja sem hefur nú þegar tekið skrefin í átt að slíku markmiði. „Ég er að byrja með nýtt merki, HCPTR by Helicopter, og verður það finni lína en svo langar mig líka að gera barnalínu og ég er í alls konar samstarfi með ólikum listamönnum,“ segir Helga Lilja og glottir. Hún má ekki greina frá öllu en getur þó gefið nokkra mola. „Ég er að hanna munstur upp úr teiknimyndunum hans Hugleiks Dagssonar og það er mjög spennandi og skemmtilegt,“ segir Helga. Hún er einnig í samstarfi við ástmann sinn. „Við erum með stórar og miklar peysur sem kallast „Bið að heilsa niðri Slipp“ en við erum að skoða næstu línu og það er bara mjög gaman að vinna svona saman.“ Þá átti Helga Lilja í samstarfi við fyrrverandi kærasta sinn, Halldór Ragnarsdóttir, og saman komu þau með flíkur undir heitinu „Við hittumst alltaf aftur“. Það er því margt á döfinni hjá þessari ungu konu og ef lesendur vilja kynna sér nánar flíkurnar hennar þá fást þær í Kiosk á Laugaveginum.

## MYNDAALBÚMIÐ

Helga og Stebbi skarta fallegu peysunum sem þau unnu saman, Parið hefur verið duglegt að ferðast og hér er Helga Lilja í kastala í Carcassonne í Frakklandi og um borð í skútunni sem Stebbi á ásamt vinafólk.



**BY**  
framesi



VOLUMIZING  
DRY SHAMPOO

# KREMJUM ÓLÉTTUTABÚIN

Ég hef fjórum sinnum orðið ólétt en ég á aðeins tvö börn. Ég hef einu sinni misst fóstur og einu sinni farið í fóstureyðingu. Það er, af alls konar ástæðum, ótrúlega erfitt að skrifa þetta opinberlega en samt þykir mér það svo nauðsynlegt. Ef það er eitthvað sem ég vil afreka á mínum starfsferli þá er það að létta á tabúum og þau eru ansi mörg í tengslum við þungun.

Það er tabú að tala um að reyna að eignast barn. Það er tabú að segja á stefnumóti að þig langi í börn. Það er tabú að segja af snemma (lesist, fyrir tólfu viku) frá þungun. Það er tabú að fara í fóstureyðingu. Það er tabú að vera ekki viss hven næstu skref eru þegar þvagið drýpur af prófinu. Það er tabú að vera óviss hven pabbinn er. Það er tabú að syrgja fóstur sem þú misstir. Það er tabú að fá að stoði við frjóvgun. Það er tabú að ætla ekki í hnakkþykktarpróf. Það er tabú að geta ekki getið barn. Það er tabú að vilja ekki eignast barn. Það er tabú að móðurhlutverkið sé drulluerfitt.

## Tengist þungun samförum?

Petta er allt svo þungt og mikið tabú en ég segi stopp. Ég nenni þessu ekki. Mig langar að við getum leitað stuðnings til okkar fólks, hvort sem það er í gleði eða sorg.

Þungun er flókið líffraðilegt ferli sem setur allar tilfinningar í algjöra flækju og heldur viðkomandi í gíslingu bann tíma sem hún standur yfir. Það harf að taka alls konar ákvárdanir en samt má eiginlega ekki ræða þessar ákvárdanir við neinn nema í hálfum hljóðum, falið hvísl í heimahúsi. Góð vin-kona mín stakk því að mér að það gæti verið vegna þess að þetta tengist samförum á einn eða annan hátt. Er það virkilega? Þegar fólk ræðir barneignir, sér það þá fyrir sér hvort hún hafi verið ofan á eða hann fyrir aftan eða hvað? Það getur ekki verið svarið. Eða að hann hitti alltaf í vitlaust gat og þess vegna



Nennir þú að skilja fordóma þína eftir í eigin heila og hlusta með opnu hjarta...

sé ekkert barn komið? Eða gera þau það ekki nágu oft? Eða það að þú sért kærulaus, kunnir ekki á getnaðarvarnir eða sért jafnvel, gúlp, drusla?

Hlustaðu af hlýju og kærleika Fólk hefur alls konar skoðanir á öllum málum undir sólinni en þegar það kemur að þessu máli – nennirðu að sýna samúð, stuðning og skilning? Nennir þú að skilja fordóma þína eftir í eigin heila og hlusta með opnu hjarta og heyra það sem viðkomandi gengur í gegnum, hvort sem það er hamingja eða hjartasorg? Og spryrðu. Leyfðu þér að teygja þig eftir viðkomandi og spryrja hvernig honum eða henni líður og hver staðan er. Þegar við sýnum hvert öðru kærleika og þolinmæði þá verður heimurinn betri og við hættum að burðast með einhver óparfa aukakíló skammar, samviskubits og sorgar.

## VILTU SPYRJA UM KYNLÍF?

Ef þú hefur spurningu um kynlíf þá getur þú sent Siggú Dögg póst og spurningin þín gæti birst í Fréttablaðinu. [sigga@siggadogg.is](mailto:sigga@siggadogg.is)



## Vellíðan fyrir kynfæravæðið



Vellíðan



Mjólkursýrur  
Viðhalda eðlilegu pH-gildi

Ellen hreinsifroða, krem og lyktareyðir fyrir kynfæravæði kvenna. Inniheldur mjólkursýrur sem hjálpa til við að halda jafnvægi á gerlaflórunni og viðhalda eðlilegu pH-gildi.

Vörurnar fást í öllum helstu apótekum.



Ellen tíðatappar og vörur með mjólkursýrugerlum

**ellen**

## Matarvísir

# HENT Í HEIMA-GERT MAJÓNES

Ef leitast er eftir því að minnka sykurinn þá er þjóðráð að kíkja á innihaldslýsingar á aðkeyptum sósum, oftar en ekki er sykur þriðja eða fjórða hráefnið í slíkum vörum. Gott dæmi um slíka sósu er majónes. Nú eru margir á faraldsfæti um landið og eflaust eitt salat eða sósa með í för sem inniheldur majónes. Það að ferðast um landið þarf ekki að þýða óhollusta þó að löngun í kremað salat geri vart við sig. Það er leikur einn að hræra saman heima-gert majónes, án alls sykurs og annarra sætuefna.

Hér er uppskrift að heimagerðu majónesi fengin á vefsíðunni Vino-tek.

### Innihald:

3 egg  
2 vænar msk. Dijon-sinnep – má sleppa  
6 dl matarolía  
Safi úr hálfrí sítrónu (u.b.b. 0,5 dl)  
Salt og pipar

### Aðferð

Setjið egg og sinnep í mat-vinnsluvél og hrærið vel saman.

Hellið olíunni smám saman út í og látið vélina þeyta allan tímann.

Blandan fer að þykkna mjög hratt.

Bætið sítrónu-safanum út í.

Bragðið til með salti og pipar.

Geymist í kæli í loftþéttri krukku.



FIND NEW ROADS™

CHEVROLET



SPARK LS  
VERÐ 1.790.000 KR.

10% ÚTBORGUN: 179.000 KR.



Bílabúð Bennna áskilur sér rétt til breytinga á verði og búnaði. Bírt með fyrirvara um texta og myndabrennslu.

## SPARK ER SÁ ÖRUGGASTI - AFTUR!



Bílaöryggisstofnun Bandaríkjanna IIHS, hefur kynnt niðurstöður sínar úr árekstraprófun smábíla fyrir árið 2015. Chevrolet Spark stóðst hámarksöryggiskröfur stofnunarinnar „Top Safety Pick“ annað árið í röð.

Hafðu í huga að Chevrolet Spark er með flottan staðalbúnað og jafnframt á örtrúlega hagstæðu verði. Þess vegna hvetjum við þig til að gera samanburð á verði og búnaði bíla í sama flokki og fá meira fyrir peninginn - sjá meira á benni.is

- Aflstýri
- 4 hátalarar
- Útvarp, CD, iPod og USB tengi
- ABS hemlar
- Diskabremsur að framan
- 6 loftpúðar (gardínur)

- Barnalæsing í afturhurðum
- Öryggisvari á bílbeltum í aftursætum
- 3 punkta öryggisbelti fyrir 5
- Bílbelti með sjálfvirkum strekkjara
- Hæðastilling á framljósum
- Frjókornasía

Hluti af staðalbúnaði.

Opið alla virka daga frá 9 til 18  
Verið velkomin í reynsluakstur.

Nánari upplýsingar á [benni.is](#) og [chevrolet.is](#)

Reykjavík  
Tangarhöfða 8  
Sími: 590 2000

Reykjanesbær  
Njarðarbraut 9  
Sími: 420 3330

Akureyri  
Glerárgötu 36  
Sími: 461 3636

**Bílabúð  
Benna**  
Sérfræðingar í bílum

**Lykill**

Bílabúð Benna og Lykill gera þér kleift að eignast nýjan Chevrolet á þægilegan máta. Útborgun er að lágmarki 10% af verði bílsins og Lykill lánar þér afganginn til allt að sjö ára. Þú velur þér nýjan bíl hjá Bílabúð Benna og sölumenn sjá um að ganga frá láninu. Lánshlutfall ræðst af lánsþæfis- og/eða greiðslumati hvers umsækjanda og getur hæst orðið 90%. Skylt er að kaskótryggja bifreiðina á lánstímanum.



Allt um vínið

Vivino



Í Vivino-appinu finnurðu allt um vínið og meira til. Þú hleður niður forritinu og tekur mynd af miðanum á flöskunni. Appið finnur fyrir þig upplýsingar um vínið, svo sem einkunn og úr hverju það er búið til. Þú getur svo safnað myndum í þína möppu og raðað eftirlætisvínunum þínum upp að vild.

facebook

Tíndu blóm  
yougrowgirl

Gayla er ung kona sem hefur byggt heilt samfélag áhugafólks um gróðurrækt, blóm og plöntur, og deilir með lesendum alls kyns uppskriftum og ráðum um hvernig megi nýta blóm, jurtir og ávexti til neyslu. Hún leggur áherslu á lífræna ræktun og ættu áhugasamir um velferð náttúrunnar og eigin heilsu að fylgjast með þessari síðu.

Pinterest

Allt um garðræktina  
gardenknowhow

Nú eru eflaus margir á hnjánum að sinna gróðrinum en ef þig skortir bekkingu eða langar að gera alla fingur handanna græna þá hefur þessi vefsíða ráð um hvað-eina. Hér er fjallað um allt það helsta sem tengist gróðurrækt og finna má ótakmarkað af alls kyns ráðum og tillögum svo garðurinn beri ávoxt, og grænmeti, sem aldrei fyrr.

Instagram

Garðurinn gerður smart  
gardenista\_sourcebook

Hér má finna alls kyns smart og lekkarar útfærslur á garðinum og hvernig megi koma grænu að í íbúðinni. Einnig má finna tillögur að blómaskreytingum og uppskriftum og er í raun ekkert sem nokkur blóm og strá úr garðinum geta ekki leyst. Þú getur einnig deilt þínum myndum með því að merkja myndina gardenista eða leita að fleirum með því leitarorði.

## HEIMASÍÐAN MOTHEREARTH LIVING.COM

### Móðir Jörð gefur ráð

Ef þú vilt snúa þér að heilbrigðari lausnum í mataraði, snyrtivörum og hreingerningu þá er þessi vefsíða heill hafsjór af fróðleik. Hér má sjá myndbönd af því hvernig má búi til sína eigin sápu, og í raun allar helstu snyrtivörur, úr handfíndum jurtum úr nánasta umhverfi auk fjölda mataruppskrifta. Þá má einnig finna góð ráð við garðræktina og ábendingar um skaðleg efni í tilbúnum vörum og

hvernig megi skipta út skaðlegu fyrir skaðlaust. Bættu þessari við í vefrúntinn þinn og bæði heilsa og heimili munu blómstrá.



**RÁÐLAGÐUR SKAMMTUR AF FERSKRI MENNINGU**

Sumarlífið eru nýir þættir á Vísí þar sem **Davíð Arnar Oddgeirsson** og **Ósk Gunnarsdóttir** flytja okkur fréttir af öllum heitstu menningarviðburðum sumarsins. Skemmtileg viðtöl, kíkt á bak við tjöldin og hressandi umfjöllun um allt það áhugaverðasta í menningarlífinu.

Fylgstu með Sumarlífinu á Vísí í allt summar.

**visir**

Vísir.is er hluti af **365**