

MONITOR



FRÍTT
EINTAK

TÓNLIST, KVIKMYNDIR, SJÓNVARP, LEIKHÚS, LISTIR, ÍPRÓTTIR, MATUR OG ALLT ANNÆÐ

BT músin er í Jóla-skapi!

Vaxtalaugar
raðgreiðslur
til allt að 9 manna



MP3

- Coby MP3 spilar 2GB - MP550 **5.999**
- Coby MP3 spilar 2" skjár - FM útlarp MP707 **8.999**
- Coby MP3MP4 spilar 2.8" widescreen skjár FM útlarp - MP615 **23.999**
- 12.999** 8GB
- 9.999** 4GB

nýtt kortatímabil



89.999

32" LG LCD 320 - 1366x768 HD Ready



139.999 42"

42" Samsung Plasma C455 - 1024x768 HD Ready
50" Samsung Plasma C455 - 1366x768 Full HD



89.999

Samsung 24" LED FX2490
Sjónvarp og tölvuskjár
Full HD
USB tengi
5 ms

5.000 kr. afsláttur ef keypt er með sjónvarpi



59.999

Samsung HT-C350 5.1 heimabíó
330W rms.
Flott tæki - góður hljómur!

Wii leikjatölva

25 ára afmælisutgáfa

44.999



...allt þetta skemmtilega

...tónlistin

 3.299	 2.999	 3.699
 2.699	 3.499	 2.499
 2.499	 3.799	 2.499

...myndirnar

 2.699	 2.499	 2.599
 2.699	 2.499	 2.499
 2.499	 2.499	 2.499

...leikimir

 10.999	 10.999	 10.999
 10.499	 10.999	 9.999
 5.995	 10.999	 10.999

playmobil

20% afsláttur af öllum leikföngum um helgina

aðeins í BT Skeifunni

Barbie

LEGO

9.999 4000 kr. verðlækkun

17.999

Ion Deskrocker tölvuhátalarar
Gott útlit - Góður hljómur!

Ljósmynda og filmuskanni
Skannar ljósmyndir, slides eða filmur beint á tölvuna

59.999

ert þú litli trommuleikarinn?

var að lenda

Ion rafmagnstrommusett

89.999

Samsung R530-JA06SE
Skjár: 15.6"
Örgjörvi: Intel Celeron T3300
Vinnsluminni: 2GB
Harður diskur: 250GB

129.999

Acer Aspire 5542-304G
Skjár: 15.6"
Örgjörvi: AMD Athlon II X2
Vinnsluminni: 4GB
Harður diskur: 320GB

flott heymartól

8.999

SKULL CANDY

8.999

HESH

Húðflúrið á handlegg **Ásdísar Ránar** tákna upphafsstafti barnanna hennar.

Hún hélt ég væri hommi

Óperudíván **Summer Watson** veigraði ekki fyrir sér að stripplast fyrir framan hárgreiðslumeistarann **Geira pönk**.

„Ég var fenginn til að sjá um hár, förðun og stíliseringu hjá Jólagestum Björgvins þriðja árið í röð núna en hafði aldrei hitt Summer áður,“ segir Ásgeir Hjartarson hárgreiðslumeistari en hann sá um útlit þeirra sem fram komu á tónleikunum Jólagestir Björgvins um helgina. Meðal gesta Björgvins var óperusöngkonan Summer Watson. „Ég sá alltaf um að hjálpa henni í kjólinn í undirbúningnum og hún var furðulega ófeimin við að stripplast fyrir framan mig,“ segir Ásgeir sem fannst hegðun hennar órlítið undarleg. Á lokavöldinu fékk hann skýringu á stripplinu þegar Watson segir við hann: „Ásgeir, guði sé lof að þú ert samkynhneigður!“ Ásgeiri og öðrum til mikillar skemmtunar.

Trúði varla sínum eigin eyrum

„Ég vildi ekki ljúga að henni að ég væri hommi svo ég tilkynnti henni að ég væri gagnkynhneigður,“ segir Ásgeir og bætir við að Watson hafi varla trúað sínum eigin eyrum við fréttirnar. „Hún sagðist varla trúá því að ég væri gagnkynhneigður því ég væri svo flottur í tainu,“ útskýrir Ásgeir en hæfileikar hans í hárgreiðslunni þrátt fyrir kynhneigðina komu Watson einnig á óvart. „Hún sagði að samkynhneigðir menn væru venjulega svo góðir í að gera hár og að hún hefði aldrei trúað að gagnkynhneigðir menn gætu gert hár svona flott,“ segir Ásgeir sem skilur að vissu leyti grunsemdir Watson vegna fagmennsku sinnar baksviðs.

Enginn perri

„Ég sagðist náttúrulega bara vera vanur öllu í

gegnum tíðina og fara í ákveðinn gír þegar ég væri að vinna,“ segir Ásgeir og bætir við að hann vilji ekki vera að perrast. „Ég er ekkert að horfa á einhverjar hálfaktar konur sem eru í kringum mig baksviðs heldur er ég bara í einhverju no-nudity-noticing zone. Ég er bara að gera hárið og er ekki að pæla í módelunum í kringum mig eins og einhver þerri,“ útskýrir Ásgeir en segir suma hafa ófundað sig eftir upptökunum. „Gunn Helga reif til dæmis hárgreiðslutöskuna af mér og ætlaði að segja við Summer að ég væri farinn heim veikur. Hann ætlaði svo að klára hárið og segjast vera samkynhneigður,“ segir Ásgeir og bætir við að þetta sé alls ekki í fyrsta skipti sem hann hafi lent í misskilngi yfir kynhneigðinni.

Algengur misskilningur

„Ég hef oft lent í því að fólk haldi að ég sé samkynhneigður því það eru miklu færri strákar en stelpur í mínu starfi,“ segir hann en viðurkennir einnig að kannski villi fatastíllinn um fyrir mörgum. „Mig langar að klæðast fallegum fötum sem er kannski ekki eins og venjulegi meðaljóninn,“ segir smekkmaðurinn Ásgeir sem vill helst ekki vera eins og allir hinir. „Ég þoli ekki að vera eins og nýkominn út úr ljósritunarlínu.“

Ásgeir er einnig umsjónarmaður vefþáttanna Rokk og rúllur sem eru sýndir á mbl.is. „Mér finnst viðtökurnar æðislegar og er í skýjunum yfir þessu öllu saman,“ segir Ásgeir en þættirnir hafa einmitt notið mikilla vinsælda. „Mamma er ekkert smá stolt.“



SUMMER WATSON ER SÖNN ÓPERUSKVISA



Mynd/Kristinn

Monitor mælir með

FYRIR SÆLKERA Vínberio á Laugavegi er staður þar sem hvert jólabarn finnur eitthvað við sitt hæfi. Þar eru yfirfullar hillur af ýmis konar góðgæti, allt frá belgísku súkkulaði til íslensks jólakonfekts, sem getur hæglega skapað valkviða. Því skaltu grípa það sem er hendi næst áður en vatnsflaumurinn brýst út um varirnar.



FYRIR HYGUNA Salt er munaður sem hefur bragðbætt graut landans frá því Snorri Sturluson baðaði sig úti við Reykholt. Ekki skaltu gleyma því að saltið bætir einnig samgöngur landans. Svo áður en þú hristir staukinn yfir hafra-grautinn, hoppaðu út á tröppur og dreifðu vel. Snorri var bara heppinn að komast heill til laugar.



Vikan á...

facebook



Frimann Gunnarsson undirbýr úlniðinn fyrir áritanir helgarinnar.

Besta aðferðin að mínu mati er að bræða smjör (ekta smjör!) í mjúkan klút og láta úlniðinn liggja, vafinn og sem mest hvíldan í þess háttar bakstri. Endurhitið og bætið bráðnu smjöri eftir smekk. Með vinsemd og virðingu,

8. desember kl. 15:34



Hildur Kristín Stefánsdóttir Alltaf prófar maður eitthvað nýtt. Áðan tókst

mér að dýfa hárinu mínu ofan í kaffibolla í dagóðan tíma áður án þess að taka eftir því og skvetta svo kaffi útum allt þegar ég fattaði. Hárkaffi anyone?

8. desember kl. 14:51



Kristján Örvar Sveinsson Einungis er leyfilegt að leysa vind fyrir

framan dömu eftir að þú hefur fullnægt henni. Ef þér tekst að loka dömunu undir sænginni þinni í þeim eina tilgangi að skemmta henni með viðrekstri þá er hún formlega orðin kærastan þín.

7. des. kl. 13:02



Ingólfur Þórarinnsson Þessi heimur væri betri ef allir væru jafnglæsilegir og reynir þétur

5. desember kl. 20:54



Arnar Grant Ekki hafa áhyggjur af því sem þú getur ekki breytt.

2. desember kl. 18:54



Valgeir Guðjónsson Gleðileg Puyo!

29. nóvember kl. 22:12

Feitast í blaðinu

PORQUESI og **Valdimar** eru heitar sveitir sem voru að gefa út sínar fyrstu plötur. >>>4



Ástrós Gunnlaugsdóttir er yngsta manneskjan á Stjórnlagabíngi. >>>8



Ásdís Rán í öllu sínu veldi. „Enginn er betri en ég,“ segir hún í opinskáum viðtali. >>>11



Stíllinn kíkta í fataskápana hjá plötusnúðunum **Danna** og **Natalie**. >>>18



Steindi Jr. þreytir Lokaprófið. Hann kann ekki að meta lyktina í **Mosfellsbæ**. >>>22



Efst í huga Monitor

Jólasveinn á 20 tungumálum



Óvíst er hvort íslensku jólasveinarnir koma til byggða í ár sökum efnahagsástandsins. Þá gæti þurft að kalla til jólasveina frá fjarlægum löndum. Monitor komst að því að jólasveinninn heitir ekki jólasveinninn alls staðar.

Albanía: Babadimri
Armenía: Gaghand Baba
Búlgaría: Dyado Koleda
Kína: Dun Che Lao Ren
Danmörk: Julemanden

Frakkland: Pere Noel
Finnland: Joulupukki
Havái: Kanakaloka
Íran: Baba Noel
Írak: Vader Kersfees
Ítalía: Babbo Natale
Japan: Hoteiosho
Litháen: Kaledu Senelis
Noregur: Julenissen
Pólland: Swiety Mikloaj
Rússland: Ded Moroz
Suður-Afríka: Vader Kersfees
Spánn: Papa Noel
Svíþjóð: Jultomoten
Ungverjaland: Mikulas
Þýskaland: Weihnachtsmann



VALDIMAR ÁSAMT
FÉLÖGUM SÍNUM
Í VALDIMAR

Mynd/Eggert

VALDIMAR

Stofnuð: 2009.

Meðlimir: Valdimar Guðmundsson (söngur/básúna), Ásgeir Aðalsteins-son (gítar), Högni Þorsteinsson (gítar), Guðlaugur Guðmundsson (bassi), Þorvaldur Halldórsson (trommur/slagverk) og Kristinn Evertsson (hljómborð).

Plötur: Undraland (2010).

Þrjú góð lög: Hverjum degi nægir sín þjáning, Brotlentur og Næturrrölt.

Fyndin staðreynd: Upphaldsmatur ALLRA í hljómsveitinni er Snati sem fæst á Olsen Olsen í Keflavík.

Ekki til heiðurs íbúum í Fossvogi

Það kemur kannski mörgum á óvart en meðlimir hljómsveitarinnar **Valdimar** heita ekki allir **Valdimar**. **Monitor** komst að þessu og ýmsu öðru um drengina sem dreymir um **Woodstock**.

Hvernig myndirðu lýsa tónlistinni ykkar í fimm orðum? Dularfull, blástursrík, unaðsleg, kraftmikil, einlæg.

Hvaða dýri líkist Valdimar mest? Pandabirni. Ljúfur að sjá en er samt röff.

Erud þið allir í Listaháskólanum? Gulli er natural talent dauðans. Hinir hafa þurft að vinna hörðum höndum að því að geta eitthvað í tónlist. Valdimar, Ásgeir og Kiddi útskrifuðust úr tónsmíðum í LHÍ, Þorvaldur er útskrifaður úr FÍH en Valdimar, Ásgeir og Högni hafa líka verið í þeim skóla.

Hvernig byrjaði hljómsveitin? Valdimar og Ásgeir voru að púkrast saman og skiptust á lagahugmyndum og þeir höfðu strax góða tilfinningu fyrir því að þetta gæti orðið eitthvað. Því næst fengu þeir Gulla bassaleikara með í lið með sér, en hann hafði áður spilað með þeim í hljómsveitinni Streng. Næst fengu þeir hinn súperhæfileikaríka trommara Þorvald með sér í lið og loks Kidda hljómborðsleikara. Þar sem Ásgeir flutti út til Hollands í masters-nám var hljómsveitin vængbrotin án gítars og því var fenginn inn Högni gítarséni. Auk þess hafa Ragga, Eiríkur, Harpa og fleiri góðir gestir blásið í lúðra með bandinu og erum við hjartanlega þakklátir fyrir að hafa fengið það frábæra fólk með okkur.

Hvernig væri draumagiggið? Woodstock '69 og Jimi Hendrix tekur óvænt gítarsólíóð í þessir menn.

Kom aldrei til greina að nefna hljómsveitina frekar Þorvaldur í höfuðið á Þorvaldi trommuleikara bandsins og að sjálfsögðu Þorvaldi Bjarna? Nei það kom aldrei til greina. Það var enginn Þorvaldur Bjarni í bandinu. Hins vegar er mikið ljúfmenni í bandinu sem heitir Þorvaldur og spilar á trommur. Þetta nafn byrjaði sem grín hjá Ásgeiri en okkur fannst það síðan svo fint að við höldum því. Við grínustum stundum með að breyta alltaf um nafn á hljómsveitinni milli plátuna og láta allar plöturnar heita Undraland. Þá myndi

til dæmis næst koma út Undraland með hljómsveitinni Þorvaldi.

Er nafnið á plötunni tilvísun í Undralandið sem Lísá heimsótti eftirminnilega? Nei og heldur ekki til heiðurs íbúum Undralands í samnefndri götu í Fossvoginum, en við leggjum af stað í einhvers konar ferðalag á plötunni til staðar sem okkur finnst svolítið undarlegur og þaðan kemur nafngiftin.

Hvað er framundan hjá hljómsveitinni Valdimar? Við erum á fullu að kynna plötuna okkar núna, sem er nógu stórt verkefni í bili. Svo væri auðvitað gaman að byrja á nýju efni þegar tími gefst.

Rokkaramir í **PORQUESI** eru ekki allir þar sem þeir eru séðir. **Monitor** ræddi við **Skúla Jónsson**, gítarleikara sveitarinnar, um hýra skemmtistaði í Barcelona og kirsuberjagos.

Knúsum hvorn annan reglulega



ÞAD ER EKKI ROKK
AÐ BROSÁ

Mynd/Árni Sæberg

Hvað þýðir PORQUESI? Af því bara. Við köstuðum einhverjum nöfnum á milli okkar, flestum á spænsku, því hún hljómar vel og er svo ljóðræn. Ef maður les til dæmis ljóð eftir Pablo Neruda þarf ekki endilega allt að skiljast til að hrífast af ljóðunum. Ég prófaði að Googla nafnið þegar við vorum að byrja og upp kom annars vegar reggíhljómsveit frá Kaliforníu og hins vegar hýr skemmtistaður í Barcelona.

Vilduð þið hafa nafnið á spænsku til að geta herjað á spænskan markað? Já, leiðin liggur náttúrulega alltaf suður frá Íslandi. Það er líka fint að hafa nafnið á spænsku til að brúa bilið milli hljómsveitarmeðlima sem eru íslenskir og enskir. Við Egill bróðir erum

Reykvikingar en Russell og Jon eru frá Birmingham í Englandi og eru búsettir á Íslandi.

Flestir myndu halda að hér væri á ferðinni spænsk flamengó hljómsveit. Hvernig tónlist spilið þið? Við spilum svolítið mikið út á dramatíkina sem er einnig rík í flamengótónlist, þó tónlistin sjálf sé mjög ólík þar sem við syngjum ekki neitt. Ég myndi segja að tónlistin okkar væri epískt instrumental rokk.

Af hverju er enginn söngvari í hljómsveitinni? Af því bara.

Hvers vegna eru textar við löginn fyrst enginn syngur? Ég gerði texta við öll lög til að yta undir epíkina

í tónlistinni. Síðan getur fólk bara valið hvort það lesi textann með lögnum eða láti ímyndunaraflíð ráða.

Hvernig væri draumagiggið? Það væri að sjálfsögðu á barnum Porque Sí í Barcelona með reggisveitinni Porque Sí.

Hver ykkar er bestur í fótbolta? Það er að minnsta kosti augljóst hverjir eru verstir. Englendingarnir tveir eru ekki samanburðarhæfir við okkur bræðurna. Ég held að Egill litli bróðir hafi vinninginn, enda meistaraflokksleikmaður í KR og framtíðarstjarna þar á ferð.

Hvaða gosdrykk líkist PORQUESI mest? Dr. Pepper því hann er með

hörkulegt og kúl yfirbragð en er innst inni ljúfur og kirsuberjasætur.

Erud þið allir bara einhverjar dúllur? Já, við erum mjög ástríðufullir og knúsum hver annan reglulega.

Kæmi til greina að hætta í rokkinu, snúa sér að sveitaböllunum og nefna hljómsveitina Porque sí og æ? Kannski eftir tuttugu ár þegar við verðum allir komnir með væna bjórvömb nema Egill, sem væri enn helmassaður og tæki að sér að vera frontmaðurinn.

Hvað er framundan hjá ykkur?

Bara spila sem mest og reyna kannski að selja nokkur stykki af plötunni fyrir jólin. Svo væri gaman að kíkja á tangónámskeið ef tími

PORQUESI

Stofnuð: 2009.

Meðlimir: Egill Jónsson (bassi), Jonathan Baker (trommur), Russell M. Harmon (gítar) og Skúli Jónsson (gítar).

Plötur: This is forever (2010).

Þrjú góð lög: Obvious Harmony, Con Amor og 12-8-12.

Fyndin staðreynd: Hljómsveitarmeðlimir ganga yfirleitt undir nöfnunum Búntið, Jónatan bakari, Röskuldur harmonikkuleikari og S-Cool Jay.

gefst en ég veit ekki hvort strákarnir séu til í það.

Hvor myndi vinna í slag, Britney Spears eða Christina Aguilera? Þetta er erfið spurning. Christina Aguilera er náttúrulega mjög Dirty player en Britney Spears er Toxic svo hún myndi rústa þessu.



HÁDEGISTÓNLEIKAR Á FABRIKKUNNI Í DESEMBER!

LANDSLIÐ TÓNLISTARMANNA KYNNIR JÓLAPLÖTUR SÍNAR Á FABRIKKUNNI Í HÁDEGINU Í DESEMBER

TÓNLEIKARNIR HEFJAST KL. 12 Á HÁDEGI OG ER DAGSKRÁIN SEM HÉR SEGIR:

Mánudagur **6. des.** - klukkan 12
JÓNAS SIGURÐSSON

Þriðjudagur **7. des.** - klukkan 12
VALGERÐUR GUÐNADÓTTIR

Miðvikudagur **8. des.** - klukkan 12
GISSUR PÁLL

Mánudagur **13. des.** - klukkan 12
SELMA BJÖRNS

Þriðjudagur **14. des.** - klukkan 12
PÁLL ÓSKAR

Miðvikudagur **15. des.** - klukkan 12
BJARTMAR OG BERGRISARNIR

Mánudagur **20. des.** - klukkan 12
BLAZROCA

Þriðjudagur **21. des.** - klukkan 12
FRÍÐRIK DÓR

Miðvikudagur **22. des.** - klukkan 12
LIFUN

Fimmtudagur **25. des.** - klukkan 12
KLASSART

Tónleikaröðinni lýkur á Þorláksmessukvöld
þegar **JÓN JÓNSSON** stígur á svið kl. 22.00 og heldur
uppi gleðinni á Jóla Happy-Hour kvöldi.

BORDAPANTANIR

Í síma 575 7575
og á fabrikkann@fabrikkann.is

TAKE AWAY

- Mættu á Fabrikkuna og pantaðu
- Taktu matinn með
- Hámarksbiðtími 15 mín.

FLJÓTLEGT Í HÁDEGINU

Meðalbiðtími eftir mat á
Fabrikkunni er aðeins 8 mínútur
frá því að pöntun er tekin.

FLICK MY LIFE VIKUNNNAR



Tags: aðsend lol - vinstri hægri > vinstri grænir - vel gert gerðuberg - mind games - það er elskert félagsstarf

Tags: aðsend lol - skyldan og skildan - djöfull tók hún vel í þetta - rólegur tengdasonur - segðu mér meir - :D



Tags: aðsend lol - hrúturinn göndull - eineltis-hrútur - sorry með þig hrútur - augljóslega þunglyndur - reðursafnið er með díbs



JÓEL OG INGI HRAFN Í SÍNUM VENJULEGU FÓTUM

Mynd/Ernir

Fyrir hugmynda-snauða jólasveina

Nýlega komu út átta litlar jólabækur um strákinn **Jónatan** sem týndi jólonum. **Monitor** ræddi við **Inga Rafn**, annan höfundu bókanna.

Þeir Ingi Hrafn Hilmarrsson, Kári Viðarsson, Smári Gunnarsson og Jól Ingi Sæmundsson skipa Leikhópin Vini sem hefur staðið fyrir leiksýningum í leikskólum landsins undanfarin ár. „Við vorum allir að læra leiklist við Rose Bruford College í London og langaði að gera eitthvað sniðugt sumarið eftir að við komum heim, árið 2007,“ segir Ingi Hrafn, meðlimur hópsins. „Þá stofnuðum við leikhópin og sömdum ævintýrið Uppáhaldsævintýri Sportálfsins sem við sýndum svo á leikskólum um allt land,“ útskýrir Ingi en síðustu jóli sömdu hann og Jól úr leikhópnum nýtt ævintýri sem ber heitið Strákurinn sem týndi jólonum. „Sú

sýning gekk líka rosalega vel og okkur datt í hug að gera bækur eftir leikritinu,“ segir Ingi en núna fyrir jólin koma út 8 bækur um Strákinn sem týndi jólonum. „Þær fjalla um strákinn Jónatan sem leiðist allt jólastúss og ákveður að strjúka að heiman,“ segir Ingi en á vegi Jónatans verður stríðinn álfur sem sendir hann í allskyns ævintýri, að sögn Inga. „Þetta eru átta bækur sem mynda eina heild,“ segir Ingi og bendir á að bækurnar séu sniðugar fyrir jólasveina að gefa í skóinn. „Þess á milli gæti verið sniðugt að gefa gotteri,“ bendir Ingi á því bækurnar eru átta talsins en jólasveinarnir þrettán.

Stúdentar með stór hjörtu

Góðgerðarfélagið **Fræið** sem er á vegum Stúdentafélags **HR** stendur fyrir ýmsum viðburðum og söfnunum í þágu almannaheillar.

„Fræið var stofnað á 10 ára afmæli skólans og vinnur fyrir góðgerðarsamtök á landinu, með mál sem snúa að almannaheill á allan mögulegan hátt,“ segir Sverrir Tryggvason, nemi í tölvunarfræði í HR og formaður Fræsins, sem er ein af undirnefndum Stúdentafélags Háskólans í Reykjavík. „Okkur finnst mikilvægt að tengja nemendur við góðgerðarstörf og vika sjóndeildarhringinn,“ segir Magnús Júlíusson, formaður Stúdentafélags HR og nemi í hátækniverkfræði, en nemendur skólans geta tekið þátt í starfi Fræsins að vild. „Nemendur úr deildum skólans geta tekið þátt í starfinu,“ útskýrir Magnús en á teikniborðinu er til dæmis risastórt samstarfsverkefni við góðgerðarfélag á Íslandi þar sem nemendur úr HR munu hjálpa til við hina

ýmsu þætti. „Viðskiptafræðinemar hjálpa þá til dæmis við að gera viðskiptaáætlanir og við í tölvunarfræðinni setjum upp heimasíður,“ segir Sverrir og bætir við að nú þegar hafi stúdentar úr HR lagt hönd á plóg í Bleika boðinu sem haldið var í samstarfi við Krabba-meinsfélagið og núna nýlega í fatasöfnun sem haldin var fyrir Fjölskylduhjálp. „Við tókum að okkur annað árið í röð að vera með fatasöfnun fyrir Fjölskylduhjálp,“ segir Sverrir ánægður með útkomuna. „Yfir 800 flíkur söfnuðust, allt mjög flott fót, svo þetta kom virkilega vel út,“ bætir Sverrir við og segir nemendur skólans hafa verið virkilega áhugasama um verkefni Fræsins. „Þátttakan hefur verið mjög góð og margir sem hafa verið tilbúnir til að leggja hönd á plóg.“



SVERRIR OG MAGNÚS VILJA HELST GISTA Í SKÓLANUM

Mynd/Golli

“Ég er foli og það eru hestöfl í Hámarki”



Súkkuladilbrigð

Jordberjabragð

Vanillubragð

HÁMARK
PRÓTEINDRYKKUR

HÁMARK
PRÓTEINDRYKKUR

HÁMARK
PRÓTEINDRYKKUR

25g prótein
99% fitulaus
Enginn hvítur sykur

25g prótein
99% fitulaus
Enginn hvítur sykur

25g prótein
99% fitulaus
Enginn hvítur sykur

HÁMARK
PRÓTEINDRYKKUR

HRAUSTUR LÍKAMI - HEILBRIGÐ SÁL

Ástrós Gunnlaugsdóttir

Yngsta manneskjan sem kosin var á Stjórnlagabing

Aldur: 24 ára. Hjúskaparstaða: Í sambúð. Uppruni: Grafarvogurinn.

Leiðin liggur í góðgerðarsamtök og hjálparstarf

Af hverju ákvaðst þú að bjóða þig fram til Stjórnlagabings?

Ætli það hafi ekki verið af því ég er ung og menntuð í stjórnmálafræði og þetta liggur algerlega á mínu áhugasviði. Mér fannst mikilvægt að unga fólkið kæmi líka að þessu og hefði fulltrúa þarna.

Var framboðið dýrt fyrir þig?

Þetta var undir milljón, en fyrir námsmann er það náttúrulega hellings peningur. En það var alveg þess virði. Þetta er fjárfesting í framtíðinni og ég sé ekkert eftir þeim pening.

Það voru margir þekktir Íslendingar sem lýstu yfir stuðningi við þig, Gillzenegger, Sveppi og Simmi og Jói þar á meðal. Hvernig fórstu að því að vefja fræga fólkinu svona um fingur þér?

Ætli það sé ekki af því að kærastinn minn er hinn fornfrægi Ofur-Hugi. Það voru stuttar boðleiðir. En þetta eru líka ágætis vinir mínir þannig að það var ekki erfitt að fá þá til að hjálpa. Þeir eru allir algerir gulleinstaklingar, þannig að það var ótrúlega vel þeginn stuðningur.

Gréstu eins og fegurðardrottning þegar þú heyrðir úrslitin?

Nei, ég kannski grét ekki en ég hugsa að ég hafi skolfið aðeins.

Meðalaldur þeirra sem kosnir voru er í kringum fimmtugt. Hvernig finnst þér að vera svona miklu yngri en meirihlutinn?

Mér finnst það æðislegt. Þetta er eitthvað sem ég fæ að lifa með það sem eftir er. Mér líst frábærlega á þennan hóp því þarna er fólk með fullt af reynslu. Ég held að það sé bara gaman að blanda þessu saman. Það hefði þó verið gaman að fá kannski inn fleira af ungu fólki og hafa einhvern með sér í liði. Ég ætla að reyna að hópa saman einhverju ungu fólki í janúar og fá hugmyndabanka á bak við mig til að vinna með.

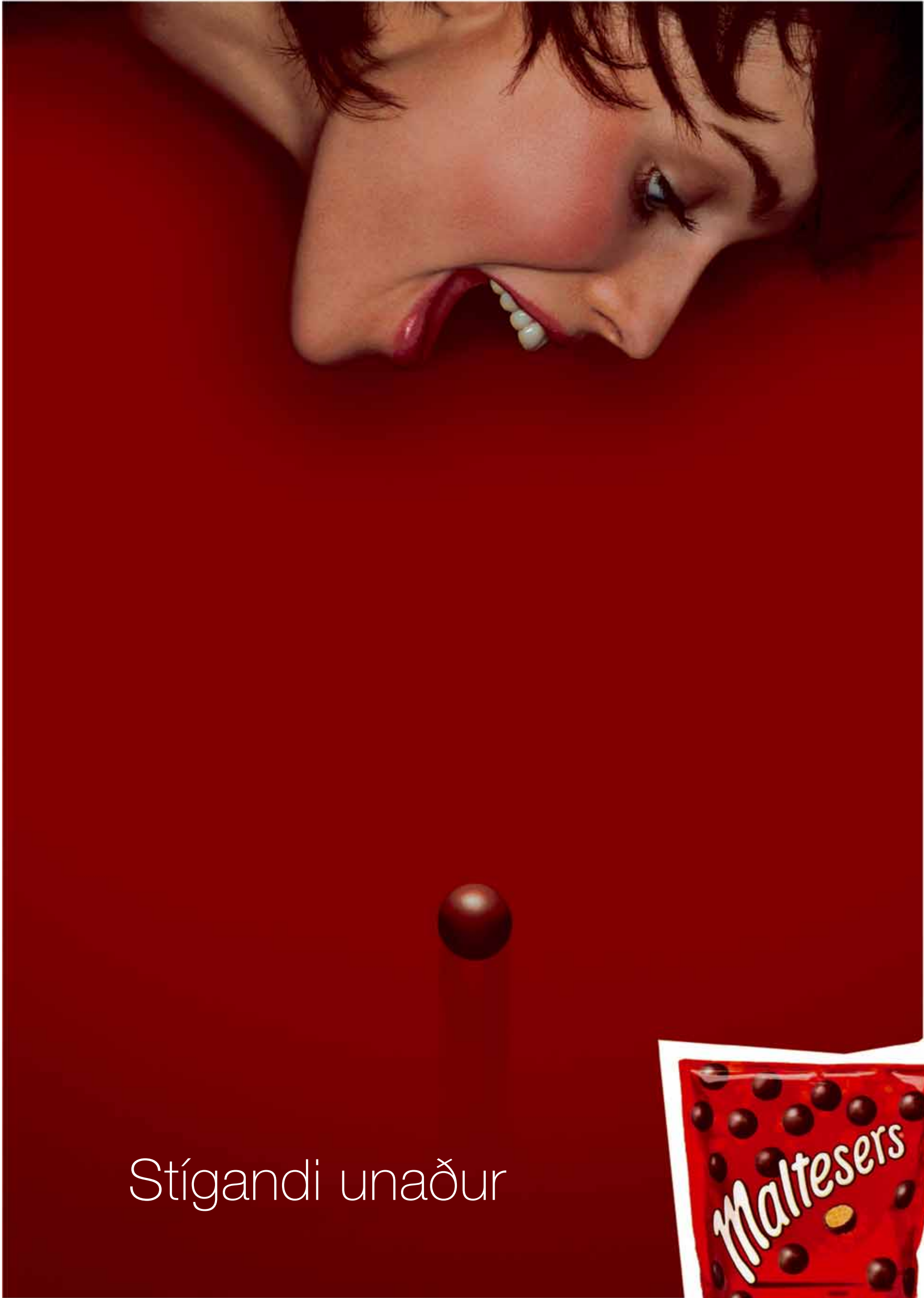
Þú munt væntanlega ávarpa alla á þinginu „gjemleh gjemleh“ eða hvað?

Jú, ég mun kalla alla „gjemleh gjemleh“ og krefjast þess að þau kalli mig háttvirtan fulltrúa Stjórnlagabings.

Hvað tekur við að Stjórnlagabingi loknu?

Ætli ég klári ekki meistaranámið mitt sem ég þarf að taka frí frá eftir áramót til að sinna Stjórnlagabinginu. Svo hefur mig alltaf dreymt um að vinna í einhvers konar góðgerðarsamtökum og hjálparstarfi. Ég hugsa að framtíðin liggi einhvers staðar þar og þetta verður vonandi góður stökkpallur inn í þannig starfsemi.

Mynd/Ernir



Stígandi unaður

Maltesers[®], súkkulaði á léttan máta





© 2014 HOPPER

Orkudrykkir eru ekki ætlaðir börnum yngri en 15 ára.

NOTAÐU ORKUNA
ALVÖRU ORKUDRYKKUR



Enginn er betri en ég

Texti: Sigrún Jónsdóttir
Myndir: Ernir Eyjólfsson

sigyn@monitor.is
ernir@mbl.is

Ofurskvísuna **Ásdís Rán** þarf vart að kynna. Hún vekur athygli hvert sem hún fer og það er sjaldan lognmolla í kringum hina ómótstæðilegu **Ísdrottningu**.





Fyrisætan og viðskiptakonan Ásdís Rán hefur verið áberandi í fjölmiðlum um árabíl. Hún hefur starfað sem fyrisæta frá 17 ára aldri og oft verið milli tannanna á fólki fyrir hin ýmsu uppátæki sín í gegnum tíðina. Ásdís hefur mikla reynslu sem fyrisæta en hún hefur einnig rekið nokkur fyrirtæki ásamt því að skrifa greinar í blöð og vefrit. Í sumar vakti hún gífurlega athygli er hún sat nakin fyrir í búlgarska Playboy tímaritinu. „Það hljómar kannski ótrúlega en ég er mjög spéhrædd,“ segir Ásdís meðal annars um slíkar myndatökur og bætir við að eiginmaðurinn hafi verið mjög sáttur með myndirnar. Ásdís er gift knattspyrnumanninum Garðari Gunnlaugssyni og hefur flutt með honum ásamt fjölskyldunni til Svíþjóðar, Búlgaríu og núna nýverið Þýskalands. Hún sló rækilega í gegn í Búlgaríu og náði gríðarlegum vinsældum þar, svo nú verður gaman að sjá hvernig henni mun ganga að vinna hug og hjórtu þýsku þjóðarinnar.

Hvernig er lífið í Þýskalandi? Hvernig er dæmigerður dagur hjá þýsku Ásdísi Rán, Ausdies Raun?

Ég get voðalega lítið sagt til um það því ég er búin að eyða tímanum mínum þar aðallega í að koma mér fyrir, taka upp úr kössunum og finna leikskóla fyrir krakkana. Ég er eiginlega bara búin að vera heima. Ég vakna eldsnemma með krakkana og kem þeim í skólann. Ég fer yfirleitt daglega í ræktina, inn á milli sinni ég almennum húsverkum og svo er ég að vinna í tölvunni.

Er ekki minni glamúr í úthverfi Munchen en þú átt að venjast?

Jú, það var töluvert meiri glamúr og meira glys í Búlgaríu. Þetta er hefðbundnara samfélag, ekki eins villt. Þjóðverjar eru svolítið til baka og svo er kalt þarna. Það er yfirleitt þannig að fólk í heitari löndum er heitara í sér.

Heldurðu að þjóðverjar muni taka þér jafn vel og búlgarska þjóðin gerði?

Ég hafði eiginlega hugsað mér að nýta vinsældirnar sem ég hef á Íslandi og í Búlgaríu í viðskiptum í framtíðinni. Það gæti náttúrulega vel verið að ég verði eitthvað í pressunni í Þýskalandi en það er mikið mál að byrja upp á nýtt. Það er gífurleg vinna á bak við þetta. Maður labbar ekkert inn í Þýskaland og slær strax í gegn.

Finnst þér erfitt að flytja milli landa og þurfa að byrja upp á nýtt?

Það getur verið erfitt og ég er farin að sjá að það tekur á krakkana. Þetta er samt mjög gaman og mér finnst ég njóta forréttinda að fá tækifæri til að ferðast um heiminn og upplifa alls konar lönd og þjóðir.

Hvar langar þig helst að búa?

Það er skemmtilegasta lífnið í Búlgaríu, ég væri alveg til í að fara þangað aftur. Það er ódýrt að vera þar og mjög skemmtilegt. Þar er eitt flottasta skíðasvæði í Evrópu og flottustu strandirnar, svo það er allt þarna.

Hvernig leist þér á að flytja til Búlgaríu upphaflega?

Ég vissi ekkert um landið nema þar væri heitt. Mér leist vel á þetta nema ég var mikið vörud við glæpum og mafiósum.

Lentuð þið eitthvað í mafiósum?

Já, já, við lentum í öllu. Þetta er eins og í bíómyndum að búa þarna. Það er öllu stjórnað af mafiunni, meira að segja fótboltanum. Samningar skipta engu, þeir hafa þetta bara eftir hentisemi mafiunnar og það er ekkert hægt að kalla á lögregluna.

Hvernig tækludu venjulegir Íslendingar eins og þið slíkar aðstæður?

Þegar maður kemur frá vernduðu umhverfi eins og Íslandi blóskrar manni svakalega. Það er ekkert farið eftir reglum í samfélaginu en svo venst maður þessu líbó og afslappaða lífi mjög vel. Ríku kallarnir eru allir með tíu eða fleiri lífverði með sér sem voru allir með byssur.

Varst þú sjálf einhvern tímann með lífverði?

Einhver hefði alveg getað ákveðið að drepa mig og ég var stundum með verði með mér þegar ég fór út á

viðtalið

kvöldin en ekkert á daginn. Mesta áreitið sem ég varð fyrir var kannski fólk sem vildi fá myndir af sér með mér eða eiginhandararitun frá mér. Ég lenti aldrei í neinum vandræðum en maður heyrði af alls konar rugli þarna. Ég var auðvitað hrædd stundum því ég var svo vinsæl og það er aldrei að vita hvað fólkí dettur í hug.

Kæmi ekki til greina að flytja aftur til Íslands?

Ég reyni að forðast það eins og heitan eldinn. Mér finnst mjög gaman að koma í heimsókn og Ísland er alveg frábært en það er samt eins og lítill sveitabær.

Er Ísland of lítið fyrir Ásdísi Rán?

Já, markaðurinn er of lítill en Ísland verður alltaf heimili mitt. Það vita allir að efnahagslífið hérna er í molum, sem er ekki spennandi kostur fyrir mig. Koma samt ekki allir heim á endanum?

Hvað fannst Garðari um myndabáttinn í Playboy?

Það var nú eiginlega hann sem hvatti mig til að gera þetta. Ég hefði ekki gert þetta nema það væri Garðar sem vildi það. Honum fannst bara ógeðslega kúl að eiga konu sem væri búin að vera framan á Playboy. Þetta er tilboð sem er búin að liggja inni á borði hjá mér lengi. Ég fékk tilboðið fyrst þegar ég var nýflutt til Búlgaríu og þetta kitlaði mig alltaf. Það hljómar kannski ótrúlega en ég er mjög spéhrædd. Það hefur verið erfitt fyrir mig að pósa á bikiníum þar sem ég er rosa spéhrædd að eðlisfari.

Hvernig undirbýstu þig fyrir myndatökuna?

Ég var svo stressuð fyrir þessa töku að það hálfá hefði verið nóg. Að vera nakin fyrir framan fullt af fólki í þrjá daga. Ég er nakin, einn gæi fyrir framan mig og einn fyrir aftan mig og þeir sjá bara allt. Þetta er það erfiðasta sem ég hef gert í þessum bransa og var alveg svakaleg lífsreynsla. Fyrsti dagurinn var erfiðastur og ég ætlaði varla að þora þessu en annan daginn var ég orðin vanari. Svo þegar þetta var búin fékk ég algjört spennufall og vissi ekkert hvernig þetta myndi koma út, en ég var mjög fegin að sjá hversu flottar myndirnar voru.

Fékkstu vel borgað fyrir þetta?

Já, ég fékk mjög vel borgað fyrir þetta. Svo kom ég á viðskiptasambandi milli Íslands og Búlgaríu til að selja blöðin hér. Ég sá um það allt sjálf og tvöfaldaði launin mín með sólunni.

■ ■ *Honum fannst bara ógeðslega kúl að eiga konu sem væri búin að vera framan á Playboy.*

Hvernig var andrúmsloftið á tökustað?

Það var mjög góður flingur þarna. Þetta var allt professional fólk sem gerði allt til að láta mér líða vel í tökunni. Sumar stelpur sem eru inni í Playboy eru vanar að glenna sig en svo eru þeir með forsíðustjörnur eins og mig sem eru bara venjulegar konur sem eru ekki oft naktar fyrir framan myndavélar.

Myndirðu fara aftur í nektarmyndatöku ef þér yrði boðið að vera í bandaríska Playboy?

Fyrir mér skipta peningarnir mestu máli og ef ég fæ nógu gott tilboð myndi ég hiklaust gera það. Ef ég get setið fyrir í tvo daga og fengið eina, tvær eða þrjár milljónir borgaðar geri ég það auðvitað. Þetta er vinnan mín.

Hvað varstu gömul þegar þú byrjaðir að sitja fyrir?

Ég byrjaði kannski aðeins í þessu þegar ég var 15 ára og var búin að sitja fyrir annað slagið. Það er náttúrulega ekkert brjáláð að gera í þessu hérna á Íslandi en ég var mjög fljót að ná athygli fólks. Þegar ég var 17 ára var ég alltaf í Séð og Heyrt og var umtöluð í bransanum. Svo vatt þetta allt saman upp á sig.

Varstu einhvern tímann Séð og Heyrt stúlkan?

Já, þrisvar held ég.

Hver er lykillinn að velgengni þinni í fyrirsætubransanum?

Ég þæli mikið í því sem ég geri og er mjög ákveðin. Þegar ég labba inn í myndatökur skapa ég sjálf og geri allt mjög vel. Ég vil stjórna sem mestu sjálf, sem eru ákveðin forréttindi að fá að gera. Það er enginn að neyða mig til að gera eitt né neitt.

Ertu með einhver heillarád fyrir lesendur blaðsins sem vilja fara út í módelbransann?

Gefast ekki upp. Þú getur orðið allt sem þú vilt ef þú ert nógu ákveðin.

Hvað varstu gömul þegar þú fékkst silíkonbrjóst?

Þá var ég 18 ára.

Myndirðu hvetja ungar stúlkur til að fara í lýtaaðgerðir?

Nei, ég myndi ekki gera það. Ég er sjálf búin að lenda í leiðindum varðandi silíkon. Til dæmis sprakk einn púðinn hjá mér og einn læknir hérna á Íslandi klúðraði því alveg heiftarlega. Klúðrið fattaðist ekki fyrr en tveimur árum seinna og þá var búin að leka silíkon út um allt. Ég þurfti þá að fara í aðra aðgerð til að laga þetta og ég hefði viljað sleppa því að ganga í gegnum það. Þetta er orðið svo vinsælt í dag að ég sé fleiri konur með silíkon en ekki. Mér finnst þetta alveg í lagi ef þú ert búin að eiga börn og þarft að láta laga brjóstin. Að fá sér silíkon fyrir barneignir er of mikil áhætta að mínu mati. Fólk hefur dáðið út frá þessu og brjóstin gætu eyðilagst.

Þú hefur ekki verið feimin við að sýna það sem guð gaf þér. Finnst þér fólk almennt vera of miklar teprur hvað það varðar?

Hálfnaktar konur eru vinsælar alls staðar í heiminum og það er ekkert hægt að stöðva þessa þróun, sama hvað fólk finnst. Það þarf að byrja að meðtaka að þetta er ein stærsta atvinnugrein í heiminum. Þetta er vinnan mín og ég geri bara það sem til þarf. Myndirnar mínar hafa alltaf komið vel út þó ég sé á nærfötunum.

Hvernig finnst þér Íslendingar taka þér?

Bara vel. Ég er náttúrulega það ógeðslega þekkt að auðvitað fylgir eitthvað neikvætt umtal. Ég er líka á gráu svæði með vinnuna mína og það eru margar konur sem fíla ekki það sem ég er að gera, sem skapar umtal. Ég er ákveðin í öllu sem ég geri og það getur stuðað fólk. Það eru samt miklu fleiri sem standa með mér en á móti mér. Ég fæ daglega tölvupósta með hrósi frá fólki sem er miklir aðdáendur mínir. Ég reyni að svara öllum en næ því ekki. Það er mjög gott að fá allan þennan stuðning. Þegar ég fer út er ég stoppuð á hverju götuhorni af fólki sem knúsar mig og kyssir mig þó ég þekki það ekki neitt. Ef ég fer út á djammíð eru biðraðir af fólki sem vill faðma mig. Ég lenti ekkert í neinu skítkasti í persónu en það heyrir oft hærra í þeim sem tala illa um fólk á netinu og svoleiðis en þeim sem vilja segja eitthvað jákvætt.

Þú skrifaðir pistla í Monitor fyrir tveimur árum sem vöktu mikið umtal. Þú varst meðal annars harðlega gagnrýnd þegar þú bentir óléttri táningsstúlku á að fara í fóstureyðingu. Hvað finnst þér um þetta mál?

Ég er harðlega á móti öllum þessum óléttum hjá ungum stúlkum. Þetta er komið út í einhverja vitleysu. Maður hittir varla stelpu á Íslandi sem er ekki komin með þrjú börn 22 ára. Mér finnst bara að stelpur eigi að þæla meira í þessu áður en þær fara að unga út börnum. Þetta er ekkert grín. Ég átti sjálf barn þegar ég var 17 ára. Ég mælti ekki með að viðkomandi stelpa færi í fóstureyðingu heldur sagði henni bara að það væri möguleiki. Hún þekkti ekki einu sinni barnsföðurinn. Það er mikið af stelpum sem eignast börn með strákum sem þær hafa bara sofið hjá einu sinni. Þær gera sér kannski ekki grein fyrir því að þær þurfa að tengjast þessum manni að eilífu. Svo langar honum kannski ekkert að eignast barn og þegar

HRADASPUERNINGAR

Uppáhaldsmatur: Sushi og Asian fusion.

Besta kvikmynd allra tíma: Ég er ekki inni í þessum listaspirumyndum en mér finnst Iron Man æðisleg.

Mesti veikleiki: Stoltið mitt.

Fallegasti staður á Íslandi: Jökulsárlón.

Uppáhaldshljómsveit: U2.

Fyndnasta persónan í Friends: Phoebe.

Það besta við Þýskaland: Öryggið og stöðugleikinn.

Það besta við Búlgaríu: Það er svo margt en sérstaklega veðrið.

Það besta við Ísland: Vatnið.



börnin fæðast byrja stelpurnar að nöldra í gæjanum. Strákurinn svaf bara hjá stelpu en ætlaði ekkert að borga 20 þúsund kall á mánuði í meðlag í 18 ár. Í löndum sem ég hef búin í er ekkert eðlilegt að eignast börn fyrr en eftir þritugt.

Hvernig varstu sem krakki?

Ég var alls ekki efni í módel þegar ég var lítill. Ég var frekar ófríður krakki og algjör strákastelpa þar til ég byrjaði í áttunda bekk. Ég held að enginn hafi horft á mig og hugsað: Þessi á eftir að verða frægt módel.

Hvað langaði þig að verða þegar þú yrðir stór?

Ég skipti um skoðanir vikulega en ég hef alltaf hallast mikið að því að vera í viðskiptum. Ég stofnaði mitt fyrsta fyrirtæki þegar ég var 19 ára og hef átt nokkur síðan. Ég hef alltaf ætlað mér að skapa eitthvað.

Ertu viðskiptamenntuð?

Ég fór í Viðskiptaskólann sem er ekki til lengur og tók þar viðskipta- og stjórnumarnám. Þetta var rosa sniðugt nám og svo tók ég fullt af námskeiðum í viðskiptatengdum greinum.

Nú er að koma á markað snyrtivörulínan Ice Queen frá þér. Hvernig vörur eru þetta?

Þetta er aðalsköpunarverkið mitt núna. Hugmyndin var að gera glamúrsnyrtivörulínu fyrir ungar stelpur, sem væri á góðu verði. Ég lét framleiða fyrir mig vörur sem ég hannaði og þær munu heita Ice Queen snyrtivörur. Núna fyrir jólin kemur Ice Queen Beauty Kit og ég ætla að vera út um allt að kynna vörurnar. Markhópurinn eru stelpur á aldrinum 15-20 ára. Þetta eru rosa flottar öskjur með maskara, glossi, gerviaugnhárum og augnskuggum, á fánánlega góðu verði. Það er allt of mikil álagning á snyrtivörum á Íslandi.

Hvernig er masterplanið þitt núna?

Mig langar að fara út í snyrtivörubransann á fullt og hanna heila línu eftir áramót. Ég sé fyrir mér að þetta muni ganga mjög vel og eftir nokkur ár verði Ice Queen veldið orðið að veruleika.

Hvernig kom það til að þú ákvaðst að gefa út lagið Feel My Body?

Ég fékk þetta lag sent fyrir löngu síðan frá vinum mínum sem eru í tónlistarbransanum. Þeir hafa verið að semja fyrir Britney Spears og Madonna svo ég var bara: Nei, ertu eitthvað geðveikur? Ég ætlaði alls ekki að syngja. Þeir voru alltaf að biðja mig um það því ég væri svo sæt og klár. Ég harðneitaði þessu lengi og svo einu sinni þegar ég kom til Íslands fór ég að ræða þetta við Snorra úr Idolinu, sem er maður vinkonu minnar. Hann vildi endilega að ég myndi kyla á þetta og á endanum náðist að plata mig inn í stúdíóið. Mér datt ekki í hug að ég gæti sungið. Þetta var í fyrsta skipti sem ég

■ ■ *Ég er náttúrulega það ógeðslega þekkt að auðvitað fylgir eitthvað neikvætt umtal. Ég er líka á gráu svæði með vinnuna mína.*

Hárgreiðslumeistari og stílisti: Ásgeir Hjartarson.
Förðun: Bergþóra Þórsdóttir.
Aughnár: Get Flirty frá Get Lashed.
Korselett og nærbuxur: Einstakar ostakökur
Skór: Manía.
Svipa: Eign stílista.

reyndi það og kom sjálfri mér virkilega á óvart. Ég helldi í mig tveimur hvítvínsglösum og dreif þetta af. Mér fannst rosa gaman að heyrja útkomuna og fannst þetta ágætlega flott bara. Textinn passaði líka svo vel við mig sjálfa.

Var þetta meira grín en alvara?

Já, eiginlega, en ég hefði alveg viljað taka þetta lengra. Þetta varð ótrúlegt vesen þegar Séð og Heyrt fór að koma með forsíður hægrí vinstri um að ég væri að stela einhverjum röddum. Fólk reyndi að eyðileggja þetta strax í fæðingu og ég sem var svo stolt af því að hafa tekist að gera þetta.

Ætlarðu að gefa út fleiri lög?

Ef ég fæ tækifæri til þess gæti vel verið að ég myndi skella í annað lag. Bara í gríni samt. Ég ætla ekkert að hefja einhvern tónlistarferil. Þetta er samt góð útrás fyrir sköpunargleðina í mér.

Ósk Norðfjörð sagði í viðtali við Monitor um daginn að hún væri númer eitt í tónlist og þú númer tvö. Hvað segirðu við þessu?

Mér fannst nú hálfilla gert af henni að nota mig til að auglýsa sig. Nei, nei, fólk dæmir bara um það sjálft. Þetta er allt bara djök.

Eruð þið í samkeppni?

Nei, alls ekki. Hún hringir í mig daglega til að fá mig til að syngja eitthvað lag með sér. Ég hef ekki ennþá samþykkt það.

Hvor er betri söngkona?

Ég held við séum bara voða svipaðar. Við erum hvorugar eitthvað brjálaðar söngkonur.

En módel?

Það er án efa ég. Enginn er betri en ég.



Ég er harðlega á móti öllum þessum óléttum hjá ungum stúlkum. Þetta er komið út í einhverja vitleysu. Maður hittir varla stelpu á Íslandi sem er ekki komin með þrjú börn 22 ára.

JOHN FRIEDA®

LONDON PARIS NEW YORK

ENDIR Á SLÆMUM HÁRDÖGUM

Rétta hárgreiðslan getur lyft upp sjálftraustinu og skipt sköpum um hvort að þú eigir góðan dag eða frábæran dag. Bættu við að hafa óviðráðanlegt hár og vonbrigðin vegna þessa geta dregið okkur flótt niður.

Sérfræðingar John Frieda® hafa svarið. Frizz-Ease® verðlauna sjampó, hárnæringar, serum og mótunaryörur sem eru sérsniðnar til þess að umbreyta óviðráðanlegu hári. Hvort sem þú ert með úfið, bólggið eða óviðráðanlegt hár, Frizz-Ease® getur hjálpað þér að temja hárið og fara frá því villta til þess dásamlega án þess að eyða mörgum stundum á hárgreiðslustofunni.



Hinn þekkti hárgreiðslumaður Luigi Murenu skapar einstakan og frumlegan still fyrir tískupallana um allan heim.

„Þetta serum er algjör nauðsyn fyrir hárið til að vera með á bak við tjöldin á tískusýningum og á rauða dreglinum. Þetta er full komin vara til þess að temja hárið og gera það slétt, glansandi og full komlega viðráðanlegt. Fyrir hraða og einfalda lausn gegn úfnu hári, prófaðu John Frieda® Frizz Ease Serum. Ég hef ekki enn uppgötvað betra serum á markaðnum sem gerir hárið viðráðanlegra“.



En taktu ekki bara orðum sérfræðinganna trúanlegum – bittu enda á slæmum hárdögum með John Frieda® Frizz Ease® sjampóum, hárnæringum og serum. Fæst í öllum helstu apótekum og Hagkaupum.

FRIZZ-EASE®



Gætir hagsmuna snjóbrettafólks

Linda Björk Sumarliðadóttir segir mikla grósku vera í snjóbrettamenningu á Íslandi og aðstöðu fyrir iðkun íþróttarinnar fara batnandi. Linda er formaður Brettafélags Íslands sem beitir sér fyrir hagsmunum snjóbrettafólks, heldur mót í íþróttinni og stendur fyrir hópferðum nokkrum sinnum á ári.

„Það hafa verið árlegar ferðir alveg síðan félagið var stofnað árið 2001 en við höfum aukið áherslu á ferðirnar undanfarnin þrjú ár,“ segir Linda Björk Sumarliðadóttir, formaður Brettafélags Íslands, en um síðustu helgi fór félagið einmitt eina slíka ferð til Siglufjarðar. Linda segir þátttökuna hafa verið mjög góða og ferðina hafa heppnast vel. „Snjóbrettamenningin hér á landi er mjög virk,“ fullyrðir Linda og bætir við að snjóbrettafólk sé í meirihluta í brekkunum. „Það er rosalega mikið af fólki á bretti, alveg um 70% þeirra sem fara í fjöllin,“ útskýrir hún og bendir á mikilvægi góðrar aðstöðu fyrir snjóbrettafólk.

Ótrúlega fjölbreytt íþrótt

Brettafélag Íslands gefur sig út fyrir að gæta hagsmuna snjóbrettafólks og gefa því rödd, en að sögn Lindu liggur mikil vinna að baki góðrar aðstöðu í fjöllumunum. „Það þarf að passa upp á að svæðin séu líka byggð upp með hagsmuni snjóbrettafólks að sjónarmiði en ekki bara skíðaiðkenda,“ ítrekar Linda og segir sanngirmi verða að ríkja fyrir íslenska snjóbreittaáhugamenn. „Krakkarnir hérna eiga skilið að fá jafngóða aðstöðu og boðið er upp á í útlöndum,“ segir Linda en í góðri aðstöðu felst sérstaklega að svokölluð parks séu byggð á svæðunum. „Pallar og rail eru nauðsynleg fyrir snjóbrettafólk,“ útskýrir Linda og bendir á að snjóbreittaíþróttin skiptist aðallega í tvennt.

„Það er rosalega gaman að renna sér í púðri en þegar aðstæður eru ekki slíkar þarf að vera park til að snjóbrettafólk geti notið sín sem best og stundað bæði freestyle og freeride,“ segir Linda ánægð með sportið. „Kosturinn við snjóbretti er að það eru svo margar leiðir til að velja í íþróttinni.“

LINDA VILL HELST VERA Á BRETTINU ALLAN SÓLARHRINGINN

Mynd/Kristinn

Gersemar inn á milli

Snæfríður lýsir fatastíl sínum sem fallegum

Snæfríður Jónsdóttir
16 ára nemi við Verzlunarskóla Íslands

Hvernig kanntu við þig í Verzló?
Bara rosalega vel. Ég er í mjög skemmtilegum bekk og líst vel á námið. Félagslífið er líka frábært og alltaf nóg að gerast.

Hvað ertu að gera fyrir utan skólann? Ég æfi fótbolta með KR sem tekur eiginlega allan frítíma minn. Svo finnst mér gaman að versla, hitta vini mína og þegar ég er stressuð finnst mér gott að slaka á með því að spila smá COD.

Hvað ætlarðu að verða þegar þú ert orðin stór? Það er ekki alveg ákveðið en ég hef mikinn áhuga á menningar- og fjölmiðlafræðum. Kannski verð ég samt bara ruslakarl, það veit enginn.

Hvar finnst þér skemmtilegast að versla? Mér finnst langskemmtilegast að versla í útlöndum því þar er úrvalið miklu betra. Annars leynast ýmsar gersemar inn á milli í búðum á Íslandi.

Hvernig myndirðu lýsa stílnum þínum í fimm orðum? Ég klæðist mest fallegum fötum.

Hver er með flottasta stílinn í Gossip Girl? Serena van der Woodsen af því að hún er með svo fjölbreyttan og nettan fatastíl.



Snæfríður klæðist fötum frá vinnufataversluninni Vír og 66°Norður Laugavegi. Dúnjakki 28.500 kr. Logn hettupeysa 14.800 kr.

SNÆFRÍÐUR LES MIKIÐ LAXNESS



TJARNARBÍÓ

Nýtt leikverk eftir Jón Atla **10. DES**

Mojito KL. 20:00

Ævintýrið um **Augastein** – Á senunni **12. DES**
SUNNUDAGAR KL. 14 OG 16
ERU FJÖL-SKYLDUDAGAR

Útskriftarsýning **JSB** KL. 20:30
Danslistaskóla

FRAMUNDAN:

Ólafur Arnalds	16. DES
Seabear	19. DES
Sudden Weather Change	27. DES
Algjör Sveppi - Dagur í lífi stráks	28.-30. des

Miðsalan er opin virka daga frá kl. 13-15 Sími: 527 2100 www.tjarnarbio.is

TJARNARBÍÓ Tjarnargötu 12 - 101 Reykjavík

UNGA FÓLKID LES MONITOR!

Allt að gerast alla fimmtudaga!

prófaðu LIFE IS BEAUTIFUL

Gringo Kjúklingaverja Kr. 1.695.-

Grillhúsið

GÓÐAR GJAFIR UM JÓLIN

Ray-Ban®



OAKLEY

Ray-Ban®



Ray-Ban®



OAKLEY

Ray-Ban®



Ray-Ban®



OAKLEY

Ray-Ban®



Ray-Ban®



OAKLEY

Ray-Ban®





HVERSDAGSFÖTIN

JAKKI: GASPARD YURKIEVICH FRÁ KRONKRON
PRJÓNAPEYSA: DIESEL
BUXUR: MARIJAN PEJOSKI, KRONKRON
SKÓR: JORDAN SKÓR KEYPTIR Í BARCELONA



UPPÁHALDS DRESSIÐ

KÁPA: BERNHARD WILLHELM KEYPT Í SEVEN NYC
SKÓR: GJÖF FRÁ PAUL WEIL VINI MÍNUM
SEM HANN GIFTI SIG Í
BUXUR: NUDIE, SAUTJÁN



ÚT Á LÍFIÐ

LEÐURJAKKI: SECOND-HAND BÚÐ
Á LOWER EASTSIDE NYC
BUXUR: NUDIE FRÁ SAUTJÁN,
SKÓR: B FRÁ KRONKRON

„Ég var sú fyrsta með pönk/rokk hárgreiðslu.“ -Vivienne Westwood.

Natalie lyftir sér upp á Club Nat

Natalie G. Gunnarsdóttir fæddist í Chicago í Bandaríkjunum en flutti til Reykjavíkur aðeins þriggja mánaða gömul og hefur búið þar síðan. Natalie eða DJ YAMAHO hefur verið að þeyta skífum ansi lengi. „Ég hef starfað sem plötusnúður í að verða 11 ár. Ég hef gaman af allri tónlist, fyrir utan kannski amerískt háskólarokk, en taktfast techno á hug minn allan þessa dagana,“ segir Natalie sem hefur einnig verið að fíka við að semja tónlist sjálf.

Hvar verslar þú fötin mín? „Ég versla fötin mín í herradeildinni í Sautján, Aftur, KronKron og síðan er GK að gera mikið fyrir mig þessa dagana.“

Skemmtistaðurinn? „Ég hef gaman af því að lyfta mér upp á Club Nat, Prikinu, Kaffibarnum, Boston og 101.“

Stíllinn
 hitti Natalie G. Gunnarsdóttur og Daniel Ólafsson og fékk að glugga í fataskápinn hjá þeim. Þau eru bæði miklir áhugamenn um tónlist og vinna sem plötusnúðar. Þau völdu sér þrjú dress frá toppi til táar sem lýsa karakter þeirra sem best.

Taktföst er tónlist plötusnúðanna

Natalie og Danni nota bæði gleraugu og fékk **Stíllinn** að skoða hvaða típa leynist á bak við þau.

Lærir viðskiptafræði og spilar tónlist á RÚV

Daníel Ólafsson eða Danni Deluxe eins og hann er oft kallaður, er fæddur og uppalinn í Breiðholti. Hann stundar viðskiptafræði við Háskóla Íslands og mun útskrifast í vor. Danni er ekki bara námsmaður því hann starfar einnig sem útvarpsmaður á RÚV og sem plötusnúður um helgar, ásamt krefjandi náminu. Aðspurður segist Danni versla fötin sín hér og þar en samt aðallega þar.

Hvernig tónlist er í uppáhaldi? „Mér finnst sú tónlist skemmtilegast sem virkar á dansgólfinu,“ segir Danni aðspurður um tónlistarsmekk. „En Kanye West hefur mikið verið í spilaranum undanfarið.“

Besti maturinn? „Mér finnst indverskur matur mjög góður, þegar ég kemst í hann.“



HVERSDAGSFÖTIN

BOLUR: AMERICAN APPAREL
PEYSA: FARMERS MARKET
SKÓR: CLAY
BUXUR: UNIQLO



UPPÁHALDS DRESSIÐ

LEÐURJAKKI: KEYPTUR Í LONDON
1978 AF FÖÐUR MÍNUM.
SKÓR: TIMBERLAND
GALLASKYRTA: EKKERT MERKI



ÚT Á LÍFIÐ

SKYRTA: BRUN & STENGADE
JAKKI: PATRIZIA PEPE
BUXUR: UNIQLO
SKÓR: CFNA



Stjörnustríð

Posh kryddpían hún **Victoria Beckham** pösar hérna með divutöktum klædd í sína eigin hönnun og það gerir söngkonan **Mary J. Blige** einnig. Stílnum finnst þær stóllur bera sig vel í sömu flíkinni en verður að titla frú Beckham sem sigurvegara. Beckham einfaldlega púllar kjólinn aðeins betur og skórnir hennar eru líka mun fallegri en skórnir sem Mary valdi sér.

Leikkonan unga **Jenni Farley**, sem lék í MTV unglingsþáttunum Jersey Shore, klæddist fjólubláum kjól frá BCBGMaxAzria á meðan sæta söngkonan **Carrie Underwood** hafði valið sér appelsínugulan. Báðar völdu þær hræðilega skó við. Engir skór hefðu þó getað bjargað kjólnum enda gerir hann ekkert fyrir þessar krúttlegu stúlkur. Enginn sigurvegari hér!

Kate Moss getur þess vegna farið í froskabúning en samt verið hot. Hérna valsar hún um í svörtum leðurkjól, berleggjuð, svart gaddabelti um mittið, með smart handtösku, uppsett hárið og í flottum skóm við kjólinn. Hún bara rokkar þetta dress. Því miður á **Carine Roitfeld**, ritstjóri franska Vogue, ekki roð í Kate þó hún sé líka mjög glæsileg í kjólnum.

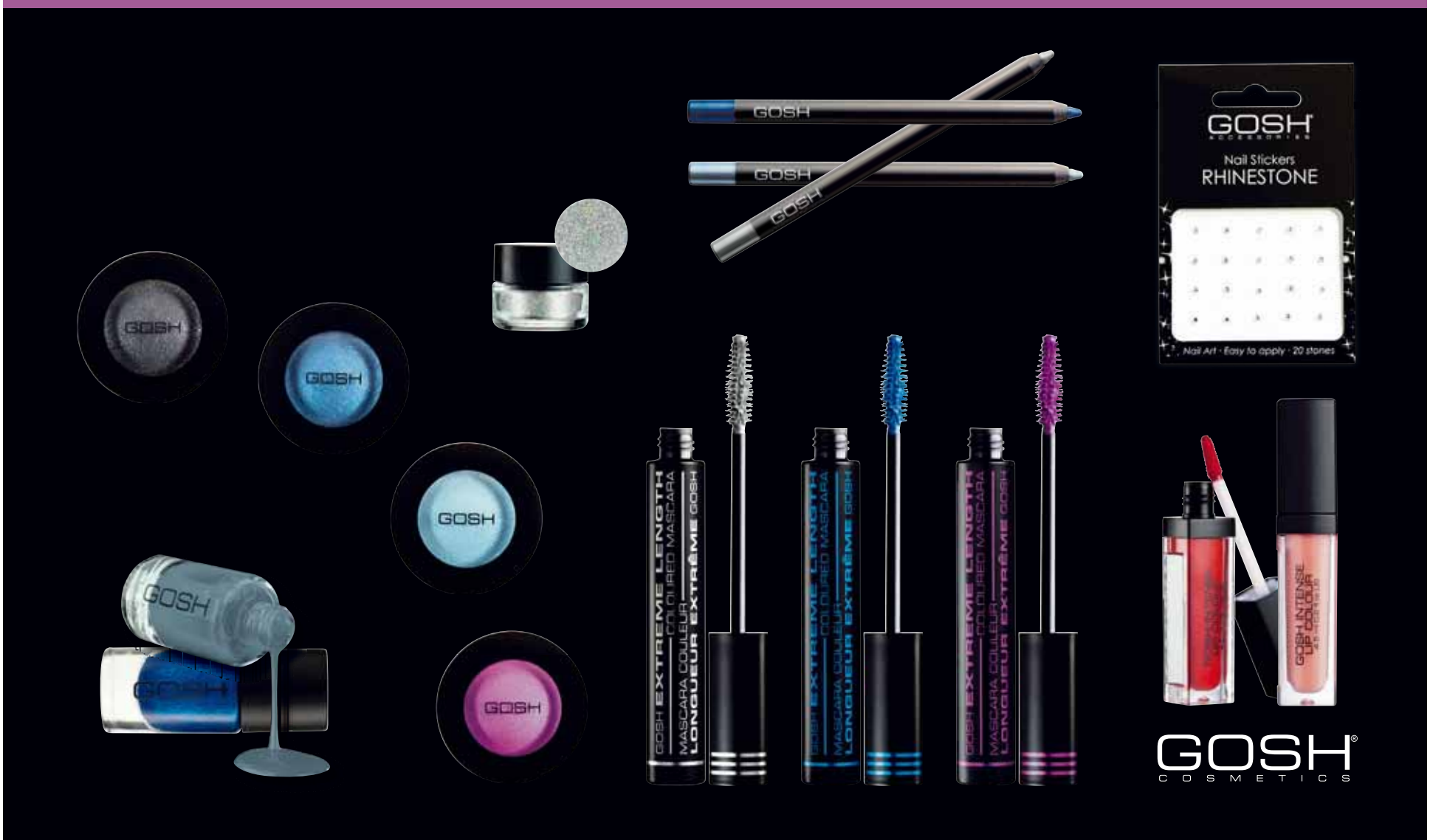
Þessar ungu leikkonur, **Katie Cassidy** og **Amanda Bynes** klæddust sama Hervé Léger kjólnum eftir Max Azria. Þrátt fyrir að kjóllinn sé svo bleikur að hann stingi í augun, þá fer hann líkamsbyggingu þeirra beggja vel. Amanda valdi sér fallgeri skófarnað, en Stíllinn titlar þó Katie sem sigurvegara þar sem að greiðslan er svo fín og á heildina litið kemur hún betur út.

GOSH[®]

C O S M E T I C S



VETURINN 2010



GOSH[®]
COSMETICS



Smáralind

ALLAR VERSLANIR
FULLAR AF JÓLAVÖRUM

Opið til
22
til jóla

Psycho frá árinu 1960 er besta hryllingsmynd allra tíma samkvæmt **IMDB.com** með **8,7** í einkunn.

VEIT NORNIN AÐ LJÓNID ER
KOMIÐ ÚT ÚR SKÁPNUM?



Frumskýningar helgarinnar

The Chronicles of Narnia: The Voyage of the Dawn Treader

Leikstjóri: Michael Apted.
Aðalhlutverk: Ben Barnes, Skandar Keynes og Georgie Henley.
Lengd: 115 mínútur.
Dómar: IMDB: 5,8 / Metacritic: 4,7 / Rotten Tomatoes: 56%
Kvikmyndahús: Smárabíó, Háskólabíó, Laugarásbíó og Borgarbíó.
Aldurstakmark: 7 ára.



Þriðja ævintýramyndin um töfraheim Narníu. Lucy og Edmund snúa aftur til ævintýralandsins Narníu með frænku sinni, Eustace. Þau slást í lið með Kaspían prins í ferð yfir hafið um borð í skipinu Dagfara. Á ferð þeirra mæta þau dregum, dvergum, hafmönnum og meyjum og hópi af týndum stríðsmönnum, áður en ferðalagi þeirra lýkur á ystu brún heimsins.

The Last Exorcism

Leikstjóri: Daniel Stamm.
Aðalhlutverk: Patrick Fabian, Ashley Bell, Iris Bahr og Louis Herthum.
Lengd: 87 mínútur.
Dómar: IMDB: 5,8 / Metacritic: 6,3 / Rotten Tomatoes: 72%
Kvikmyndahús: Sambíóin.
Aldurstakmark: 16 ára.



Presturinn Cotton Marcus er reyndur sær-ingamaður sem samþykkir að taka þátt í gerð heimildarmyndar sem á að sanna að særingar séu blekking. Hann velur að fara á sveitabæ þar sem maður nokkur segist eiga andsetna dóttur. Þegar stúlkan dýkkar fyrirvaralaust upp á hótélherbergi Marcusar fara afar undarlegir hlutir að gerast.

TÖLVULEIKUR



James Bond Blood Stone
AAA



Tegund: Hasarleikur
PEGI-merking: 16+
Útgefandi: Activision
Dómar: IGN: 5/10, Eurogamer: 5/10, Gamespot: 7,5/10

Glænýr Bond með Joss Stone upp á arminn

Tölvuleikir um James Bond hafa verið æði misjafnir í gegnum tíðina, en gerð þeirra reis líklega hæst með leiknum Goldeneye sem kom út á Nintendo 64 fyrir mörgum árum. Á dögum kom út nýr Bond leikur, James Bond Blood Stone, sem inniheldur nýjan söguþráð. Með aðalhlutverkin fara Daniel Craig sem Bond, Judi Dench sem M og svo er það söngkonan Joss Stone sem fer með hlutverk Bond skvísunnar Nicole Hunter. Auk þess syngur hún nýja Bond-lagið sem er í byrjun leiksins.

Öllu er til tjaldað og fengu framleiðendur leiksins Bruce Feirstein til að skrifa handrit leiksins, en hann hefur áður skrifað handritið að nokkrum Bond-myndum (Goldeneye, Tomorrow Never Dies). Í Blood Stone þarf Bond að eltast við vopnasala sem ætlar sér að koma öllu í uppnám á G20 ráðstefnunni og til að ná því þarf hann að þeysast um allan heim og koma við

í stórborgum á borð við Mónakó, Bangkok, Ístanbúl og Aþenu.

Vopn, farartæki og blóðug slagsmál

Leikurinn er þriðju persónu hasarleikur sem er mjög fjölbreyttur í spílun, en leikmenn geta meðal annars skotið úr hinum ýmsu vopnum, vaðið í blóðug slagsmál, keyrt hin ýmsu farartæki og læðst um til að komast hjá óvinunum ósédur. Auk þess að spila í gegnum söguþráð leiksins geta leikmenn tekið þátt í 16 manna netspilun.

James Bond Blood Stone er leikur sem enginn Bond-aðdáandi má láta framhjá sér fara, en aðrir ættu að leita annað. Leikurinn er í góðu meðlaggi og sýnir og sannar að Bond á sér líf fyrir utan hvíta tjaldið.

Hetjustælar stór mistök

Flestar hryllingsmyndir eiga það sameiginlegt að persónurnar virðast aldrei kunna að bjarga sér né öðrum frá slátrun. **Monitor** tók saman nokkur góð ráð til að lifa af í hrollvekjju.



Athugaðu aftursætið!

Aldrei fara inn í bíl án þess að athuga hvort einhver sé að fela sig í aftursætinu. Áður en þú gáir skaltu helst finna vopn til að hafa við hendina skyldi einhver óþrúttinn aðili leynast í bílnum.

Feldu þig!

Ef þú finnur góðan felustað skaltu ekki gægjast út né halda að öllu sé óhætt. Ef þú ert hins vegar alveg viss um að öruggt sé að yfirgefa felustaðinn skaltu horfa vel í kringum þig, sérstaklega á jörðina. Brak í trjágrein gæti kostað þig lífið.

Hlauptu!

Hlauptu eins hratt og þú getur þegar þú hefur engin vopn til að verjast óvinum þínum. Þú skalt samt búast við því að detta og hrasa nokkrum sinnum á leiðinni. Þó þú hlaupir

eins og vindurinn en skrímslið gengur hægt á eftir þér mun það líklega ná þér á endanum.

Ekki vera hetja!

Ekki reyna að bjarga öðrum. Hugsaðu bara um sjálfan þig. Þeir sem eru í hættu komu sér líklega sjálfir í það klandur og hjálparvein gæti mögulega verið gildra.

Forðastu uppvakninga!

Gæludýr og ættingja sem vakna upp frá dauðum ber fyrir alla muni að forðast. Þó þú teljir þig þekkja manneskjuna vel vill viðkomandi bara éta þig upp til agna sem uppvakningur.



Berðu vopn!

Það er ómögulegt að berjast með höndunum þegar skrímsli og uppvakningar eru annars vegar. Þó þú hafir lært karate eða sért í Mjölni



HVAÐ Á HÚN TIL BRAGDS AÐ TAKA?

þýðir ekkert að beita slíkri tækni á kvikmyndakvikindi. Mennskir morðingjar eru líka yfirleitt vopnaðir svo þú getur alveg eins gefist upp ef þú ert vopnlaus.



Ekki búa í draugahúsi!

Ekki taka neinar áhættur í húsnæðismálum. Ef þú kemst að því að morðingi, einhver geðveikur eða einhver sem framdi sjálfsmorð hafi búið í húsinu, skaltu flytja strax eitthvert annað. Fyrrverandi íbúar gætu mögulega verið enn í húsinu, lifandi eða dauðir.

Skjóttu nógu oft!

Ef ættingi eða vinur byrjar allt í einu að tala óörúvísi en vanalega, breytir um rödd eða talar tungum skaltu skjóta viðkomandi

tafarlaust. Ekki hika! Líklega þarftu að nota nokkur skot til að drepa alveg svo það er gott að vera með nóg af skotfærum.

Dreptu til fullnustu!

Þegar þú heldur að ófreskjan sé dauð er mikilvægt að ganga úr skugga um að svo sé. Best er að bíta hana niður eða skjóta endalaust í hjartað. Að því loknu skal brenna leifarnar til að vera alveg öruggur.



Haltu hópinn!

Aldrei vera einn á ferð. Það er betra að berjast við skrímsli í hópum. Engu máli skiptir hvort góðir bardagamenn eru í hópnum, magnið er allt í þessu tilfelli.

TVÍBURAR?

EKKERT

VANDAMÁL

temptation
NEW
AXE
DRY
DRY ACTION

FYRIR KARLMENN

VERTU EKKERT SMÁ ÓMÓTSTÆÐILEGUR **AXE**



BERNDSÉN & THE YOUNG BOYS OG VALDIMAR
Sódóma
Laugardagur kl. 22:00
Miðaverð 1.000 kr.

Vil sjá fólk mæta í jóladóti

„Þetta verður bomba,“ segir Davíð Berndsen, forspraki hljómsveitarinnar Berndsen & The Young Boys, um tónleika sem þeir spila á með hljómsveitinni Valdimar á Sódómu á laugardagskvöldið. Það er alltaf mikið stuð á tónleikum sveitarinnar og þessir tónleikar verða engin undantekning, að sögn Davíðs. „Við lofum miklu fjöri og svo partíu um kvöldið,“ segir hann og vill endilega sjá tónleikagesti í þemafötum. „Ég myndi helst vilja sjá alla í bleiku eða jólalegum fötum,“ segir hann og ítrekar þá sérstaklega jólaþemað. „Það væri gaman að sjá fólk í einhverju jóladóti,“ útskýrir Berndsen og segir tónleikana sjálfa verða með jólalegt yfirbragð. „Það verður allt út í jólaþósum og svona,“ segir hann og bætir við að hljómsveitin verði einnig vel skreytt. „Við verðum í hljómsveitarbúningum, með sápukúlur og allan pakkann.“

fílófaxið

fimmtudagur **9** des

laugardagur **11** des

JÓLABOÐ MEÐ ÁSDÍSI RÁN OG FLEIRUM

RE-PLAY Grensás
20:00 Isdrottningin Ásdís Rán heldur jólaboð þar sem hún kynnir Ice Queen snyrtivörulínuna og áritar Playboy. Galdrakonan Sigríður Klíngenberg mætir einnig á svæðið og Hafn Hafn sér um að frikka allar skvísur sem vilja fá mynd af sér með Ásdísi. Fritt inn.

HLJÓMSVEITIN ÉG

Sódóma
21:30 Hljómsveitin Ég spilar gamalkunna smelli og lög af nýju plötunni þeirra, Lúxus upplifun. Hljómsveitin Hellvar hitar upp. Miðaverð er 1.000 kr.

AFMÆLI UPPISTÖÐUFÉLAGSINS

Næsti bar
22:00 Stelpurnar í Uppistöðufélaginu verða með uppistand í tilefni af ársafmæli félagsins.

föstudagur **10** des

ROKKTÓNLEIKAR

Venue / Bakkus
21:00 Hljómsveitirnar Saytan og Gímaldin og félagar spila rokkónlist fyrir gesti.

JÓLAPLÖGG RECORD RECORDS

Faktorý
22:00 Útgáfufyrirtækið Record Records fagnar uppskeru ársins með veglegri tónleikaveislu um helgina. Fyrsta kvöldið býður upp á tónlist frá Ensími, Bloodgroup, Of Monsters And Men og Sing For Me Sandra. Hægt er að kaupa miða á eitt kvöld á 1.000 kr. eða armband á bæði kvöldin á 1.500 kr.

MYRKÁ OG PORQUESI

Sódóma
22:00 Rokksveitirnar Myrká og PORQUESI halda veglega tónleika sem ættu ekki að svikja sanna rokkara. Miðaverð er 1.000 kr.



OPNUNARHÓF EFJ EYJAFJALLAJÓKULL BY GYÐJA

Debenhams, Smáralind
15:00 Íslenska ilmvatnið EFJ Eyjafjallajökull by Gyðja kynnt og hvatningarsjóður ætlaður konum í björgunarsveitum settur á lagginnar.



ÚTGÁFUTÓNLEIKAR BENNA HEMM HEMM

Bakkus
21:00 Fjórða breiðskífa Benna Hemm Hemm, SKOT, kom út í byrjun desember. Hljómsveitin Retro Stefson sér um undirleik og Prinspóló hitar upp. Miðaverð er 1.500 kr.



JÓLAPLÖGG RECORD RECORDS

Faktorý
22:00 Á seinna kvöldinu spila Agent Fresco, Moses Hightower, For A Minor Reflection og Útidúr fyrir tónleikagesti. Hægt er að kaupa miða á eitt kvöld á 1.000 kr. eða armband á bæði kvöldin á 1.500 kr.

LOKAPRÓFIÐ

9. desember 2010 |

MONITOR skólinn

Ég heiti Steinþor H Steinþorsson Það besta við Mosfellsbæ er Pizza Bær

Þú veist hver ég er af því Ég
Er algjör
Funny Cat

Ég á afmæli í dag 9. desember og af því tilefni ætla ég að
a) Halda veislu.
b) Halda veislu og bjóða bara frægum vinum mínum.
c) Borða hollt og ekki leyfa mér að fá köku því lærin á mér eru orðin svo stór.
d) Þerja einhvern.
e)

Helst eighvern aukningja

Á þessum tímamarki hef ég mestar áhyggjur af

a) Aldrinum.
b) Því að enginn muni kaupa fyrstu seríu af Steindanum okkar á DVD.
c) Því að enginn muni hlæja að nýju seríu Steindans okkar sem við erum

að taka upp.
d) Svínafleusufaraldrinum.
e) _____

Ef ég þyrfti að búa með einum jóla-sveini myndi ég vilja búa með

Stuf

Því hann er pottþétt

myg
áumur og ég gæti
Lamiá hann

Jólagjöfin mín í ár er...

a) Ekki metin til fjár.
b) Drykkurinn Sjómann.
c) Fyrsta sería af Steindanum okkar á DVD.
d) Headset, svo ég
gæti rífið kjóft þegar
Ég spila COD



en það versta við Mosfellsbæ er RIP

Lyktin - Það er stundum
duvarfull lykt í mosfellsbæ
En bara stundum

Fyndnasti Fóstbróðirinn er
a) Jón Gnarr.
b) Helga Braga.
c) Þorsteinn Guðmundsson.
d) Sigurjón Kjartansson.
e) Benedikt Erlingsson.

Af því að þau húa
til gott grín grín

Uppáhaldsjólagið mitt er tvímæla-laust Öll jólatögin
sem Helgi Bjóss
Hefur gefið
Síðasta sms sem ég fékk var frá NOVA

og í því stóð Stafan Er Kominn undir
100 KR. Þú getur keypt
Inneign á nova.is

Besti Junior fyrir utan mig er
a) Cuba Gooding Jr.
b) Robert Downey Jr.
c) Kvikmyndin Junior.
d) _____



Vegna þess að Bara

Ég gæti ekki verið án Timbaland Spóna mín

en ég hefði gott af því að losa mig við þetta lokapróf, gæti
vera máttur annað

Ef ég mætti gera einn Facebook status sem allur heimurinn sæi myndi ég skrifa eiðhvád og farslegu
Fyndið

Síðast en ekki síst

» Jóhann Alfreð úr Mið-Íslandi fílar:

Kvikmynd Ég reyni að horfa á kvikmyndina **Christmas Vacation** fyrir hver einustu jól eða jólafjör eins IMDB kallar hana. Hún er löðrandi í góðu jólagríni. Ég er með það markmið fyrir þessi jól að tala með Aunt Bethany í öllum hennar innkomum.



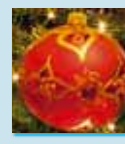
Sjónvarpsþætti Ég er núna að nálgast það að klára **West Wing**. Það er fínt að taka jólaþættina á adventunni því platformið er svo stórt. Martin Sheen er að náða menn og kalkúna alveg hægrri vinstri og virkilega í þessari frið á jörð stemningu.



Bók Birtingur er sú allra besta bók sem ég hef lesið. Hún tendar mann upp eins og adventu-kerti. Mér finnst að það ætti að kenna hana í skólum, bara strax á eftir Litlu gulu hænunni, þegar börn eru að byrja að læra að lesa.



Plötu Það er orðið löngu tíma-bært að endurútgefa **Kósý Jól** með ungmennahljómsveitinni Kósý. Ég veit um marga sem tækju handlegg og fótlegg af með det samme fyrir eintak. Frábær plata.



Vefsíðu Fyrir utan póstin minn þarf ég bara að fara á tvær vefsíður. **Pressan.is**, af því að hún er fersk, en líka af því að þeir eru með besta veitukerfið. Svo er fínt að fara á **Instanttrims-hot.com** í partíum til að gefa vel í góðan brandara.

Stað Kaffihúsið **Prikið** að degi til. Þar hef ég eytt lunganum af mínu háskólanámi með kaffi, góðan mat, blöð og skruddur. Hef oft á tíðum vísað til staðarins sem skrifstofu minnar.





Engin transfita
- bara brakandi snilld



Samsung GALAXY 5



Jólakaupauki

Flottur hátalari fylgir GSM tilboði á meðan birgðir endast.



Vertu með netið í símanum

Samsung Galaxy 5

0 kr. útborgun m.v. 12 mánaða greiðsludreifingu eða 12x3.325 kr.*

Android 2.1 sími sem fer ótrúlega vel í vasa og er á frábæru verði. Síminn styður 3G, 3GL og Quad-band með WiFi og GPS.

Jólainneign 1.000 kr. á mánuði í 12 mánuði fylgir.

Netáskrift:

Mega1

Mega2

Hey, hvar fæ ég MegaÁfyllingu?

Verð:

490 kr.

890 kr.

Farðu inn á GSM áfyllingu efst

Innifalið:

100 MB

500 MB

á ring.is, veldu eina góða

Umframnotkun:

Nýr dagpakki

Nýr dagpakki

MegaÁfyllingu undir Áfylling og byrjaðu að leika þér á netinu.

*Dreifingargjald 250 kr. á mánuði.

www.ring.is / m.ring.is



www.facebook.com/ringjarar



VERTU MEÐ