

| tíska | jól | tíðarandi | börn | heilsa | matur | tónlist |

birta

» með zól í zinni

JÓLABIRTA

bækur, plötur, gjafir...

MATUR

nýbakað jólabrauð

MARGBREYTILEIKI

ekki eru jól hjá öllum á jólunum

» Ragnar S. Rafnsson

*Bak við Zolberg
leynist Sólberg*

SJÓNVARPSDAGSKRÁIN
9. desember – 15. desember

L'

O

R

Húðlæknar hafa uppgötvað nýja tækni sem endurnýjar yfirborð húðarinnar



E

A

L
PARIS

DERMO-EXPERTISE

Ysta lag húðarinnar endurnýjast
og hún ljómar á aðeins 2 mínútum

REFINISH

ENDURNÝJANDI YFIRBORÐSMÆÐFERÐ HÚÐAR

NÝJUNG

HÚÐIN MEÐHÖNDLUD HEIMA

2 skref, 2 mínútur, tvisvar í viku

- Skref 1:
Efnasamsetning sem inniheldur örsmáa kristalla, hreinsar húðina og endurnýjar yfirborðið.
- Skref 2:
Eftirmeðferðarkrem sem gefur raka og fullkomnar árangurinn. Án ilm- og litarefna með sólarvörn 15

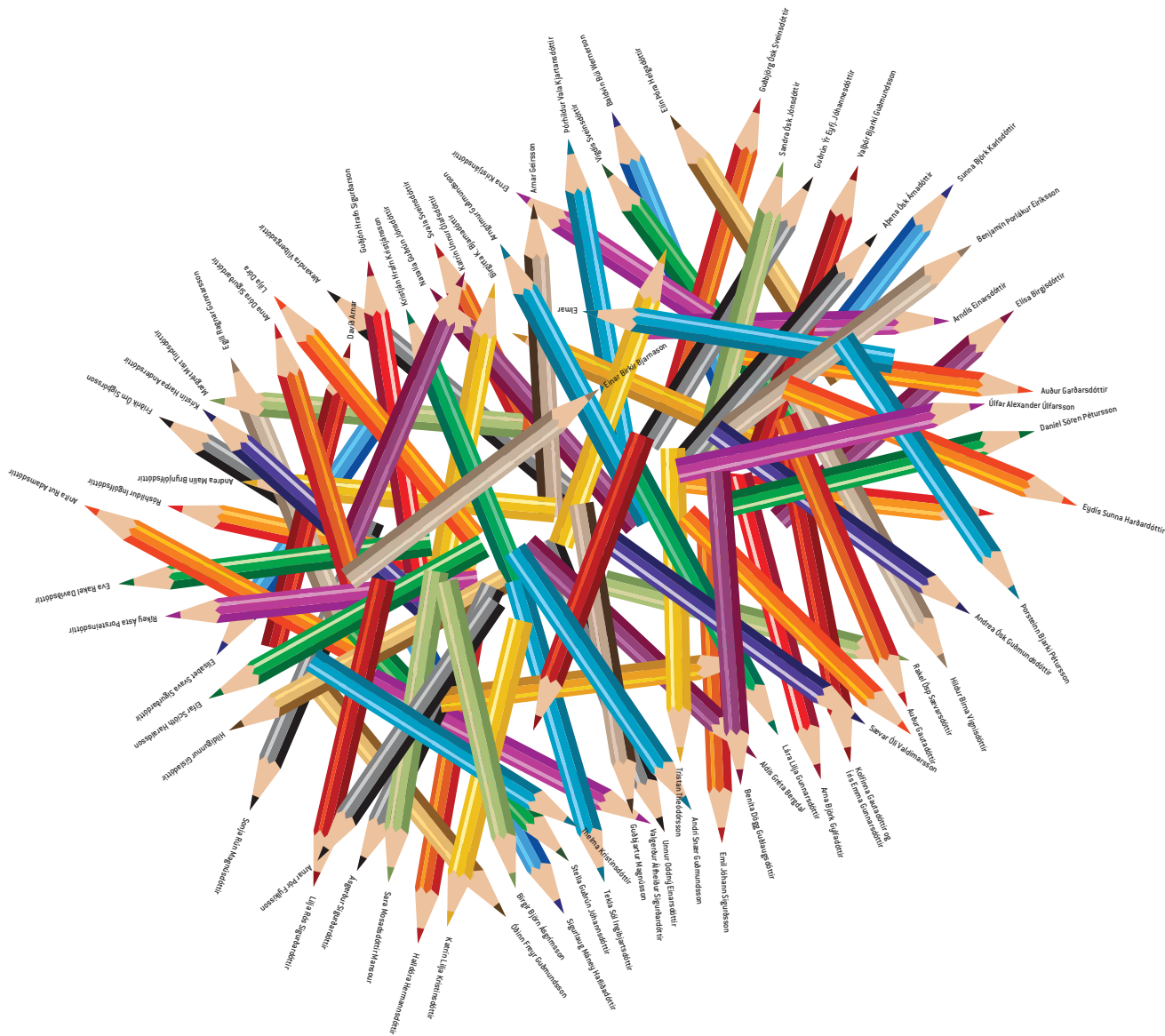
- 100% sléttari húð með fallegri áferð
 - 97% meiri ljómi
 - 91% jafnari húð og litarháttur
- Dregur úr hrukkum

Frá fagmennsku til fegurðar
Því þú átt það skilið

Streita, litlaus húð, fyrstu hrukkurnar...Í starfi mínu síðustu 30 ár hef ég hitt margar konur sem hafa upplifað það að húð þeirra hefur breyst og misst ljómann og þær eru ekki lengur unglagar. Mér finnst ReFinish vera ótrúlega árangursrík leið til að endurheimta unga og frísklega húð. Ég nota hann mikið þegar ég meðhöndla húð kvenna.

Lydia Evans, húðlæknir og ráðgjafi hjá L'Oréal Paris





Listagalleríið er opið á www.ils.is

Nú ára listamenn af öllu landinu sýna í listagalleríinu afraksturinn úr myndasamkeppninni „Draumahúsið“ sem **Íbúðalánasjóður** stóð fyrir í tilefni afmælisins **Húsnæðislán í 50 ár**.

Á vefnum **www.ils.is** má einnig finna myndir frá afhendingu verðlauna í myndasamkeppninni og ljósmyndasýningu sem sýnir þróun húsnæðismála síðastliðin 50 ár.

Íbúðalánasjóður fyrir alla

www.ils.is

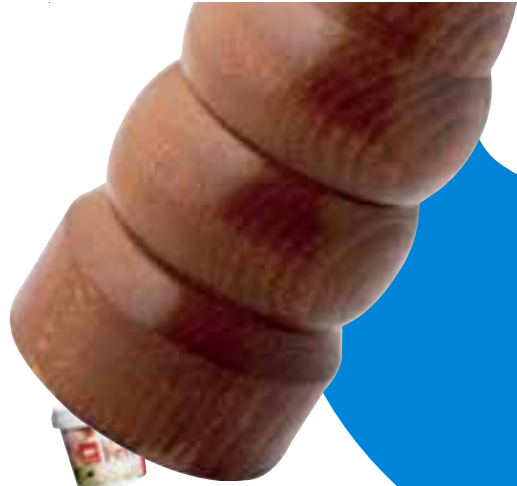
Borgartúni 21

105 Reykjavík

Sími: 569 6900 - 800 6969

Fax: 569 6800





Kryddaðu matargerðina með Kryddfeta

Kryddfeti gefur afbragðs gott bragð í alla matargerð.
Kryddinu er blandað í ostinn auk þess sem olían er krydduð.

Fylltu kjúklingabringur með honum eða settu hann
á lambið, pizzuna eða salatið – hann klikkar ekki.





Baðinnréttingar



Þvottahússinnréttingar

Úrvalið er mikið og verðið svo hagstætt að leitun er að öðru eins

*** ELBA**
fast!
 online, danskar innréttingar í
 þu ítölsku ELBA raftækin og
 kápana frá Litháen.

**Uppþvottavélar
 - 2 gerðir**



Sparneytnar og hljóðlátar

IDW-128 alinnbyggð. Kr. 69.900
 LS-12 hvít. Kr. 49.900 - **Tilboð**

Helluborð



Verðdæmi

4ra hellu hvítt eða stál	Frá kr. 17.500
4ra hellu keramik	Frá kr. 32.900
4ra hellu keram. m/snerfir	Frá kr. 52.900
2ja brennara gasborð	Frá kr. 13.900
3ja brennara gasborð	kr. 31.300
4ra brennara gasborð	Frá kr. 26.900
5 brennara gasborð	Frá kr. 35.700
3 gas + 1 raf stál	kr. 26.100

Snaigé

KÆLI- OG FRYSTISKÁPAR



Gerð C-140
 HxBxD=85x56x60 cm
 127 ltr. kæli

Hvítur kr. 26.900



Gerð R-130
 HxBxD=85x56x60 cm
 81 ltr. kæli
 17 ltr. frystir

Hvítur kr. 29.900



Gerð F-100
 HxBxD=85x56x60 cm
 85 ltr. frystir

Hvítur kr. 29.900 **tilboð**

ELBA



Viftur & háfar

Veggviftur:

60cm hvít eða svört/stál	kr. 5.900,-
60cm útdregin 3 gerðir	Frá kr. 10.900,-

Veggháfar:

60cm kantaðir/ rúnaðir	Frá kr. 19.900,-
90cm kantaðir/ rúnaðir	Frá kr. 24.900,-
100cm kantaður	kr. 27.900,-

Eyjuháfar:

66x90cm stál	kr. 59.900
65x90cm stál/gler	kr. 65.900

OPIÐ
 Mánudaga-föstudaga kl. 9-18
 Laugardaga kl. 10-15

Friiform
 Askalind 3 · 201 Kópavogur · Sími: 562 1500



...með allt fyrir jólin!



Dagskráin helgina 10. - 11. desember

Laugardagur

- 13.30 Strákahljómsveitin SPARK
- 15.00 Nylon og Heiða
- 16.30 Strákahljómsveitin SPARK
- 17.00 Nylon og Heiða

Sunnudagur

- 13.30 Strákahljómsveitin SPARK
- 15.00 Nylon og Heiða
- 16.30 Strákahljómsveitin SPARK



Alla helgina

Jólasveinar og lifandi jazz í göngugötu.

Piparkökuhúsaleikur Kötlu - komdu og sjáðu öll glæsilegu piparkökuhúsin.

Pakkajól Kringlunnar og Bylgjunnar - gefðu eina gjöf til viðbótar.

Opið til kl. 22.00 til jóla

Kringlan
ER MEÐ ALLT FYRIR JÓLIN

Veitingastaðir og Kringlubíó hafa opið lengur á kvöldin
www.kringlan.is / upplýsingasími 588 7788 / skrifstofa 568 9200



„Ég er ekki Zolberg með zetu þegar ég er í flíspeysunni og dúnúlpunni.
Það gerist bara þegar ég er kominn með stríðsmálninguna og í dressinu.“

Ragnar Sólberg Rafnsson » bls. 20

Þetta helst

- 11 Töfrar í dós
- 12 Tíðarandi
- 14 Brennsla Eldars Ástþórssonar
- 16 Blúndur, blóm og bróðerí
- 18 Stekkjarstaur kom fyrstur...

Viðtöl

- 20 Ragnar Sólberg Rafnsson
Bak við Zolberg leynist Sólberg
- 24 Ekki halda allir jól á jólum
Salman Tamimi er múslimi
Sigurður Elías Hjaltason er vottur Jehóva

Hann hún

- 28 Girnilegt jólabrauð
- 34 Anna í Amman
Fimm villur í fatavali
Stjörnuþá
- 36 Mæðgur: Margrét og Raket
Best að börnin fari snemma að sofa
- 38 Heilsa
- 40 Ertu jólabarn?
persónuleikapróf

Jólabirta

- bækur, tónlist, gjafir og fleiri bækur*
- 42 Sigrún Edda Björnsdóttir
Rakkarapakkið í jóga
- 48 Silja Aðalsteinsdóttir
Vonar að hún fái fullt af bókum
- 50 Úlfhildur Dagsdóttir
Finnst Guðrún Eva mestu tíðindin
- 52 Sigrún Eldjárn
Þrjátíu bækur á 25 árum
- 54 Ljóðaleg jól
- 56 Fróðlegar og fjörugar fræðibækur
- 58 Jólabókin mín í ár
- 62 Grasrótin kemur upp á yfirborðið
- nokkrir athyglisverðir geisladiskar
- 66 Jólagaðjarf bílaáhugafólksins
- 68 Jólagaðjarf veiði- og útivistarfólksins
- 70 Jólagaðjarf þeirra sem kunna að meta dekur

Í hverju blaði

- 74 Sudoku
- 77 Sjónvarpsdagskrá næstu viku

birta

9. desember - 15. desember 2005 nr. 49

ÚTGÁFUFLAG: 365 – prentmiðlar
RITSTJÓRAR: Steinunn Stefánsdóttir
steinunn@frettabladid.is
og Sigríður Björg Tómasdóttir
sigridur@frettabladid.is
ÁBYRGÐARMAÐUR: Steinunn Stefánsdóttir
RITSTJÓRN OG AUGLÝSINGAR:
Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 550 5000
DREIFING: Pósthúsið ehf., sími 585 8330

AUGLÝSINGAR:
Laila Awad / laila@365.is
Sölustjóri 550 5848 / 824 2356
Ester Sigurðardóttir / ester@365.is
Sölufulltrúi 550 5828 / 899 7600
Ámundi Ámundason / amundi@frettabladid.is
Sölufulltrúi 550 5811 / 821 7514
Guðný Magnúsdóttir / gudnymagg@365.is
Sölufulltrúi 550 5854 / 866 0796

UMBROT: 365 – prentmiðlar
Kristín Agnarsdóttir, Sigurður B. Sigurðsson og
Einar Elí Magnússon
PRENTVINNSLA: Ísafoldarprentsmiðja ehf.
FORSÍÐUMYND: Hari
NETFANG: birta@frettabladid.is
Birtu er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu, Suðurnesjum, Akureyri, Akranesi, Borgarnesi, Selfossi og Hveragerði.

JÓLIN ERU: KLUKKAN SEX

NÝTT KORTATÍMABIL

Merkjabúð á tveimur hæðum

Komdu sjálfum þér og ástvinum á óvart. Í Debenhams er úrval af fatnaði og gjafavöru á verði sem kemur þér í jólaskap.

Daman: Kjöll 11.990 kr., hanskar 1.590 kr., skór 5.990 kr., sokkabuxur 899 kr. Skartgripir: Pilgrim. Herrann: Jakkföt 24.500 kr., skyrta með slaufu 3.290 kr. Aðrir hlutir: Ljósakróna 15.990 kr., taukarfa 6.990 kr., glös plast 399 kr. stk., bollapar Denby 2.080 kr., kokteillristari 2.490 kr., Cusinart kaffikanna 12.900 kr., geymslubox úr leðri 5.990 kr., ramar 899 kr., hnifasett 5 stk. 9.990 kr., púði 3.490 kr., bangsar 2.190 kr., barnakjöll 3.990-4.590 kr., barnapeysa 2.190 kr., wokpanna 11.500kr.



DEBENHAMS

SMÁRALIND



Texti: STEINÞÓR HELGI ARNSTEINSSON. Mynd: GVA

Töfrar í dós

Það er eitthvað gamaldags og rómantískt við spíladósir. Þegar þær eru trekkar upp og látnar spíla lag, sem stundum verður örlítið skrykkjótt, kemur mynd upp í hugann af börnum sem fannst tæknin hafa náð hámarki þegar þau fengu spíladós í hendurnar. Börnum sem trúðu því varla að svona lítill hlutur gæti framkallað tónlist og laumuðust þess vegna til þess að opna spíladósina þegar enginn sá til svo þau gætu komist að því hvernig hún virkaði. Börnum sem fylgdust hugfangin með gangverkinu í sundurtættu spíladósinni framkalla fegurstu tóna sem þau höfðu heyrt. Börnum sem skömmustuleg tjösluðu spíladósinni aftur saman svo enginn kæmist að því að þau hefðu uppgötvað leyndardóminn. Afkomendur þessara barna sjá aftur á móti ekki hvað er svona merkilegt við spíladósir og finnst sjálf-sagt að setja bara geisladisk í spílarann og hækka í botn.

heitt & kalt

Heitt

Volgt

Hvorki heitt né kalt

Við stofuhita

Ískalt







Niðurþröngar buxur. Já, buxur sem eru þröngar niður eru það vinsælasta í buxna-tískunni núna, bæði fyrir karla og konur. Ekki skemmir ef þær eru svartar, slíkar buxur hafa oft verið nefndar sigarettubuxur eða Bob Dylan-buxur. Þröngar buxur henta ekki öllum en eru samt alveg feikna valar.

Krútt! Það hlýtur að fara að koma að því að hin sætu krútt nái stjórntaunumunum í landinu. Enginn hélt vatni yfir Sigur Rósar-tónleikunum og nú er orðið uppselt á náttúruverndartónleikana sem krúttin standa fyrir. Næsta rökrétta skrefið er að stofna stjórnmálaflokk...

Einkabíllinn! Sala á bílum verður meiri og meiri með hverju árinu sem líður og við það eykst mengunin í landinu alltaf meira og meira. Þurfa virkilega að vera margir bílar fyrir hvert heimili? Þrátt fyrir meiri umhverfisvitund virðist ekkert lát vera á sölu nýrra bíla og spurning hvort þetta eigi eftir að breytast.

Auglýsingabæklingar! Í mesta neyslumán-uði ársins hrannast alls konar auglýsingar-bæklingar inn í forstofuna hjá manni með þeim afleiðingum að oft getur verið erfitt að opna dýrnar heima hjá sér. Svo er það óþolandi verk að ganga frá þessu. Einstaka sinnum má reyndar finna hagstæð tilboð í bæklingunum en það er annað mál.

Aflitað hárl! Það er frekar hallærisleg og hefur í seinni tíð verið táknað hnakkamenn-ingarinnar miklu. Fólki á ekki að þurfa skammast sín fyrir hárlit sinn. Aflitun fer líka einstaklega illa með hársvörðinn. Náttúrulegir litir, það er málið.

» Kurteisi

Lífsgæði sem kosta ekki neitt

Það er algjör óþarfi að missa sig í dónaskap þó að maður sé stressaður. Jólin koma alveg þó að við séum örlít-
ið sein fyrir. Í desember eru næstum allir undir auknu álagi. Þetta á ekki síst við um starfsfólk í verslunum og þjónustufyrirtækjum sem stendur lengri vaktir á annasamari vinnu-
stöðum en aðra mánuði ársins við það eitt að auðvelda okkur að undirbúa jólin. Það er því mjög kuldalegt að hreyta ónotum í kassa-
dömur eða pokadrengrum þó svo að við kunnum að vera óánægð með okkar eigin frammistöðu þann daginn. Það sama gildir raunar ann-
ars staðar líka. Það er ekki jólalegt að æsa sig í umferðinni, býsnast yfir sjónvarpsdagskránni, skamma börnin að ósekju eða rífast við makann fyrir það eitt að vera nálægur. Jólin eru hátíð ljóss og frið-
ar og við ættum að láta jólaundirbúninginn endurspegla það. Ver-
um róleg og ánægð í allri ósinni – en umfram allt kurteis.



» Skógarhögg

Jólatré höggvið með eigin höndum



Það er notaleg viðbót við jólatrjáakaup að höggva trén sjálf/ur. Þessi hefð er stöðugt að færast í aukana og eru Ís-
lendingar nú þegar farnir að aka í hrönnum í skóga landsins og fá sér falllegt tré. Víða verður boðið upp á skógarhögg fyrir þessi jól. Má þar nefna við Fossá í Hvalfirði, Hvamm í Skorradal, Haukadal og Heiðmörk. Hægt er að finna tré í ýmsum stærð-
um, allt frá einum metra upp í þrjá eða fjóra. Fjölskyldan getur nú gert sér glaðan dag og farið út fyrir borgar-
mörkin með nesti og nýja skó. Börnin fá að hlaupa um og velja sér besta tréð á meðan foreldrarnir fylgja á eftir með sögina.

» Jólaljósabíltúrar

Ljósín í bænum

Jólaljósín eru komin upp út um allan bæ og enn eiga eftir að bætast við ljós fram að jólum. Það getur verið skemmtilegt að smala allri fjölskyld-
unni saman upp í bíl og fara á jóla-
ljósarúnt að kvöldlagi. Það er hægt að aka niður Laugaveginum eða Íbúða-
götur sem sjaldan eru farnar og skoða hvernig borgarbúar standa sig í ljósaskreytingunum fyrir þessi jól. Eftir svona rúnt ættu allir í fjölskyld-
unni að vera komnir í jólskap.



» Fótanuddtæki

Retró og afslappandi

Það er alveg ljóst að mikil retró-
stemning ræður ríkjum í hinum vest-
ræna heimi í dag. Hin mikilfenglega menning 9. áratugarins sem hefur oft-
ast verið talað um sem hallærislegustu tísku fyrr og síðar er af einhverjum undarlegum ástæðum orðin heit aft-
ur. Nú er svo komið að 80's fót eru orðin að tískufyrirbrigðum og tón-
listarmenn sækja æ oftar í tónheim hinar undarlegu 80's menningar. Þess vegna er ekki úr vegi að ætla að einn af holdgervingum 9. áratugarins hér á landi, fótanuddtækið, ætti að koma sterkt inn á þessum tíma fortíðarþráarinnar. Fótanuddtæki eru nefnilega ekkert svo hallærisleg fyrirbæri. Í raun eru þau bara mjög þægi-
leg og hægt að slaka vel á með þeirra hjálp. Nú er tími til að vera retró, tími til að nota aftur fótanuddtæki.



Baci

Tjáðu þig með
KOSSUM

Með hverjum
Baci súkkulaðikossi fylgja
skemmtileg skilaboð um
ást og vináttu.



Mjúkt niðgat, ristadar heslihnetur, dökkt gædasúkkulaði

Heill pakki af kossum!

Baci súkkulaðikossarnir fást í mismunandi
umbúðum sem henta til gjafa við öll tækifæri.



ENNEVI 7. STA / NV19106



brennslan mín ...
Eldar Ástþórsson

Skotheld brennsla fyrir ræktina

„Ég hef því miður aldrei drifið í land með að gera persónulegan topp tíu lista yfir bestu lög allra tíma. Það er nokkuð sem maður verður auðvitað að ráðast í, til að setja á MySpace síðuna sína og svona, en það kostar tíma og alvöru vangaveltur. Ekki alveg rétti tíminn fyrir það núna,“ segir Eldar Ástþórsson, kynningarfulltrúi Hr. Örlygs og plötusnúðafrumkvöðull, um hið göfuga verkefni að sjóða saman brennslu fyrir Birtu. Vegna þessa ákvað hann að setja saman ákveðið þema fyrir brennsluna að þessu sinni. „Þetta er skotheld brennsla til að hafa með sér í gymmið.“

- TRACK 1** **METHOD MAN – PLO STYLE (RATATAT REMIX)** Allt í lagi að byrja rólega, svona meðan maður er að ganga hlaupabrettið í gang. Þykkar electró-funk línur Ratatat mæta rýmum Method Man þar sem hann þykist vera jafn harður og skærulíðar PLO.
- TRACK 2** **THE KNIFE – MANHOOD** Meira electró. Sænsku systkinin, frá fyrrverandi heimaborg minni Gautaborg, gera það með eindæmum gott í þessu lagi. Hægri sinnar og íhaldspungar fá gott spark í textanum. Nú er maður kominn í gang.
- TRACK 3** **REYKJAVÍK! – MARLBORO FRIDAY** Komin á þriðja lag og brettið farið að taka í. Nauðsynlegt að hafa gott stuð í gangi. Reykjavík! sjá um það. Prusu lag sem þeir tóku með tilþrifum bæði á Airwaves og Grand Rokk um daginn.
- TRACK 4** **GHOSTIGITAL – NOT CLEAN (GUS GUS REMIX)** Hreint rosalegt dót sem Einar Örn og Curver eru að gera þessa daganna og þegar Gus Gus er komið í spilið er ekki hægt að annað en að slá höndunum út í loftið við drifandi bassatrommuna.
- TRACK 5** **DEPECHE MODE – PERSONAL JESUS** Gamli Depeche-slagarar klikka aldrei. Maður getur hlaupið upp brekku með Dave Gahan og félagi í eyrunum. Personal Jesus er með flottari popplögum sem gerð hafa verið.
- TRACK 6** **QUEENS OF THE STONE AGE – LITTLE SISTER** Eyðimerkur-rokk Queens of the Stone Age drífur mann alltaf áfram í púlinu. Úff...þetta lag er eiginlega of gott. Maður getur allt!
- TRACK 7** **FRANKIE GOES TO HOLLYWOOD – WELCOME TO THE PLEASUREDOME** Kominn tími til að taka á í tækjunum. Það er alvöru karlmennska að lyfta lóðum og hvað er karlmannlega en að hlusta á Frankie Goes to Hollywood á meðan.
- TRACK 8** **LE TIGRE – DECEPTION** Ein af mínum uppáhaldssveitum í ham.
- TRACK 9** **THE WHITE STRIPES – BLUE ORCHID (HIGH CONTRAST REMIX)** Engin gymmferð án alvöru bumbu & bassa. Tveir Íslandsvinir leiða hesta sína saman og eins og við segjum í jungle-bransanum er útkoman algjör „rrrrúúú!“
- TRACK 10** **NEW ORDER – 586** Frábært lag sem fer vel með endorfinvinnu í lokin á hamaganginum. Svipar til annars stórgóðs slagara frá New Order, „Blue Monday“, sem endar að öllum líkindum þegar ég ræðst loksins í að búa til lista yfir bestu lög í heimi.

» birta mælir með...

...**BÓKINN HINIR STERKU EFTIR KRISTJÁN ÞÓRÐ HRAFNSSON!** Þetta er bók sem snertir mann á alveg sérstakan hátt, hún er lágt stemmd og alls ekki ólík fyrri skáldsögu Kristjáns, Hugsanir annarra. Þarna er fjallað um bæði persónulega hluti og líka samfélagslega og hvernig þjóðþekktur einstaklingur bregst við þegar líf hans fer úr skorðum. Einstaklega sönn bók.



...**ÍSLENSKU LÖGUNUM** Dásamlegum diskum L'Amour fou. Flest lögin á diskunum eru gamlir íslenskir standardar í afar vel fluttum tilfinningaþrungnum tangútsetningum. Þetta er diskur sem spilar notalega á tilfinningaskalann og veldur í senn gleði og öriltum trega. Diskur sem gott er að gleyma sér með, til dæmis ef manngangur langar að skilja við desemberstemninguna um hríð.

...**JÓLALEGGI STUND Á GALILEÓ** Galileó veitingastaðurinn í Hafnarstrætinu er með þeim jólalegri í bænum í desember. Veitingastaðurinn býður upp á stórgóðan matseðil og girnilegan jólamatseðil í desember. Staðurinn er kjörinn fyrir háttíðlega stund. Loft efri hæðarinnar er eins og margir þekkjast þakið litlum lýsandi stjörnum sem skapa skemmtilega stemningu við lýsandi kertaljós. Fyrir utan gluggann blasir við Hafnarstrætið alskreytt fögurum ljósum og fállegri grenjólaklukku. Vilji þú endanlega detta í jólagirinn skaltu kíkja við á Galileó.



NÝTT



Nú er allt í lagi að villast smá. Ef þú kannst að lesa, getur þú ratað aftur inn á rétta leið. Verslunin AMG Aukaraf í Kópavogi er nefnilega farin að bjóða Magellan GPS tæki með íslensku viðmóti. Fyrir utan að íslenska öll skritnu orðin sem áður voru í svona tækjum getur þú nú flett upp í íslenskum hjálpargrunni sem skýrir á því ástkæra ylhýra hvernig þú beitir tækinu rétt. Tækið getur sagt þér hvar þú ert og hvert þú átt að fara, hvenær er von á flóði og fjöru, hvenær er best að veiða á hvaða stað, hvenær er sólarupprás, hvað er langur tími þangað til þú kemur á áfangastað miðað við ferðahraða og þar fram eftir götunum. Allt á íslensku. Hvort sem þú ert málverndarsinni eða bara ósköp venjulegur ferðalangur er þetta hiklaust sniðugasta leiðin til að villast... og átta sig aftur.

SKEMMTILEGT GJAFAKORT FYRIR BÖRN!



SPRÖTUVIR



GJAFAKORT

Fimmbúsund

Frantíla

Sóley



Landsbankinn
Banki allra landsmanna

410 4000 | landsbanki.is

© 2015 Landsbankinn hf. All rights reserved.



Svartur kjóll með gylltri blúndu
kr. 15.000 Kow, Þjúra



Svartur og hvítur blúndutoppur með kanínuskinni kr. 17.000 Júniform



Kjóll með bróderuðu blómamunstri kr. 28.900 Trilógía



Hvítur blúndukjóll með gylltu bróderí kr. 24.900 Júniform



Heklaður gylltur kragi kr. 11.500, Krúsílius, Þjúra

Blómaspangir kr. 4.500 stk. Krúsílius, Þjúra



Bróderað pils kr. 26.000 Trilógía



Fölbleikt blúndupils kr. 5.300 Trilógía



Grátt blúndubuxnapils kr. 14.900 Trilógía



Blómaspangir kr. 4.500 stk. Krúsílius, Þjúra

» BLÚNDUR, BLÓM & BRÓDERÍ

Kvenleiki og rómantik gegna stóru hlutverki í tísku vetrarins. Í sniðagerð er áhersla lögð á mitti og mjaðmir og efnin eru munúðarfull. Flauel og ýmiss konar silkiblúndur eru áberandi og blúnduefnin hafa rutt sér til rúms á ný. Blúndurnar stinga alltaf upp kollinum reglulega í tískuheiminum og margir muna eflaust eftir sjálfri drottningu poppheimsins, Madonnu, í svörtum og hvítum blúndum frá toppi til tár hér um árið. Nú er blúndan enn og aftur orðin aðalmálið og þess vegna er það algjörlega nauðsynlegt að eiga að minnsta kosti eina blúnduflik eða fylgihlut úr einhvers konar blúndu fyrir þessi jól. Blúndugammosiurnar í Trilógíu eru geggjáðar og blúndublómaspangirnar hjá Þjúru yndislegar. Kjólarnir hennar Birtu í Júniform eru líka svakalega sætir og sexí, rykktir gegnsær blúndukjólur með gullslegnu bróderí, það verður ekki skvísulegra. Það má líka víða sjá fallegan skrautlegan ísaum og blómamunstur innan um blúndurnar sem eykur enn á rómantískan kvenleikann sem allar konur eiga að kalla fram núna í hátíðlegu húminu.

Um sjón Hildur Hafstein Myndir Stefán

Flottur fatnaður

Str. 36-56



Bæjarlind 6, sími 554 7030



Leðurjakkar verð kr. 9990
Mörg snið margir litir



Laugavegi 54,
sími 552 5201



Sa Guðrún
tískuverslu
Rauðarárstíg 1, sími 561-5077



Viðtal: JÓHANNA SVEINSDÓTTIR Myndir: HEIÐA

Stekkjastaur kom fyrstur, stinnur eins og tré

Birta datt aldeilis í lukkupottinn þegar hún rakst fyrir einskæra tilviljun á Stekkjastaur þar sem hann var að læðupokast um götur borgarinnar. Birta gaf sig á tal við jólasveininn og ræddi við hann um jólasveinalífið.

JÆJA ,STEKKJARSTAUR, HVERNIG STENDUR Á ÞVI AÐ ÞÚ ERT KOMINN TIL BYGGÐA?

Jú, ég er nú kannski heldur snemma hingað kominn. En það vildi þannig til að Þjúgnakrækir át jólabjúgað hennar mömmu. Hún varð hoppandi brjáluð og er búin að öskra af reiði stanslaust í þrjá daga. Já, já, já, Leppalúði pabbi er orðinn hálfheyrnarlaus. Ég sá mér leik á borði í öllu uppnáminu og laumaðist út úr hellinum. Ég var farinn að hlakka svo til að hitta börnin að ég gat ekki beðið lengur. Jólakötturinn elti mig þannig að hann er hérna á ráfi einhvers staðar. Ég held hann sé að funda með Svavari tiskulöggu á Grillinu í dag en svo tekur hann til starfa á morgun. Hins vegar setja börnin skóinn út í glugga þann 11. desember og þá þarf ég að fylla af gjöfum, já, já, já.

HVERNIG VEISTU HVAÐA BÖRN EIGA AÐ FÁ DÓT Í SKÓINN OG HVER EIGA AÐ FÁ KARTÖFLU?

Jú, það er nú einfalt, já, já, já. Jólasveinar eru skal ég þér segja með svo stórt hjarta. Við bara finnum í hjartanu hvaða börn eru góð og hvaða börn eru óþæg. En við auðvitað njósnum líka, já, já, já, það gerum við svo sannarlega. Við laumumst um mannabyggðir og fylgjumst með því hvað börnin eru að gera. Eitt leyndarmál skal ég segja þér; þótt þú hafir verið eitthvað óþæg í ár þá fá allir tækifæri til að bæta fyrir óþekktarskapinn. Batnandi fólki er best að lifa, það segir Gryla mamma alltaf við Kertasníki þegar hann er búinn að borða öll kertin hennar.

HVAÐ GERIR ÞÚ ÞEGAR ÞÚ ERT BÚINN AÐ GEFA BÖRNUNUM Í SKÓINN? FERÐU NOKKUÐ HEIM Í FJALL FYRR EN Á JÓLADAG?

Jú, jú ég verð á meðal manna fram yfir jól enda er í mörgu að snúast, já, já, já. Ég auðvitað hjálpa bræðrum mínum. Stundum þarf ég að aðstoða Stúf litla. Þá set ég hann á háhest þegar hann á erfitt með að ná upp í gluggana. Svo kemur það fyrir á hverju ári að Giljagaur týnist í

einhverju gilinu. Þannig að við erum farnir að setja á hann GPS-staðsetningarpunkt svo það sé auðveldara að hafa upp á honum. Einnig þarf að halda jólakettinum við efnið og iðulega þarf ég að hafa upp á honum í Sævari Karli þar sem hann er að máta bindi og silkibrækur. Svo þarf líka að ganga með Ajax-gluggauða á eftir Gluggagægi. Hann verður svo forvitinn karlinn þegar hann kíkir inn um gluggana að nefið flest út og skilur eftir far. Já, já, já. Það er alltaf nóg að gera.

ER SAMT EKKERT ERFITT AÐ VERA Á FERLI Í MANNABYGGÐUM? ÞURFIÐ ÞIÐ EKKI AÐ PASSA ÞAÐ AÐ FÓLK SJÁI YKKUR EKKI?

Jú, stundum er erfitt að láta engan sjá sig. Já, já, já. Ég auðvitað reyni að láta fara lítið fyrir mér. Stundum kemur einhver auga á mig en þá fel ég mig bara á bak við ljósastaur eða umferðarskilti og þá sér mig enginn skal ég segja þér. En það er heldur erfðara að vera með Hurðarskelli í för þegar maður vill lítið láta yfir sér. Bévítans læti alltaf í honum, skellandi hurðum og svo hlær hann alveg eins og jólasveinn. Eitt skiptið vorum við þrír saman, ég, Hurðarskellir og Gáttaþefur og heldurðu að Hurðarskellir hafi ekki klemmt nefið á Gáttaþef milli stafs og hurðar. Þá urðu nú aldeilis lætin. Sem betur fer vorum við á spítalanum að heimsækja veiku börnin og enginn vaknaði við lætin, já, já, já, það kom myndarlegur hjúkrunarfræðingur okkur til hjálpar og batt um nefið á Gáttaþefi. Þetta var þarna um árið sem allir sátu uppi með ótíð laufbrauð. Greyið fann enga lykt til að ganga á.

MIKIÐ VAR NÚ GAMAN AÐ FÁ AÐ SPJALLA VIÐ ÞIG STEKKJARSTAUR. LANGAR ÞIG AÐ SEGJA EITTHVAÐ AÐ LOKUM?

Reyndar gleymdi ég ullaarbókunum mínum heima þannig að ef einhver á síðbrækur til að lána mér í kuldanum þá má bara skilja þær eftir í gluggakistunni við hliðina á skónum. Já, já, já. Gleðileg jól allir og verið nú þæg og góð.

Nóvembertilboð!

Allt að 10 kg á 700 kr.
til allra áfangastaða

HESSA MCGILKJÓRAN ER SÍÐSÍÐU 1352, 1353

til og frá öllum áfangastöðum • fjöldi ferða daglega • hratt og örugglega • frysti- og kæligeymslur á helstu áfangastöðum



FRAKT

Mikilvæg sending hratt og örugglega

Nóvembertilboð fraktflugs Flugfélags Íslands gerir þér kleift að senda pakka allt að 10 kg, á alla áfangastaði fyrir aðeins 700 kr. Tilboðið gildir til 20. desember.

FLUGFÉLAG ÍSLANDS
Taktu flugið



BAK VIÐ ZOLBERG

» leynist Sólberg «



„Mér finnst tónleikar ekki vera almennilegir nema allt sé brjáláð. Annars getur maður alveg eins setið heima og hlustað á geisladisk.“

Viðtal: MARÍA ÞÓRA

ÞORGEIRSDÓTTIR

Myndir: HARI

Förðun: ELÍN REYNISDÓTTIR

Hann situr á móti mér í flíspeysu með leifar af svörtu naglalakki og augnmálningu frá kvöldinu áður. Í dag heitir hann Ragnar Sólberg Rafnsson og er fremur hlédrægur strákur og feiminn. Það er þó aðeins tæpur sólarhringur síðan hann hefði fremur skrifað sig Ragnar Zolberg, klæddist klæðislitlum og óhefðbundnum fötum og fór hamförum í gítarleik og söng.

Þessi athyglisverði strákur hefur áorkað mörgu á nítján ára ævi. Hann hóf gítarspil tveggja ára gamall, hefur tvisvar tekið þátt í Músíktílaunum (fyrra skiptið ellefu ára gutti) og stefnir nú á tónleikaferð til Bandaríkjanna ásamt hljómsveit sinni Sign. Ragnar er rokkari í húð og hár og hefur ákveðnar skoðanir á lífinu og tilverunni.

TÓNLISTIN Í BLÓÐINU

„Ég hafði áhuga á tónlist löngu áður en ég fæddist, hún hefur alltaf verið númer eitt hjá mér. Það eru stöðugt lög að spilast í kollinum á mér, sumir hugsa í litum, aðrir í orðum, ég hugsa í tónlist. Ég eignaðist fyrsta gítarinn minn tveggja ára gamall. Ég braut hann reyndar um fimm ára aldur þegar ég var að hlusta á Metalicu. Síðan voru það þrír eða fjórir gítarar í röð sem eyðilögðust allir þegar ég var kominn í aðeins of mikinn fíling, einn að slamma inni í herbergi. Síðan fékk ég rafmagnsgítar þegar ég var sex ára. Þá fór eitthvað að gerast og ég byrjaði að semja. Mér fannst það um leið ótrúlega magnað og gaman.“ Það fór lítið fyrir öðrum áhugamálum hjá Ragnari í æsku nema þá helst að teikna. „Það er kannski svipuð útrás að teikna og spila tónlist, það er hvort tveggja gott fyrir hugann. Ég held ég hafi teiknað meira þegar ég var yngri því þá var ég ekki eins flinkur á hljóðfæri, það var svona til bráðabirgða.“ Ellefu ára gamall keppti Ragnar í Músíktílaunum með hljómsveitinni Rennireið sem þá var yngsta hljómsveit sem tekið hafði þátt í keppninni. „Ég spil-

aði á trommur, bassa og gítar og við fengum verðlaunin Bjartasta vonin. Við spiluðum ekki mikið saman eftir það en ég gaf út sólóplötu stuttu seinna. Síðan var ég mikið einn að spila fyrir sjálfan mig, þar til Sign var stofnuð árið 2000 og hér er ég!“

SÓLBERG EÐA ZOLBERG

Ragnar hefur vakið mikla athygli fyrir sviðsframkomu sína sem er ögrandi og óhefðbundin. „Mér finnst tónleikar ekki vera almennilegir nema allt sé brjáláð. Annars getur maður alveg eins setið heima og hlustað á geisladisk. Þetta á að vera show og hljómsveitarmeðlimir verða að meina eitthvað með því.“ Ragnar er ekki eins uppi á sviði og í hinu hversdagslega lífi. „Ég er ekki Zolberg með zetu þegar ég er í flíspeysunni og dúnúlpunni. Það gerist bara þegar ég er kominn með stríðsmálinguna og í dressinu. Þá er ég annar karakter. Ég er nefnilega svolítið feiminn en þegar ég er ekki ég, heldur hinn ég, þá er alveg lítið fram hjá því. Það er gott að fá útrás á sviðinu. Þessi hlið kemur reyndar ekki einungis á sviði, heldur bara almennt þegar ég er í fíling. Ég veit ekki hvað ákveður um hvernig ég er á hverjum tíma. Þegar ég breyti um ham er ég ekki eins rólegur og til dæmis núna. Ég er ekki endilega að blaðra mikið og hreyfa mig en það er eitthvað að gerast inni í mér og þá er ég mest skapandi og sem bestu tónlistina.“

Ragnar á sér nokkrar fyrirmyndir þó það sé engin ein sem hann vilji líkjast í einu og öllu. „Það eru rokkararnir sem maður ólst upp við á veggnum hjá sér og eru þar enn, Kiss og Skid Row. Síðan hefur bíómyndakarakterinn Eric Draven úr The Crow haft mikil áhrif á mig. Eftir þá mynd breyttist eitthvað, ég held að myrkrahljóðin hafi komið þá inn og er enn til staðar.“ Draumur Ragnars er að verða rokkstjarna en það er ekki endilega frægðin sem hann falast eftir. „Mér finnst ógeðslega gaman að hneyksla fólk, samt ekki á neikvæðan



hátt. Mér finnst gaman að sanna fyrir fólki að maður geti verið allt í lagi strákur þótt maður sé málaður og í rifnum fötum. Ég held að það sem felist kannski í draumnum mínum sé að hafa áhrif á fólk. Það eru rangar áherslur í lífinu og það þarf stöðugt einhvern til að minna fólk á að það er meira í lífinu en vinna og stress. Ekki það að ég sé að fara að breyta heiminum.“

TRÚIR Á ÞÖGNINA

Ragnar hefur greinilega vissar hugmyndir um lífið. „Mér finnst skipta mestu máli að láta sér líða vel. Fólk hefur mismunandi aðferðir til þess og ein er ekkert verri en önnur. Þetta kemur allt heim og saman í ástinni, sama hvort það er ást á mann-eskju eða öðru. Fyrir mér er ástin í tónlistinni, það er ekkert flóknara en það. Mér finnst langskemmtilegast að sitja heima, drekka kaffi og hlusta á tónlist. Já og spila þegar við gerum það. Mér finnst oftast best að vera einn, ég get verið einsamall heillengi án þess að það fari í mig. Ég hef samt rosalega gaman að samkomum eins og partyjum og matarboðum.“

Rokkarinn kveðst vera trúður þó að hann fari ekki í kirkju. „Ég trú á þögnina og orkuna í heiminum. Móðir náttúra er ótrúlega flott, það er einhver svakaleg orka sem myndar eina heild og sameinar allt. Ég les svolítið búddisma og ef ég þyrfti að setja mig í einhverja trú þá væri það búddatrú. Mér finnst rosalega gott að hugleiða og stunda jóga, maður verður svo lífs glaður af því. Annars er ég allt of latur við þetta. Maður gefur sér ekki nægan tíma í slíka hluti, það er dálítið mikið um það í heiminum í dag.“

FRAMTÍÐIN ÓRÁÐIN

Í dag lifir Ragnar eingöngu á tónlist. Hann fór raunar í menntaskóla en hætti fljótt. „Ég varð svo andskoti þunglyndur af því. Ég hafði náttúrulega engan áhuga á lærdómi og leiddist þess vegna rosalega. Á annarri önninni minni var ég boðaður á fund hjá skólastjóranum sem sagði bara hreint út að ég ætti ekki heima þarna heldur ætti að vera að spila tónlist. Mér fannst það dálítið gott hjá honum.“ Í dag kennir Ragnar tvisvar í viku í rokkdeild Gítarskóla Íslands þó hann hafi einungis lokið fyrsta stigi á gítar. „Það var á klassískum gítar. Það þarf engin stig til að kenna rokk, bara greddu. Það er sama hvað verið er að spila, ef maður hefur nógu hátt í spilaranum er það alltaf flott.“

Sign keppti í Músíktíraunum árið 2000, nokkrum mánuðum eftir að hún var



stofnuð (raunar þá undir nafninu Halim), og lenti í öðru sæti. Fimm árum síðar er þriðji diskur hljómsveitarinnar í höfn. Hann nefnist Thank God for Silence og

„Ég trú á þögnina og orkuna í heiminum. Móðir náttúra er ótrúlega flott, það er einhver svakaleg orka sem myndar eina heild og sameinar allt.“

hefur fengið góða dóma. Þar koma við sögu hljóðupptökustjórnir Mark Plati sem hefur meðal annars unnið með The Cure og David Bowie og gítarleikarinn Earl Slick sem lék meðal annars inn á plötur John Lennons og hefur starfað með David Bowie lengi. „Við erum með um-

boðsskrifstofu í London sem sendi demóupptökur frá okkur út um allt. Þessir tveir upptökumenn voru spenntir og komu og unnu plötuna með okkur. Við vorum í dag að klára annan hringinn í kringum landið til að kynna plötuna. Hann var líka hugsaður til að æfa okkur fyrir ferð til Bandaríkjanna í byrjun næsta árs. Við munum túra í Los Angeles, New York og Texas en þar er hátíð sem heitir South by South West og er mikið showcase festival.“ Hljómsveitin ætlar einnig að halda til Englands þó ekki sé alveg búið að ganga frá því. „Ég veit ekkert hvað tekur við eftir það, hvort við komum aftur heim eða hvort eitthvað muni gerast úti.“

Það var Ragnar Sólberg sem talaði við blaðamann þennan eftirmiðdag sem jafnframt var nítjándi afmælisdagur Ragnars. Hann ætlaði að hafa það frekar rólegt og gera eitthvað skemmtilegt með unnustu sinni. Það er þó aldrei að vita hvenær hin hliðin birtist, kannski strax í dag en örugglega á næstu tónleikum.

**GJAFABRÉF
ICELAND EXPRESS
19.900 kr.**



GJÖF FYRIR ÞÁ SEM ELSKA AÐ FERÐAST

» Hættu að hafa áhyggjur! Þú leysir jólagjafavandann best með því að gefa gjafabréf frá Iceland Express. Bréfið kostar aðeins 19.900 krónur og innifaldar eru flugferðir báðar leiðir með sköttum til hvaða áfangastaðar sem Iceland Express flýgur til. Gefðu elskunni þinni, foreldrum, krökkunum eða starfsfólkinu draumaferðina um jólin og þú getur verið viss um að gjöfin hittir í mark.

» Bókunartímabil jólagjafabréfsins er frá 26. desember til 1. febrúar 2006 og eftir það gildir gjafabréfið sem inneign í 2 ár. Jólagjafabréfið gildir í flug á tímabilinu 15. janúar til 1. júlí 2006.* Í boði eru spennandi flugferðir til Kaupmannahafnar, London, Friedrichshafen, Frankfurt Hahn, Gautaborgar, Stokkhólms, Berlínar og Alicante.

*Takmarkað sætaframboð

Ekki halda allir jól á jólum

Nú er jólaundirbúningur landans að nálgast algleymisástand. Flestir spila með en þeir eru þó til sem taka ekki þátt í jólahaldi, að minnsta kosti ekki nema að hluta. Birta ræddi við bæði múslima og votta Jehóva um siði og venjur í kringum jólin.

Gaman að lýsa upp myrkrið

Múslimar hér á landi skipta hundruðum. Sumir gera sér engan dagamun á jólum en aðrir halda menningarhátíð í tilefni þeirra. Þar á meðal er Salmann Tamimi tölvunarfræðingur.

Ég og mín fjölskylda höldum jólin hátíðleg en það hefur ekkert með fæðingu frelsarans að gera, sögulega séð. Þetta er partur af menningunni hér á Íslandi og við samlöguðumst henni að vissu marki,“ segir Salmann sem er búinn að búa hér á landi í 35 ár og er orðinn sextán barna afi. „Við bjóðum hvert öðru í mat innan fjölskyldunnar og ég hef gaman af að hitta börnin á jóluunum en þetta er engin trúarhátíð í okkar augum.“

Salmann er formaður félags múslima hér á landi. Hann segir meðlimi þess um 400 og að þeim fari stöðugt fjölgandi. Sumir þeirra líti á jólin sem hverja aðra daga en margir haldi hátíð í svipuðum stíl og Íslendingar, skreyti hús sín, gefi gjafir og fari í heimsóknir. „Þeir gera það út frá menningarsjónarmiði en ekki trúarlegu,“ segir hann og ítrekar að múslimar trúu því ekki að Jesús hafi fæðst á þessum tímapunkti.

„Við múslimar höldum tvær aðalháttíðir á ári. Önnur er Ramadan sem er föstumánuðurinn á haustin og svo höldum við hátíðlegan daginn sem Abraham ætlaði að fórna syni sínum Ísak. Sá dagur er tengdur tunglkomu þannig að hann færir til um tíu daga og er núna 6. janúar. Í Jerúsalem þar sem ég er alinn



upp eru margir kristnir og borgin er öll ljósum prýdd. En kirkjudeildirnar þar eru margar, ég nefni lúthersku kirkjuna, orthodox og rússnesku kirkjuna og því halda ekki allir jólin á sama tíma. Armenar halda jólin til dæmis 18. - 21. janúar.“

Það er greinilegt að Salmann er mjög umburðarlyndur þegar kemur að jólahaldi kristinna. „Mér finnst gaman að lýsa upp myrkrið í kringum mig og boðskapurinn um frelsi og frið í heiminum er fagur. Það eru dýrmæti sem sóst er eftir í öllum trúarbrögðum. Íslendingar eru ekki allir múslimar þannig að við verðum að hafa hátíð á þessum tíma. Svona krakkajól. Það er voða gaman,“ segir hann brosandi og bætir við að endingu. „Við múslimar lítum ekki á jólin sem sögulegan fæðingardag frelsarans en ég gleðst með vinum mínum og óska þeim gleðilegra jóla.“

Salmann segir friðarboðskap jólanna dýrmæti sem sóst sé eftir í öllum trúarbrögðum.

12 Tónar í jólaskepi!



Ragnheidur Gröndal
After the Rain



KK & Ellen
Jólin eru að koma



Minnsta stórverslun á Íslandi
- Tónlist á tveimur hæðum.

12 Tónar

Skólavörðustíg 15 • 511-5656
Klassík - Djass - Heimstónlist - Rokk - Raftónlist

Dagskrá helgarinnar:

Eftirfarandi listamenn spila í verslun
12 Tóna laugardaginn 10. des.

15:00 KK & Ellen

16:00 Þórir

17:00 Dr. Spock



Fjölskyldan samankomin. Sigurður Elfas Hjaltason og Ingrid Nesbitt ásamt sonum þeirra, James Elfasi og Alec Elfasi Sigurðarsonum.

Ekki hátíð kristinna manna

Í augum sumra þýða jólin ekki endilega hamborgarhrygg og harða pakka. Fyrir vottum Jehóva er 24. desember næstkomandi bara venjulegur laugardagur.

Sigurður Elías Hjaltason er vottur Jehóva. Fyrir utan að nýta aukafrídaga til að taka því rólega og hitta ættingja og vini hafa jólín lítil áhrif á daglegt líf hans og fjölskyldu hans. Ekki vegna þess að þau hafi eitthvað á móti því að fjölskyldur sameinist við veisluborð og gefi gjafir. Þau líta bara ekki á jólin sem kristna hátíð.

„Jólin eru ekki trúarhátíð kristinna manna, heldur heiðin hátíð. Ef fólk skoðar söguna af fæðingu Jesús blasir það við að hann fæddist ekki á jölunum. Miðað við tímasetningu manntala og hinnatlegu Rómarmeldis má ætla að Jesú hafi fæðst í október eða þar um bil,“ segir Sigurður og bendir á að jólin séu sólaruppristuhátíð, enda rétt á eftir vetrarsólstöðum.

Vottar Jehóva eru kristnir og iðka trú sína meðal annars með því að leggjast í rannsóknir og hreinsa trúna af heiðnum áhrifum. Stærsta trúarhátíð þeirra er minningarhátíðin sem er tímasett eftir síðustu kvöldmáltíðinni. „Þá hittumst við í ríkissalnum og hugleiðum þá atburði sem fylgdu í kjölfarið og þau skilaboð sem Kristur skildi eftir.“

Sigurður segir fjölskylduna reyna að halda sig frá stressi og verslunum á þessum árstíma og láta aðfangadagskvöld líða eins og önnur kvöld.

„Sumir fara til dæmis úr bænum. Sjónvarpsstöðvum hefur fjölgað á síðustu árum, það er hægt að leigja spólu og svo er gott að hafa nóg af bókum,“ segir Sigurður og bætir við að drengirnir á heimilinu séu þokkalega sátir við þetta fyrirkomulag.

„Þeir eru sex og níu ára. Við reynum að finna einhvern meðalveg því í skólum og leikskólum snýst allt um jólin í desember. Við höfum fengið kennara til að leyfa þeim að fönndra eitthvað annað en jólasbraut til dæmis.“

Þó að vottar haldi ekki jól er fjarri því að fjölskyldur þeirra haldi ekki veislur eða gefi gjafir.

„Við gerum það þegar þannig stendur á, til dæmis ef einhvern vantar eitthvað eða við höfum ástæðu til að fagna,“ segir Sigurður. En hvað skyldi vera á borðum votta á aðfangadag? „Hann ber upp á laugardag í ár. Ætli það verði þá ekki fiskur, hér er oftast fiskur á laugardögum,“ segir Sigurður að lokum.

Fullkomin gjöf

LÍFSTÍÐAREIGN

TIVOLI AUDIO Music System

Model Two

Model CD

Model Sub

Litur: Kirsuber, hnota, svart/silfur, hvítt/silfur



www.tivoliaudio.is

Útsölustaðir:

Epal, Skeifunni 6, S.568 7733

Kokka, Laugavegi 47 S.562 0808

Duka Krínglunni S.533 1322

CM Laugvegi 68, S.551 7015

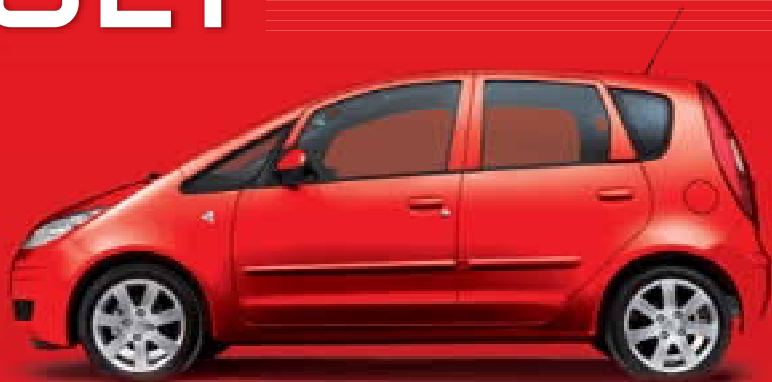
Mirale, Grensásvegi 8, S.517 1020

Halldór Ólafsson, Glerártorgi S.462 2509

Gleraugnamiðstöðin, Egilsstöðum S.471 1606

Tónspil, Neskaupsstað S.477 1580

COLT



Verð **1.485.000 kr.**

MASC stöðugleikastýring · ABS hemlalæsisvörn · EBD hemlajöfnunarkerfi · MATC spyrnustýring
Aksturstölvla · Hiti í framsætum · Fjarstýrðar samlæsingar · rafdrifnar rúðuvindur að framan



MITSUBISHI
MOTORS



Nýbakað jólabrauð

» í anda vina okkar á hinum Norðurlöndunum

GÓÐUR GRUNNUR

Það er eitthvað alveg ótrúlega skandinavískt að baka gerbrauð, móta það fagurlega og njóta á adventunni. Oft er sama uppskriftin notuð með margs konar útdúrum og skreytingum og spilar hugmyndaflug og gjarnan hefðir þar stóran þátt. Hér er ein mjög góð grunnuppskrift að gerdeigi sem hægt er að nota á marga vegu. Byrjum á henni:

- 3,5-4 bollar hveiti
- 3 tsk. þurrger
- 1 msk. flórsykur
- 1 msk. salt
- 1,5 bollir mjólk
- 25 g smjör

Setjið hveiti, ger, sykur og salt saman í stóra skál. Hitið saman mjólk og smjör í potti þar til smjörið bráðnar, í um 2 mínútur. Hellið heitri mjólkinni saman við þurrefnin og

hrærið með gaffli til að úr verði gróft deig. Það gæti þurft að setja meira hveiti saman við deigið ef það er of blautt. Hnoðið því næst deigið í höndunum eða í hrærivél þar til það er silkimjúkt. Komið deiginu fyrir í olíu-smurðri skál og lokið henni þétt með plastfilmu. Látið hefast í klukkustund eða þar til deigið hefur tvöfaldast að stærð. Sláið loftið úr deiginu á hveitistráðu borði. Mótið að vild. Látið hefast aftur undir hreinu stykki í um 30 mínútur og bakið síðan við 225 gráður í um 15 mínútur eða þar til gullið.

SAFFRANSNÚNINGAR

Að nota saffran í gerdeigið gefur því gullinn lit og ákveðið bragð. Það er órjúfanleg hefð hjá frændum okkar að baka saffranbrauð á þessum árstíma enda eru þessir snúningar sérlega góðir. Þá er hægt að skreyta með rúsinum og kokkteilberjum. Notið grunnuppskrift af gerdeigi en breytið eftirfarandi:

- 120 g smjör
- 1 dl sykur
- egg
- tæpt 1 g saffranþræðir

Hitið mjólk og smjör saman í potti þar til smjörið er bráðið. Setjið sykur, salt og saffranþræði saman við. Hrærið saman. Saffranþræðirnir þurfa smá tíma til að gefa lit. Takið af hellunni og hrærið eggjið saman við. Gætið að því að blandan sé ekki of heit svo eggjið eldist ekki. Hrærið þétt. Sigtíð blönduna. Hellið henni saman við hveiti og ger í stórra skál. Hrærið með gaffli sbr. í grunnuppskrift og fylgið henni hér eftir. Mótið bollur sem þið síðan fletjið út og snúið upp í S. Penslið með eggji. Skreytið með rúsinum eða kokkteilberjum í krókana. Bakið við 225 gráður í 5-10 mín. Gætið að því að baka snúningana ekki of lengi. Þeir eru bestir lungamjúkir.



SÍRÍUS KONSÚM

— svo allt verði gott!



Umsjón: HALLA BÁRA GESTSDÓTTIR
Myndir: GUNNAR SVERRISSON
Ritstjórar tímaritsins VEGGFÓÐURS

SÆT BRAUÐKAKA MEÐ APPELSÍNU- OG VANILLUKEIM

Þessi útfærsla á gerdeigi er skemmtileg og öðruvísi. Kakan er falleg að bera fram og hægt að skreyta hana með mörgu öðru en hér er nefnt; öðrum berjum, hnetum, möndlum, súkkulaði, sykri. Notið grunnuppskrift af gerdeigi en breytið eftirfarandi:

2 msk. flórsykur
50 g smjör
2 egg
1/2 tsk. vanilludropar
fint rifinn börkur af einni appelsínu

GLJÁL: Hrært egg. 1 msk. appelsínusafi.
Hrært vel saman.

OFAN Á: Fersk bláber eða önnur ber.
Pistasíu-hnetur. 2 msk. demerara-sykur og
1/4 tsk. kanill hrist saman.

Notið sömu aðferð við deiggerðina og við gerð saffransnúninganna. Mjólk og smjör er hitað saman og út í vökvann fer sykur, vanilludropar og börkur. Hrærið vel saman. Takið pottinn af hellunni og hrærið egginn þétt út í. Hellið saman við þurrefnin. Hrærið og hnoðið. Þegar deigið hefur hefast samkvæmt leiðbeiningum í grunnuppskrift fletjið þið það út í ferning (um 20x30 cm). Setjið í mót eða á bökunarpappír á plötu. Smyrjið með gljáanum. Dreifið berjum og hnetum jafnt yfir, sykrið með kanilsykrinum. Bakið við 200 gráður í um 10 mín. Lækkið hitann í 150 gráður og bakið í aðrar 5 mín. Þá ætti kakan að hafa risið aðeins og vera gullin á jöðrunum. Best að borða kökuna volga.

Láttu
Frón sjá
um að baka
jóla
smákökurnar

-og farðu í ferð
til Evrópu

**UPPSKRIFTA
SAMKEPPNI**

FRÓN efnir nú til uppskriftarsamkeppni. Sendu okkur eftirlætis smákökuuppskriftina þína og þú gætir unnið helgarferð til Evrópu. Sú smákökutegund sem þykir ljúffengust verður sett á markað fyrir jólin 2006. Ekki nóg með það heldur mun smákökutegundin bera nafn vinningshafans.

Uppskriftir þurfa að berast Frón fyrir 24. desember 2005 og sendast með tölvupósti á uppskrift@fronkex.is eða bréfleiðis til: FRÓN, Skúlagötu 28, 101 Reykjavík.



www.fronkex.is

LA BELLE CREAM:

Jólablíkjörinn í ár

Koníaks- og rjómalíkjörinn fransk La Belle Cream er 17% að styrkleika, framleiddur með 100% koníaki. Hann er silkimjúkur, sætur en þurr með karamellu og kaffibraðði og djúpum koníakskeim. Finleikinn vekur bragðlaukana. Léttur, fíngerður og ódýrari en aðrir rjómalíkjörar. Heillandi þægindi einkenna

hann, hægt er að framreiða hann á hefðbundinn hátt á klaka, hressandi í kaffið hvort sem er í heitt kaffi eða svalandi ískalt espresso-Belle Cream. Og auðvitað í konfektíð!

**La Belle Cream kostar 1.990 kr.
og fæst í flestum vínbúðum.**



La Belle Cream brûlée: (Handa 6 manns)

500 g rjómi

6 eggjarauður

90 g sykur

1 vanillustöng

börkur af einni appelsínu

4 g matarlím (2 blöð)

4 cl La Belle Cream líkjör

hrásykur

Blandið sykri með eggjarauðum. Hitið rjómann að suðu með vanillustöng og appelsínuberki í. Blandið saman við eggjarauðurnar án þess að þeyta. Bætið matarlími í og sigtið. Bætið La Belle Cream rjómalíkjörnum út í. Hellið í skálar og kælið í tvo til þrjá tíma. Sáldrið hrásykri á yfirborðið. Brennið undir vel heitu grillinu í ofninum eða með gas brennara. Berið fram strax með glasi af La Belle Cream. Til að hafa enn meiri stemningu er hægt að bæta appelsínuberki og lichi-sorbet frá Sandholt bakarí ofan á.

*Uppskrift frá Ásgeiri Sandholt
í Sandholt bakarí*

Jólatilboð EJS

frábærar heimilistölvur á ótrúlegu verði



Nú er rétti tíminn til að hressa upp á heimilistölvuna. Dell Dimension línar sameinar alla þá kosti sem gera Dell að mest seldu tölvum í heimi: Nýjustu örgjörva og íhluti, vandaðan frágang og verð sem stent samkeppni. Veldu merki sem þú getur treyst og njóttu framúrskarandi þjónustu EJS.



Dell Dimension 1100



Intel Celeron D 325 2.53GHz/533MHz FSB 256k
256MB 400MHz DDR vinnsluminni
80GB (7,200 rpm) IDE harður diskur
48x DVD/CD+RW Combo geislaskrifari
17" TFT flatskjár (Dell E173FP)
10/100 netkort
Intel Extreme 2 skjástýring
AC97, ADI 1980 hjóðkort
6 USB 2.0 (tvö að framan)
Íslenskt lykllaborð & Logitech ljósamús
Microsoft Works 7.0
Dell Media Experience 3.0
Microsoft Windows XP Home
3x PCI tengiraufer
Mini-Tower
1 árs ábyrgð, 2ja ára neytendaábyrgð

Tilboðsverð **79.900,-** m/vsk



Dell Dimension 5150



Intel Pentium 4 630 3.00GHz/2MB, 800MHz FSB & HT
512MB 400MHz DDR2 vinnsluminni
9-1 minnskortalesari (les öll algengustu minnskort)
160GB (7,200 rpm) SATA harður diskur
16x DVD+RW Dual Layer geislaskrifari
17" TFT flatskjár (Dell E173FP)
10/100 netkort
128MB ATI Radeon X300 SE skjá kort
Innbyggt 5.1 hjóðkort
7 USB 2.0, tvö að framan
IEEE 1394 FireWire
Íslenskt lykllaborð & Logitech ljósamús
Microsoft Works 7.0
Dell Media Experience 3.0 Deluxe
Microsoft Windows XP Home SP2
Mini-Tower
1 árs ábyrgð, 2ja ára neytendaábyrgð

Verð **129.900,-** m/vsk

Dell tölvur fást hjá EJS og eftirtöldum aðilum:

TÖLVU- OG RAFEINDAÞJÓNUSTA SUÐURLANDS / Selfossi / 480 3300 • TÖLVUN / Vestmannaeyjum / 481 1122 • TÖLVUÞJÓNUSTAN Á AKRANESI / 575 9200 • TÖLVUSMIÐJAN / Neskaupstað / 470 2230 / Egilsstöðum / 470 2220 • TÖLVUÞJÓNUSTA VESTURLANDS / Borgarnesi / 437 2260 • MAREIND / Grundarfirði / 438 6611 • NETOS / Ísafirði / 456 8440 • BVT / Vík / 487 1510 • R. SIGMUNDSSON / Reykjavík / 520 0000 • BÓKAVERSLUN ÞÓRARINS STEFÁNSSONAR / Húsavík / 464 1234



Það er til lausn á öllu

www.ejs.is // Grensásvegi 10, Reykjavík / 563 3000 // Tryggvabraut 10, Akureyri / 463 3000

Opið 9-18 alla virka daga og 10-16 á laugardögum í verslun EJS, Grensásvegi 10





anna í amman

anna tryggvadóttir skrifar frá jórdaníu

Stúlkur án fjölskylduheiddurs

Tvær ljóshærðar stúlkur í Amman vekja mikla athygli hvert sem þær fara. Bílstjórar flauta, unglingsaugu standa á stilkum og kaupmenn á hornum líta eftir hringum á fingrum. „Þeim finnst við vera alveg agalega sætar,“ hugsaði ég fyrstu dagana. Þessi skoðun breyttist þó fljótt í pirraðri spurningar. Halda þessir menn í alvörunni að við séum tilbúnar í allt, bara af því við erum ekki innfæddar?

Með meiri tíma og frekari skilningi sé ég að hvorug viðbrögðin voru rétt, að minnsta kosti ekki miðað við þann mælikvarða sem ég gaf mér. Karlmennt kveikja ekki á sjarmanum vegna þess að þeir standast ekki háralitinn okkar. Og þeir halda ekki að við séum vændiskonur.

Hegðun þeirra ræðst af því að við komum frá öðrum stað og erum þess vegna stúlkur án heiðurs. Einhvers konar frispil í samfélagi þar sem fjölskyldan byggir verndarmúra í kringum stúlkurnar. Við eigum ekki á hættu að vera útskúfaðar, lokaðar inni eða jafnvel drepnar fyrir heiðurinn ef við sjáumst á göngu með manni. Þess vegna er alveg þess virði fyrir stráka að tjalda því sem til er í von um að detta í vestrænan lukkupott.

Í staðinn fyrir að láta áreiðið fara í taugarnar á mér hef ég ákveðið að líta á það sem hvatningu. Hver bílflauta er því áminning um að staða mín er allt önnur en staða kynsystra minna hér á þessum slóðum. Við hverja augnagotu er ég fegin að ég get talað við hitt kynið án þess að þurfa að giftast því. Eftir hverja dónalegu athugasemd þakka ég fyrir að bera ekki heiður fjölskyldu minnar á herðum mér.

5 VILLUR Í FATAVALI

» Ýmsar fullyrðingar ganga ljósum logum um tískuheiminn sem eiga sér alls ekki stoð í raunveruleikanum. Hér verða fimm villur leiðréttar hið snarasta.

1. SVART PASSAR VIÐ ALLT

Svart passar vel við dökka liti og hlutlausu en þó best með einhverri annarri svartri flík. Svart fer líka vel við hvítt en gengur alls ekki með ljósum pastellitum eða skærum litum. Svart er líka besti vinur þinn ef einhver líkams hluti fer aðeins út fyrir stærðarmörk.



2. STÓRAR KONUR GETA EKKI VERIÐ Í MYNSTRUÐUM FÖTUM



Ef þú ert í stærra lagi ættirðu hvorki að vera í smámynstruðum fötum né fötum með risastórum blómum en það passar þér hins vegar þrýðilega að klæðast fötum með meðalgrófum mynstrum sem grípa augað án þess að vera of ágeng.



3. VÍÐ FÖT ERU GRENNANDI

EKKI ÍMYNDA ÞÉR AÐ ÞAÐ AÐ FELA ÞIG INNI Í FATATJALDI LÁTI ÞIG SÝNAST GRENNRI, ÞVERT Á MÓTI. LEGGÐU FREKAR ÁHERLU Á ÞÁ LÍKAMSHLUTA SEM ÞÚ ERT ÁNÆGÐ/UR MEÐ OG KLÆDDU ÞÁ Í FALLEG FÖT OG SNIÐ.

4. DÝR OG SÉRHÖNNUÐ FÖT ERU MIKLU BETRI

Sum föt ætti að leggja fé í til dæmis kápur og kvöldkjóla en annað má alveg eins kaupa í ódýrari búðum. Vertu vandlát/ur en ekki láta gabbast af vörumerkjum og auglýsingarþrellum.



5. ÉG Á EKKERT TIL AÐ VERA Í!

Jú, þú ert bara búin/n að gleyma því! Farðu í gegnum fataskápin þinn og þú finnur allavega þrjá gamla vini sem hafa ekki litið dagsins ljós í langan tíma. Skoðuðu tiskublöðin og notaðu hugmyndirnar þaðan til að endurbæta uppáhaldsfötin þín.



stjörnuþspá

★★★
9. nóvember – 16. desember

HRÚTUR 20. MARS – 19. APRÍL

Hrútar þurfa smá spennu í lífið til að vera hamingusamir og það ætti að vera nóg um hana á næstu vikum. Stutt ferðalag gæti verið í spilunum í byrjun næstu viku og þú skalt bara skella þér.

NAUT 20. APRÍL – 20. MAÍ

Þú færð góðar fréttir af fjármálunum og þær eiga eftir að koma þér í enn meira jólaskap. Þótt ýmis óvænt útgjöld séu við sjónarönd ertu svo séð í fjármálum og þú átt eftir að eiga nóg afgangss til að jólast fyrir.

TVÍBUR 21. MAÍ – 20. JÚNÍ

Þú ert afar upptekinn af sjálfstæði þínu en neyðist þó til að viðurkenna næstu dagana að samvinna er af hinu góða. Og nánari samrni er jafnvel líka í stjörnunum hjá þér ef þú ert með augun opin og skilur fordómna eftir heima.

KRABBI 21. JÚNÍ – 22. JÚLÍ

Það er allt á fullu hjá þér í vinnuni þessa dagana og allt þetta tal um „jól“ og „frí“ kemur þér stóðugt í opna skjöldu þangað til þú manst hvaða mánuður er. Ekki láta eins og hamstur í hjóli, stundum verður lífið bara að hafa forgang yfir vinnuna.

LJÓN 23. JÚLÍ – 22. ÁGÚST

Hvað er á seyði? Er ljónið skyndilega orðið ábyrgt, skilvíst og með forgangsroðina rétta? Svo virðist vera, að minnsta kosti þessa dagana og þú nýtur þess vel að vera þetta skipulagða barna. Ekki samt missa þig í sjálfánægjunni, þá fellurðu fljótt í sama farið.

MEYJA 23. ÁGÚST – 21. SEPTEMBER

Þú verður sannkölluð Vala Matt á þessum árstíma og óþreytandi að skreyta heimilið þitt og búa það undir hátíðin. Ef þú ert að spá í að flytja, breyta eða bara halda besta partí ársins eru himintunglin þér hagstæð.

VOG 22. SEPTEMBER – 22. OKTÓBER

Þér finnst kannski erfitt að taka ákvarðanir núna og láti þér það enginn, lífið getur verið flókið og snúið. Þér er best að slaka á, útiloka utanaðkomandi áreiti og einbeita þér að þinni eigin lausn á málinum. Ekki láta aðra hringla of mikið í þér.

SPÖRÐREKI 23. OKTÓBER – 21. NÓVEMBER

Allt gengur þér í haginn núna, það er bara ekkert flókna-ara en það. Og þú átt það svo sannarlega skilið eftir erfiðleika og rússbanaferðir undanfarna mánaða.

BOGMAÐUR 22. NÓVEMBER – 21. DESEMBER

Þú ert miðpunktur athyglinnar þessa dagana og ekki bara af því að þú átt afmæli um þessar mundir. Þú ert ódóm að ná jafnvægi eftir ókyrrð undanfarna mánaða og það er fátt sem getur stöðvað þig þegar þú ert í ham.

STEINGEIT 22. DESEMBER – 19. JANÚÁR

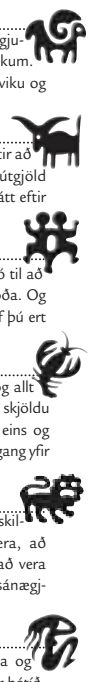
Miklar breytingar eru í væðnum en þær eiga sér fyrst og fremst stað innra með þér. Og staðreyndin er sú að sálarlegar breytingar eru þær einu sem einhverju máli skipta. Hugleiksla, óskir, þæni og jafnvel draumar eiga eftir að færa þér svörin sem þú biður eftir.

VATNSBERI 20. JANÚÁR – 18. FEBRÚÁR

Vinirnir eru fjölskyldan sem þú velur þér sjálfur og þú átt eftir að verða mjög var við vini þína á næstunni. Passaðu að þakka fyrir þá greiða sem þér eru gerðir og vertu fús til að gjalda líku líkt. Þú þarfnast þeirra eins og þeir þarfnast þín.

FISKAR 19. FEBRÚÁR – 20. MARS

Þú hefur púlað myrkranna á milli allt árið og nú er komið að verðlaununum. Þér á stundum eftir að líða eins og allur heimurinn snúist þér í hag og þú skalt fara að skrifu þakkaræðuna, hennar verður þörf fyrir en þú heldur.



ILSE JACOBSEN • Hornbæk



Komdu í Garðabæ

Ilse Jacobsen • Hornbæk er á skömmum tíma orðin ein umtalaðasta skó- og kvenfataverslun á höfuðborgarsvæðinu. Skórnir og fötin frá Ilse Jacobsen vekja verðskuldaða athygli og það sama gildir um fatnaðinn frá Baum und Pferdgarten, Naja Lauf, Heart Made og Kathleen Madden.

OPIÐ SUNNUDAGA KL. 13-17 FRAM TIL JÓLA

ILSE JACOBSEN • Hornbæk

Garðatorgi • Garðabæ • sími 517 4806



» MÆÐGUR

Böndin styrkjast með hverju skrefi

» Margrét Marteinsdóttir fréttakona er tveggja barna móðir. Sonur hennar, Marteinn Elí, er tveggja ára og Rakel dóttir hennar er nýorðin tíu ára. Þær mæðgurnar fara reglulega saman í göngutúra sem þær nýta í að skrafa og spjalla um lífið og tilveruna og létta af sér heimsins byrðum.

Þegar Margrét var á aldur við dóttur sína var hún að mestu leyti búin að ákveða framtíðarstarfið sitt. „Þangað til ég var átta ára ætlaði ég að verða eiginkona Paul McCartney. En þegar ég þroskaðist sá ég að það myndi ekki ganga. Þá ákvað ég að verða blaðamaður,“ segir Margrét og hlær. Rakel er einnig ákveðin í sínum framtíðarplönunum eins og mamma hennar var. „Mig langar að verða leikkona,“ segir Rakel sem finnst mjög gaman að leika. „Og mér finnst líka mjög gaman að syngja,“ bætir Rakel við.

Margrét og Rakel eru miklar vinkonur og hafa þær þann skemmtilega sið að fara saman í kvöldgöngur. „Okkur mæðgunum finnst ofsalega gaman að fá okkur göngutúr niður í miðbæ um áttaleytið. Þá er svo skemmtileg stemning í miðbænum, fáir á ferli og matarilmur yfir öllu,“ segir Margrét. „Á einhvern máta virðast allar gáttir opnast í svona göngutúrum. Kannski vegna þess að það er ekkert áreiti en

breytingin er ótrúleg. Við erum kannski búnar að vera heima yfir daginn og maður spyr út í skólann og hvernig dagurinn hafi verið en svörin eru alltaf einföld. Fínt, fínt, fínt. En síðan förum við í göngutúr og þá opnast allar gáttir án þess að maður þurfi að spyrja að nokkru,“ segir Margrét. Rakel segir að henni finnst líka gott að fá tíma með mömmu sinni þar sem þær eru bara tvær. „Það skemmtilegasta sem ég geri með mömmu er að labba með henni,“ segir Rakel. „Mér finnst gott hvernig við spjölum saman í göngutúrunum.“

„Við náum að tala svo mikið saman,“ segir Margrét. „Það er ekkert sem truflar. Enginn sími, ekkert sjónvarp eða útvarp. Bara hún og ég. Þetta er það besta sem maður gerir.“

Margrét og Rakel styrkja þannig sambandið sín á milli með hverju skrefinu sem þær taka og væntanlega mun svo leiklistarferill Rakelar verða ræddur við lokkandi ilm veitingahúsa miðbæjarins í framtíðinni.

Litlir sælgætisgrísir

Í desember er venjulega mikið til af súkkulaði og öðru sælgæti á flestum heimilum. Litlir börn gleðjast óspart yfir öllum sætindunum sem eru í boði og geta troðið í sig endalaust ef þau eru látin afskiptalaus. Það er samt betra fyrir foreldra að reyna að hafa einhverja stjórn á sælgætisáti barna sinna. Það er til dæmis ekki gott að leyfa börnum að borða mikið sælgæti á fastandi maga því þá verða þau lystarlaus og erfitt getur verið að fá þau til að borða almennilegan mat. Það er miklu betra að hafa það fyrir reglu að börnin borði alltaf eitthvað hollt áður en þau fá að fara í sælgætið. Þá hafa þau líka minna pláss fyrir það og borða þar af leiðandi minna af óhollustunni.



FRÉTTABLAÐIÐ/NORDICPHOTOS/GETTY IMAGES



Tímanlega í rúmið

Þar sem jólasveinarnir eru væntanlegir til byggða hvað úr hverju ættu öll börn að fara snemma að sofa á næstunni. Foreldrar geta bent börnum sínum á að það er betra að vera sofandi þegar jólasveinarnir koma svo að þeir fari ekki bara fram hjá gluggunum. Fyrst að desembermánuður er byrjaður er ágætt fyrir börnin að fara að æfa sig í því að fara snemma að sofa svo að þau séu með þetta alveg á hreinu þegar jólasveinarnir koma.



Bráðum koma blessuð jólin

Börn hafa flest gaman af því að syngja. Nú þegar jólin eru að nálgast getur það verið góð skemmtun að syngja jólalög heima með börnunum. Á leikskólum er börnum kennd mörg jólalög og því ættu þau auðveldlega að geta sungið lögin með foreldrum sínum.



Hafragrautur fyrir örbylgjuofninn



8 pokar í hverjum pakka.
Auðvelt að taka með sér
hvert sem er.

Tilbúinn á aðeins 2 1/2 mínútu

- 1 Helltu haframjölinu úr pokanum í skál
- 2 Settu 1,5 dl. af vatni út í (notaðu pokann undir vatnið - nákvæmlega rétti skammturinn)
- 3 Tilbúinn í örbylgjuofninum á 2 1/2 mínútu

• Fljótlegt og hollt í morgunmat fyrir skólann • Góð undirstaða fyrir langan vinnudag • Tilvalið í hádeginu - engin fyrirhöfn • Þægilegt og hollt milli mála.



Bróstu á móti vondum degi

Þegar jólin nálgast fer gleðistuðull samfélagsins alveg upp í topp og stundum finnst okkur erfiðara að halda brosinu þegar allir virðast brosa breiðar en maður sjálfur. Skammdegið og síbrosandi jólaálfar allt um kring geta því haft öfug áhrif á okkur og við finnum til leiða. En leiði er í fæstum tilfellum sjúkdómur heldur líðan sem hver og einn getur haft stjörn á.

Njóttu útiverunnar

Lífið er ekki bara vinna og skylduverk. Allir verða að eiga tíma fyrir sjálfan sig. Hreyfing, sérstaklega útivera, dregur úr stressi og góður göngutúr getur til dæmis hjálpað til við að vinna úr hugsunum og vandamálum sem sækja á þig. Ekki segja að þú hafir ekki tíma. Allir hafa tíma fyrir stuttan labbitúr.



Lokaðu á kuldann

Kuldinn fær þig til að skriða undir sæng og gera ekki neitt. Klæddu þig vel. Farðu í hlýja úlpu og settu á þig loðnar lúffur. Eldaðu sterkan mat eða kveiktu upp í arminum. Ekki láta kuldann buga þig. Þótt það sé vetur þýðir það ekki að fjörið utan veggja heimilisins fari í pásu fram á vor.



Vatn, vatn og meira vatn

Drekktu mikið af vatni. Vatn er líkamanum nauðsynlegt og hjálpar taugakerfinu og efnaskiptakerfinu að starfa. Vatn hefur líka löngum haft slakandi áhrif á hug og líkama. Seitlandi vatnsniður er því góður fyrir sálina. Gakktu meðfram á eða sjó. Einnig er hægt að fá innigösbrunna.



Nuddaðu burt fylsusvipinn



Bókaðu þér tíma í nudd. Gott nudd slakar á spennu og hjálpar líkamanum að slaka á. Líkaminn fær þá hjálp við að lækna sjálfann sig og nær jafnvægi á ný. Einnig er nudd góð leið til að dekra við sig og það áttu skilið.

Brostu framan í skammdegið

Þeir sem þjást af skammdegisþunglyndi þurfa að vera á tánum fyrir því að sökkva sér ekki ofan í vanlíðan. Reyndu að komast út meðan það er bjart og brostu framan í bláan himininn. Svo má líka skella sér í þar til gerðan sólarlampa í Vesturbærjarlauginni sem hjálpar til við að draga úr einkennum skammdegisþunglyndis.



Bananaát

Banar eru skemmtilegir ávextir sem gera líkamanum gott. Bananarnir auka líkamlegan kraft, hafa jákvæð áhrif á hugarástand og síðast en síðst, þá auka þeir kynorkuna. Úlala. Banar eru fullir af serótónín sem léttir lundina og dópamíni sem er einmitt verðlaunaefni sem fylgir fullnægingu. „go bananas baby“. Einn á dag kemur dópamíninu í lag.



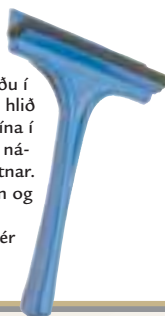
Reyndu eitthvað nýtt

Kíktu í heilsuþúðir og kauptu þér hláturdropa eða skrítið grænmeti sem gerir kraftaverk. Splæstu í ferð til Sviss og renndu þér á skiðum. Gerðu prakkarastrik, sjáðu leikrit eða farðu í óvæntan bíltúr á Eyrabakka eða Kópasker. Breyttu til og brjóttu rútínuna.



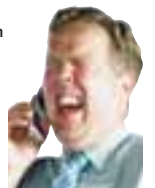
Gerðu góðverk

Vel heppnað góðverk lætur þér líða vel. Hjálpaðu vinnufélaganum með verkin hans hafir þú tíma fyrir það. Borgaðu í útrunninn stöðumæli við hlíð þér. Farðu með ömmu þína í þrjónabúð. Skafðu af bíl nágrannans meðan þinn hitnar. Góðverk gefur góða líðan og iðulega fer þannig að karmalögleglan launar þér gerðann.



Brostu Pollíanna brostu

Alveg sama hversu ömurlega glataður dagurinn er skaltu alltaf reyna að sjá myndna hlíðina á lífinu. Á morgnana tekur þú ákvörðun um að lifa daginn með jákvæðu hugarfari og svo brosir þú framan í heiminn. Hláturinn lengir lífið og hláturinn gefur okkur líka meira af hinu stórgóða dópamíni. Reyndu því að hlæja, leigðu þér gamanmyndir eða lestu myndna bók. Gleði kallar á meiri gleði allt um kring.





SÓLA, ný náttúruleg snyrtivörulína frá URTASMIÐJUNNI • Náttúruleg rotvörn úr jurtum.

Húðmjólk

Með ilmandi fjólum og rauðsmára. Mýkjandi og rakagefandi. Nærir þurra húð.

Fótakrém

Með vallhumli og myntu. Kælandi og frískandi fyrir þreytta og sveitta fætur.

Handkrém

Nærandi olíur úr maríustakk og hafþyrni. Græða sprungur, mýkja þurrar hendur.

Nuddkrém / sportkrém

Með fjallagrösum og eini. Mýkjandi og slakandi á þreytta og spennna vöðva.

Reykjav: Maður lífandi Borgartúni 24, Hæðasmára 6, Yggdrasil Skólavörðust. 16. Snyrtist. Valdís Bauganes 25A **Hafnarfj:** Fjarðarkaup, **Selfoss:** Lyfja, Keflavík: Blómaval, Ísl. markaður Leifsstöð, **Akranes:** Lyf og Heilsa, **Akureyri:** Heilsuhornid Glerártorg, Apotekarinn Hafnarstr. Urtasmiðjan Svalbarðsströnd, sími 462 4769, 861 4769 gigja@urtasmidjan.is

Full búð af fallegum jölaufötum

du pareil... au mème
 Þú færð jólagjafirnar hjá okkur
 Laugavegur 17 og Krínglunni
 Sími 552-6744 og 588-6750

Lífsklukkan

www.lifsklukkan.is

Taktur góðrar hvíldar

Fyrir þig...

Vekur þig eðlilega með hægri sólarupprás á morgnana

Hjálpar þér að slaka á á kvöldin með hægu sólsetri



Fyrir barnið þitt...

Allt að 30 mínútur af smáminnkandi birtu róar barnið þitt og svæfir

Tvær sólsetursstillingar: að algeru myrkri eða að næturlýsingu



Hannað af helstu sérfræðingum Evrópu í birtumeðferð


lumie
 Dreifing/þjónusta S: 577 1400


[PERSÓNULEIKAPRÓF]


Ertu jólabarn?

Ekki eru allir jafn hrifnir af jólonum eða stússinu sem þeim fylgir. Sumir hreinlega tapa sér í gleðinni meðan aðrir tapa geðheilsunni. Taktu prófið og fáðu ráðleggingar um hvað þú getur gert til að komast út úr þínum jólavítahring.


Þegar fyrsti dagur desembermánaðar gengur í garð þá ...


 ... er ég tilbúin/n að kveikja á jólaljósunum sem ég setti í garðinn akkúrat á miðnætti.


 ... tek ég ekki eftir því, er annað hvort sofandi eða á barnum.

 ... fæ ég hroll við tilhugsunina að nú fari að flæða inn kynningarpóstur og jólalög og óþolandi jólagleði.


Þú kaupir þér súkkulaðidagatal. Hvernig gengur þér að svindla ekki?


 ... illa. Ég er alltaf búin/n að kíkja í alla gluggana og bíta í nokkra daga sem eru ekki enn komnir.

 ... bara vel. Ég opna einn glugga á dag þegar ég er búin/búinn að bursta tennurnar.

 ... ég kaupir yfirleitt ekki súkkulaðidagatal. Ég er fullorðin manneskja.


Fyrsti jólasveininn er væntanlegur í bæinn, hvað gerir þú?


 ... ég hoppa upp og niður og hrópa „hann er að koma hann er að koma“ og pússa svo skóinn minn og fel mig undir sænginni í von um að ég sjái hann koma.


 ... ég held bara ró minni og passa að haga mér vel, bara til vonar og vara, maður veit aldrei.

 ... Jólahvað?


Kominn er miður desember og jólalögin hljóma hvert sem þú ferð, hvað gerir þú?


 ... ég syng með, dansa sérsamda jóladansinn sem ég hef samið með hverju lagi og hristi jólakúlurnar sem ég hengi iðulega á mig.


 ... eftir miðjan mánuð er ég orðin ónæg/ónægur fyrir jólalögnum, heyrir bara eitthvað suð.

 ... þá er ég um það bil að tapa geðheilsunni og farin/farinn að ganga með eyrnartappa.


Jólapakkarnir eru komnir undir tréð á Þorláksmessu, hvað gerir þú?


 ... ég fer undir tréð og þreifa og þefa af öllum þökkunum til að sjá hvað er í þeim. Skipti á einstaka merkimiða ef mér finnst þakkarnir til mín óaðlaðandi.


 ... ég kíkji aðeins á þá. Þota kannski með stóru tánni í einn eða tvo fyrir forvitnissakir.

 ... ég spái ekkert í það, þarf hvort eð er að skipta þessu öllu milli jóla og nýárs.

Á aðfangadagskvöldi þá ...

 ... er ég að fríka út yfir því hvað allir eru lengi að borða og er yfirleitt búin/búinn að hreinsa af borðinu áður en allir eru búnir að klára matinn.

 ... slappa ég bara af, borða á mig gat og opna þakkana í rólegheitunum.

 ... neyðist ég til að hlusta á hundleiðinlega jólamessu og sitja í sparifötum við matarborðið, sem ég þoli ekki.

NEXT

Gott í skóinn

NEX



Niðurstöður:

Jólaflíkill

Annað hvort er þú, sem tókst prófið, sjö ára ... eða að þú tilheyrir þeim fámenna hópi að elska allt sem tengist jólonum. Vissulega er yndislegt að geta verið í takt við árstíðirnar og



byrjað er að dreifa pökkunum. Farðu í jólagöga og reyndu líka að njóta fríðarstundar sem fylgir jólonum.

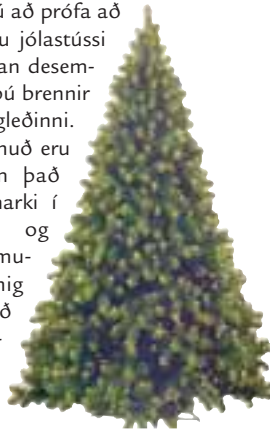
notið jólanna og lifað sig inn í allt sem þeim tengist. Þú ert samt ein/n af þeim sem ættir að passa þig að fara ekki yfir um í jólagleðinni. Þú mátt alveg eins búast við því að h r e i n l e g a springa í loft upp af spenningi um það leyti sem

Meðaljólinn

Þú hefur mikinn jólasjálfsaga og ert ekki að tapa þér yfir hverri einustu jólakúlu sem þú sérð. Þú vissulega nýtur jólanna en nennir ekkert sérstaklega að sökkva þér ofan í öll tilbrigði jólahátíðarinnar.

Kannski ættir þú að prófa að loka þig frá öllu jólastússi þar til um miðjan desembermánuð svo þú brennir ekki upp á jólagleðinni.

Um miðjan mánuð eru jólaflíklarnir um það bil að ná hámarki í útfrikun sinni og stemningin sömu-leiðis. Þannig nærðu jafnvel að vera í hámarks-jólaskapi þegar klukkurnar hringja á aðfangadag.



Skröggur Leppalúðason

Heyrðu nú mig. Þú mátt alveg eins búast við því að andar liðinna jóla heimsæki þig og fari með þig á tímaflakk. Þú ert bara fylujólapúki. Stundum þarf maður bara að sleppa takinu á gömlum skoðunum sem maður hefur ríghaldið í árum saman og gefa sig á vald gleðinni. Ef það reynist þér erfitt getur þú tekið eitt skref í einu, byrjað á því að senda bara eitt jólakort eða borða eina piparköku. Kannski ættir þú að vingast við einn jólaflíkil, að því gefnu að þú gangir ekki í skrokk á honum.

XT *Gott í skóinn*

NEXT

NEXT / Kringlelundi 4-12 / Sími 551 3200





Rakkarapakkið þyrfti að komast í jóga

Sigrún Edda Björnsdóttir á sér mörg andlit. Hún hefur í tuttugu og fimm ár verið áberandi á leiksviðum landsins, í tíu ár brá hún sér í gervi tröllastelpunnar Bólu og nú hefur hún enn prófað að nýtt hlutverk, í þetta sinn sem myndasöguhöfundur ásamt teiknararum Jan Pozak. Persónurnar í bókinni Rakkarapakkið eru frægasta tröllafjölskylda á Íslandi, nefnilega Grýla, Leppalúði og jólasveinarnir. Fylgst er með þeim á þessum háannatíma rétt fyrir jólin. Þetta eru nýjustu myndirnar, nýjasta slúðrið og nýjustu fréttir af þessari litríku fjölskyldu. En hvernig datt Sigrúnu Eddu í hug að fara í saumana á þessu rakkarapakki?

LANGUR AÐDRAGANDI AÐ RAKKARAPAKKINU

„Eins og með svo margt þá leiddi eitt af öðru. Á tíu ára tímabili skrifaði ég hátt í sextíu stutta sjónvarpsþætti um tröllasteltu sem heitir Bóla

og ævintýri hennar. Ég hef alltaf heillast af þjóðsögnum og Bóla á nafn sitt að rekja til einnar dóttur Grýlu, er reyndar náfrænka hennar. Ég átti mér alltaf draum um að gera jóladagatal fyrir Sjónvarpið með íslensku jólasveininum sem spretta úr sama heimi og Bóla. Af því hafði ekki orðið enda ekki einfalt að fá fjármagn til að gera slíkt efni.“ Umferðarstofa hafði svo samband við Sigrúnu Eddu og bað hana að vinna fræðsluefni fyrir börn. „Þá þurfti ég að finna með mér teiknara og fann Jan Pozok sem hefur myndskreytt mikið fyrir Námsgagnastofnun og er alveg frábær teiknari. Svo kemur í ljós að hann hefur lengi langað til að búa til myndasögu efni með íslensku jólasveininum og ég sagði honum frá mínum draumum um sama efni. Að skrifa efni fyrir myndasögur og sjónvarp er ekki svo ólíkt.

Við Jan unnum heilmikla forvinnu, teiknuðum, persónugreindum og rannsókuðum vel hvern

Sigrún Edda á ekki von á því að Rakkarapakkið heimsæki hana neitt sérstaklega þrátt fyrir allar sögurnar í bókinni.





Glæsilegt úrval af handklæðum

- gæði, ending og góð þjónusta



Skólavörðustíg 21 • Sími 551 4050 • Reykjavík



Bakpokar kr. 7.500.

Mikið úrval af kventöskum, ferðatöskum, skjalatöskum, hönskum, beltum o.fl. á góðu verði.

*Töskur og
handklæðin ehf.*

Skólavörðustíg 7, 101 Reykjavík.
Sími 551-5814, Fax 552-9664

Allt til albúmagerðar á einum stað.

Gefðu ómetanlega jólagjöf!

20 arkir af venjulegum pappír að eigin vali - 990 kr.
20 arkir af BasicGrey pappír að eigin vali - 1300kr.

Sýnikennsla milli 13 og 16 laugardag Komdu og spurðu, fáðu góð ráð og hugmyndir



Dalvegi 18, 201 Kópavogi • Sími 568 6500
www.fondra.is



Sigrún Edda í hlutverki Ronju ræningjadóttur fyrir þrettán árum.

Hér eru því komnar 36 sögur af þessari furðulegu fjölskyldu úr fjöllum, nýjasta slúðrið á þremur tungumálum, íslensku, ensku og frönsku. Svona gerast hlutirnir stundum.

einasta meðlim jólasveinafjölskyldunnar. Allt var þetta svo sett í möppu sem við fórum með til JPV útgáfunnar sem tók strax vel í þetta. Hér eru því komnar 36 sögur af þessari furðulegu fjölskyldu úr fjöllum, nýjasta slúðrið á þremur tungumálum, íslensku, ensku og frönsku. Svona gerast hlutirnir stundum.“ Sigrúnu Eddu finnst mjög gaman að skoða íslenska jólafólkið í nýju ljósi, hvernig það virkar í nútímanum og hvernig hæfileiki hvers og eins nýtist viðkomandi. „Gáttaþeftur er til dæmis naskur á að þefa uppi útsölu og Gluggagægir stofnar gluggapvottabjónustu til að geta kíkt inn um sem flesta glugga.“

LANGAÐI MEST AÐ VERA FYNDIN

Næsta vor á Sigrún Edda tuttugu og fimm ára leikafmæli og hefur á þeim tíma unnið hvern leiksigurinn á fætur öðrum í ólíkum hlutverkum. En blundaði rithöfundurinn alltaf í henni líka?

„Ég man ég átti einn draum og hann var sá að vera fyndin þegar ég yrði stór en ég man aldrei eftir að hafa átt rithöfundardrauma. Það æl-aðist bara svona og mér finnst alveg rosalega gaman að skrifa. Ég hef starfað á fullu sem leikari frá því að ég útskrifaðist en hef samt alltaf gefið mér tíma til að gera þetta, stundum eldsnemma á morgnana. Að setjast niður og skrifa er svo gaman.“

LÍNA, ASTRID ...

Sigrún Edda hefur gætt tvær helstu kvenpersónur barnabókmenntanna lífi á leiksviði, þær Línu langsokk og Ronju ræningjadóttur sem báðar eru skilgetnar dætur eins fremsta rithöfundar Norðurlanda fyrr og síðar.

„Astrid Lindgren er fyrirmynd mín, höfundur sem lesundur á öllum aldri geta sameinast um og allir finna eitthvað í sögunum hennar fyrir sig. Þegar ég las Elsku Míó minn, Bróður minn Ljónshjarta og Ronju fyrir mín börn þá sat ég kannski hágrátandi og las á meðan þau hlógu og voru bara mjög spennit fyrir ævintýrinu. Ég skrifa fyrir börn á aldrinum 4-94 ára og er alveg á því að Rakkapakkíð sé alveg jafnt fyrir börn og fullorðna.“

...OG RONJA.

Ronja varð algerlega ódauðleg persóna í meðförum Sigrúnar Eddu og nú leggja þær stöllum aftur upp í ferðalag saman. Í þetta

sinn ætlar Sigrún Edda að leikstýra uppsetningu á verkinu í Borgarleikhúsinu sem verður frumsýnd í febrúar.

„Það eru þrettán ár síðan þessi söngleikur var settur upp á Íslandi síðast og ég er auðvitað mjög heiðruð að fá að taka þátt í því að setja söguna á svið að nýju því Ronja á mikið erindi í dag. Astrid sagði einu sinni í viðtali að það væri einhver smíðagalli á mannkyninu sem ylli því að það þyrfti að leysa allt með ofbeldi.“ Þær Astrid eru sammála um að eina leiðin til að breyta þessu sé í gegnum börnin. „Barn sem elst upp við kærleika og virðingu eins og Ronja sýnir öðrum kærleika og virðingu, barn sem elst upp við ofbeldi og lygi breytir eins. Ronja og Birkir uppgötva að það er betra að hjálpast að í hörðum heimi en að vera stöðugt að deila.“

Sigrún Edda segir að það sé ekkert svipað að leikstýra verki og leika í því. „Það er allt öðruvísi nálgun að setja upp leiksýningu en að leika hlutverk. Leikarinn einbeitt sér fyrst og fremst að persónunni og því sem hún stendur fyrir. Leikstjórinn þarf að hafa yfirsýn, huga að öllum þáttum sýningarinnar og samræma.“

Arftaki Sigrúnar Eddu í hlutverki Ronju er Arnbjörg Hlíf Valsdóttir og Friðrik Friðriksson leikur Birk. Laddi leikur Matthías ræningjahöfðingja. Rassálfarnir verða hinsvegar ekki leiknir af lifandi fólki heldur mun Bernt Ogródnik gera bæði rassálfana og fljúgandi skógarnornir. „Stefnan er að búa til dásamlegt ævintýri fyrir alla fjölskylduna til að njóta saman. Ég er búin að vinna barnaefni árum saman, hef bæði skrifað, talsett og leikið fyrir börn og nú fær ég stóra sviðið í Borgarleikhúsinu til að setja upp Ronju ræningjadóttur, getur lífið verið betra?“

STEKKJARSTAUR Í JÓGA

Nú byrja jólasveinarnir að streyma til byggða á sunnudaginn en Sigrún Edda á ekkert endilega von á því að þeir heimsæki hana eitthvað sérstaklega þrátt fyrir æsifregnirnar af rakkapakkinu.

„Það er ekki nema Stekkjarstaur skreppi í jógatíma með mér til að liðka sig. Ég held að jólasveinafjölskyldan, rakkapakkíð, sé mjög ánægt með alla þessa umfjöllun sem það fær í bókinni og þori að fullyrða að það hafa aldrei birst svona margar myndir af þeim á einum og sama stað.“



Loksins sími sem tekur
ekki sjálfur upp á því
að hringja í fólk

Á mörgum farsímum er langt og flókið ferli að læsa lykklaborðinu, þannig að sumir hreinlega nenna því ekki. Þetta fólk er alltaf að hringja í Aðalheiði eða Alfreð – eða bara til Austurlanda fjær án þess að taka eftir því. Þetta vandamál þekkist ekki hjá þeim sem nota Vodafone Simply, því á honum er sérstakur takki til að læsa lykklaborðinu. Þegar maður þælir í því er eiginlega fáránlegt að engum öðrum hafi dottið þetta í hug.

Vodafone Simply

Hafðu það einfalt um jölin



*** 14 daga skilaréttur.**
Skilaðu símanum ef þú skilur hann ekki!

Vodafone Simply er eingöngu hægt að nota með simkortum frá Og Vodafone.
Komdu í næstu **Og Vodafone verslun**, smelltu þér á www.ogvodafone.is eða hringdu í 1414 og fáðu nánari upplýsingar.



Heyrumst!

Mjóddin

Komdu í þægilegt og gott umhverfi og njóttu þess sem Mjóddin hefur upp á að bjóða



- Handverksmarkaður, jóland land fyrir krakkana, persónuleg og góð þjónusta -



Þrátt 1111 - 038588

Mjóddin Jólaleikur Mjóddarmarkaður
PÁTTTÖKUSEÐILL

Nafn: _____
Heimilisfang: _____ Staður: _____
Póstnúmer: _____ GSM: _____
Sími: _____

Myndval myndavél frá 17. nóvember - 23. desember
Eftirlit af 23. desember, glæsilegir vinningar.
Flugmiðar til Evrópu fyrir tvo með Icelandair
Stafræn myndavél frá Myndval, Kodak P850 að verðmæti 49.900 kr.
Bækur frá Eddu-útgáfu.
Gjafakort frá eftirtöldum fyrirtækjum í Mjódd:
Bakarameistararnum, Breiðholtsblómum, Efnalauginni Björg, Fröken Júlíu, Gleraugnabúðinni, Gullsmiðnum, Gullúrinu, Hjá Dóra, Keilu í Mjódd, Leikbæ, Hárgreiðslustofunni Möggunum, Landsbankanum, Lyf og heilsu, Nettó, Olís, Olympíu, Pennanum Eymundsson, Prinsessunni, Skóbúðinni og SPRON

Glæsilegt **jóland** fyrir krakkana



Mundu **jólaleikinn**

sem stendur frá **17. nóvember - 23. desember** allar upplýsingar eru að finna á www.mjodd.is

Dregið verður 23. desember, glæsilegir vinningar.

Flugmiðar til Evrópu fyrir tvo með Icelandair

Stafræn myndavél frá Myndval, Kodak P850 að verðmæti 49.900 kr.

Bækur frá Eddu-útgáfu.

Gjafakort frá eftirtöldum fyrirtækjum í Mjódd:

Bakarameistararnum, Breiðholtsblómum, Efnalauginni Björg, Fröken Júlíu, Gleraugnabúðinni, Gullsmiðnum, Gullúrinu, Hjá Dóra, Keilu í Mjódd, Leikbæ, Hárgreiðslustofunni Möggunum, Landsbankanum, Lyf og heilsu, Nettó, Olís, Olympíu, Pennanum Eymundsson, Prinsessunni, Skóbúðinni og SPRON

Barnaskór í miklu úrvali

-vandaðir, fallegir og á frábæru verði.



Gæða barnaskór

Einnig skór á alla fjölskylduna stærðir uppí 50

Gabor

CAMEL ACTIVE

Light

Light Soap

Ný verslun

XENA

GLÆSIBÆ S: 553 7060

XENA

MJÓDDINNI S: 557 1291



Jólagjöfin hennar

(Gjafabréf)

Samkvæmiskjolar frá 10 þús. kr. allar stærðir.

Stelpu jólakjolar á allan aldur.

Mikið úrval.

PRINSESSAN

verslun/Mjódd, s. 567 4727

www.Prinsessan.is



Úrval

af síðum og stuttum buxum, þilsum, vestum og toppum.

Verið velkomnar

Fröken Júlía

Mjódd

Sími 557 5900

Jólin koma með jólakortunum

...skoðaðu jólakortin á www.myndval.is og veldu kort, sendu okkur myndina og textann sem þú villt hafa og við sjáum um að klára jólakortin fyrir þig einnig getur þú komið með mynd og texta til okkar í Mjóddina

1-39 kort. **145kr./stk.**
40 kort+ **135kr./stk.**
umslag fylgir. lágmarkspöntun 10stk.

MYNDVAL
Álfabakka 14 - 557 4070
myndval@myndval.is



Vona að ég fái fullt af bókum í jólagjöf

„Uppáhaldsbók ársins á ég reyndar, því ég skrifaði í hana, en það er stóra Kjarvalsbókin,“ segir Silja Aðalsteinsdóttir, bókmenntagagnrýnandinn nafnkunni og ritstjóri Tímarits Máls og menningar. En þegar hún er spurð hvaða fimm bækur hún

óskar eftir að fá í jólagjöf kemur fát á hana. „Úrvalið er svo mikið og gott af merkilegum bókum að það er engin leið að velja fimm, enda vona ég að ég fái miklu fleiri!“ segir Silja og hlær. Þó standa eftirfarandi bækur upp úr hjá Silju:



Mynd á þili eftir Þóru Kristjánsdóttur listfræðing. „Ekki hafði ég hugmynd um hvað við áttum marga myndlistarmenn á 16., 17. og 18. öld og hafði alltaf öfundað að aðrar Evrópuþjóðir af myndlistarauði sínum. Auðvitað held ég áfram að öfundast en get um leið glaðst yfir því sem við þó áttum,“ segir Silja.



BIRTA/E. ÓL.

Silja Aðalsteinsdóttir segir það erfitt að velja uppáhaldsbækurnar þessi jólin.

Rokland eftir Hallgrím Helgason. „Ég var að kenna Sölu Völkur hjá Mími í haust og hugsaði þá með mér að engin bók á jólamarkaði kæmist með tærnar þar sem hún hefði hælana í fjörugum, myndríkum stíl, sprúðlandi hugmyndaflugi og mis-kunnarlausri sýn á íslenskt samfélag og mannlíf. En þegar ég kíkta á fyrstu síðurnar í Roklandi sá ég að þar var það allt. Ég treysti því að fá að lesa hana alla yfir jólin.“



**Dönsk gæðavara
UNDIRFÖT - NÁTTFÖT - SLOPPAR**

CHANGE[®]
SMÁRALIND
Sími 517 7007



Fordíst okkur eftir Hugleik Dagsón, en Silja sá samnefnt leikrit hjá Nemendaleikhúsinu í haust, og segir það vera bestu sýningu sem hún hefur séð á árinu.



Játningar Láru miðils eftir Pál Ásgeirsson, en Páll las og notaði handrit að sjálfsævisögu Láru sem hún samdi 1945 en var aldrei gefið út.



Sumarljós, og svo kemur nóttin eftir Jón Kalman Stefánsson. „Það sem ég hef séð af þessari bók er svo einkennilega ljúfsárt að það minnir mest á Dylan Thomas og Mjólkurskóginn hans. Ég hlakka til að lesa hana alla,“ segir Silja, og ekki er að efa að hún mun eyða mörgum notalegum klukkustundum um jólin með bók í hönd.

Til hamingju Thelma



Thelma Ásdísardóttir

„Myndin af Thelmu eins og hún er í dag: Hamingjusöm móðir, hugrökk og stolt kona: **Kona ársins.**“

Soffía Auður Birgisdóttir, Mbl

„Bók sem ætti að rata til allra og vera skyldulesning í hvers manns húsi.“

Vigdís Grímsdóttir, DV

„Skilur lesandann eftir djúpt snortinn og fullan aðdáunar af Thelmu og baráttu hennar.“

Birta

„Thelma Ásdísardóttir ætti að vera „maður ársins“ vegna hugrekkis síns að segja sögu sína ... ótrúlega áhrifarík frásögn, sem lætur engan ósnortinn. Og hefur enda haft áhrif, allt inn á borð ríkisstjórnar Íslands.“

Karl Sigurbjörnsson, biskup

Kona ársins 2005
- Nýtt líf

Ljósberinn 2005

Maður ársins
- Karl Sigurbjörnsson, biskup

Útgáfuréttur seldur til Svíþjóðar



„Thelma er mjög hugrökk manneskja og andlega hvetjandi. Mér líður eins og ég sé að skrifa undir samning við Nóbelsverðlaunahafa!“

Eva Áslund, útgáfustjóri Bra böcker





Guðrún Eva mestu tíðindin

„Mér finnst lítil almenn ein-kenni á flóðinu núna nema þá helst glæpasögurnar,“ segir Úlfhildur Dagsdóttir, bókmenntafræðingur og gagnrýnandi á bokmenntir.is. „Annað sem maður tekur eftir er að margar litlar og sjálfstæðar útgáfur eru

að gera margt skemmtilegt og óvenjulegt. Mestu tíðindin í íslenskum bókmenntum er hins vegar bókin hennar Guðrúnar Evu,“ bætir hún við. Úlfhildur var beðin að telja upp fimm áhugaverðustu bækur ársins og stóð ekki á svari.

Brjálsemiskækir á fjöllum eftir Po Chú-i.

„Þetta er kínversk ljóðabók frá 9. öld, sannur gleðigjafi og heilsustyrkjandi. Ingi-björg Haraldsdóttir sagði að ljóðið gæti bjargað mannkyninu og þetta eru svoléðis ljóð.“



Argóarflísin eftir Sjón: „Hann nær enn einu sinni að hrifa mann inn í algerlega nýja heima í sínum leik með goðsögur og goðsagnaheima og gefur alltaf nýtt sjónarhorn á sögur sem maður heldur maður gjörþekki.“



Slepptu mér aldrei eftir Kazuo Ishiguro: „Þessi bók er æðisleg, sagan er í senn eitt-hvað svo falleg og jafnramt áttanleg sýn á mögulega framtíð mannkyns.“



Sólskínshestur eftir Steinunni Sigurðardóttur: „Saga til að deyta fyrir, ég grét á meðan ég las hana og líka þegar ég skrifaði ritdóminn um hana. Hún fjallar um sorg og dauða á guðdómlega fallegan hátt en veitir líka ánægju og Steinunn nær alltaf að bæta húmorum inn í allt sem hún gerir. Þessi bók spilar á öll skilningarvitin og tilfinningaróróf.“

Úlfhildur átti ekki í miklum vandræðum með að nefna þær bækur sem henni finnst bestar í jólabókafloðinu í ár.

Yosoy – af líkamslistum og hugarvíli í hryllingsleikhúsinu við Álafoss eftir Guðrúnu Evu Mínervudóttur. „Guðrún Eva sýnir sig enn og sannar með þessari bók og er hér með komin í hóp með okkar allra bestu höfundum. Hún teygir sig langt og í margar skemmtilegar áttir, samtímis því að vera mjög íslensk. Þetta var algjör upplifun.“

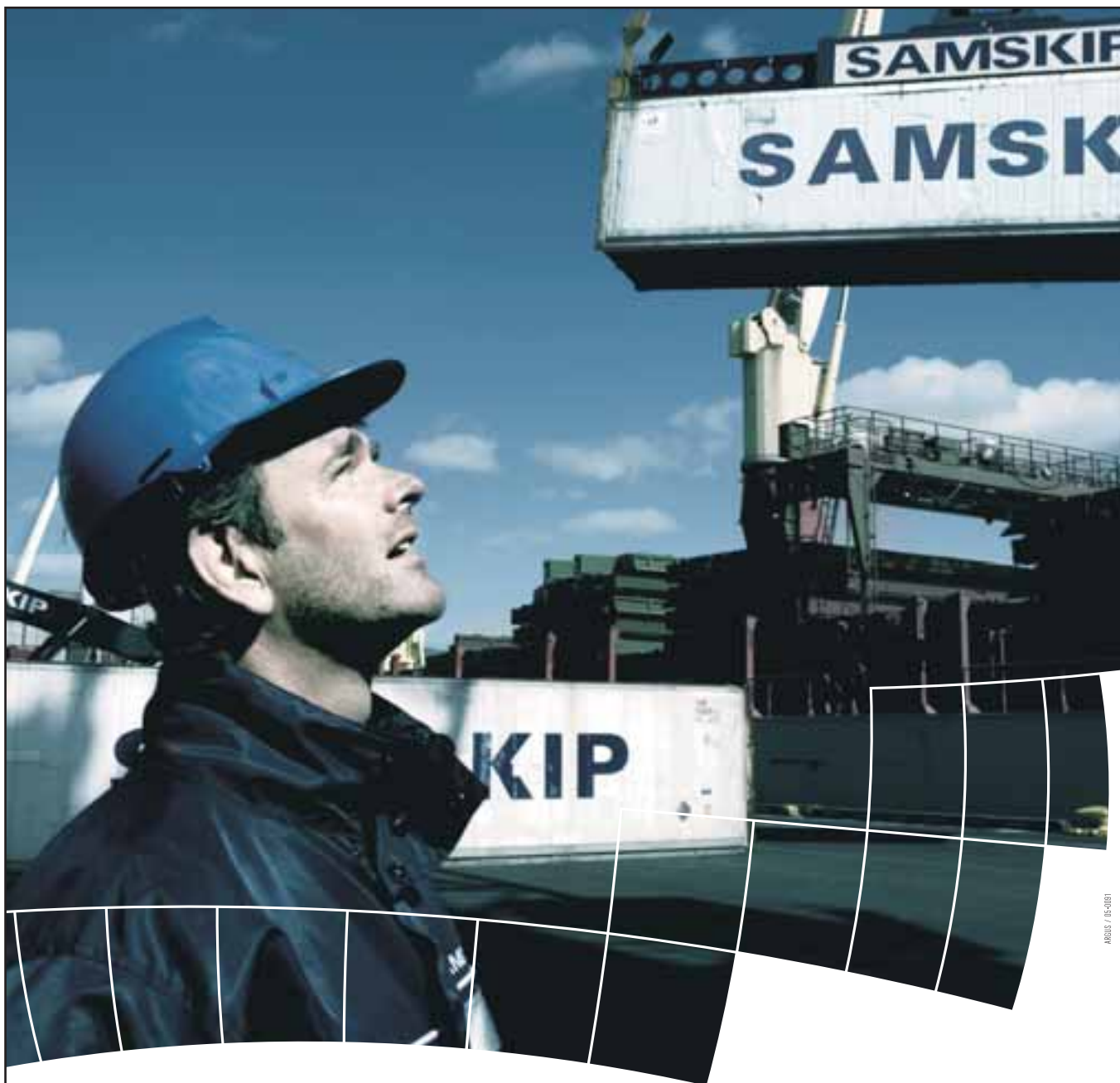


Jólatilboð
20%
afsláttur

af fiskabúra,
hamstrabúra og
fuglabúra-
pökkum með öllu
sem til þarf

DÝRARÍKIÐ

Grensásvegi s:5686668
Skútvogvi 16 s:5680020
Akureyri s:4612540
www.dyrrarid.is



AKOS / IS-001

Samskipan gleði og þjónustulundar

Fullkominn skipa- og tækjakostur Samskipa og áreiðanlegir samstarfsaðilar skila vörinni á áfangastað fljótt og vel. Við trúum því að það sé síðan starfsfólkið, starfsgleði þess og þjónustulund sem ráði úrslitum um ánægju viðskiptavinarins.

Samskip - Yfir lönd yfir höf.

SAMSKIP

Kjalarvogi • 104 Reykjavík • Sími 458 8000 • Fax 458 8100 • samskip.is



Eins gott að framleiða einhverja lesendur

Sigrún Eldjárn á tuttugu og fimm ára rithöfundarafmæli í ár og afraksturinn er heilar þrjátíu barnabækur. Þrjár þeirra eru nýjar. Þorrablót og Jólasaga fjalla um Kugg sem fyrst kom fram á sjónarsvið sem sögupersóna 1983 og Steinhjartað er þriðja ævintýrabókin um Stínu og Jonna.

Sigrún vinnur jöfnum höndum sem rithöfundur og myndlistarmaður. Auk þess að myndskreyta bækur sínar og margra annarra líka liggur eftir hana fjöldi listaverka, einkum á grafíksviðinu. Vinnustofan hennar, sem er áföst heimilinu, ber vott um alla þessa iðju enda segir hún það part af vinnuferlinu hjá sér að teikna þegar hún er að skrifa. Skyldu þá sögurnar og myndirnar í þær skapast til skiptis? „Já, þegar nýjar persónur koma til sögunnar þá byrjar það oft þannig að ég teikna eitthvert fólk,“ segir hún brosandí. Hún hugsar sig aðeins um þegar hún er spurð hvort hún sæki persónur sínar í lífið og raunveruleikann. Hvort hún og systkini hennar séu kannski þarna einhverstaðar. „Nei, ég held nú ekki. Þetta eru alveg tilbúnar persónur en auð-



BIRTA/EÓL

Sigrún Eldjárn er mikilvirkur barnabókarhöfundur sem fæst jöfnum höndum við ritstörf og myndlist.

við verður maður fyrir áhrifum af öllu mögulegu og sækir sér efnivið út um allt, bæði meðvitað og ómeðvitað.“

Sigrún hefur eingöngu skrifað fyrir börn og býst við að þannig verði það áfram. „Mér finnst það mikilvægt starf að gera bækur fyrir börn en stundum þykir manni það vera vanmetið í samfélaginu. Það er þó þýðingarmikið því vitaskuld eru það börnin sem eiga eftir að lesa skáldsögurnar sem hinir eru að skrifa svo það er eins gott að framleiða einhverja lesendur!“

Sjálf kveðst Sigrún hafa lesið mikið sem barn. „Ég fór oft á bókasafnið og birgði mig upp,“ rifjar hún upp. En var lesið fyrir hana heima? „Já, ég lærði nú snemma að lesa og eftir það held ég að ekki hafi verið lesið mikið fyrir mig, nema þá útlendar sögur sem þurfti að þýða.“ Þar sem hún leggur mikla alúð í myndskreytingar bóka er hún spurð hvort henni hafi þótt vanta myndir í bækurnar sem hún las sem barn. „Maður hugsaði kannski ekki þannig en ég man mjög eftir þeim myndum sem voru í bókunum, til dæmis bókunum um Dísu ljósálf og Dverginn Rauðgrana sem voru með myndum á hverri síðu. Myndirnar eru alveg þrykktar í hugann.“

Nú er hún beðin að lýsa aðeins nýutkomnu bókunum sínum þremur. „Kuggur hefur fylgt mér lengi. Á níunda áratugnum komu út þrjár bækur um hann með fjórum til fimm sögum hver og í fyrra hóf ég endurvinnslu á þeim með miklu meira myndefni en áður. Þorrablót og Jólasaga eru í sama formi en alveg nýjar sögur. Svo er meiri texti í Steinhjartanu. Hún er þriðja bókin um Stínu og Jonna sem lenda í gífurlega spennandi ævintýrum. Hinar bækurnar um þau komu út í fyrra og hitteðfyrra, Týndu augun og Frosnu tærnar. Ég er búin að vera með þessa þriðju bók í kollinum allan tímann en hún er unnin á þessu ári og því síðasta.“

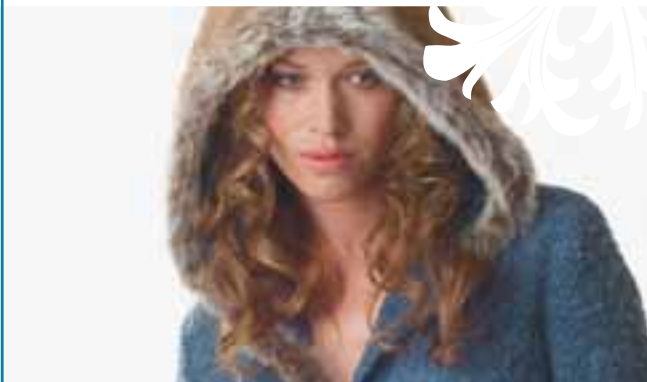
Sigrún á þrjú börn sem hún segir reyndar orðin „svoltið öldruð“, það yngsta sé sextán ára. „Þau lesa alltaf yfir fyrir mig og eru mínir gagnrýnendur,“ upplýsir hún en viðurkennir líka að rithöfundarstarfið sé mikið einyrkjastarf.

„Maður er alltaf einn að þuða og svo allt í einu í desember þegar bækurnar koma út verður maður allt í einu að vera svo mannblendinn, fara út um allt og lesa upp og tala við blaðamenn og svona. Þannig að það er dálítið skrytið starf. Það þarf dálitinn sjálfsgaga að vinna svona en það hefur gengið alveg ágætlega.“

- Þú virðist vera nokkuð harður húsbóndi.

„Já, ég skemmti mér bara svo vel við þetta. Ég væri ekkert að þessu annars,“ segir Sigrún brosandí að lokum.

ÖÐRUVÍSI JÓLAGJAFIR



FULL BÚÐ AF NÝJUM VÖRUM

REPEAT fatnaður / ZENTO skór / skart / toppar / veski / treflar / úr / LEE GALLABUXUR / INTENSIVE SPA VÖRUR FRÁ ISRAEL / LOVE LINE KREMIN FRÁ ISRAEL / HEILSUSKÖRNIR / INDULGE VARAN SEM OPRAH ELSKAR: Body Butter / Body Scrub / ilmkerfi / baðbombur og baðkockteilar.



ZANDRA
Zandra Garðatorgi
sími 533-3931 / 899-6669

Hlýleg húsgögn og gjafavörur!



Gífurlega fjölbreytt úrval af fallegru gjafavöru, m.a. nýjar tegundir af englunum vinsælu og flottum jólasveinum.

Enn fleiri falleg hús með ljósum komin, ilmkerti í öskjum, klukkur, kertastjakar, fallegir bútasaumsdúkar, rúmteppi og margt, margt fleira.

Skoðið gjafahugmyndir okkar á www.virka.is

Sjón er sögu ríkarí!

Verslunin er opin mán-fös frá 10-18
Laugardaginn 10 des. frá 11-18



VIRKA Húsgögn

Mörkin 3, sími 568 7470
www.virka.is



Ljóðaleg jól

Ljóðið er amma allra annarra bókmennta og þrátt fyrir að margir hafi viljað spá því dauða sést það best á jólaútgáfunni að þær fregnir eru stórlega ýktar. Ljóðin, ljóðin, alls staðar, virðist vera viðkvæðið um þessi jól. Það hefur ekki gerst í háa herrans tíð að svo margar ljóðabækur séu á boðstólum fyrir bókasælkera á þessum árstíma. Ljóðahlaðborðið beinlínis svignar af krásum og það er um að gera að taka hraustlega til matar síns. Hér má sjá örlítið sýnishorn:



Margrét Lóa Jónsdóttir:
TÍMASETNINGAR

«Margréti Lóu ætti að vera óþarfi að kynna ljóðaunnendum en hún hefur verið á ljóðasviðinu í mörg ár. Í þessari bók veltir hún fyrir sér guði, stríði og tímanum og því hvernig er hægt að skapa betri heim.



«Þessi bók hefur verið nefnd Ljóðahrollvekja en ljóðmældinn dvelur á draugasetri þar sem draumar og veruleiki verða eitt, tíminn hverfur og dauðir ráða ríkjum. Þetta er sjötta ljóðabók þessa ljóðvinar.

Kristian Guttesen:
LITBRIGÐAMYGLA



Halldóra Kristín Thoroddsen:
GANGANDI VEGFARANDI

«Nafn Halldóru Kristínar Thoroddsen hefur ekki verið á allra vörum en þarna fer einstaklega skemmtilegur og lifandi rithöfundur. Síðasta bók hennar, órsagnabókin 90 sýni úr minni mínu, vakti verðskuldaða athygli og aðdáendur þeirrar bókar ættu ekki að verða fyrir vonbrigðum með þessar at-huganir gangandi vegfarandans.




ULLARVEÐUR

Góð og hlý ullarföt fyrir krakka á öllum aldri og foreldrana líka.

Gott verð!



JANUS

Barónstíg 3 • 101 Reykjavík • s. 552-7499

Opíð :
mán.- fös. 1100-1800 laug. 1100-1600

Þórarinn Eldjárn:
HÆTTIR OG MÖRK >>

Þórarinn Eldjárn er eitt skemmtilegasta ljóðskáld okkar tíma og það er alltaf veisla þegar ný ljóðabók eftir hann lítur dagsins ljós. Þessi bók ætti að vera aðdáendum hans til ómældrar skemmtunar, sem og öllum þeim sem hafa gaman af íslenskrri tungu.

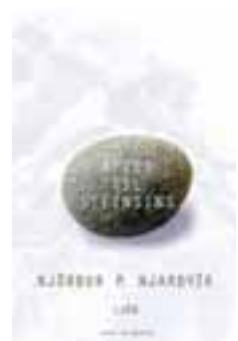


« **Jónas Þorbjarnarson:**
HVAR ENDAR MAÐUR?

Jónas Þorbjarnarson hefur löngum verið í upphaldi ljóðaunnenda enda sérlega fær myndasmíður í orðum. Þetta er sjöunda ljóðabókin hans og hann gefur ekkert eftir í lipurlegum stíl og einföldum sannleikskornum.

Njórður P. Njaróvík:
AFTUR TIL STEINSINS >>

Í bókinni er meðal annars fjallað um nútímann með táknrænum vísunum í norræna goðafræði og fjallað um þá ótal steina sem fyrir verða á lífsins vegi, óskasteina, álfasteina og vörður sem vísa förumanni leið. Njórður er þekktur fyrir ritstörf sín og þessi ljóð eiga eflaust eftir að skilja mikið eftir sig hjá lesandanum.



Í gylltum ramma

Saga Sigríðar Þorvaldsdóttur
skráð af Jóni Hjartarsyni



Áhrifamikil saga söngleikjastjörunnar
sem **missti málið** á hátindi frægðar sinnar.
Skemmtileg bók um **viðburðaríka** ævi hrífandi konu.

Einstakt tilboðsverð í fjölda verzlana

*Ævisögur í nóvember: Penninn



Fróðlegar og fjörugar fræðibækur

Jólabækurnar eru ekki allar skáldsögur, þvert á móti. Alls kyns bækur um ýmsan fróðleik má finna um hver bókaþól. Reyndar komu sumar þeirra út fyrr á árinu en þær má vissulega telja sem jólabækur. Ekki er einungis um sögubækur að ræða heldur bækur sem fjalla um ákveðin efni, bæði sértæk og ósértæk. Fræðibækur eru jólagjöf sem endist þeim sem hana hlýtur ævilangt. Í þær má líta aftur og aftur til þess bæði að endurkveikja gleymdar staðreyndir og til þess að afla sér nýrrar vitneskju.



HUGMYNDIR SEM Breyttu Heiminum
Bók eftir Felipe Ferandéz Armesto í þýðingu Róberts Jack. Fjallar um 175 uppgötvanir sem breyttu heiminum að mati höfundar. Einkar aðgengileg og afar auðlesin. Ríkulega myndskreytt og mjög þægilega uppbyggð sem gerir það að verkum að hægt er að opna á hvaða stað sem er og byrja að lesa.

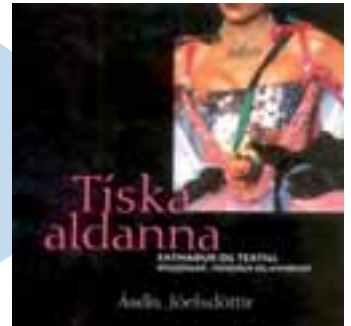
ÍSLENSK KNATTSPYRNA 2005

Hinar árlegu bækur um íslenska knattspyrnu eftir Víði Sigurðsson eru skyldueign allra knattspyrnuáhugamanna. Í þær má leita ár eftir ár til þess að rifja upp bæði hlátur og grát. Bókin hefur aldrei verið eins vegleg en hún er alls 224 blaðsíður og skartar yfir 500 ljósmyndum. Sérstakur aukakaffi um Eið Smára er í bókinni þar sem ferill hans er rakinn.



TÍSKA ALDANNA

Bók sem kom út fyrr á þessu ári og er sögulegt yfirlit um strauða og stefnur í heimi tiskunnar allt frá fornöld til dagsins í dag. Afar áhugaverð bók og í henni má finna marga skemmtilega fróðleiksmola. Farið er vel yfir helstu tiskustrauma á hlutlausan hátt. Meira hefði mátt fjalla um tisku karla, þó hún sé kannski ekki eins stórbrotin og tiska kvenna.



Tilboð á völdum vörum



local

Húsgögn og gjafavara

Skeifan 3A • 108 Reykjavík • Sími: 517 3600

Fax: 517 3604 • mylogo@mmedia.is • www.local1.is



FÁNÝTUR FRÓÐLEIKUR

Bók í þýðingu Ásgeirs Bergs Matthíasarsonar sem heitir á frummálinu The Book of Useless Information. Í bókinni er hægt að finna ógrynni af hagnýtum fróðleik, jafnt sem gjörsamlega óþörfum. Hver hefur til dæmis ekki gott af því að vita að algengustu orðin í Íslendingasögnum eru maður, konungur og skip eða að 8.800 manns slasa sig árlega með tannstönglum?

JÓHANNES S. KJARVAL

Eint hvert aleigulegasta sagn- og listfræðirit sem komið hefur út á íslenski tungu. Fjallar um okkar ástsælasta listmálara og áhrif hans á íslenskt menningarlíf. Alls komu sex höfundar að verkinu og gera þeir bæði ævi meistarans og verkum ítarleg skil. Bókin var tilnefnd til Íslensku bókmenntaverðlaunanna í flokki bóka almenns efnis.



JÖRÐIN

Stórmerkilegt og fræðandi verk. Telur rúmlega 500 blaðsíður sem allar eru ríkulega myndskreyttar bæði með ljósmyndum og skýringarmyndum. Upplýsingar um allt það sem viðkemur jarðkringlunni, allt frá kjarna jarðar til lofthjúpsins. Fjallar einnig um nýlegar hugmyndir manna um ýmsa þætti jarðarinnar eins og um uppruna hennar og fólksfjölgun.

ÖÐRUVÍSI JÓLAGJAFIR



FULL BÚÐ AF NÝJUM VÖRUM

REPEAT fatnaður / ZENTO skór / skart / toppar / veski / trefflar / úr /
LEE GALLABUXUR / INTENSIVE SPA VÖRUR FRÁ ISRAEL / LOVE LINE KREMIN FRÁ
ISRAEL / HEILSUSKÓRNIR / INDULGE VARAN SEM OPRAH ELSKAR: Body Butter /
Body Scrub / ilmkerfi / baðbombur og baðkokkteilar.



ZANDRA
Zandra Gardatorgi
sími 533-3931 / 899-6669

naturasun

Leyfðu viðskiptavini þínum að fá það sem hann á skilið !!



naturasun er
það eina
sem fólk er
að nota í dag.

www.hafnarsport.is
S: 5173700 / 8202188

HREYFI LAND

HREYFILAND er 2 ára



Komdu á **10 vikna námskeið hjá okkur og borgaðu fyrir 8 vikur** (2 frjár vikur)

Taktu okkar
frábæra tilboði
10 vikur fyrir 8!!

Við bjóðum upp á sérstök námskeið:

Bumbufimi – Mæðrafimi (mómmur og börn frá 6 vikna - 18 mánaða) – Snillingafimi (börn frá 3 mán - 11 mán) – Hreyfifimi (börn frá 1-2 ára) – GÞ-fimi (börn frá 3-5 ára) – Dansleikfimi (konur 20+) –

Gjafakort fyrir jólin frá 5000 
NÝ NÁMSKEIÐ ERU AÐ HEFJAST

HREYFI  LAND er fjölskyldu- og barnvæn líkamsræktarstöð síðan 2003

sími: 577 2555 og 899 7255 | 110 Reykjavík | Stangarhyl 7
www.hreyfiland.is | mottaka@hreyfiland.is

GJAFIR FYRIR SÆLKERA



Bragðgóðar
gjafapakningar með
kertum, kryddum,
tónlist og öðru
góðgæti.

La Vida

Gjafir fyrir sælkera

Laugavegur 51, 101 Reykjavík sími 552 8881



Harpa Jónsdóttir
„Mig langar í Jörðina.“



Kolbrún Hálfánardóttir
„Bókin Í fylgd með fullorðnum eftir Steinunni Ólínu heillar mjög.“



Kjartan Þór Kjartansson
„Það eru svo margar sem mig langar í. Til dæmis Skuggabörn og Rokland.“

Hvaða bók langar þig í jólagjöf?

GEORGE FOREMAN

HEILSU OG SÆLKERAGRILLIN



Nýtt
af George Foreman!

Reykjavík: Hagkaup, Egert, Elka, Byko, Þrygg & Bull
 Hafnarfjörður: Rafnattli, Einarbætur
 Akureyri: Byko, Hagkaup
 Selfoss: Árvíkinn, Byko
 Stykkishólmur: Veituhúsið
 Reykjavíkur: Byko
 Akranes: Hljómskipti
 Vestmannaeyri: Gósi

Siglufjörður: Eirafelst
 Húsið: Önggi
 Ísafjörður: Smátt
 Bergen: Samkaup

Egilsstaðir: Smári KÍB
 Reikjadalur: Rafnattli
 Reykjavík: Byko
 Íshólma: Koffeinufluggi

marco heildverslun
www.marco.is



Teitur Jensson
„Ætli mig langi ekki í nýju bókina hans Ólafs Gunnarssonar, Höfuðlausn.“



Sigríður E. Sturludóttir
„Mig langar í nýjstu Harry Potter-bókina.“



Heppnir fá þá eitthvað fallett...

Jólaskór

Kron kr. 22.500



Shoe Studio kr. 15.900



Kynning



Aldo kr. 6.990

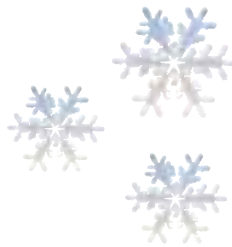


Shoe Studio kr. 9.900

Það styttist óðum í jólin og nú er tími til að finna sér fallega jólaskó við jóladressið. Gylltur er áberandi tískulitur í ár en liturinn prýðir mikið af fatnaði og skóm í verslunum þessa dagana. Há stígvél í margs konar stíl eru mikið inni þennan veturinn og því er um að gera að eiga eitt ef ekki tvö pör af þeim við jóladressið í ár.



Steinar Waage kr. 16.995



Hönnun og myndir: Íris Dögg Pétursdóttir



Bossanova kr. 18.550



Ozio collection kr. 8.990



Valmiki kr. 8.995



Jólbrauð



Jól saltkringlur



Ensk ávaxtakaka



Súkkulaðibitar



Prinsessukökur



Negulkökur



Lagkaka
Hræró dókk
& hræró ljós



Lagkaka
Hnoðuð dókk



Lagkaka
Hnoðuð ljós

Jólin að hætti Jóa Fel

Nú er Jói Fel byrjaður að undirbúa jólin. Hjá Jóa Fel er eingöngu bakað úr fyrsta flokks hráefni. Við bjóðum ykkur að kynnst jólabakstrinum í nýjum jólabúningi. Verið velkomin!

Kleppsvegi 152
Smáralind

Mán. - föst. 7 - 18. Laug. - sun. 7 - 16.

Mán. - föst. 9 - 19. Laug. 10 - 18. Sun. 12 - 18.





Grasrótin kemur upp á yfirborðið

Jólaljósín ljóma og hljóðmarnir hljóma. Fyrir hver jól koma plötur í búðir sem vonast er til að nái eyrum hlustenda í gegnum jólapakkana. Plötuskriðan í ár er stærri en nokkru sinni fyrr að mati sérfræðinga og talað er um að meira en 200 nýir titlar séu í verslunum fyrir þessi jól. Plöturnar eru af ýmsum toga, sumir spila lög eftir aðra, aðrir eftir sig, sumir popp, aðrir klassík og enn aðrir rokk. Hér eru nokkrar athyglisverðar meðanjarðargrasrótarpötur að mati tónfræðinga Birtu.

Ölvis/The Blue Sound

Hljómlistarmaður og plata sem ekki hefur farið mikið fyrir. Platan kemur út hjá litlu bresku plötufyrirtæki að nafni Resonant



sem gefur út nokkrar aðrar íslenskar hljómsveitir. Hún er einstaklega vönduð enda fékk Ölvis til liðs við sig marga hæfileikaríka einstaklinga og má þar nefna nokkra meðlimi Sigur Rósar. Platan er öll sungin á íslensku en nöfn laganna eru samt sem áður á ensku. Falleg og litrík plata sem fólk ætti að athuga betur.

Kimono/Arctic Death Ship

Þessi hljómsveit hefur sannað sig á tónleikum undanfarið sem langbesta hreinræktaða indírokkhljómsveit landsins enda geysilega vel spilandi og þétt. Fyrri plata hljómsveitarinnar náði ekki alveg að beisla þann kraft sem einkennir hljómsveitina á tónleikum en þessi nær því mun betur. Samspil gítaranna tveggja er magnað og myndar oft skemmtilegan samhljóm eins og til dæmis í laginu Aftermath. Spænska lagið Sonar sannar það hversu góðir lagasmiðir drengirnir eru. Kraftmikil og glæðandi.



(Þórir) My Summer as a Salvation Soldier / – Anarchists Are Hopeless Romantics

Hin ungi og einlægi Þórir sendi frá sér aðra plötu sína á tveimur árum. Þessi plata er rökrétt framhald fyrri plötunnar þar sem Þórir hefur vandað lagasmiðarnar og gert þær beittari. Hin ljúfi kassagítar er gegnumgangandi á allri plötunni og myndar þannig sterka heild, jafnvel þó leitað sé í rafræna tóna. Þó svo að textarnir séu innhverfir og oft á tíðum þunglyndislegir ríkir einhver sérstakur bjarni yfir plötunni sem gerir hana að áheyrilegum grip.



Handsmíðaða skartið hennar Önnu Maríu



ANNA
MARÍA
DESIGN

GULLSMÍÐUR

Skólavörðustíg 3
Sími: 551 0036

Ampop/My Delusions



Frábær plata frá upphafi til enda. Söngstillinn minnir helst á einhverja blöndu af REM og Suede, lögin eru angurværar popp/rokk/rafmelódúr þar sem strengir og slagverk leika mikilvæg hlutverk. Þetta er plata til að hlusta á í rigningu eða stormi, um lágnættið. Þetta er þriðja breiðskífa sveitarinnar og hefur hlotið talsverða hlustun í Bretlandi en titillagið My Delusions var í fastri spilun á BBC World fyrr á þessu ári. Ljúfsár og angurvær gæða-plata sem á eftir að lifa lengi.

Mugison/Little Trip

Mugisonaðáendur fá aldrei nóg af þessari sérkennilega sáru tónlist og fagna öllu nýju sem Mugison lætur frá sér. Hér er tónlist hans úr kvikmyndinni A Little Trip to Heaven. Mugison tekst einhvern veginn alltaf að koma pínulítið á óvart og svo er einnig hér. Á plötunni eru sextán lög en aðeins þrjú þeirra eru sungin. Nokkur þeirra bera nöfn tónlistarmannanna sem koma við sögu á plötunni, sem gefur henni sérstakan blæ. Sautjándi lagið er svo sérstakur bónus – hið skemmtilega Murrmurr í áður fáheyrðri útsetningu. Jólagjöf Mugisonaðáenda hvarvetna.



Kæru konur!

Mig langar til að vitna í þau hjón, Allan og Barböru Pease sem segja í formála að bók sinni, **ÁSTÆÐUR ÞESS AÐ KARLAR LJÚGA OG KONUR GRÁTA:**

„Kannski **verða** karlar og konur eins einhvern daginn. Kannski finnst konum gaman að horfa á kappakstursbíla aka hring eftir hring og kannski verður litíð á búðarferð sem líkamsrækt. Kannski verða allar klósettsetur negldar niður, kannski tala konur einungis á meðan auglýsingar eru og karlar lesa **Playboy** aðeins fyrir bókmenntalegt gildi.

Við efumst um það – að minnsta kosti gerist það ekki á næstu árpúsundum. Þangað til skulum við halda áfram að skilja, hafa stjórn á og læra að þykja vænt um mismun okkar. Afleiðingin verður sú að við fáum ást og væntumþykju til baka. *Njótið bókar okkar!*”

Ég segi slíkt hið sama og þakka ykkur af öllu hjarta fyrir frábærar móttökur bóka okkar; **ÞÚ ERT ÞAÐ SEM ÞÚ BORDAR**, hefur þegar selst í 2.000 eintökum og **ÁSTÆÐUR ÞESS AÐ KARLAR LJÚGA OG KONUR GRÁTA** og **SVIK** eru nálega á þrotum hjá forlaginu.

Fyrir hönd Bókaútgáfunnar Hóla óska ég ykkur öllum **gleðilegra jóla**.

Með kærri lestrarkveðju,
Jón Hjaltason.



BÓK TIL BETRA SAMLÍFS

Bókin sem hjálpar körlum að skilja konur og konum að skilja karla.

Innsæi og hlýleg kímni gáfa, einkennir þessa löngu tímabæru bók.

Bókin sem bætir samskipti kynjanna og gerir hjónabandið betra.



BÓK TIL SPENNU

Karin Alvtegen er tveggja barna fráskilin móðir. Bækur hennar hafa verið þýddar á yfir 20 tungumál. Hún hefur hreppst Glerlykilinn og SVIK var 2003 tilnefnd sem besta sænska spennusagan. Karin er ekki rithöfundurinn í fjölskyldunni, sjálf Astrid Lindgren var náfrænka hennar.

„Þetta er bók fyrir spennufíkla”

Dagbladet

„Svik lætur hárin rísa”
Expressen



BÓK TIL BETRI HEILSU

Bókin sem breytir lífi þínu og kennir þér að þekkja líkama þinn og leggja af.

Lestu heillaráðin tuttugu.

Metsölubók!

6. sæti
Morgunblaðið 17. nóv.
Almennt efni

7. sæti
Mál og menning,
Eymundsson, Þorinn
Handbækur
9.-15. nóv.

**ÖNNUR PRENTUN
KOMIN Í VERSLANIR**

HÓLA-BÆKUR

**Fróðlegar
og skemmtilegar
– og alltaf svolítið meira**



BÓKAÚTGÁFAN HÓLAR



Frábært verð
3.990

TRISTAR

Vöflujárn stál. Bakar þykkar kantaðar vöflur



Áður
Jólatilboð
2.990

Frábært verð
1.990

TRISTAR

Falleg brauðrist í burstuðu stáli



Áður
Jólatilboð
4.990

Frábært verð
3.490

ufesa

Hárnákvæm eldhúsvog með glerplötu



Áður
Jólatilboð
5.490

Frábært verð
3.990

ufesa

Fjögurra sneiða brauðrist í burstuðu stáli



Áður
Jólatilboð
6.990

Frábært verð
5.990

TRISTAR

Blandari í áli með glerkönnu. Malar ís léttilega



Frábært verð
4.990

ufesa

Mokkakaffivél í stáli fyrir 4-6 bolla.



Áður
Jólatilboð
4.490

Frábært verð
3.490

TRISTAR

Hrisgrjónapottur í stáli 1,5 lítra



Áður
Jólatilboð
2.990

Frábært verð
1.990

TRISTAR

Pipar og saltkvarnir fyrir rafhlöður. Stál



Frábært verð
5.990

TRISTAR

Steinagrill með rackletteþönnum

HARÐIR á óskalistanum



Frábært verð
7.990

TRISTAR

Glasleg alhliða safapressa í áli



Áður
Jólatilboð
2.990

Frábært verð
1.990

TRISTAR

Eldhúsvog digital með skál



Frábært verð
14.900

850W safapressa sem tekur heila ávexti



Frábært verð
6.990

3000W hraðsuðukanna sem lýsist upp



Frábært verð
3.990

ufesa

Bráðsniðug lítil matvinnsluvél



Frábært verð
14.900

TRISTAR

Matvinnsluvél með blandara í áli



Áður
Jólatilboð
29.990

Frábært verð
14.900

Electrolux

Örbylgjuofn með grilli 28 lítra 1.300W grill



Frábært verð
8.990

TRISTAR

Vaknaðu upp við ilminn af nýbökðu brauði!

Frábært verð
1.790

ufesa Kráfmikill hárlásari með loftdreifara

Áður
Lólatilboð
2.990

ufesa Keramik sléttujárn sem hitnar á met tíma

Áður
Lólatilboð
4.990

ufesa Töff gólfvifta í stáli með hraðastilli

Frábært verð
2.990

ufesa Hitapúði ferkantaður 30x40 cm

Áður
Lólatilboð
9.990

ufesa 2000W parketryksuga með gúmmí hjólum

Áður
Lólatilboð
3.990

ufesa Flott baðvog í dökkbláu og stáli með skýrum tölvuskjá

Frábært verð
1.990

HeeBee Höfuðnuddarinn sem **GeeBee** framkallar algjöra sæluvímu

Frábært verð
2.490

ufesa Vönduð hárklippisett með fjölda fylgihluta

PAKKAR

Vinnur þú... flug fyrir tvo til Evrópu?



Áður
Lólatilboð
1.990

Naglasnyrtisett með naglalakkapurrkun

Áður
Lólatilboð
2.990

TRISTAR 2000W gufustraujárn með stálbotni

Frábært verð
990

ufesa Hnókrarakvél fyrir lóhnoðra á fatnaði

Áður
Lólatilboð
2.990

ufesa Handryksuga fyrir vatn- og ryk

Frábært verð
5.990

ufesa Öflugt rakatæki með rakastillingu

Vinnur þú... flug fyrir tvo til Evrópu?

Allir sem versla fyrir 10.000 kr eða meira geta tekið þátt og eiga möguleika á að eignast eitt af eftirfarandi:
Flug fyrir tvo til Evrópu með Icelandair
Electrolux uppþvottavél
AEG ryksugu

Rafha ehf

Opið | Suðurlandsbraut 16 108 Reykjavík
Virka daga 09-18 | Sími 5880500
Laugardaga 10-16 | www.rafha.is

Bíbb, bíbb

Jólagjafir bíladellufólksins

Þekkirðu einhvern sem leggur meiri áherslu á að bóna bílinn á aðfangadag en að fara í spari-fötin? Verður viðkomandi kannski farinn út í bílskúr strax eftir að pakkarnir hafa verið opnaðir? Eða verða jólin á Grímsfjalli þetta árið? Ef þú ert í vandræðum með jólagjöf handa viðkomandi eru hér hugmyndir að jólapökkum fyrir bíladellufólkið.



150 W áriðill. Breytir 12 voltum í 230. Til að hlaða fartölvur, myndavélar eða hvað sem er. AMG Aukaraf. 6.900 kr.



Handfjáls búnaður fyrir öryggið. Margar gerðir. Bílanaust. Búnaður á mynd 12.990 kr.

Öryggistæki jeppamansins. VHF-talstöð. Nauðsynlegt í alla bíla sem fara á fjöll. AMG Aukaraf. 39.900 kr.



Erfitt að skipta um dekk? 18 V hleðslufuglykill í tösku. 17-23 mm toppar fylgja. 130 Nm átak. Verkfæralagerinn. 8.865 kr.



Allsherjarlausn í bílskúrinn. 2ja tonna hjólatjakkur, búkkar og stoppbúkkar. Verkfæralagerinn. 4.280 kr.



Í jeppa- eða vélsleða-túrinn. Vatns- og vindheldur hlýr galli með sér vösum fyrir loftmæli og síma. Arctic Trucks. Úlpa 9.350 kr. Buxur 9.250 kr.

Allt á einum stað. Handhæg verkfærataska í bílskúrinn, bílinn eða jafnvel í flugið. Bílanaust. 16.880 kr.



Gott í skammdegið og vetrarferðirnar. Kastarar með löngum og mjóum geisla. Bílanaust. 5.590 kr.



Er pabbi stundum í vinnu- eða veiðigallanum í fina bílnum? Sætisáklæði úr næloni í margar gerðir bíla. Arctic Trucks. 2.470 kr.



Hröðunarmælir. Mælir upptak, hemlun, hestöfl, kvartmíluhraða, 0-100 og margt fleira. AMG Aukaraf. 14.900 kr.



Ævintýranleg stemming



Mikið úrval af fallegri gjafavöru

Ingólfstræti 8 • Sími 551 5155



Keramik sléttujárn og ferðablásari í gjafakassa. Mest selda sléttujárn á Íslandi. Frábært til að slétta og móta hárið, hitnar á mínútu. Öflugur og léttur ferðablásari og áltaska fylgir frítt með.



Babyliss Ionic Ceramic blásari 1800 w. Mjög vandaður og kraftmikill blásari. 3 hitastillingar tvær hraðastillingar. Stútur og dreifari fylgir.

BaByliss
PARIS



Babyliss Ceramik hitabursti með blæstri. Babyliss Press & Curl krullujárn. Frábær nýjung. Auðvelt að búa til stórar og flottar krullur sem endast lengur.



Babyliss Wet & Dry keramik sléttujárn. Nýjasta tækni. Hægt að slétta og móta hárið hvort sem er blautt eða þurrt. Hárið fær meiri gljáa og árangurinn verður betri og endist lengur.



Babyliss blásari 1600 w Kraftmikill og léttur blásari. Tveir hraðar og hitastillar. Dreifari fylgir.



Babyliss ceramic Fun Style - 8 tæki í einu. Vandað fjölnota hársnyrtitæki. Endalausir möguleikar á flottum og skemmtilegum greiðslum.



Babyliss Men hárkloppisett í gjafakassa. Glæsilegt hárkloppisett í gjafakassa. Titanium blöð og kambur, fjölbreyttar stillingar og aukahlutir. Flott jólagjöf fyrir stráka á öllum aldri.

Babyliss tækin fást um land allt



Bang, bang

Jólagjafir fyrir veiði- og útivistarfólk

Það er ekki endilega auðvelt fyrir þá sem ekki stunda veiðar að velja jólagjafir fyrir veiðiáhugamanninn. Hér eru nokkrar hugmyndir en í flestum tilvikum veitir líklega ekki af að nokkrir leggi saman í púkk, enda má stundum gera það á jólum líka.



Hlað. Hreyfiskynjari fyrir refaveiðimenn. Verð 32.900 krónur.



Hlað. Chevalier Ultimate Gore-Tex gönguskór. Verð 17.300 krónur.



Hlað. Húnbogi. Minkagilðra. Verð 4.880 krónur.

Allt sem þarf
[er magic tan]



magic TAN

www.magictan-iceland.com



Hlað. 7x42 Meopta handsjónauki. Verð 44.900 krónur.



Hlað. Whitewater úlpa. Verð 19.500 krónur.



Magic Tan Reykjavík

Smárasól, Sporthúsinu
Dalsmára 9-11,
201 Kópavogur
Sími 567 8780

Magic Tan Reykjanesbæ

Nuddst. Betri lóðan
Hafnargötu 48a,
230 Keflavík
Sími 421 70 10

Magic Tan Akureyri

Snyrtist. Vita Liberata
Sunnuhlíð 12,
603 Akureyri
Sími 468 1588



Íslensku jólasveinarnir í Þjóðminjasafninu

Jólasveinarnir koma alla daga 12. – 24. desember
kl. 11 virka daga (og á aðfangadag) en kl. 14 um helgar

Grýla, Leppalúði og Jólakötturinn koma fyrst,
sunnudaginn 11. desember kl. 14 og þá verður líka sungið.

Stekkjastaur.....mánudag 12. desember kl. 11
Giljagaur.....þriðjudag 13. desember kl. 11
Stúfur.....miðvikudag 14. desember kl. 11
Þvörusleikir.....fimmtudag 15. desember kl. 11
Pottasleikir.....föstudag 16. desember kl. 11
Askasleikir.....laugardag 17. desember kl. 14
Hurðaskellir.....sunnudag 18. desember kl. 14
Skyrgámur.....mánudag 19. desember kl. 11
Bjúgnakrækir.....þriðjudag 20. desember kl. 11
Gluggagægir.....miðvikudag 21. desember kl. 11
Gáttapefur.....fimmtudag 22. desember kl. 11
Ketkrókur.....föstudag 23. desember kl. 11
Kertasníkir.....laugardag 24. desember kl. 11



Veittu vellíðan – gefðu gjafakort í NordicaSpa



Gjafakort í heilsulind NordicaSpa er tilvalin gjöf. Við bjóðum upp á fyrsta flokks snyrtimeðferðir fyrir andlit og líkama og ýmsar tegundir af nuddi.

Hægt er að kaupa gjafakort fyrir ákveðna upphæð, í tiltekna meðferð og ýmsa spa pakka. Einnig er hægt að kaupa gjafakort í heilsuræktina – meðlimakort, einkaþjálfun eða námskeið. Við aðstoðum þig við að finna réttu gjöfina handa þeim sem þú vilt gleðja.

Við leggjum áherslu á andlega og líkamlega vellíðan og er Nordica Spa heimur út af fyrir sig.

Opnunartímar:

Mán-fimmt 6:00–21:00
Föstudaga 6:00–20:00

Laugd 9:00–18:00
Sunnd 9:00–16:00

N O R D I C A S P A



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



Mmmm, mmmm

Jólagjafir fyrir þá sem vilja láta dekra við sig.



Dekurrófurnar eru meðal þeirra sem gaman er að velja jólagjafir fyrir. Það má láta dekra við sig á svo ótrúlega margan hátt. Hér eru nokkrar gjafir sem allar lúta að líkamlegu dekri, en augnakonfekt í formi fagurra muna og andlegt konfekt í líki góðrar bókar, nú eða frábær bíómynd kæmi líka til greina...

▲ Baðhúsið. Gjafabréf í dekurdag. Verðið fer eftir því hvaða þjónusta er keypt.

▶ Pfaff. Sjálfhreinsandi rakvél. Verð frá krónum 17.900.

◀ Gjafavörur úr Lush. Hægt er að fá mismunandi stóra gjafapakka eða vörur í stykkjatali.



EITT MESTA ÚRVAL LANDSINS AF HEILSUDÝNUM

Comfort Latex



Hjónarúm með heilsudýnum
160x200 verð frá kr. 49.740.-
180x200 verð frá kr. 59.740.-



Hægindastólar með bylgjunuddi og hita fyrir mjóbak verð frá kr. 31.900.-



Rafmagnsrúm
80x200 verð frá kr. 59.900.-
160x200 verð frá kr. 119.800.-



Verslunin Rumgott · Smiðjuvegi 2 · Kópavogi · Sími 544 2121
Opíð virka daga frá kl. 10-18 - laugardaga kl. 11-16

www.rumgott.is

Langmest seldi barnamatur í Svíþjóð loksins á Íslandi

Barnamaturinn í glerkrukkum er nú kominn!

**NÝTT Í
BÓNUS**

„Aðeins það besta er nógu gott!“



Við höfum framleitt barnamat síðan 1948

Þegar um er að ræða barnamat er auðvitað aðeins það besta nógu gott. Þess vegna höfum við allar götur síðan við höfum störf árið 1948 gætt þess að vinna með reyndum næringarfræðingum og barna-læknum. Á sama hátt vöndum við til hráefnisins; allt fer það gegnum gæðaeftirlit og við notum sænskt hráefni ef þess er nokkur kostur. Við sækjum kornid á sænska kornakra og ferska mjólk á bóndabæi um allt land. Þess vegna getum við haft eftirlit með öllu framleiðsluferlinu og ævinlega tryggt þér og barninu þínu bragðgóða gæðavöru.

En þetta snýst um meira en gott bragð og gæði. Það snýst einnig um að vernda jörðina okkar, jörð sem við tókum ekki í arf af forfeðrum okkar, heldur fengum að láni frá börnunum okkar, eins og vitur maður sagði eitt sinn. Ef við viljum skila börnunum hreinni jörð og óspilltri náttúru, er mikilvægt að við vinnum öll okkar verk með umhverfið í huga. Við beitum þess vegna umhverfisvænum aðferðum, bæði í framleiðslu, pökkun og vöruflutningum. Nærtækt dæmi um þetta er að við pökkum duftinu í vellingana í lofttæmdar umbúðir. Með því móti geymist fæðan betur og minna efni fer í umbúðirnar. Slíkt sparar bæði umbúðir og flutninga og er umhverfinu til framdráttar.

Áralöng reynsla okkar hefur ekki aðeins gert okkur fróð um góða og næringarrika grauta, vellinga og barnamat í krukum. Í árána rás höfum við einnig kynnt til sögunnar vörur handa börnunum með sérstakar næringarbarfir. Rétt eins og barnamaturinn eru þessar vörur þróaðar í náinni samvinnu við barnalækna og sérfræðinga á sviði næringarfræði barna. Þessar vörur eru seldar í lyfjabúðum og fást keyptar samkvæmt fyrirælum lækni eða næringarfræðings.

Nýtt frá Semper

Í samræmi við ráðleggingar frá barnalæknum og næringarfræðingum er enginn viðbættur sykur í Semper krukumatnum.* Jafnframt er ekkert salt í Semper krukumatnum fyrir börn upp að 8 mán. aldri. Örlítið salt er í krukumatnum fyrir þau eldri.

* Nema Bláberjamauk sem innih. viðbættan sykur.

Starfsmenn Semper AB

Liturinn á Semper umbúðunum er einföld og örugg leið til að finna rétta matinn:



Enginn viðbættur sykur

Frekari upplýsingar á www.Semper.se og www.Semper.is

Harðir pakkar handa honum



Rauða taskan
94 stk 1/4"
og 1/2" toppasett

Vnr. 889 H02MT4294

24.900,-



Topplyklasett 39 stk
3/8" toppasett frá 6-22m/m + aukahlutir

Vnr. 889 H02A339

6.890,-



1/4" topplyklasett 47 stk.
"spline" toppar frá 4-14 m/m + aukahlutir

Vnr. 889 H02SG247

6.900,-



1/2" topplyklasett 26 stk.
10-32 m/m toppar, fosfat húðað

Vnr. 889 H02S42608

9.819,-



Högskrúfjárn

Vnr. 889 S0U-0010

2.353,-



Áltaska
200 stk. 1/4" og 1/2" toppasett + mikið
af aukahlutum

Vnr. 889 H02A200

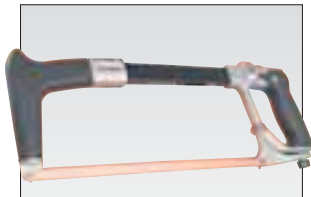
16.880,-



Segulbakkir
góður fyrir skrufur, rær, toppa, o.fl.

Vnr. 889 H18106

1.594,-



Járnsög

Vnr. 889 H13M12025107

1.855,-



Herslumælir
42-210 Nm

Vnr. 889 H03640M

5.889,-



Sexkantasett
9.stk 1,5-9 m/m

Vnr. 889 H0509AL08K1AA3K

894,-



Heftibyssar
tekur 3 gerðir af heftum

Vnr. 889 H06H1-0008106

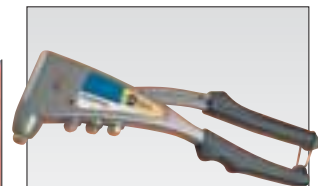
1.731,-



Öryggisljós
Lífhamar, sker öryggisbelti
m/segul

Vnr. 097 0K400

2.990,-



Hnoðtöng

Vnr. 889 H06H06004201

1.531,-

2108.11.06/02.03.11.706

sófasett

sem sameinar fegurð og þægindi

Úrval fallegra sófasetta
á frábæru verði.



Stóll

36.000kr.

Hvítur og drappaður



142.000kr.

Hvítur og kremaður

2ja sæta

52.000kr.

Hvítur og kremaður

3ja sæta

74.000kr.

Hvítur og kremaður

Áklæði er óhreinindavarið

Opið

Mán. - fös. 10.00 - 18.00 • Laugard. 11.00 - 16.00 • Sunnud. 13.00 - 16.00



TM - HÚSGÖGN

Síðumúla 30 - Sími 568 6822

- ævintýri líkust

sófasett

Sudoku

vikunnar

#1

Fylltu út í reitina þannig að hver lína, hver dálkur og hver 3x3 kassi rúmi allar tölurnar á bilinu 1 til 9. Sama talan má ekki koma fyrir tvisvar sinnum í sömu línu, sama dálki eða sama 3x3 kassa. Engin stærðfræðikunnátta er nauðsynleg þó leikið sé með tölur. Prautin er leyst með rökhugsun og útsjónarsemi.

		4	7		9	8		
	2						9	
6	7						3	1
	4			5			8	
8			4		3			7
	1			9			4	
9	6						1	4
	3						5	
		2	5		1	9		

Amlóði

6			9	4				3
		1	3		8			
3	8							
		4	5				6	
		3		2		8		
	2				4	3		
							9	5
			6		1	2		
5				3	9			4

Hálfdrættingur

2		5				6		3
			2	1				
		4				2		
1			5	7				4
3	8						9	2
4			9	2				1
		3				4		
			8	5				
8		2				1		5

Fullsterkur

Colorit

veggssamstæður og borðstofuhúsgögn
með 20% afslætti til jóla



- 20%

Borð og 6 stólar
Glerskápur
Skenkur
Verð nú 129.900
(Verð áður 166.900)

verð nú 67.000



Kirsuber
og Hlynur

verð nú 59.900





verð nú 23.600 og 27.900



verð nú 49.900

Hirzlan

Smiðsbúð 6 Garðabæ Sími 564 5040

	MP & BRAGI ¹⁴		ASNI	RYKKORN	KV. NAFN	EINN		AUSTFIRDIR	DRULLA		
	FORM						FRÁ KÆRLEIKUR				
	GEISLAHJÚPUR		¹			RÁÐGERA STÓ					SJÚKDÓMUR
	BLEYTKRAP		FIMM EFTIR F	FLAN LÍK				AFGANGUR TORMERKI		TRJÁTEGUND	
ÆSIR					ARDA	²			SNÖGG SIÐA STARF	LÍKAR ILLA	
MJÖÐUR			UNGLINGAR RÁS		NÆSTUM		NÍSKUPÚKI			STALDRÁÐ VIÐ	
EFTIR M	GLAUNGOSI			HVÍLDIN MANN- ÞYRPING				³		EFTIR T	
ÆÐRI VERA			UMHYGGJA SKÓLI			RYMI			TVÖPÚSUND	KIND MÁTTUR	
EFTIR S	PILA		NIÐUR			TALA FRÓST- SKEMMD					FÆÐA
HULDUFÓLK	ÞREYTA			AÐGREINING SKYLDIR			⁴	FESTING	SKEL SAMTÖK		
FYRIRTÆKI	↓		LAND						Á LITIN		
					TVEIR EINS			MÉR		GUD	

Leystu krossgátuna!



Þú gætir unnið diskinn ÁR og öld sem inniheldur öll bestu og vinsælustu lög Björgvins Halldórssonar.

Þú sendir SMS skeytið „JA SVAR LAUSNARORÐIÐ“ á númerið 1900!

Dæmi hvernig SMS gæti lítið út ef svarið er Jón. Þú sendir þú SMS-ið JA SVAR JON.




Dregið úr réttum svörum n.k. þriðjudag kl. 12.



William Hung

»Hinn asíski Ricky Martin

Þessi 23 ára verkfræðinemi sem varð heimsþekktur á flutningi sínum á lagi Ricky Martin, „She Bangs“, í American Idol keppninni var staddur hér á landi fyrir skömmu. Hann kom hingað til að vera viðstaddur opnun Idol-verslunarinnar í Smáralind og til að syngja á landsleik Íslands og Noregs í handbolta sem fram fór 25. nóvember síðastliðinn. Síðan hann öðlaðist heimsfrægd fyrir frammistöðu sína í American Idol hefur hann gefið út tvær plötur, leikið í einni kvikmynd og ferðast víða um heiminn ásamt mömmu sinni og umboðsmanni, Stellu Chang.

William datt snemma út úr American Idol en segist í viðtali við Birtu hafa gert sitt besta og hafa þróast mikið sem söngvari síðan. Verkfræðineminn er sjálfum sér samkvæmur og segir tölfraðilega erfitt að komast í tólf manna lokahópin þegar hann er spurður út í árangur hans í American Idol og kveinkar sér hvergi. Ef hann hefði tekið þátt í Idol-keppninni á Íslandi

hefði tölfraðin sem sé eflaust verið honum hagstæðari. Aðspurður segir hann að besta reynslan við þátttökuna í American Idol sjónvarpsþáttunum sé að hitta mismunandi fólk, fá að ferðast og læra um hvað lífið hefur upp á að bjóða. Einnig þyki honum einstaklega gaman að geta hitt aðrar stjörnur og öðlast önnur sjónarhorn á lífið. Þótt uppáhaldsþátturinn hans sé reyndar Amazing Race segist hann alltaf fylgjast með American Idol og telur að Carrie Underwood, Bo og Constantine hafi borið af í síðustu keppni.

Sólóferill hans hefur gengið ágætlega miðað við skort á hæfileikum á söngsviðinu en hann segir listamennina Elton John, Cliff Richard, Kelly Clarkson og Jessicu Simpson veita sér innblástur í því sem hann sé að gera. Þó að William hafi tekið sér frí úr skóla í Bandaríkjunum er hann staðráðinn í að snúa þangað aftur eftir að þessu ævintýri lýkur.

Heimsbyggingin virðist ekki fá nóg af

hinum asíska Ricky Martin sem hefur fengið tilboð frá Hollywood um að leika í kvikmynd en hann hefur nú þegar leikið í sinni fyrstu kvikmynd í Hong Kong. Hann viðurkennir fúslega að hann hafi litla sem enga reynslu á leiksviðinu en segist líta á Tom Hanks sem fyrirmynd sína og vilja gjarnan komast í hans spor. William segist ekki vera orðinn meiriháttar ríkur á allri velgengninni en hafi þó áskotnast þó nokkur peningur sem hann hafi notað til að borga upp skólalánin. Að sjálfsögðu hefur þessi velgengni breytt lífi hans og til að mynda hafa kvenkynsaóðáendur ekki látið hann í friði. Hann segist hafa fengið mörg bónórð á heimasíðu sinni og að hann viti hreinlega ekki hvað hann eigi að gera við þau. Hann hefur ekki enn fundið þá einu réttu enda ungur að árum að eigin sögn. Hver veit nema hann hafi heillast af íslensku kvenfólki og að tilvönandi tengdasonur Íslands sé hér á ferð.

föstudagur

STÖÐ 2 KL. 00.50

EDWARD SCISSORHANDS Kvikmynd frá árinu 1990 um Edward sem er sköpunarverk uppfinningamanns sem ljáði honum allt sem góðan mann má þrýða. En féll frá áður en hann hafði lokið við hendurnar. Edward er því með flugbeittar og ís-kaldar klippur í stað handa en hjarta hans er hlýtt og gott. Með aðalhlutverk fara Johnny Depp, Winona Ryder og Dianne Wiest en leikstjóri myndarinnar er Tim Burton. **Einkunn á imdb.com: 7,7.**

SJÓNVARPIÐ KL. 20.40

NAPÓLEON OG SAMANTHA Bandarísk fjölskyldu-mynd frá 1972. Napóleón er 11 ára og býr hjá afa sínum. Góður vinur hans er trúður í sirkus en þegar trúðurinn heldur til Evrópu, tekur Napóleón að sér að hugsa um ljónið Major. Þegar afi Napóleóns deyr stingur hann af með Samönthu vinkonu sinni og tekur ljónið með sér. Leikstjóri er Bernard McEveety og meðal leikenda eru Michael Douglas, Johnny Whittaker og Jodie Foster. **Einkunn á imdb.com: 5,7.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 22.00

ESCAPE: HUMAN CARGO Sjónvarpsmynd frá árinu 1998 byggð á sönnnum atburðum með Treat Williams sem leikur bandarískan kaupþýslumann sem lendir í fangelsi í Sádi-Arabíu og gerir djarfa og vonlitla tilraun til að flytja með því brjóstast út og fela sig í farmi sem á að flytja úr landi. Með aðalhlutverk fara Stephen Lang, Treat Williams og Sasnon Gabai en leikstjóri myndarinnar er Simon Wincer. **Einkunn á imdb.com: 6,3.**

laugardagur

STÖÐ 2 KL. 21.35/THE STEPFORD WIVES



STÖÐ 2 KL. 21.35

THE STEPFORD WIVES Bráðskemmtileg gamanmynd frá árinu 2004 með lúmskum ádeilubroddi og fjallar um sérkennilegt líf í smábænum Stepford þar sem allt virðist svo ótrúlega slétt og felst á yfirborðinu en bak við tjöldin brugga karlarnir launráð. Þeir hafa tekið saman höndum, náð að „temja“ konur sínar og gert þær að hinum „full-komnu“ eiginkonum sem eru hlýðnar út í hið óendanlega. **Einkunn á imdb.com: 5,3.**

SJÓNVARPIÐ KL. 22.20

BAD COMPANY Bandarísk hasarmynd frá árinu 2002. Útsendari CIA lætur lífið við skyldustörf og ræður þá fyrirverandi félagi hans tívurabróður hins látna í hans stað. Tívurinn vissi ekki að hann hefði átt tívurabróður og hvað þá að hann starfaði fyrir CIA. Hann þarf á stuttum tíma að koma sér inn í starfið og eiga við illræma hryðjuverkamenn þrátt fyrir enga reynslu í lögreglumálum. Leikstjóri er Joel Schumacher. **Einkunn á imdb.com: 5,4.**

sunnudagur

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.00

THE DANGEROUS LIVES OF ALTER BOYS Dramatísk kvikmynd frá 2002 um tvo kaþólska skóladrengi sem láta sér ekki segjast. Francis og Tim eru klárir en uppviðóslusamir og þeim leiðist tilbreytingarleysið í skólanum. Þeir búa til myndasögubók sem einkennist af miklum ruddaskap. Skólayfirvöld komast í málið og félögunum er refsað, þeir ákveða þó að halda uppteknum hætti. **Einkunn á imdb.com: 7,1.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 18.00/FINDING GRACELAND



mánudagur

STÖÐ 2 KL. 00.55

PUPS Hörkuspennandi drama frá 1999 um unglingapar fær þá flugu í höfuðið að ræna banka í anda Bonnie og Clyde. Allt klúðrast hins vegar hjá þeim og áður en þau vita af þá hafa þau tekið fullan banka af fólki í gislingu. Mætir þá á svæðið gamalreyndur FBI-refur sem reynir að tala um fyrir ungu bankaræningjunum. Með aðalhlutverk fara Burt Reynolds, Mische Barton og Cameron Van Hoy. **Einkunn á imdb.com: 5,8.**

SJÓNVARPIÐ KL. 20.55

KAREN BLIXEN – ÆVINTÝRALEG ÖRLÖG Ný dönsk heimildamynd um ævi rithöfundarins Karen Blixen. Í myndinni getur að líta mikið af gömlum myndum og viðtöl við fólk sem var nákommið Karen Blixen. Saga Karenar Blixen er saga af konu sem naut velgengni, var sterk og sjálfstæð og kærði sig kollotta um viðteknar venjur. Hún vann sigra sem listamaður en varð fyrir vonbrigðum á ástarsviðinu, fjármál hennar voru í óreiðu og hún var haldin þunglyndi.

þriðjudagur

STÖÐ 2 KL. 00.30

CONTROL FACTOR Sálfræðitryllir frá 2003 um Lance Bishop sem er tryggingasölumaður og fer að heyra raddir og við það umturnast líf hans. Hann er við það að fara yfir um enda skipa raddirnar honum að myrða elskaða eiginkonu sína. Lance reynist ekki ruglaður heldur eru það stjórnsamir valdsherrar sem standa á bak við allt saman. Með aðalhlutverk fara Adam Baldwin, Elizabeth Berkley og Tony Todd. **Einkunn á imdb.com: 4,9.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 22.00/BIRTHDAY GIRL



STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.00

BROWN SUGAR Rómantísk gamanmynd frá árinu 2002 um yfirmann hjá plötútgáfu sem fellur fyrir æskuvinkonu sinni sem er ritstjóri hipp-hopp tímarits, en vandinn er að hann er enn í föstu sambandi við aðra konu og hún er tygjum við körfuboltahefju. Með aðalhlutverk fer hjartakúsarinn Tye Diggs úr Kevin Hill þáttunum en einnig fara þau Sanaa Lathan og Mos Def með hlutverk í myndinni. **Einkunn á imdb.com: 5,9.**

miðvikudagur

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 18.00

DALALÍF Íslensk gamanmynd frá árinu 1984 um félagana Þór og Danni ráða sig í sveit en eru alls ekki vanir að mjólka kýr og moka skít. Sigild gamanmynd sem verður betri með hverju ári. Aðalhlutverk fara góðkunnugu leikararnir Eggert Þorleifsson, Karl Agúst Úlfsson og Sigurður Sigurjónsson en leikstjóri myndarinnar er Þrúinn Bertelsson. Stöð 2 1984. **Einkunn á imdb.com: 7,1.**

STÖÐ 2 KL. 02.20

JOE SOMEBODY Rómantísk gamanmynd frá 2001 með alvarlegum undirtóni. Joe Scheffer er nóg boðif þegar hann er niðurlægður á vinnustaðnum fyrir framan dóttur sína. Hann ákveður að breyta lífi sínu og fer m.a. að læra bardagalist. Á vinnustaðnum fréttist af áformum Joes um að koma fram hefndum og hann vex í álti. Joe er staðráðinn í að framvegis verði eftir honum tekið. **Einkunn á imdb.com: 5,5.**

fimmtudagur

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 22.00 LOVE LIZA



STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.00

SOUNDER Walt Disney-mynd frá 2003. Það vofir skuggi yfir Morgan-fjölskyldunni. Fjölskyldufaðirinn er fundinn sekur um glæp og sendur í fangelsi. Eftir nokkurn tíma fer elsti sonurinn í heimsókn í fangelsið en ferðin þangað reynist sannkölluð ævintýraferð. Myndin gerist í Louisiana árið 1933. Með aðalhlutverk fara Kevin Hooks, Paul Winfield og Cicely Tyson en leikstjóri myndarinnar er Martin Ritt. **Einkunn á imdb.com: 6,3.**

STÖÐ 2 KL. 22.50

HITCHER 2: I'VE BEEN WAITING Framhaldsmynd frá 2003 af einum magnaðasta spennutrylli 9. áratugar síðustu aldar. Jim er nýháttastur í lögreglunni og ferðast til Texas með kærustu sinni. Þar ætla hann í eitt skipti fyrir öll að takast á við drauga fortíðarinnar og leita upp gamlan vin. En á leiðinni tekur hann upp í bílinn puttall, sem reynist laglega trúlaður á geði, og gömul saga endurtekur sig. **Einkunn á imdb.com: 3,9.**

SIRKUS KL. 21.15

BUSH'S BRAIN Frábær heimildarmynd frá árinu 2004 sem hefur fengið verðskuldaða athygli og vakið upp ýmsar spurningar um stjórnarfarir Bush. Karl Rove er nánasti ráðgjafi George W. Bush og hefur hann nánast breytt stjórnmalaskoðunum Bandaríkjanna einn sins liðs. Í myndinni er farið ofan í saumana á stjórn Bush og ýmislegt kemur þar upp úr krafsinu. Hver er það sem stjórnar Bandaríkjunum í raun? **Einkunn á imdb.com: 6,8.**

SIRKUS KL. 21.15/BUSH'S BRAIN



STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.00

TOP GUN Kvikmynd frá árinu 1986 sem þeytti stórleikararum Tom Cruise á stjórnuhiminum. Samkeppnin í flugskólanum er hörd en Maverick er staðráðinn í að verða besti herflugmaður allra tíma. Hann hrifst af einum kennararum og það setur þau bæði í erfiða stöðu. Með aðalhlutverk fara Tom Cruise, Kelly McGillis og Val Kilmer. Leikstjóri myndarinnar er Tony Scott. **Einkunn á imdb.com: 5,4.**

STÖÐ 2 KL. 01.45

THE MAJESTIC Kvikmynd frá árinu 2001 um Peter Appleton, ungan handritshöfund í Hollywood, sem lífið leikur við. En svo uppgötvast að hann sótti fund hjá kommúnistum á skólaárunum. Ráðamenn í kvikmyndaborginni setja Peter út í kuldann og yfir hann dynur eynd og volaði. Peter sest að sumblí og þegar hann rankar við sér aftur er hann kominn á strönd við smábæinn Lawson. Þar fær Peter höfðinglegar móttökur. **Einkunn á imdb.com: 6,7.**

TCM KL. 20.00

POINT BLANK Bandarísk spennumynd frá árinu 1967 um mann sem reynir að hjálpa óprúttum vini sínum. Þegar hann er skotinn og vinur hans skilur hann eftir til að deyja, áttar hann sig á því að konan hans er að halda framhjá honum með þessum vini sínum. Til að koma fram hefndum, treður maðurinn sér í voldug glæpasamtök. Leikstjóri myndarinnar er John Boorman. **Einkunn á imdb.com: 7,3.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 18.00

FINDING GRACELAND Byron Gruman er nýbúinn að missa konuna sína og ákveður nú að láta gamla draum rætast og heimsækja heimili rokkkóngsins, Graceland í Memphis. Á leiðinni hittir hann mann sem segist vera Elvis Presley. Gruman leyfir honum að sitja í bílnum en fer brátt að efast um þessa ákvörðun sína. Með aðalhlutverk fara m.a. Harvey Keitel og Bridget Fonda. Leikstjóri myndarinnar er David Winkler. **Einkunn á imdb.com: 6,5.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL.20.00

SOMETHING'S GOTTA GIVE Rómantísk gamanmynd frá 2003 um Harry sem er skotkrali í tónlistarbransanum en kominn á gamals aldur og nýjasta kærastan er helmingi yngri. Það er því heldur neyðarlegt þegar Harry fær hjartaáfall á heimili móður stúlunnar og móðir hennar kemur gamla kvennabósanum til aðstoðar í veikindunum. Með aðalhlutverk fara Jack Nicholson, Diane Keaton, Keanu Reeves og Amanda Peet. **Einkunn á imdb.com: 6,8.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.00/SOMETHING'S GOTTA GIVE



STÖÐ 2 BÍÓ KL. 22.00

BIRTHDAY GIRL Dramatísk gamanmynd frá árinu 2001 um manninn John sem hefur ekki haft heppnina með sér í kvennamálum. Hann pantar hina rússnesku Nadiu sem kann ekki mikið í ensku en er bólfimin með afbrigðum svo John kvartar ekki. Ekki fyrr en frændi Nadiu kemur óvænt í heimsókn, þá fara hlutirnir heldur betur að snúast til verri vegar. Með aðalhlutverk fara Nicole Kidman, Ben Chaplin og Vincent Cassel. **Einkunn á imdb.com: 6,1.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.00/THE BANGER SISTERS



STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.00

THE BANGER SISTERS Gamanmynd frá 2002 um um tvær vinkonur sem voru grúppur og óbilandi vináttu þeirra. Gengilbeinan Suzette er kominn á miðjan aldur þegar hún missir óvænt vinnuna og ákveður að heimsækja gömlu vinkonu sína. Sú er ekki lengur þessi rosalega grúppa sem hún var og er orðin töluvert ráðsettari heldur en Suzette. Með aðalhlutverk fara Goldie Hawn, Susan Sarandon og Geofrey Rush. **Einkunn á imdb.com: 5,6.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 22.00

LOVE LIZA Gráglettin verðlaunamynd frá árinu 2002 sem fjallar um vefhönnuð sem áneftast bensínsnifki eftir að kærasta hans fremur sjálfsmorð. Myndin vakti mikla athygli á Sundance-hátíðinni 2002 og hlaut þar verðlaun fyrir handrit. Í aðalhlutverkum er leikarinn vandaði Phillip Seymour Hoffman úr Happiness, Magnolia og Boogie Night en Seymour Hoffman, J.D. Walsh og Jimmy Raskin fara einnig með hlutverk í myndinni. **Einkunn á imdb.com: 6,7**

Þróttir í sjónvarpinu »

FÖSTUDAGUR

19.30 **SÝN HM 2006** – Bein útsending, dregið í riðla í HM.

LAUGARDAGUR

15.20 **SÝN Barcelona-Magdeburg** Bein útsending frá meistaraeldinni í handbolta.

18.50 **SÝN Valencia – Atl. Bilbao** Bein útsending frá 15. umferð í spænska boltanum. Meðal liða sem mætast í þessari umferð eru: Barcelona – Sevilla, Betis – Espanyol, R. Sociedad – Villarreal, Valencia – Athletic Bilbao, Malaga – Real Madrid o.fl.

21.00 **SÝN Target World Challenge 2005** Bein útsending frá Target World Challenge. Mótið er skipulagt af Tiger Woods og velur hann keppendurna á mótinu.

15.00 **ENSKI BOLTINN Chelsea – Wigan** Bein útsending.

15.00 **EB 2 Charlton – Sunderland** Bein útsending.

15.00 **EB 3 Bolton – Aston Villa** Bein útsending.

15.00 **EB 4 Blackburn – West Ham** Bein útsending.

15.00 **EB 5 WBA – Man. City** Bein útsending.

17.15 **ENSKI BOLTINN Newcastle – Arsenal** Bein útsending.

13.55 **RÚV Keflavík – Haukar** Bein útsending frá úrslitaleik kvennaliða í fyrirtækjakjörfuboltanum.

16.05 **RÚV HK – Fylkir** Bein útsending frá leik HK og Fylkis í efstu deild karla í Íslandsmótinu í handbolta.

SUNNUDAGUR

12.30 **SÝN A1 Ittihad – CAF Champions.** Bein útsending frá heimsmeistarakeppni félagsliða. Liverpool er í brenni-depli í þessu móti en það mætir sterkustu félagsliðum heims á þessu móti.

19.15 **SÝN Inter Milan – AC** Bein útsending frá 15. umferð í ítalska boltanum. Leikur umferðarinnar er án efa stórleikur Inter Milan og AC Milan. Ár hvert er þetta einn stærsti leikur ársins á Ítalíu. Sannkallaður borgarslagur.

15.50 **ENSKI BOLTINN Man. Utd. – Everton.** Bein útsending.

15.55 **RÚV EM í sundi** Bein útsending frá lokakeppnisdegi á Evrópumeistaramótinu sundi í 25 metra laug

MÁNUDAGUR

10.10 **SÝN Sydney – Deportivo Sapri** Bein útsending frá Heimsmeistarakeppni félagsliða.

16.20 **SÝN A1 Ittihad – CAF Champions** Bein útsending frá Heimsmeistarakeppni félagsliða.

19.50 **ENSKI BOLTINN Tottenham – Portsmouth.** Bein útsending.


MÍÐVIKUDAGUR

10.10 **SÝN W1 – Sao Paulo FC** Bein útsending frá heimsmeistaramóti félagsliða.


19.50 **ENSKI BOLTINN Man. Utd. – Wigan.** Bein útsending.

FIMMTUDAGUR


10.10 **SÝN W2 – Liverpool** Bein útsending frá heimsmeistarakeppni félagsliða. Liverpool mætir sterkustu félagsliðum heims í þessu móti.




BÍÓ
▶ **22.15**
GAMLE MÆND
I NYE BILER




BÖRNIN
▶ **20.00**
GALDRABÓKIN



RAUNVERULEIKI
▶ **21:20**
COMPLETE
SAVAGES



DRAMA
▶ **22.40**
WEEDS



VÉLHJÓL
▶ **22.45**
WORLD
SUPERCROSS



MORGUN

DAGUR

KVÖLD

NÓTT

6.58 Ísland í bítið 9.00 Bold and the Beautiful 9.20 Í finu formi 2005 9.35 Oprah 10.20 1-800-Missing 11.00 Það var lagið 12.00 Hádegisfréttir 12.25 Neighbours 12.50 Í finu formi 2005

17.00 Jóladagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (8:24) 17.05 Leiðarljós 17.50 Táknmálsfréttir 17.55 Tobbi tvisvar (15:26) 18.20 Fjarsjóðsleitín (3:6)

13.05 Joey 13.35 George Lopez 14.00 Night Court 14.25 Fresh Prince of Bel Air 14.50 Apprentice 3, The 15.35 Entourage 16.00 Shin Chan 16.20 Beyblade 16.45 Froskafjör 16.55 Simpsons 17.20 Jesús og Jósefína (e) 18.05 Neighbours

17.25 Cheers – 8. þáttaröð 17.50 Upphitun 18.20 Íslenski bachelorinn (e)

18.30 Fréttir NFS

17.00 Gillette-sportpakinn 17.30 Motorworld 18.00 Íþróttasjallíð 18.12 Sportið

18.50 Jóladagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (9:24) 19.00 Fréttir, íþróttir og veður 19.35 Kastljós 20.10 Latibær 20.40 Napóleon og Samantha (Napoleon and Samantha) Bandarísk fjöl-skyldumynd frá 1972.

18.30 Fréttir, íþróttir og veður 19.00 Ísland í dag 20.00 Galdrabókin (9:24) 20.10 Arrested Development (18:22) (Tómir asnar) (Best Man Fox The Gob)

19.20 Fasteignasjónvarpið 19.30 Miss World: Karabískahafið Hin árlega Miss World keppni verður haldin í Sanya, Kína í 55. sinn þann 10. desember næstomandi og mun SkjáEinn mun sýna beint frá keppninni.

19.00 Laguna Beach (10:11) Einn ríkasti og falletgasti strandbær veraldar og Sirkus er með ótakmarkaðanaðgang að 8 moldríkum ungmennum sem búa þar.

18.30 NFL-tilþrif (NFL Gameday 05/06) Svipmyndir úr leikjum helgarinnar í ameríska fótboltanum.

▶ 22.15 Gamlir menn á nýjum bílum (Gamle mænd i nye biler) Dönsk gamanmynd frá 2002 um tvo menn sem reyna að ræna banka til að standa straum af lifrarigræðslu þabba annars þeirra og fósturþabba hins. 23.50 Lara Croft – Grafarræninginn (Kvikmyndaskoðun telur myndina ekki hæfa fólk yngra en 12 ára. e)

▶ 20.40 Idol – Stjörnuleit 3 (Stúdíó / NASA – 4. hópur) 21.30 Punk'd (4:16) 22.00 Idol – Stjörnuleit 3 (Stúdíó / NASA – Atkvæðagreiðsla um 4. hóp) 22.25 Listen Up (8:22) (Takið eftir) (Sweat Charity) 22.50 Blue Collar TV (17:32) (Grínsmiðjan) (Human Body) Bráðskemmtilegir grínþættir með stuðboltunum Jeff Foxworthy, Bill Engvall og Larry (Cable Guy).

20.00 Spumingaþátturinn Spark – lokapáttur 20.35 Charmed ▶ 21.20 Complete Savages 21.45 Ripley's Believe it or not! 22.30 The Grubbs í Grubb-fjöl-skyldunni eru eintómir minnipokamenn, margar kynslóðir aftur í tímann.

19.30 Idol extra 2005/2006 Í 20.00 Sirkus Rvk (6:30) Sirkus Rvk er nýr þáttur í umsjá Ásgeirs Kolbeinssonar, þar sem hann tekur púlsinn áðöllu því heitasta sem er að gerast.

19.00 UEFA Champions League (Meistaradeild Evrópu fréttapáttur) Fréttir af leikmönnum og liðum í Meistaradeild Evrópu.

1.30 Útvarpsfréttir í dagskrárlök

23.15 Attraction (Bönnuð börnum) 0.50 Edward Scissorhands (Bönnuð börnum) 2.30 Sempur Fi 3.55 Do or Die (Stranglega bönnuð börnum) 5.20 Fréttir og Ísland í dag 6.50 Tónlistarmyndbönd frá Popp TíVi

23.00 Battlestar Galactica – lokapáttur 23.45 Íslenski bachelorinn (e) 0.40 Sílvia Nótt (e) 1.05 New Tricks (e) 2.00 Tvöfaldur Jay Leno (e)

20.30 Joan Of Arcadia (23:23) (Silence) Sagan af Jóhönnu af Örk færð í nútímann. 21.15 Bush's Brain Frábær heimildarmynd sem hefur fengið verðskuldaða athygli. ▶ 22.40 Weeds (10:10) (Godmother)

19.30 HM 2006 – Dregið í riðla (HM 2006 – Dregið í riðla) Bein útsending þegar dregið er í riðla fyrir HM 2006 í Þýskalandi. Nú ræðst hvaða lið það eru sem mætast í riðlakeppni HM næsta sumar.

21.00 Enski boltinn (Stoke – Leicester) Útsending frá ensku 1. deildinni. ▶ 22.45 World Supercross GP 2004-05 (Sky dome)

23.15 Ford fyrstakeppnin 2005 23.45 HEX (10:19) 0.30 The Newlyweds (5:30) 0.55 Tru Calling (5:20)

23.40 World Poker Tour 2 1.10 HM 2006 – Dregið í riðla 2.40 Die Hard II (Stranglega bönnuð börnum)



GJAFABRÉF **GJAFAVÖRUR** **JAFNVÆGI FYRIR LÍKAMA OG SÁL**



Kínversk heilsuönd
Skeifunni 3j
Sími 553 8282
www.heilsudrekkinn.is



FRÉTTIR

▶ 14.00

HRAFNAPING



7.00 Ísland í bítið 9.00 Fréttavaktin fyrir hádegi

12.00 Hádegisfréttir/Markaðurinn/Íþróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegisfréttaviðtal 13.00 Íþróttabáttur
▶ 14.00 Hrafnaping/Miklabraut
15.00 Fréttavaktin eftir hádegi
18.00 Kvöldfréttir/Ísland í dag/Íþróttir/Veður

19.35 Kvölddagskrá 19.40 Samantekt úr Fréttavaktinni frá því fyrr um daginn. 20.10 Endurtekinn þáttur frá liðinni helgi.
21.10 48 Hours (48 stundir)(48 Hours 2005-2006) Bandarískur fréttaskýringabáttur.
21.55 Kvölddagskrá 19.40 Samantekt úr Fréttavaktinni frá því fyrr um daginn. 20.10 Endurtekinn þáttur frá liðinni helgi.

23.00 Endursýningar

2 BÍÓ STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 Scooby-Doo 8.00 Town & Country 10.00 Blue Crush 12.00 Like Mike 14.00 Scooby-Doo 16.00 Town & Country 18.00 Blue Crush

20.00 Like Mike (Eins og Mike) Ævintýrleg gamanmynd fyrir alla fjölskylduna.

22.00 Escape: Human Cargo (Flótti: Mennskur farmur) Sjónvarpsmynd byggð á sönnnum atburðum. Bönnuð börnum.

0.00 Avengeing Angelo (Bönnuð börnum) 2.00 The Man Who Wasn't There (Stranglega bönnuð börnum) 4.00 Escape: Human Cargo (Bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

14.00 Bolton – Arsenal (e)
19.00 Upphitun
19.30 Spurningabátturinn Spark (e) Spark er splunkunyr spurningabáttur um fótbolta og fótboltatengt efni.
20.00 Spurningabátturinn Spark
20.30 Upphitun (e)
21.00 Að leikslokum (e)
22.00 Stúðningsmannabátturinn ÆLiðið mittí (e)

23.00 Upphitun (e) 23.30 Tottenham – Sunderland frá 3.12 1.30 Dagskrárlok

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

Fréttabátturinn Korter er sýndur kl.18.15 og endursýndur á klukkutíma fresti til kl. 9.15

... Fleiri stöðvar á næstu opnum »»

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Latibær

Sjónvarpið sýnir nú þættina um Latabæ þar sem Íþróttálfurinn, Glanni glæpur, Solla stírdá og aðrir íbúar Latabæjar lenda í ótal skemmtilegum ævintýrum. Solla kemur til Latabæjar og hittir þar fyrir skrautlegan hóp barna og fullorðins fólks, þar á meðal latasta ofurþrjót í heimi, sjálfan Glanna glæp. Það er Solla til happs að í Latabæ býr líka hinn friski og fjörugi Íþróttálfur sem fer í loftköstum um Latabæ og hjálpar Solla að velja alltaf þá kosti sem stuðla að heilbrigðu lífverni en láta óhollustuna eiga sig. Í Latabæjarþáttunum er teft saman tölvumyndum, brúðum og lifandi leikurum. Þar eru sagðar sprellfjörugar og skemmtilegar sögur og boðskapurinn er sá að öll börn geti náð árangri í því sem þau taka sér fyrir hendur, ef þau leggja sig fram. Þættirnir hafa verið sýndir í Bandaríkjunum og víðar erlendis um nokkurt skeið og notið mikilla vinsælda.



■ RÚV, KL. 20.10.



Bush's Brain

Frábær heimildarmynd sem hefur fengið verðskuldaða athygli og vakið upp ýmsar spurningar um stjórnarfar Bush. Karl Rove er nánasti ráðgjafi George W. Bush og hefur hann nánast breytt stjórnmalaskoðunum Bandaríkjanna einn síns liðs. Karl Rove ætlaði frá því hann var lítill að verða forseti Bandaríkjanna en þegar hann kynntist Bush, taldi hann að það væri auðkeyptari farmiði í Hvíta húsið og kom honum til valda. Í myndinni er farið ofan í saumana á stjórn Bush og ýmislegt kemur þar upp úr krafsinu. Hver er það sem stjórnar Bandaríkjunum í raun?

■ KL. 21.15

Jólaálagatal **ÁR 989**
BYLGJAN
Allir eru að hlusta!
Lag dagsins „All I Want for Christmas“ - Mariah Carey



Síldarveisla Sægreifans

Síldarréttir í ótrúlega fjölbreyttu úrvali

- Demantssíld
- Kryddsíld
- Marineruð síld
- Konfektsíld
- Karrýsíld
- Jólásíld
- Tómat síld
- Hvítlauksíld
- Síld að hætti rússa
- Síldarsalat ofl...

Sægreifinn
Sérverslun með sjávarfang

Verbuð 8 við Geirsgötu, 101 Reykjavík, Sími 553 1500



MELKORKA EDDA SIGURJÓNSD.
LAG: AM OUTTA LOVE – ANASTACIA
ALDUR: 17 ÁRA
IDOL 1, S. 900-9001



GUNNAR MÁR JAKOBSSON
LAG: ÞÚ ÁTT MIG EIN – VILHJÁLMS-
UR VILHJÁLMSSSON
ALDUR: 21 ÁRS
IDOL 2, S. 900-9002



ÍNA VALGERÐUR PÉTURSD.
LAG: LISTEN TO YOUR HEART –
PER GESSLE & M.P. PERSSON
ALDUR: 17 ÁRA
IDOL 3, S. 900-9003



ÁGÚSTA ÓSK ÓSKARSDÓTTIR
LAG: LOKSINS ÉG FANN PIÐ –
BJÖRGVIN HALLDÓRSSON
ALDUR: 26 ÁRA



IDOL 4, S. 900-9004
GUÐBJÖRG ELÍSA HAFSTEINSD.
LAG: NOTHING COMPARES –
SINEAD O'CONNOR
ALDUR: 21 ÁRS



IDOL 5, S. 900-9005
SIGFÚS ÓLAFUR GUÐMUNDS.
LAG: TÆTUM OG TRYLLUM –
STUÐMENN
ALDUR: 19 ÁRA
IDOL 6, S. 900-9006



MARGRÉT GUÐRÚN GUNNARSD.
LAG: WILL YOU STILL LOVE ME
TOMORROW – LAURA BRANIGAN
ALDUR: 16 ÁRA
IDOL 7, S. 900-9007

HÓPUR 4
SMS SENT Í S. 1918



Hópur 4 á Nasa

Þriðji hópurinn söng sig inn í huga og hjörtu landsmanna seinast og voru það þær Angela Soffía og Tinna Björk sem komust í tólf manna lokahópurinn sem syngur í Smáralind. Nú eru þrír hópar eftir auk dómaravalshópsins og mun hópur þrjú koma fram í kvöld. Í hverjum þætti fá sjö keppendur tækifæri til að syngja fyrir dómnefnd og sannfæra hana um að þau eigi erindi í sjálfa tólf manna úrslitakeppnina í Smáralindinni. Aðeins tveir efstu komast áfram í hverjum hóp, þannig um að gera að kjósa þann sem þú heldur með.

■ STÖÐ 2, KL. 20.30

Þetta vissum við ekki um ...

Sylvester Stallone

- Hann malar olíumálverk í frítíma sínum og lítur á Leonardo Da Vinci sem hetju.
- Þegar hann var 15 ára, kusu bekkjafélagar hans mest líklegan til að enda í rafmagnsstólnum.
- Pabbi Stallone er hárgreiðslumaður og mamma hans er mikill sérvitringur og er fræg fyrir að vera stjórnufræðingur og kynnrir fyrir glímu kvenna.
- Í júní 2004, stofnaði hann neringar-

fyrirtækið Instone sem framleiðir m.a. prótínbúðinga og orkudrykki.

- Er aðdáandi NBollywoodi mynda.
- Rödd Lou í The Simpsons er byggð á rödd Stallone.
- Árið 1988 neitaði hann að auglýsa amerískan bjór því hann þurfti að klippa á sér hárið. Hann neitaði þó að framleiðendur auglýsingarinnar buðu honum milljón dollara aukalega ef hann myndi klippa á sér hárið.



Hollustuna heim!

Hollur og góður kínamatur,
stórir skammtar - beint heim til þín.



TILBOÐ 1

Djúpsteiktar rækjur
Original hot and
sweet svínakjöt
Snöggsteikt nautakjöt í ostrusósu
Kínverskar eggjanúðlur m/kjúklingi og grænmeti
Hrisgrjón, súrsæt sósa, prjónar og soya sósa

1.245 á mann
2.490 fyrir tvo

TILBOÐ 2

Djúpsteiktar rækjur
Peking kjúklingur m/kínasveppum
Wok steikt lambakjöt m/svartbauna-sósu
Original hot and sweet svínakjöt
Hrisgrjón súrsæt sósa, prjónar og soya

1.345 á mann
2.690 fyrir tvo

TILBOÐ 3

Rifjapartý

Konton svínaríf
Hrisgrjón, prjóna og soya
poki af Maarud

1.150 á mann
2.300 fyrir tvo

2 L COKE OG RÆKJUFLÖGUR FYLGJA Í „TAKE AWAY“

BARNABOX



2 kjúklingaleggir franskar
og kokteilsósa kinderegg
600 kr



ORIENTAL RESTAURANT • LAUGAVEGI 19

FRÍ HEIMSENDING

Lágmarkspöntun er kr. 1.900.- en kr. 4.000.- í Hafnarfjörð.
Opíð: mán.-fim. 12-22, fös. og lau. 12-23, sun. 17-22

PÖNTUNARSÍMI 552 2399



Hættulegt

Ónýtar rafhlöður skaða náttúruna

Leggðu þitt af mörkum til náttúruverndar og komdu þeim í réttar hendur. Þú getur farið með þínar rafhlöður í söfnunarlát Efnamóttökunnar eða á móttökustaði sveitarfélaga um land allt.



Dæmi um spilliefni sem fara skal með til Efnamóttökunnar:

Hreinsiefni

Slökkvitæki

Málningarafgangar

Smurefni

Leysiefni

MIXA - fitL-51002

 **Efnamóttakan hf**
Spillum ekki framtíðinni

Við sækjum!

S. 520 2220 www.efnamottakan.is



EKKI MISSA AF ...



20.00 / ANIMAL PLANET

Britain's Worst Pet

Þátturinn Versta gæluðyr Bretlands er áhugaverður og sprenglæglegur. Í þættinum fær maður innsýn inn í heim hryllilegustu gæluðyra Bretlands og inn í heim hjálparlausu langþjáðu eigendanna. Ef þér fannst gæluðyrð þitt óhlyðið og alltaf til eilífra vand-ræða áttaru þig á því að gæluðyrð þitt er engill miðað við djöflagæluðyrir sem koma fram í þessum þætti.



19.30 / MTV

Viva La Bam

Raunruleikaþáttur sem fylgjist með lífi Bam Margera, meðlimarins í þátt-unum Jackass. Gamansamir hrekkir á grunlausa foreldra Bam, heimsóknir til hryllilegu vina hans, og önnur ringlu-reið sem lætur áhorfandann velstam um að hlátri og sjá hvernig raunverulegt líf Jackass stjórn er. Ef þú ert að-dáandi Jackass og Wild boyz þáttanna, er þetta eitthvað fyrir þig.

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS

Fréttir allan sólahringinn.

CNN INTERNATIONAL

Fréttir allan sólahringinn.

FOX NEWS

Fréttir allan sólahringinn.

EUROSPORT

12.15 Football: UEFA Champions League 13.15 Biathlon: World Cup Hochfilzen Germany 14.45 Skeleton: World Cup Igls 15.30 Football: UEFA Champions League 16.30 Swimming: European Championship Italy 18.00 Alpine Skiing: World Cup Aspen United States 19.15 Football: Top 24 Clubs 19.45 Football: UEFA Champions League 21.00 Strongest Man: Super Series Grand Prix USA 22.00 Football: Top 24 Clubs 22.30 Xtreme Sports: Yoz Xtreme 23.00 Xtreme Sports: X-games 05 0.00 Adventure: Escape Special

BBC PRIME

12.00 To the Manor Born 12.30 Dad's Army 13.00 Daniel Deronda 14.00 Tel-tubbies Everywhere 14.10 Bill and Ben 14.20 Yoho Ahoj 14.25 Birka 14.30 Boogie Beebies 14.45 Fimbles 15.05 Tikkabilla 15.35 The Really Wild Show 16.00 How to Be a Gardener 16.30 Ready Steady Cook 17.15 The Weakest Link 18.00 Holby City 19.00 The Life of Mammals 20.00 The Office 20.30 The Office 21.00 Lenny Henry in Pieces 21.30 The Way We Live Now 22.45 Black Cab 22.55 Black Cab 23.05 Cutting It 0.00 Blood of the Vikings 1.00 Journey of Life 2.00 Suenos World Spanish

NATIONAL GEOGRAPHIC CHANNEL

12.00 When Expeditions Go Wrong 13.00 Bear Evidence 14.00 Second From Disaster 15.00 Most Amazing Moments 16.00 Most Amazing Moments 17.00 When Expeditions Go Wrong 18.00 Explorations 18.30 Demolition Squad 19.00 Bear Evidence 20.00 Seconds From Disaster 21.00 Most Amazing Moments 22.00 Most Amazing Moments 23.00 When Expeditions Go Wrong 0.00 Most Amazing Moments 1.00 Explorations 1.30 Demolition Squad

ANIMAL PLANET

12.00 Amazing Animal Videos 12.30 Monkey Business 13.00 Big Cat Diary 13.30 The Snake Buster 14.00 Killer Elephants 15.00 Animal Cops Houston

16.00 Pet Rescue 16.30 Wildlife SOS 17.00 Amazing Animal Videos 17.30 The Planet's Funniest Animals 18.00 The Snake Buster 18.30 Monkey Business 19.00 Predators 19.30 Big Cat Diary 20.00 Britain's Worst Pet 20.30 Animal Planet at the Movies 21.00 Animal Cops Detroit 22.00 Predators 22.30 Monkey Business 23.00 Emergency Vets 23.30 Hi-Tech Vets 0.00 Pet Rescue 0.30 Wildlife SOS 1.00 Britain's Worst Pet 1.30 Animal Planet at the Movies 2.00 The Snake Buster

DISCOVERY

12.05 Superly 13.00 Rex Hunt Fishing Adventures 13.30 Hooked on Fishing 14.00 Super Structures 15.00 Extreme Machines 16.00 Junkyard Wars 17.00 The Scrappy Races 18.00 American Chopper 19.00 Mythbusters 20.00 Brainiac 21.00 Biker Build-Off 22.00 Reel Race 23.00 Mythbusters 0.00 Forensic Detectives 1.00 FBI Files 2.00 Hitler's Women

MTV

12.00 Pimp My Ride 12.30 Pimp My Ride 13.00 Pimp My Ride 13.30 Pimp My Ride 14.00 Wishlist 15.00 TRL 16.00 Dismissed 16.30 Just See MTV 17.30 MTV:new 18.00 Dance Floor Chart 19.00 Punk'd 19.30 Viva La Bam 20.00 Wild Boyz 20.30 The Osbournes 21.00 Top 10 at Ten 22.00 I Want a Famous Face 22.30 Wonder Showzen 23.00 Party Zone 0.00 Just See MTV

VH1

12.00 So 80s 12.30 VH1 Hits 15.00 VH1 Weekly Album Chart 16.00 So 80s 17.00 VH1 Viewer's Jukebox 18.00 Smells Like the 90s 19.00 VH1 Classic 19.30 MTV at the Movies 20.00 Transit: Staying Alive 21.30 MTV Live Travis 22.00 Friday Rock Videos 0.30 Flipside 1.00 Chill Out 1.30 VH1 Hits

CLUB

12.20 Inertainment 12.45 Girls Behaving Badly 13.10 Staying in Style 13.35 Insights 14.00 Fashion House 14.30 Weddings 15.00 Crimes of Fashion 15.30 City Hospital 16.30 Lofty Ideas 17.00 Yoga Zone 17.25 The Method 17.50 Retail Therapy 18.15 Weddings 18.40 e-love 19.05 Matchmaker 19.30 Crimes of Fashion 20.00 G-Girls 20.25 Single Girls 21.15 Spicy Sex Files 22.10 Sex and the Settee 22.35 Men on Women 23.00 Spicy Sex Files 0.00 What Men Want 0.30 Ex-Rated

1.00 Vegging Out 1.25 Sizzle 1.55 A Taste of Barbados

E! ENTERTAINMENT

12.00 The E! True Hollywood Story 13.00 E! News 13.30 Gastineau Girls 14.00 101 Most Shocking Moments in... 15.00 101 Most Shocking Moments in... 16.00 101 Most Shocking Moments in... 17.00 101 Most Shocking Moments in... 18.00 Kill Reality 19.00 E! News 19.30 The Soup UK 20.00 The E! True Hollywood Story 21.00 101 Most Shocking Moments in... 22.00 Girls of the Playboy Mansion 22.30 Pop Stars Gone Bad 23.00 Taradise 23.30 Taradise 0.00 E! News 0.30 The Soup UK 1.00 Girls of the Playboy Mansion 1.30 Pop Stars Gone Bad 2.00 The E! True Hollywood Story

CARTOON NETWORK

12.00 Cow and Chicken 12.30 Sheep in the Big City 13.00 Dexter's Laboratory 13.30 The Powerpuff Girls 14.00 Pet Alien 14.30 Ed, Edd n Eddy 15.00 Teenage Mutant Ninja Turtles 15.30 Battle B-Daman 16.00 Hi Hi Puffy AmiYumi 16.30 Atomic Betty 17.00 Codename: Kids Next Door 17.30 Foster's Home for Imaginary Friends 18.00 What's New Scooby-Do? 18.30 Duck Dodgers in the 24 1/2 Century 19.00 Charlie Brown Specials 19.30 Tom and Jerry 20.00 The Flintstones 20.30 Looney Tunes 21.00 Dastardly & Muttley in Their Flying Machines 21.30 Scooby-Do 22.00 Tom and Jerry 23.00 Dexter's Laboratory 23.30 The Powerpuff Girls 0.00 Johnny Bravo 0.30 Ed, Edd n Eddy 1.00 Skipper & Skeeto 2.00 Spaced Out

JETIX

12.20 Jacob two-two 12.45 So Little Time 13.10 Goosebumps 13.35 Black Hole High 14.00 Spider-Man 14.25 Merville Mysteries 14.50 Digimon II 15.15 Martin Mystery 15.40 Totally Spies 16.05 W.I.T.C.H. 16.30 Sonic X

MGM

13.00 Inherit The Wind (1999) 14.50 Kings of The Sun 16.35 Killer Klowns From Outer Space 18.00 Stranger Who Looks Like Me 19.15 Final Combination 20.50 Girl in Black Stockings 22.05 Contamination 0.7 23.40 End 1.20 Keaton's Cop

TCM

20.00 Soylent Green 21.35 A Patch of Blue 23.20 Once a Thief 1.05 Bataan

HALLMARK

12.00 Mystery Woman: Snapshot 13.45 Jane Doe: Now You See It, Now You Don't 15.15 McBride: It's Murder Madam 17.00 Touched By An Angel II 17.45 No Ordinary Baby 19.15 Spoils of War 21.00 Steve Martin's The Judge 22.30 Lonesome Dove: The Series 23.15 Summer's End 1.00 Spoils of War

BBC FOOD

12.00 Wild and Fresh 12.30 Ching's Kitchen 13.00 Secret Recipes 13.30 A Cook's Tour 14.00 Made to Order 14.30 Big Kevin Little Kevin 15.00 Off the Menu 15.30 Chalet Slaves 16.00 The Big Stew 16.30 Ready Steady Cook 17.00 Neil Perry Fresh and Fast 17.30 Madhur Jaffrey's Far Eastern Cookery 18.00 Jancis Robinson's Wine Course 18.30 Grigson 19.00 Gary Rhodes 19.30 Tamasin's Weekends 20.00 The Occasional Cook 20.30 The Tanner Brothers 21.00 Secret Recipes 21.30 Giorgio Locatelli - Pure Italian 22.00 Floyd's Fjord Fiesta 22.30 Saturday Kitchen

DR1

12.00 I skole på ny 12.30 Rabatten 13.00 Kender du typen? 13.30 Seren Ryges julegave 14.00 TV Avisen med vejrret 14.20 Bamses Julerejse 14.50 Nyheder på tegnsprog 15.00 Boogie Listen 16.00 Bonbon 16.30 Rutsj Klassik 17.00 Bamses Julerejse 17.30 TV Avisen med Sport og Vejrret 18.00 Disney Sjøv 19.00 Hit med Sangen - jul 20.00 TV Avisen 20.30 Forandrerens 22.45 The Hole 0.25 Boogie Listen

SV1

12.05 Mat/Tina 13.00 Tv-huset 14.00 Debatt 15.00 Rapport 15.10 Gomorron Sverige 16.00 Utråvarna 16.30 Anslagstavian 16.35 Nalle Puh 17.00 BolliBompa 17.01 Nasse 17.10 Rit-sagor 17.15 Julkalendern: En decem-berdröm 17.30 Popverkstan 17.45 Cirkustrixarna 18.00 Combo 18.30 Rapport 19.00 Riket - Stormaktstiden 20.00 Världscupen: Alpin Aspen 21.00 Pale Rider 22.55 Rapport 23.05 Kulturmythema 23.15 Sinning: EM korbana Trieste 23.45 De kommer! 1.15 Sändning från SVT24

Verdi Spumante:

Ódýrasta vínið í Vínbúðum

Ítalska freyðivínið Verdi er ódýrasta vínið sem fæst í Vínbúðum hérlendis. 750 ml flaska kostar 500 krónur. Vínið er fremur lágt í alkóhóli og því leggjast ofuráfengisskattarnir ekki eins þungt á það og mörg önnur vín. Hið lága alkóhólmagn gerir það jafnframt að verkum að vínið hentar við flest tækifæri og er sérstaklega góður kostur í jólaboðum. Verdi er framleitt af fyrirtækinu Bosca sem hefur um langt árabíl unnið að framleiðslu freyðivíns sem fellur að smekk og þörfum nútímans. Það sem gerði þennan drykk að veruleika er uppgötvun R&D rannsóknarstofu Bosca á þeirri byltingarkenndu aðferð að blanda víni og vínberjasöfum við

malt og gerjaðar jurtagæundir. Hægt er að ná verulega góðu og frísku bragði án þess að styrkleiki sé meira en 5% sem markaðurinn kallar á í dag. Öll bragðbætt freyðivín hafa þann galla að geymast frekar illa eftir áfyllingu. Verdi Spumante heldur fullkomnum frískleika í a.m.k. 36 mánuði. Sérstakur tappi án vírumbúða sem Bosca sérhannaði, gefur þó hinn klassíska smell freyðivíns þegar opnað er. Þegar hann er settur aftur í heldur hann þrýstingur á flöskunni og er því hægt að geyma hana til notkunar síðar. Vandinn við að geyma ferskt og freyðandi vín er þannig leystur.

Verð í Vínbúðum 500 kr. í 750 ml flöskum



Hollustuna heim!

Hollur og góður kínamatur,
stórir skammtar - beint heim til þín.



TILBOÐ 1

Djúpsteiktar rækjur
Original hot and
sweet svínakjöt
Snöggsteikt nautakjöt í ostrusósu
Kínverskar eggjanúðlur m/kjúklingi og grænmeti
Hrisgrjón, súrsæt sósa, prjónar og soya sósa

1.245 á mann
2.490 fyrir tvo

TILBOÐ 2

Djúpsteiktar rækjur
Peking kjúklingur m/kínasveppum
Wok steikt lambakjöt m/svartbauna-sósu
Original hot and sweet svínakjöt
Hrisgrjón súrsæt sósa, prjónar og soya

1.345 á mann
2.690 fyrir tvo

TILBOÐ 3

Rifjapartý

Konton svínaríf
Hrisgrjón, prjóna og soya
poki af Maarud

1.150 á mann
2.300 fyrir tvo

2 L COKE OG RÆKJUFLÖGUR FYLGJA Í „TAKE AWAY“

BARNABOX



2 kjúklingaleggir franskar
og kokteilsósa kinderegg
600 kr



ORIENTAL RESTAURANT • LAUGAVEGI 19

FRÍ HEIMSENDING

Lágmarkspöntun er kr. 1.900.- en kr. 4.000.- í Hafnarfjörð.
Opíð: mán.-fim. 12-22, fös. og lau. 12-23, sun. 17-22

PÖNTUNARSÍMI 552 2399



Hættulegt

Ónýtar rafhlöður skaða náttúruna

Leggðu þitt af mörkum til náttúruverndar og komdu þeim í réttar hendur. Þú getur farið með þínar rafhlöður í söfnunarlát Efnamóttökunnar eða á móttökustaði sveitarfélaga um land allt.



Dæmi um spilliefni sem fara skal með til Efnamóttökunnar:

Hreinsiefni

Slökkvitæki

Málningarafgangar

Smurefni

Leysiefni

MIXA - fitL-51002

 **Efnamóttakan hf**
Spillum ekki framtíðinni

Við sækjum!

S. 520 2220 www.efnamottakan.is





GAMAN
▶ **20.10**
SPAUGSTOFAN



KVIKMYNDIR
▶ **21.35**
THE STEPFORD WIVES



KEPPNI
▶ **21:00**
MISS WORLD 2005



SPENNA
▶ **22.00**
HEX



FÓTBOLTI
▶ **18.50**
SPÆNSKI BOLTINN

SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN

SIRKUS



MORGUN

8.00 Morgunstundin okkar **8.01** Gurra grís (32:52) **8.08** Kóala-bræður (45:52) **8.19** Fætunir á Fanney (2:13) **8.32** Franklín (71:78) **8.58** Konráð og Baldur (2:26) **9.15** Gormur (47:52) **9.38** Gló magnaða (28:52) **10.00** Kóalabimírinir (14:26) **10.25** Jóladagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (9:24) **10.30** Stundin okkar **11.15** Kastljós **11.45** Veira í paradís (2:2)

7.00 Jellies **7.10** Ljósvakar **7.20** Músti **7.25** Pingu **7.30** Kærleiks-birnir (54:60) **8.10** Með afa **9.05** Galdrabókin (9:24) **9.15** Kalli á þakinu **9.40** Benjamin dúfa **11.10** Jesús og Jósefina (10:24) (e) **11.30** Home Improvement 3 (7:25)

9.45 Spurningabátturinn Spark – lokabáttur (e) **10.15** Popp-punktur (e) **11.15** Rock Star: INXS (e) **11.40** Rock Star: INXS (e)

9.00 A1 Grand Prix samantekt **9.55** A1 Grand Prix **12.00** Ítölsku mörkin **12.30** Ensku mörkin

DAÐUR

13.20 Landskeppni í karate **13.55** Fyrirtækjabíkarinn í körfubolta **15.45** Handboltakvöld **16.05** Íslandsmótíð í handbolta **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Hope og Faith (35:51) **18.25** Frasier

12.00 Hádegisfréttir **12.15** Bold and the Beautiful **14.55** Idol – Stjörnuleit 3 **15.35** Eldsnöggt með Jóa Fel (7:8) **16.10** Amazing Race (14:15) **17.00** Sjálfstætt fólk **17.35** Oprah (16:145) **18.20** Galdrabókin (10:24)

13.00 Miss World 2005 **15.00** Íslenski bachelorinn (e) **16.00** Jamie Oliver's School Dinners (e) **17.00** Survivor Guatemala (e) **18.00** Fasteignasjónvarpið

17.10 Ford fyrsætukeppni 2005 **17.40** Party at the Palms (3:12) **18.05** Friends 5 (6:23) (e)

13.00 Spænsku mörkin **13.30** Meistaradeildin með Guðna Bergs **14.15** Race of Champions – 2005 Highlights **15.20** Meistaradeild Evrópu í handbolta – Barcelona og Magdeburg **16.55** World Supercross GP 2005 **17.50** Fifth Gear **18.20** Spænsku mörkin

KVÖLD

18.50 Jóladagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (10:24)

18.54 Lottó

19.00 Fréttir, íþróttir og veður

19.40 Hljómsveit kvöldsins

▶ **20.10** Spaugstofan Karl Ágúst, Pálmi, Randver, Sigurður og Örn sprella og spauga og sýna áhorfendum samtímavíðburði frá nýjum og óvenjulegum sjónarhornum. Björn Emilsson stjórnar upp-tökum. Textað á síðu 888 í Textavarpi.

20.40 Skólastjórinn (Ahead of the Class) Splunkuný bresk sjónvarpsmynd byggð á sönnum atburðum sem gerðust 1995. Marie Stubbs, skólastjóri í Glasgow, er að fara á eftirlaun en tekur að sér að koma skikk á málin í St. Georgsskóla í London eftir að skólastjórinn þar er myrtur. Leikstjóri er Adrian Shergold og meðal leikenda eru Julie Walters, Inday Ba, Reece Dinsdale, Michelle Fairley, Danny Nussbaum og Anton Lesser.

22.20 Illt gengi (Bad Company) Bandarísk hasarmynd frá 2002. Útsendarar CIA lætur lífið við skyldustörf og þá er tvíburabróðir hans ráðinn í staðinn. Leikstjóri er Joel Schumacher og meðal leikenda eru Anthony Hopkins, Chris Rock og Peter Stormare.

18.30 Fréttir Stöðvar 2

18.54 Lottó

19.00 Íþróttir og veður

19.15 George Lopez (12:24) (Friends Don't Let Friends Marry Drunks)

19.40 Stelpurnar (15:20)

20.05 Bestu Strákarnir

20.35 Það var lagið Einn vinsælasti þátturinn í íslensku sjónvarpi nú um mundur.

▶ **21.35** The Stepford Wives (Stepford-eiginkonurnar) Bráðskemmtileg og gráglettin gamanmynd með lúmskum ádeilubroddi sem skartar íaðalhlutverkum nokkrum að stærstu leikkonum í Hollywood; Nicole Kidman, Glen Close og Bette Midler auk leikara á borð við Matthew Broderick, Christopher Walken og Jon Lovitz. Myndin er byggð á myndfrægi skáldsögu eftir Ira Levin og fjallar um sérkennilegt lífið í smábænum Stepford þar sem allt virðistvo ótrúlega slétt og fellt á yfirborðinu en bak við tjöldin brugga-karlamir launráð. Leikstjóri: Frank Oz. 2004. Bönnuð börnum.

23.10 The Good, the Bad and the Ugly (Stranglega bönnuð börnum) **1.45** The Majestic **4.10** Stranger Inside **5.40** Fréttir Stöðvar 2 **6.25** Tónlistarmyndbönd frá Popp Tívi

19.00 Will & Grace (e)

19.30 The O.C. (e)

20.30 The King of Queens (e) Bandarískir gamanþættir um sendibílstjórnann Doug Heffernan, Carrie eiginkonu hans og Arthur, hinn stórfurðulega tengdaföður hans. Carrie er að verða 35 ára og er ódugg með útlitið á sér. Til þess að láta henni líða betur með sig fær Doug nokkra verkamenn til þess að flauta á eftir henni. Arthur reynir að finna hina fullkomnu afmælisgjöf handa dóttur sinni.

▶ **21.00** Miss World 2005 Í ár verður keppnin um Miss World háð í 55. sinn. Að þessu sinni verður keppnin verður haldin í Sanya, Kína og sýnir Skjáreinn keppnina í beinni útsendingu. Búast má við miklu sjónarspili enda um að ræða stærstu árlegu sjónvarpsútsendingu í heimi, með rúmlega 2 milljarða áhorfenda. Aldrei hafa fleiri glæsilegir keppendur tekið þátt og nú fá áhorfendur tækifæri til að kjósa þá sem þeim list best á.

23.00 New Tricks – lokabáttur **23.55** C.S.I. (e) **0.50** Law & Order: SVU (e) **1.35** Boston Legal (e) **2.30** Ripley's Believe it or not! (e) **3.15** Tvöfaldur Jay Leno (e) **4.45** Óstöðvandi tónlist

18.30 Fréttir NFS

19.00 Game TV

19.30 Fabulous Life of (4:20) (Fabulous Life of: Miami) Í þessum frábæru þáttum er farið á bakvið tjöldin með þotuliðinu í Hollywood.

20.00 Friends 5 (7:23) (e)

20.25 Friends 5 (8:23) (e)

20.50 Sirkus Rvk (6:30) Sirkus Rvk er nýr þáttur í umsjá Ásgeirs Kolbeinssonar, þar sem hann tekur þúlsinn aðllu því heitasta sem er að gerast. Tíska, menning, skemmtanir, kvikmyndir, matur, bílar, tækni og nýjungar, fördun, heilsa og skemmtilegt fólk er meginþema þáttarins sem þú vilt ekki láta framhjá þér fara.

21.20 Ástarfleyið (8:11)

▶ **22.00** HEX (10:19) Yfirnáttúrulegir þættir sem gerast í skóla einum í Englandi. Cassie erfeimin ung stelpa sem uppgötvur einn daginn að hún hef-ur hættulega krafta sem hafa gengið í gegnum ætt hennar, kynslóð eftir kynslóð. Það sem hún veit ekkenni er að einhver vill hana feiga og mun gera allt til þess að takast það. Hörkuspennandi þættir sem hafa slegið í gegn í Bretlandi.

22.45 Idol extra 2005/2006

23.15 Girls Next Door (6:15) **23.40** Joan Of Arcadia (23:23) **0.25** Paradise Hotel (23:28) **1.10** Bush's Brain

NÓTT

0.15 Barnfóstran (Kvikmynda-sköðun telur myndina ekki hæfa fólki yngra en 16 ára.) **2.00** Útvarpsfréttir í dagskrárlök



SPIALL

▶ 11.00

HELGIN – MEÐ EIRÍKI JÓNSSYNI



10.00 Fréttir 10.10 Sögur af fólki – með Helgu Völu Helga-dóttur

▶ 11.00 Helgin – með Eiríki Jónssyni 12.00 Hádegisfréttir/Fréttir/Íþróttfréttir/Veðurfréttir/Leiðarar blaðanna/Skaftahlö-Maður vikunnar.

13.00 Dæmalaus veröld – með Óla Tynes 13.15 Frontline

14.00 Endurteknir þættur frá því fyrr um daginn. 16.00 Fréttir 16.10 Morgundagskrá e. 18.00 Veðurfréttir og íþróttir

18.30 Kvöldfréttir

19.10 Helgarþættir NFS e.

BÍÓ STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 Clockstoppers 8.00 Valerie Flake 10.00 Hey Arnold! The Movie 12.00 Top Gun 14.00 Clockstoppers 16.00 Valerie Flake 18.00 Hey Arnold! The Movie

20.00 Top Gun (Peir bestu) 1986.

22.00 The Fourth Angel (Fjórði engillinn) Spennumynd þar sem kveikjan eru óhugnanlegir atburðir. Blaðamaðurinn Jack Elgner drifinn áfram af hefndarþorsta. Hryðjuverkamenn sem myrtu eiginkonu hans og dóttur leika lausum hala og Jack ætlar að svara þeim í sömu mynt. Óbærileg spenna frá upphafi til enda. 2001. Stranglega bönnuð börnum.

0.00 Lucky Numbers (Bönnuð börnum) 2.00 The Transporter (Stranglega bönnuð börnum) 4.00 The Fourth Angel (Stranglega bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

12.35 Liverpool – Middlesbrough (b) 14.40 Á vellinum með Snorra Má (b) 15.00 Chelsea – Wigan (b) 17.00 Á vellinum með Snorra Má (framhald) 17.15 Newcastle – Arsenal (b)

19.30 Spurningaþátturinn Spark (e)

20.00 Charlton – Sunderland Leikur frá því í dag.

22.00 Bolton – Aston Villa Leikur frá því í dag.

0.00 Dagskrárlök

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

Fréttáþátturinn Korter er sýndur kl. 18.15 og endursýndur á klukkutíma fresti til kl. 9.15

... Fleiri stöðvar á næstu opnum »»

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Töfrakúlan

RÚV er með nýtt jóladagatal með brúðum sem heitir Töfrakúlan. Þættirnir verða sýndir á hverjum degi frá 1. desember. Aðalpersónur Töfrakúlunnar, Dollí dreki og Rabbí rotta, búa í turnherbergi í höll nokkurri. Þar hafa þeir komið sér fyrir og fáir vita af þeim. Þeir sem sjá þá eru ekki mjög hrifnir af þeim, fólk hendir í þá dóti eða flýr. Þeir Dollí og Rabbí eru mikil jólabörn og ætla að taka þátt í pipar-kökukastalakeppni til að auka virðingu sína í ríkinu. Þeir trúa því að þeir fái viðurkenningu sigrí þeir í þessari keppni. Þegar þeir ákveða að skreyta fyrir jólin rekast þeir á fallega kúlu sem er ekki jólakúla. Eftir það fer atburðarrásin á flug, þeir kynna mörgum, eignast vini, fræðast um mannkynssöguna, upplifa ýmsa atburði og ævintýri. Jóhann G. Jóhannsson og Þóra Sigurðardóttir eru höfundar þáttanna og leggja brúðunum til leikraddir. Leikstjórar eru Jóhann G. Jóhannsson og Eggert Gunnarsson, um brúðustjórn sjá Bragi Þór Hinriksson og Helga Steffensen, leikmynd gerði Ásta Björk Ríkharðsdóttir, Haraldur Friðriksson kvikmyndaði, tónlist er eftir Valdimar Kristjánsson. Eggert Gunnarsson stjórnaði upptökum

■ RÚV, KL. 18.50



Það var lagið

Einn vinsælasti þátturinn í íslensku sjónvarpi nú um mundur. Þáttur fyrir alla fjölskylduna þar sem söngurinn er í aðalhlutverki. Kynnir þáttarins, Hermann Gunnarsson, fær til sín þjóðþekkt einstaklinga sem fá að spreyta sig í söngkeppni. Í hverjum þætti keppa tvö lið að viðstöddum gestum í sal. Í báðum liðum eru píanóleikarar sem jafnframt gegna hlutverkið liðsstjóra; Pálmi Sigurhjártarson og Karl Olgeirsson. Fá þeir til liðs við sig í hverjum þætti tvo keppendur hvor. Hljómsveit hússins er Buff og höfundur spurninga Jón Ólafsson. Keppendur í þætti kvöldsins eru hressustu menn landsins,

gamlir félar Hemma úr Sumargleðinni sigildu Raggi Bjarna og Ómar Ragnars á móti Þorgeir Ástvalds og Magnúsi Ólafssyni.

■ STÖÐ 2, KL. 20.45

Sirkus RVK

Sirkus Rvk er nýr þáttur í umsjá Ásgeirs Kolbeinssonar, þar sem hann tekur pulsinn á öllu því heitasta sem er að gerast í stórborginni, Reykjavík. Fyrirum glókkullurinn hefur látið ljósu lokkana fjúka fyrir rauða sem dömurnar halda sér vart yfir. Fylgstu með þessum ofurtóffara fjalla um tísku, menningu, skemmtanir, kvikmyndir, mat, bíla, tækni og nýjungar, förðun, heilsu og skemmtilegt fólk sem er meginþema þáttarins sem þú vilt ekki láta fram hjá þér fara.

■ STÖÐ 2, KL. 20.50



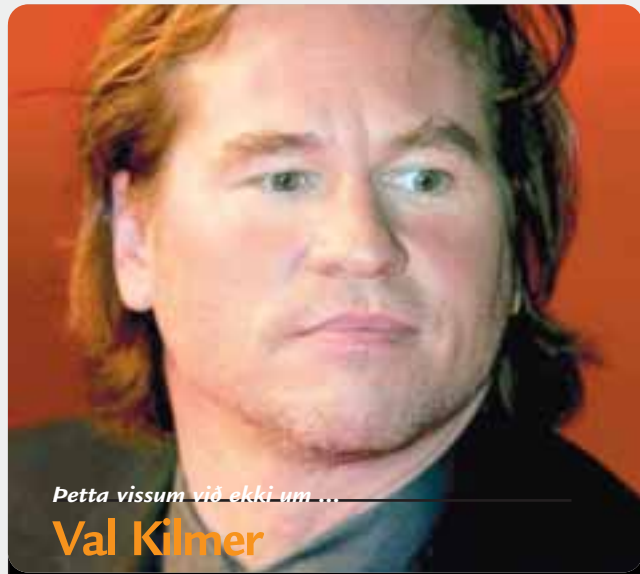
Eiturklár leikkona »

Lisa Kudrow

Lisa Kudrow er ekki heimskja ljóska sem hún lék í Friends eða í myndinni Romy, and Micheleís High School Reunion. Hún fæddist árið 1963 í Encino. Pabbi hennar var læknir og mamma hennar ferðaumboðsmaður í Nedra. Hún var gífurlega efnilegur tennisspilari á árum áður og útskrifaðist úr Vassar College í New York með BS gráðu í sálarlíf-fræði. Hún byrjaði að vinna með pabba sínum og fór í leikhúsklúbbinn The Groundlings í LA þar sem Cynthia Szigei, þekktur leiklistakennari, tók hana undir verndarvæng sinn. Í þessum klúbbi varð Lisa vinkona þáttastjórnandans Conan O'Brian. Lisa útskrifaðist úr þessum klúbbi

árið 1989 og fékk hlutverk sem Ursula, ruglaða gengilbeinan í þáttunum NMad about you! sem leiddi til þess að hún fékk eitt af aðalhlutverkunum í þáttunum Friends. Lisa hefur hlotið mörg verðlaun fyrir frammistöðu sína á leiksviðinu t.d. margar Emmy tilnefningar og Golden Globe verðlaun. Árið 1997 lék hún ásamt Óskarsverðlaunaleikonunni Mira Sorvino, heimskja ljóska í fyrnefndri mynd. Samkvæmt slúðurblaðinu People beið hún með meydóm sinn fram að giftingu en þá var hún 31 árs og giftist auglýsingastjóranum Michael Stern. Þau eiga núna eitt barn saman.

■ **STÖÐ 2 BÍÓ, LUCKY NUMBERS, KL. 24.00**



Þetta vissum við ekki um ...

Val Kilmer

- Yngsti nemandi sem hefur verið tekinn inn í leiklist í Julliard.
- Hann skrifaði ljóð fyrir Michelle Pfeiffer.
- Er mikill aðdáandi Led Zeppelin en upphalds hljómsveitin hans er Race Against the Machine.
- Hann hefur mjög gaman að köfun og ferðalögum og elskar kerti. Hann viðurkennir að vera hræðilegur kokkur.
- Hann ætlaði að hafna vistinni í Julliard en bekkjarfélagi hans og stóruleikarinn Kevin Spacey hvatti hann til þess. Val sannfærði síðan Kevin að fara líka í Julliard.

- Hann söng sjálfur í myndinni The Doors þar sem hann lék Jim Morrison sjálfan. Lífandi meðlimir hljómsveitarinnar áttu erfitt með að greina rödd Kilmers frá rödd Morrisons.
- Af öllum þeim leikurum sem hafa leikið Batman telur Bob Kane, skaparar myndanna, Kilmer vera bestan.
- Hann hafnaði hlutverki Patrick Swayze í myndinni Dirty Dancing vegna þess að hann vildi ekki vera álitinn „hunk“.

■ **STÖÐ 2 BÍÓ, TOP GUN, KL. 20.00**

Búnir að skemmta landanum síðan 1986 »

Spaugstofan

Spaugstofan var upphaflega heiti á vinnuádstöðu á Skólavörðustíg sem þeir félagar Örn, Sigurður og Pálmi leigðu og í stað þess að kalla vinnuádstöðuna „Skrifstofuna“ fékk hún það heiti sem fylgt hefur þessu gengi síðan þá. Birtist á skjám landsmanna árið 1986, fjórir þættir sem voru teknir upp um sumarið 1985 undir heitinu Spaugstofan. Hún var þá þannig skipuð að í henni voru Örn, Sigurður, Karl, Randver og Laddi. En eftir að Laddi gekk til liðs við Grínidjuna kom Pálmi Gestsson í hans stað. Síðan kom Spaug-

stofan fram í því formi sem hún er í dag árið 1989 og hefur verið þannig allar götur síðan þá með þeirri undantekningu þegar Linda Ásgeirsdóttir og Erla Ruth Harðardóttir voru með þeim tvo vetur á skjánum. Þættir Spaugstofunnar eru orðnir rúmlega 200 en það lætur nærri að vera um það bil 84 klukkustundir af efni. Þrjár heilir sólarhringar af gríni. Þessir góðkunnu leikarar skemmta landanum á hverju einasta laugardagskvöldi og vekja athygli á gamansaman hátt þau mál sem eru í deigluinni.

■ **RÚV, KL. 20.10**





Opel. Þýski gæðingurinn.



JÓLIN NÁLGAST! NÁÐU FORSKOTI Á NÝJUM OPEL.

Við erum í sérstöku hátíðarskapi og því býðst þér Opel á frábæru jólatilboði út allan desember með einungis **10% útborgun!** En það er ekki allt: Hverjum Opel fylgir **100.000 kr. gjöf** frá Bræðrunum Ormsson handa þeim sem þér þykir vænt um.

Opel Meriva DVD

Á Opel Meriva kynnist þú áður óþekktu frelsi því sveigjanleiki og öryggi þessarar verðlaunabifreiðar skilar sér ótvírætt við íslenskar aðstæður. Prófaðu þennan fallega bíl sem er í fremsta flokki hvað snertir sparneytni og það verður ekki aftur snúið.

VERÐ FRÁ AÐEINS: 1.795.000 kr.

10% ÚTBORGUN: 179.500 kr.

AÐEINS 23.999 kr. Á MÁNUÐI*



DVD spilarí fylgir!

Opel Astra Hatchback

Hún er falleg og frábærlega smíðuð. Hún er líka vel búin með ABS hemlavörn, skynvirku fjöðrunarkerfi, aksturstölvu og fullt af fleiri skemmtilegum kostum. Hún er aflmikil en líka sparneytni, lipur en rúmgóð. Hún fær fimm stjörnur í árekstrarprófi Euro NCAP.

VERÐ FRÁ AÐEINS: 1.695.000 kr.

10% ÚTBORGUN: 169.500 kr.

AÐEINS 22.810 kr. Á MÁNUÐI*



Opel Astra Caravan

Opel Astra Caravan hefur verið endurhannaður frá grunni. Hann er frábærlega búinn, sterkur, rúmgóður og með pláss fyrir alla fjölskylduna. Innréttingin er falleg og vönduð og minnr á mun dýrari bíla. Hann er lipur og skemmtilegur í akstri. Hann er með allra öruggustu bílum í sínum stærðarflokki.

VERÐ FRÁ AÐEINS: 1.760.000 kr.

10% ÚTBORGUN: 176.500 kr.

AÐEINS 23.680 kr. Á MÁNUÐI*



Við hvetjum alla ökumenn til að aka varlega um hátíðarnar.



Ingvar Helgason

Sævarhöfða 2 Sími 525 8000 www.ih.is

Opið: Mánudaga – föstudaga kl. 9:00–18:00 og laugardaga kl. 12:00–16:00

Hrísmýri 2a 800 Selfossi 482-3100	Eyrarlandi 1 530 Hvammstanga 451-2230	Sæmundargötu 3 550 Sauðárkróki 453-5141	Holtsgötu 52 260 Njarðvík 421-8808	Dalbraut 2b 300 Akranesi 431-1376	Víkurbraut 4 780 Höfn í Hornafirði 478-1990	Búðareyri 33 730 Reyðarfirði 474-1453	Sindragötu 3 400 Ísafirði 456-4540	Óseyri 5 603 Akureyri 461-2960
---	---	---	--	---	---	---	--	--------------------------------------

*Miðað við bílasamning Glitnir með 10% útb. og eftirstöðvar í 84 mánuði.

EKKI MISSA AF ...



20.30 / BBC PRIME

How to Be a Prince

21. júní árið 2003 varð prins William 21 árs. Þessi heimildamynd sem er í tveimur þörtum, rannsakar það hvernig það er að vera næstur í röðinni í há-sætið. Í þáttunum er tekið viðtal við fyrrverandi starfsmenn konungs, ævisöguritari og blaðamenn. Þátturinn afhjúpar persónuleika Williama og ber hann saman við forvera hans. Hvað getur maður læst til af mann sem mun væntanlega einhvern daginn verða konungur Bretlands.



21.00 / VH1

MTV Unplugged

Í þessum þætti geturu fylgst með Elton John spila órafmagnað á tónleikum MTV. Í þáttunum koma heimsfrægir listamenn fram og flytja lög sín órafmögnuð. Flutningurinn helst því hrár, einfaldur og ferskur. Nú er ekki hægt að fela sig bakvið nein stúdíótrix og verða listamennirnir að ná að heilla áhorfendurnar á tónleikumunum upp úr skónum svo að það skili sér til áhorfenda heima í stofu.

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL

Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT

12.45 Ski Jumping: World Cup Harrachov 14.30 Bobsleigh: World Cup Igls 15.30 Biathlon: World Cup Hochfilzen Germany 16.30 Swimming: European Championship Italy 18.00 Cross-country Skiing: World Cup Vernon Canada 18.45 Ski Jumping: World Cup Harrachov 19.30 Cross-country Skiing: World Cup Vernon Canada 20.45 Snooker: UK Championship York 23.00 Xtreme Sports: Yoz Mag 23.30 Curling: European Championship Germany

BBC PRIME

12.30 Passport to the Sun 13.00 Doctors 13.30 Doctors 14.00 Doctors 14.30 Doctors 15.00 My Hero 15.30 Yes Prime Minister 16.00 Top of the Pops 16.35 Top of the Pops 2 Specials 16.55 The Weakest Link 17.40 Strictly Come Dancing 18.40 Casualty 19.30 Strictly Come Dancing 20.00 What I Wish I'd Known When I Was 20 20.30 How to Be a Prince 21.30 Growing Up and Up 22.30 Top of the Pops 23.05 Top of the Pops 2 Specials 23.25 The League of Gentlemen 0.00 Meet the Ancestors 1.00 The Private Life of a Masterpiece 2.00 Discovering Science

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Seconds From Disaster 13.00 Megacities 14.00 Megastructures 15.00 When Expeditions Go Wrong 16.00 Seconds From Disaster 17.00 Air Crash Investigation 18.00 The Longest River 19.30 The Death of Aryan Senna 20.00 Murder Dolls? 21.00 TBC 23.00 Dambusters 0.00 Most Amazing Moments 1.00 Most Amazing Moments

ANIMAL PLANET

12.00 Miami Animal Police 13.00 Greatest Wildlife Show on Earth 14.00 Making Animal Babies 15.00 Monkey Business 15.30 Meerkat Manor 16.00 Big Cat Diary 16.30 Predator's Prey 17.00 Crocodile Hunter 18.00 Britain's Worst Pet 18.30 Animal Planet at the Movies 19.00 The Lost Elephants of

Timbuktu 20.00 Face to Face with the Polar Bear 21.00 The Bear Whisperer 22.00 Wolves of the Sea 23.00 Maneater's Worst Pet 0.30 Animal Planet at the Movies 1.00 Face to Face with the Polar Bear 2.00 The Bear Whisperer

DISCOVERY

12.05 The Greatest Ever 13.00 Journey to the Centre of the Earth 14.00 Big, Big Bikes 15.00 Big, Big Bikes 16.00 Reel Race 17.00 Ray Mears' World of Survival 17.30 Ray Mears' World of Survival 18.00 Super Structures 19.00 Man Made Marvels 20.00 American Chopper 21.00 Rides 22.00 Street Racing 23.00 Trauma 0.00 The 50 Stone Woman 1.00 FBI Files 2.00 Big, Big Bikes

MTV

12.00 Pimp My Ride 12.30 Pimp My Ride 13.00 Pimp My Ride 13.30 Pimp My Ride Weekend Music Mix 14.00 Pimp My Ride 14.30 Pimp My Ride 15.00 TRL 16.00 Dismissed 16.30 Just See MTV 17.30 The Trip 18.00 European Top 20 19.00 The Fabulous Life of 19.30 Cibs 20.00 Viva La Bam 20.30 Pimp My Ride 21.00 Top 10 at Ten 22.00 Jackass 22.30 Andy Milonakis Show 23.00 So '90s 0.30 Just See MTV 2.00 Chill Out Zone

VH1

12.00 Smells Like the 90s 12.30 So 80s 13.00 The Fabulous Life of... 14.00 The Fabulous Life of... 15.00 The Fabulous Life of... 16.00 The Fabulous Life of... 17.00 VH1 Viewer's Jukebox 18.00 Hogan Knows Best 18.30 Making the Video 19.00 The Fabulous Life of... 20.00 VH1 All Access 21.00 MTV Unplugged 22.00 Viva la Disco 0.30 Flipside 1.00 Chill Out 2.00 VH1 Hits

CLUB

12.15 Sizzle 12.45 A Taste of Barbados 13.10 Simply Indian 13.40 Matchmaker 14.10 In Your Dreams 14.35 Saturday Morning Kitchen 15.00 Insights 15.25 Backyard Pleasures 15.50 Fantasy Open House 16.15 City Hospital 17.00 Yoga Zone 17.25 The Method 17.50 G-Girls 18.15 Girls Behaving Badly 18.40 Weddings 19.10 Weddings 19.40 Single Girls 20.30 Matchmaker 21.00 Cheaters 22.00 Spicy Sex Files 23.00 Spicy Sex Files 0.00 What Men Want 0.30 Ex-Rated 1.00 Hollywood One on One 1.25

Hollywood One on One 1.55 Paradise Seekers

EI ENTERTAINMENT

12.00 101 Most Shocking Moments in... 13.00 101 Most Shocking Moments in... 14.00 It's Good To Be 14.30 The Soup UK 15.00 The E! True Hollywood Story 16.00 Uncut 17.00 The E! True Hollywood Story 19.00 E! News Weekend 20.00 The E! True Hollywood Story 22.00 Dr. 90210 23.00 The Soup UK 23.30 Girls of the Playboy Mansion 0.00 Taradise 0.30 Taradise 1.00 The E! True Hollywood Story

CARTOON NETWORK

12.00 Cow and Chicken 12.30 Courage the Cowardly Dog 13.00 Dexter's Laboratory 13.30 The Powerpuff Girls 14.00 The Grim Adventures of Billy & Mandy 14.30 Ed, Edd n Eddy 15.00 Transformers Energon 15.30 Duel Masters 16.00 Hi Hi Puffy AmiYumi 16.30 Atomic Betty 17.00 Codename: Kids Next Door 17.30 Foster's Home for Imaginary Friends 18.00 What's New Scooby-Do? 18.30 Duck Dodgers in the 24 1/2 Century 19.00 Charlie Brown Specials 19.30 Tom and Jerry 20.00 The Flintstones 20.30 The Jetsons 20.45 The Jetsons 21.00 Droopy Master Detective 21.30 Scooby-Do 22.00 Tom and Jerry 23.00 Dexter's Laboratory 23.30 The Powerpuff Girls 0.00 Johnny Bravo 0.30 Ed, Edd n Eddy 1.00 Skipper & Skeeto 2.00 Spaced Out

JETIX

12.05 Braceface 12.30 Ubos 12.55 Three Friends and Jerry II 13.10 Digimon II 13.35 Mobile Mysteries 14.00 Super Robot Monkey Team Hyperforce Go! 14.25 Totally Spies 14.50 Pucca 15.00 Martin Mystery 15.30 A.T.O.M. Alpha teens on machines 16.00 Spider-Man 16.30 Totally Spies

MGM

13.05 I Want to Live (TV Movie) 14.40 Breakheart Pass 16.15 Medgar Evers Story 18.00 Final Combination 19.35 Of Mice And Men 21.25 Toy Soldiers 23.15 Khartoum 1.20 Board Heads

TCM

20.00 North by Northwest 22.15 Zigzag 0.05 Bachelor in Paradise 1.55 Hysteria

HALLMARK

13.30 Love Or Money 15.00 Varian's War 17.00 A Christmas Carol - The Musical 18.30 Lives of the Saints 20.00 Law & Order Vi 21.00 My Own Country 22.45 Brotherhood of Murder 0.30 Law & Order Vi 1.30 Lives of the Saints

BBC FOOD

12.00 Jancis Robinson's Wine Course 12.30 Grigson 13.00 Gary Rhodes 13.30 Tamash's Weekends 14.00 The Occasional Cook 14.30 The Tanner Brothers 15.00 Secret Recipes 15.30 Giorgio Locatelli - Pure Italian 16.00 Floyd's Fjord Fiesta 16.30 Saturday Kitchen 17.00 The Way We Cooked 17.30 Kitchen Takeover 18.00 Ching's Kitchen 18.30 Wild Harvest 19.00 Coxon's Sporting Feast 19.30 Just in Africa 20.00 Off the Menu 20.30 Food Source Asia 21.00 Friends for Dinner 21.30 Dinner in a Box 22.00 The Naked Chef 22.30 Saturday Kitchen

DR1

12.10 Nationen 12.30 Det var dengang - i 70'erne 14.30 Planet X 15.00 Boogie Listen 16.00 Bamses Julereise 16.40 Fer sendagen 16.50 Held og Lotto 17.00 Bamses Julereise 17.30 TV Avisen med vejret 17.55 SportNyt 18.05 Hunde på job 18.30 Når Iverne kommer til byen 19.00 Hurra for de blå husarer 20.35 Herretur 22.25 Anklaget 23.05 Boogie Listen

SV1

13.55 Packat & klart 14.25 Mat/Tina 14.55 Utgrávarna 15.25 Nobelpriset 2005 - prisutdelningen 17.00 Världscupen: Alpin Aspen 17.15 Boli-Bompa 17.16 Julkalendern: En decemberdröm 17.30 Disneydags 18.00 Bert 18.30 Rapport 18.45 Sportnytt 19.00 På spåret 20.00 Världscupen: Alpin Aspen 21.00 Popcorn 21.30 Brottskod: Försvunnen 22.15 Rapport 22.20 Simning: EM kortbana Trieste 22.50 Lite som du 23.20 Lost Son 1.00 Sändning från SVT24

Drauma Verold Kaupalkans

Hefurðu keypt þér eitthvað sætt nýlega?

Meinfyndin og sönn í senn! • Bók fyrir skvísur

Skvísaðu einni í jólapakkann!

Salka

Ármúla 20 • s. 552 1122 • www.salkaforlag.is

Ótrúlega búðin[★]

Kringlan • Fjörður • Keflavík

ÁLFASTYTТА



MJÚK
LYKLAKIPPU
hundabudda



FORM
til að teikna eftir



Þrjár risa
BLÝANTAR



LÍMMIÐAR
með broskörllum



6X ÞRÍVÍDDARPÚSL
mótorhjól, flugvélar

LYKLAKIPPA
með vasaljósi



Jólasveinar athugið!

JÓLASVEINAVÖRUR Í MIKLU ÚRVALI

SKORDÝR
í poka



Fléttuð
VINABÖND



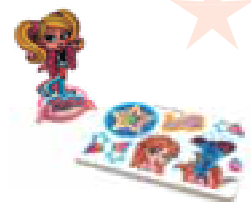
Vönduð
PLASTHÚÐUÐ SPIL



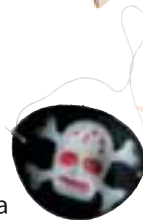
GLÓIR
í myrkri



6X ÞRÍVÍDDARPÚSL
stelpur



Sjóræningja
AUGNLEPPUR



BARNATÖLVUÚR
margar gerðir
margir litir



SÓGLERAUGU
tveir litir



Formanlegur
STRESSBOLTI



Fimm
SMÁBÍLAR



Vörurnar í þessari auglýsingu kosta frá kr. 45,- til kr. 295,-



BÖRN

▶ 18.50

JÓLADAGATAL SJÓNVARPSINS



SPJALL

▶ 20.00

SJÁLFSTÆTT FÓLK



DRAMA

▶ 21:30

BOSTON LEGAL



RAUNVERULEIKI

▶ 20.40

LAGUNA BEACH



GOLF

▶ 21.20

TARGET WORLD CHALLENGE 2005

SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN

SIRKUS



MORGUN

8.00 Morgunstundin okkar **8.03** Skordýr í Sólarlaut (2:26) **8.27** Sammi brunavörður (23:26) **8.39** Hopp og hí Sessami (32:52) **9.05** Disneystundin **9.06** Líló og Stíth (51:65) **9.28** Sjálgildar teiknimyndir (13:42) **9.35** Mikki mús (13:13) **9.58** Matti morgunn (16:26) **10.15** Jóládagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (10:24) **10.25** Latibær **11.00** Spaugstofan **11.30**

7.00 Litlir hnettir **7.05** Myrkfælnu draugarnir (9:11) **7.30** Addi Paddi **7.35** Engie Benjy **7.45** Könnuðurinn Dóra **8.10** WinxClub **8.35** Ginger segir frá **9.00** Skrímslasplíði **9.25** Titeuf **9.45** Froskafjör **9.50** Nýja vonda normin **10.15** Stróri draumurinn **10.40** The Fugitives **11.05** Galdrabókin (10:24) **11.15** Jesús og Jósefina (11:24) (e)

9.45 Fasteignasjónvarpið (e) **10.30** The King of Queens (e) **11.00** Sunnudagsþátturinn **12.00** Cheers – öll vikan (e)

8.55 A1 Grand Prix **12.30** FIFA World Cup Championship 2006 **14.10** UEFA Champions League **15.50** Spænski boltinn **18.00** Meistaradeildin með Guðna Bergs

18.45 UEFA Champions League (Meistaradeild Evrópu)

DAÐUR

Hljómsveit kvöldsins **12.00** Kallakaffi (11:12) **12.30** H.C. Andersen – Saga af skáldi (2:2) **13.20** Vatnalandið Plitvice **14.20** Vívaldi grímulaus **15.25** Stórfiskar **15.55** EM í sundi **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Stundin okkar

11.35 You Are What You Eat (8:17) **12.00** Hádegisfréttir **12.25** Silfur Egils **13.55** Neighbours **14.15** Neighbours **14.35** Neighbours **14.55** Neighbours **15.15** Neighbours **15.40** Það var lagið **16.40** Supernanny (5:11) **17.35** Oprah (17:145) **18.20** Galdrabókin (11:24)

14.00 Borgin mín (e) **14.30** Allt í drasli (e) **15.00** House (e) **16.00** Sirry (e) **17.00** Innlit / útlit (e) **18.00** Judging Amy (e)

15.35 Real World: San Diego (25:27) **16.00** Veggfróður **16.50** Summerland (2:13) **17.35** Fri-ends 5 (9:23) (e) **18.00** Idol extra 2005/2006

fréttabáttur)Fréttir af leikmönnum og liðum í Meistaradeild Evrópu. **19.15** Ítalski boltinn (Ítalski boltinn 05/06)Bein útsending frá 15. umferð í ítalska boltanum. Leikur umferðarinnar en efa stórleikur Inter Milan og

KVÖLD

18.40 Lisa (9:13) Sænskur teiknimyndaflokkur. **▶ 18.50** Jóládagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (11:24) Brúðupættir eftir Jóhann G. Jóhannsson og Þóru Sigurðardóttur. Dagskrárgerð: Eggert Gunnarsson og Hlíf Ingibergsdóttir. **19.00** Fréttir, íþróttir og veður **19.35** Kastljós **20.00** Kallakaffi (12:12) **20.40** Örninn (7:8) **21.40** Helgarsportíð Þáttur um íþróttir helgarnar heima og erlendis. Einnig lítið á bak við tjöldin hjá íþróttamönnum og liðum. **22.05** Á leið til Berlínar Þáttur um söngvarann Robbie Williams og undirbúning hans fyrir tónleikana í Berlín sem verða sýndir á eftir. **22.30** Robbie Williams í Berlín (Robbie Williams: Live from Berlin)Upptaka frá tónleikum sem breski dægurlagasöngvarinn Robbie Williams hélt í Berlín.

18.30 Fréttir, íþróttir og veður **19.10** Kompás Nýr íslenskur fréttaskýringabáttur sem verður vikulega ádagarskrá á samtengdum rásum nýju fréttastöðvarinnar NFS og Stöðvar 2. **▶ 20.00** Sjálfstætt fólk **20.35** Life Begins 2 (5:8) **21.25** The Closer (4:13) **22.10** The 4400 (9:13) (4400) (Rebirth) Magnþrunginn myndaflokkur. Fljúgandi furðuhlutur lendir á jörðinni með 4400 manns. Í hópnum er fólk af ólíkum toga. Þeir sem hafa verið lengst íburtu hurfu fyrir áratugum en áðrir í aðeins fáeina mánuði. Allir eiga það sameiginlegt að líta nákvæmlega eins út og áður. Enginn hefur elst og enginn veit að mánuðir og ár hafa líðið á jörðinni. Bönnuð börnum. **22.55** Deadwood 2 (11:12) (The Whores can Come) Verðlaunabáttaröð sem hefur verið lýst sem Sopranos í villta vestrinu. Deadwood er litríkur landnemabær í Bandaríkjunum þar sem allt er leyfilegt. Gullæði rekur marga áfram en fæstir hafa heppnina með sér. Hér leynast margir svartir sauðir og illmenn í fara um með ránshendi á degi hverjum. Stranglega bönnuð börnum.

19.00 Battlestar Galactica (e) **20.00** Poppunktur **21.00** Rock Star: INXS **▶ 21.30** Boston Legal Chelina biður Alan um aðstoð í Texas, fyrrum kúnni hennar fékk dauðadóð en hún er viss um að hann sé saklaus. **22.25** Rock Star: INXS (framhald) Í þættinum Rockstar er leitað að nýjum söngvara fyrir áströlsku rokk sveitina INXS. Auglýst var eftir umsækjendum um allan heim og þeir sem komust í gegnum síuna fóru til Bandaríkjanna þar sem keppnin sjálf fór fram. Sérvaldir dómara, áhorfendur og auðvitað hljómsveitar meðlimirnir sjálfir gefa keppendum einkunn og sá sem stendur uppi sem sigurvegari mun syngja með hljómsveitinni á risatónleikum, sem jafnframt verða þeir fyrstu í tónleikaferða INXS um heiminn.

18.30 Fréttir NFS **19.00** Girls Next Door (6:15) **19.30** Party at the Palms (3:12) **20.00** Ástarfleyið (8:11) **▶ 20.40** Laguna Beach (10:11) **21.05** Fabulous Life of (4:20) (Fabulous Life of: Miami) Þessum frábæru þáttum er farið á bakvið tjöldin með þotulíðinu í Hollywood. Hver stjarnan af annarri er tekin undir smásjána og áhorfandinn fær að fylgjast með hinu hversdagslega lífi stjörnuanna. Einstakt tækifæri til að sjá hvernig líf stjarnanna er í raun. **21.30** Fashion Television (6:34) Í **21.55** Weeds (10:10) (Godmother) Eftir að eignaður hennar deyr snögglega lendir húsmóðirin, Nancy Botwiní miklum fjárhagsvand-ræðum. Til þess að bjarga sér úr vandræðunum tekur Nancy upp á því að fara að selja maríjúana Los Angeles borgar. **22.30** So You Think You Can Dance (10:12) Framleiðendur American Idol eru komnir hér með splunkunýjan raunveruleikabátt þar sem þeir leita að besta dansara Banaríkjana.

AC Milan. Ár hvert er þetta einnstærsti leikur ársins á Ítalíu. Sannkallaður borgarslagur. **▶ 21.20** Target World Challenge 2005 Bein útsending frá Target World Challenge. Tiger Woods skipuleggur og velur keppendurnar á mótinu.

NÓTT

23.45 Kastljós **0.10** Útvarpsfréttir í dagskrárlök

23.45 Idol – Stjöruleit 3 **0.40** Idol – Stjöruleit 3 **1.10** Over There (6:13) **1.55** Crossing Jordan (16:21) **2.40** Familjehemligheter **4.20** Alien 3 (Stranglega bönnuð börnum) **6.10** Tónlistarmyndbönd frá Popp TÍVÍ

23.40 C.S.I. (e) **0.35** Sex and the City (e) **2.05** Cheers – 8. þáttaröð (e) **2.30** Fasteignasjónvarpið (e) **2.40** Östövandi tónlist

23.20 Rescue Me (10:13)



FRÉTTIR

▶ 19.10

KOMPÁS



10.00 Fréttir **10.05** Ísland í dag – brot af besta efni liðinnar viku
11.00 Fréttaljós **12.00** Hádegisfréttir/Markaðurinn/lþrótafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Skaftahlíð-Maður vikunnar. **12.25** Silfur Egils **14.00** Endurteknir þættur frá því fyrr um daginn. **16.00** Fréttir **16.10** Morgundagskrá e. **18.00** Veðurfréttir og íþróttir

18.30 Kvöldfréttir

▶ **19.10** Kompás Íslenskur fréttaskýringarþáttur í umsjá Jóhannesar Kr. Kristjánssonar. Í hverjum þætti eru tekin fyrir þrjú til fjögur mál og krufin

til mergjar.Eins og nafnið gefur til kynna verður farið yfir víðan völl og verður þættinum ekkert óviðkomandi. Kynnar eru þulir NFS; Sigmundur Ernir Rúnarsson Logi Bergmann Eíðsson, Edda Andrésdóttir o.fl.

20.00 Helgarþættir NFS e.

2 BÍÓ STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 Anger Management **8.00** Nancy Drew **10.00** Finding Graceland **12.00** Overboard **14.00** Anger Management **16.00** Nancy Drew **18.00** Finding Graceland

20.00 The Dangerous Lives of Alter Boys Bönnuð börnum.

22.00 Ticker (Sprengjuóður) Stranglega bönnuð börnum.

0.00 The Night Caller (Stranglega bönnuð börnum) **2.00** The Believer (Stranglega bönnuð börnum) **4.00** Ticker (Stranglega bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

11.50 Chelsea – Wigan frá 10.12 **13.50** Newcastle – Arsenal frá 10.12 **15.50** Man. Utd. – Everton (b) **18.15** Birmingham – Fulham frá 10.12

20.30 Helgaruppgjör Valtýr Björn Valtýsson sýnir öll mörk helgarinnar í klukkutíma þætti.

21.30 Spurningaþátturinn Spark (e)

22.00 Helgaruppgjör (e) Valtýr Björn Valtýsson sýnir öll mörk helgarinnar í klukkutíma þætti.

23.00 Dagskrárlok



OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.



AKSJÓN

Fréttapátturinn Korter er sýndur kl.18.15 og endursýndur á klukkutíma fresti til kl. 9.15

... Fleiri stöðvar á næstu opnum »

KVEIKTU Á ÞESSU ...



Mílanó-liðin í beinni á Sýn

Ítölsku stórveldin frá Mílanó, Inter og AC, eigast við í dag í einum stærsta leik tímabilsins í ítölsku A deildinni. Liðin deila með sér hinum glæsilega San Siro-leikvangi og eru því bæði á heimavelli – sem er harla óvenjuleg staða. Samkeppnin milli liðanna er eins og gefur að skilja geysihörð en síðustu ár og áratugi reyndar hefur AC haft yfirhöndina, enda liðið verið sigursælt með eindæmum; jafnt á Ítalíu og í Evrópu. Nú um mundir er meira jafnræði með liðunum en oft áður; einungis fjögur stig skilja þau að í deildinni þar sem AC er í öðru sæti og Inter í því fjórða. Bæði eru liðin sjórum hlaðin sem endranær og verður spennandi að sjá hvor hafi betur í einvígi sóknarmannanna snjöllu Adriano hjá Inter og Andrei Shevchenko hjá AC. Báðir hafa farið hamförum uppá síðkastið og skemmtst er að minnast þess er fyrrnefndi skoraði þrennu og síðarnefndi fernu í Meistaradeildinni sama kvöldið.

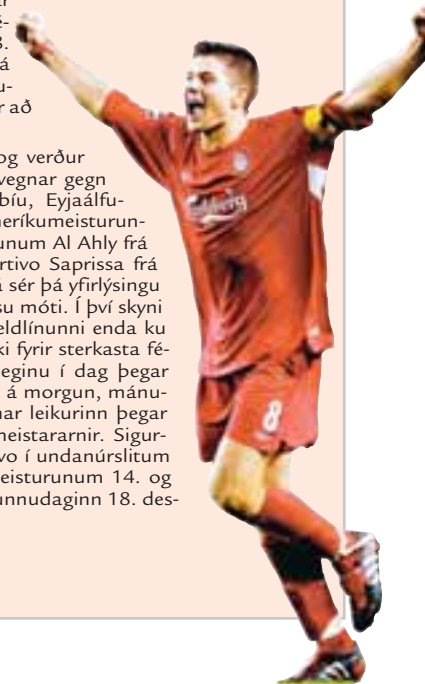
■ SÝN, KL. 19.15

Heimsmeistarakeppni félagsliða

Sterkustu félagslið heims, meistarar hvorrar heimsálfu, mætast á Heimsmeistarakeppni félagsliða sem fram fer í Japan dagana 11.-18. Sýn mun sýna beint frá öllum leikjunum á mótinu og munu sjálfir fulltrúar okkar Evrópubúa, Evrópumeistarar Liverpool, eins og gefur að skilja vera í sérstökum brennidepli.

Hér er um gríðarlega sterkt mót að ræða og verður fróðlegt að sjá hvernig Evópumeisturinum vegnar gegn Asíumeisturinum í Al Itthad frá Saudi-Arabíu, Eyjaálfumeisturinum í Sidney FC frá Ástralíu, S-Ameríkumeisturinum Sao Paulo FC frá Brasilíu, Afríkumeisturinum Al Ahly frá Egyptalandi og Ameríkumeisturinum Deportivo Saprissa frá Mexíkó. Forsvarsmenn Liverpool hafa sent frá sér þá yfirlýsingu að allt kapp verði lagt á að vinna sigur á þessu móti. Í því skyni munu allir sterkustu leikmenn liðsins vera í eldlínunni enda ku þeim mjög í mun að sýna fram á að þeir leiki fyrir sterkasta félagslið heims. Fyrsti leikurinn fer fram í hádeginu í dag þegar meistarar Afríku og Asíu mætast. Í hádeginu á morgun, mánudaginn 12. desember, verður svo háður annar leikurinn þegar eigast við Eyjaálfumeistararnir og Ameríkumeistararnir. Sigurvegarar úr þessum tveimur leikjum mætast svo í undanúrslitum á móti Evrópumeisturinum og S-Ameríkumeisturinum 14. og 15. desember. Úrslitaleikurinn fer svo fram sunnudaginn 18. desember.

■ SÝN, KL. 12.30.





HVAÐ ER Í KASSANUM ...

...há Páli Rósinkranz?

Uppáhalds sjónvarpsþáttur? Það hefur nú verið Curb Your Enthusiasm, hætt að sýna hann núna.

Hvað mætti sýna oftar? Mætti auka endursýningar á RÚV. Ef maður missir af þætti getur maður ekki séð hann aftur.

Fyrsta sjónvarpsminningin? Ætli það sé ekki Stundin okkar í svart, hvíta sjónvarpinu.

Uppáhalds sjónvarpsstjarnan? Larry Davis í þáttunum Curb Your Enthusiasm.

Í heimsókn til heiðursverlaunhafa Eddunnar »

Vilhjálmur Hjálmarsson

Sjálfstætt fólk er einn vinsælasti þátturinn á Íslandi. Jón Ársæll Þórðarson leitar uppi forvitnilegt fólk á öllum aldri og verður vel á gengt. Í þættinum í kvöld ferðast Jón Ársæll út á land, nánar tiltekið í Mjóafjörð þar sem hann heimsækir heiðursverðlaunahafa Eddunnar, hann Villa í Brekku eða Vilhjálm Hjálmarsson fyrrum menntamálaráðherra. Vilhjálmur vinnur í fiski austur á Mjóafirði auk þess að stunda félagsfræðirannsóknir og skriftir þó hann sé kominn vel á tíræðis aldurinn. Vilhjálmur reitir af sér brandara eins og hans er von að vísa í bland við óendanlegan fróðleik um Mjófirðinga sem hann hefur rannsakað og skrifað um í áratugi. Jón Ársæll fer ásamt viðmælenda sínum út á sjó og skoðar sveitina fallegu þar sem var eitt sinn reist stærsta hvalveiðistöð í heimi. Byggðarlagið er það minnsta á Íslandi en um leið það ríkasta og þangað kemst helst enginn nema fuglinn fljúgandi. Til að gefa örtilta hugmynd um stærðarhlutföllin þar eystra þá eru nú um þessrar mundir í heildina talið þrír nemendur í grunnskóla Mjóafjarðar og kennarnir eru jafnmargir nemendum. Í þættinum slægir Vilhjálmur fisk fyrir okkur og kíkt er á fiskeldið í firðinum. Vilhjálmur Hjálmar-

sson fékk nú nýverið heiðursverðlaun Eddunnar árið 2005 fyrir framlag sitt til stofnunar Kvikmyndasjóðs Íslands árið 1978. Hann er laundrjúgur húmoristi og vís til að skrökva ýmsu uppá sig til að krydda frásagnir. Hann hefur t.d. notað í miklum mæli til hinnar frægu setningar Jónasar frá Hriflu: Þetta hefði getað verið satt þegar hann er staðinn að verki. Villi í Brekku, fegurð fjallanna og einstætt mannlíf á Íslandi í þættinum í dag.

■ STÖÐ 2, SJÁLFSTÆTT FÓLK, KL. 19.50



Þetta vissum við ekki um Harvey Keitel

● Hann vann sem réttarhraðritari í New York í 10 ára meðan hann var að reyna að koma sér áfram sem leikari.

● Á sitt eigið kvikmyndaframleiðslufyrirtæki, The Goatsinger, ásamt félagasínum Peggy Gormley.

● Hann kom fram í myndinni Get Shorty og fram-

haldsmyndinni Be Cool í sitt hvorum hlutverkunum.

● Ein og góður vinur hans, Robert De Niro, finnst Keitel venjulega mjög óþægilegt að vera í viðtölum. Hann er oft mjög stressaður og hlær taugatrektur í þeim.

● Hann var rekinn úr

myndinni Apocalypse Now, sem er lauslega byggð á skáldsögu Joseph Conrads. Hann birtist þó myndinni The Duellists sem er einnig byggð á einni af sögum Joseph Conrad.

● Hann vann einnig sem sölumaður í skó búð fyrir konur.

■ STÖÐ 2 BÍÓ, FINDING GRACELAND, KL. 18.00

Sófasett 3+2

Áklæði með óhreinindavörn
Litir: Ljóst • sandlitað • brúnn



kr.79.900.-
Verð áður: 129.900.-

Premium svefnsofi

2ja sæta svefnsofi með heilsudýnu
Microfíberáklæði
Litir: ljós (beige)



Yfirdýna fylgir

kr. 84.900.-
Verð áður: 114.900.-

Mervana svefnsofi

Svefnsofi (klikk-klakk)
Springdýna • rúmfatageymsla



kr. 24.900.-
Verð áður: 49.900.-

TAKTU FORSKOT Á SÆLUNA

SETT HÚSGAGNAVERSLUN FLYTUR UM ÞESSAR MUNDIR Í NÝTT OG GLÆSILEGT HÚSNÆÐI AÐ **ASKALIND 2A Í KÓPAVOGI**. AF ÞVÍ TILFENI VILJUM VIÐ BJÓÐA VIÐSKIPTAVINUM OKKAR SÉRSTAKAN **FRAMKVÆMDA AFSLÁTT** SEM VEITIR FRÁBÆRT TÆKIFÆRI TIL AÐ GERA KJARAKAUP FYRIR JÓLIN.



Megan hægingastóll

Ítalskt leður • Microfíberáklæði
Litir: Dökkbrúnn • ljósbrúnn
svartur • gulur



Rafmagnsnudd

kr. 59.900.-
Verð áður: 79.900.-

Megan 3ja sæta hægingasófi

Ítalskt leður • Microfíberáklæði
Litir: Svartur • dökkbrúnn



Útdregið borð í miðjum sófa

kr. 89.900.-
Með Microfíberáklæði

kr. 119.900.-
Með ítölsku leðri • Verð áður: 179.900.-

Hægingastóll

Microfíberáklæði • leður
Litir: Ljósbrúnn • brúnn

kr. 24.800.-
Með Microfíberáklæði
Verð áður: 38.900.-

kr. 34.900.-
Með ítölsku leðri

Rúm (Expert Optimal)

Til í þremur stærðum

Rúm með dýnu

90 x 200.....kr. 31.700.-
160 x 200.....kr. 53.900.-
180 x 200.....kr. 62.800.-

Yfirdýna (latex)

90 x 200.....kr. 12.900.-
160 x 200.....kr. 19.900.-
180 x 200.....kr. 22.900.-



Heilsukoddi (latex)

Lagar sig að höfðinu
Leggst vel að hálsi

kr. 4.490.-



Koddi

Með gæsadún
Mjúkur og þægilegur

kr. 4.900.-



SETT

HÚSGAGNAVERSLUN

OPNUNARTÍMI: MÁNUD - FÖSTUD 11:00 - 18:00 LAUGARDAGA 11:00 - 16:00 SUNNUDAGA 13:00 - 16:00

SETT HÚSGAGNAVERSLUN • ASKALIND 2A - 201 KÓPAVOGUR - SÍMI 534 1400 - WWW.SETT.IS

EKKI MISSA AF ...



22.00 / ANIMAL PLANET

Killer Elephants

Ótrúleg umfjöllun um bardaga milli fila og nashyrninga. Einhver ástæða er fyrir bardögum á milli þeirra en hvað er það sem hvetur dýrin til drápa á hvort öðru. Fylgstu með hugsanaheimi þessara miklu dýra.



22.00 / MTV

I want a Famous Face

Hversu langt myndirðu ganga til að líta út eins og uppáhalds stjarnan þín? Nefaðgerð, magaminnkun og kannski andlitslyfting? Í þættinum í kvöld fylgumst við með mönnum sem vilja líta út eins og Ricky Martin og þurfa að gangast undir sársaukafullar lýtaaðgerðir til að líta út eins og hann.

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL

Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT

12.45 Ski Jumping: World Cup Harrachov 14.30 Bobsleigh: World Cup Igls 15.30 Alpine Skiing: World Cup Val d'isere France 16.00 Swimming: European Championship Italy 18.00 Snooker: UK Championship York 19.00 Snooker: UK Championship York 20.00 Alpine Skiing: World Cup Aspen United States 20.45 Snooker: UK Championship York 22.30 Olympic Games: Mission to Torino 23.00 Curling: European Championship Germany

BBC PRIME

12.00 Helix: The Real Atlantis 13.00 Classic EastEnders 13.30 Classic EastEnders 14.00 EastEnders Omnibus 14.30 EastEnders Omnibus 15.00 EastEnders Omnibus 15.30 EastEnders Omnibus 16.00 The Life of Mammals 17.00 Last of the Summer Wine 17.30 2 point 4 Children 18.00 Down to Earth 19.00 Rick Stein's Food Heroes 19.30 Changing Rooms 20.00 No Going Back: a Year in France 20.30 A Place in France 21.00 Top Gear Xtra 22.00 Trouble at the Top 22.40 The Ship 23.30 Wildlife 0.00 The Promised Land 1.00 Battlefield Britain 2.00 Suenos World Spanish 2.15 Suenos World Spanish

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Insects from Hell 12.30 Insects from Hell 13.00 Seconds From Disaster 14.00 Search For The Lost Fighter Plane 15.00 TBC 17.00 Katrina - Pet Rescue 18.00 Katrina 19.00 Tanker Time Bomb 20.00 Megastructures 21.00 Seconds From Disaster 22.00 TBC 23.00 Air Crash Investigation 0.00 Seconds From Disaster 1.00 Seconds From Disaster

ANIMAL PLANET

12.00 Austin Stevens - Most Dangerous 13.00 Killing for a Living 14.00 Wild India 15.00 Monkey Business 15.30 Meerkat Manor 16.00 Big Cat Diary 16.30 Predator's Prey 17.00 Crocodile Hunter 18.00 Lyndal's

Lifeline 19.00 Cousins 20.00 Wild India 21.00 Animal Cops Houston 22.00 Killer Elephants 23.00 Killing for a Living 0.00 Wild India 1.00 Lyndal's Lifeline 2.00 Cousins

DISCOVERY

12.05 Ultimates 13.00 Dream Machines 13.30 Dream Machines 14.00 Mythbusters 15.00 Brainiac 16.00 Deadliest Catch 17.00 Blueprint for Disaster 18.00 Biker Build-Off 19.00 American Chopper 20.00 Mythbusters 21.00 Ice Hotel 22.00 Extreme Engineering 23.00 Zero Hour 0.00 Sensing Murder - Denmark 1.00 Reel Race 2.00 Mythbusters

MTV

12.00 Pimp My Ride 12.30 Pimp My Ride 13.00 Pimp My Ride 13.30 Pimp My Ride Weekend Music Mix 14.00 Pimp My Ride 14.30 Pimp My Ride 15.00 TRL 16.00 Dismissed 16.30 Just See MTV 17.30 MTV Goal 18.00 World Chart Express 19.00 Dance Floor Chart 20.00 Switched on MTV 21.00 Top 10 at Ten 22.00 I Want a Famous Face 22.30 The Trip 23.00 MTV Live 23.30 MTV Live 0.00 Just See MTV

VH1

12.00 VH1 Weekly Album Chart 13.00 Top 20 15.00 Top 20 17.00 Top 20 19.00 Top 20 21.00 Top 20 23.00 VH1 Weekly Album Chart 0.00 VH1 Hits

CLUB

12.15 Hollywood One on One 12.45 Paradise Seekers 13.10 Staying in Style 13.40 Matchmaker 14.10 Design Challenge 14.35 Come! See! Buy! 15.00 In Your Dreams 15.25 Completely Hammered 15.50 e-love 16.15 City Hospital 17.00 Yoga Zone 17.25 The Method 17.50 Yoga Zone 18.40 Retail Therapy 19.10 Girls Behaving Badly 19.40 Single Girls 20.30 Staying in Style 21.00 Cheaters 22.00 More Sex Tips for Girls 22.30 My Messy Bedroom 23.00 My Messy Bedroom 23.30 Retail Therapy 0.00 Vegging Out 0.30 Other People's Houses 1.25 Crimes of Fashion 1.50 Innertainment 2.15 Anything I Can Do

E! ENTERTAINMENT

12.00 It's Good To Be 12.30 The Soup UK 13.00 The E! True Hollywood Story 15.00 The E! True

Hollywood Story 17.00 The E! True Hollywood Story 18.00 The E! True Hollywood Story 19.00 The Soup UK 19.30 It's Good To Be 20.00 50 Biggest Celebrity Break-Ups 22.00 Girls of the Playboy Mansion 22.30 Girls of the Playboy Mansion 23.00 Taradise 23.30 Party @ the Palms 0.00 The Soup UK 0.30 Taradise 1.00 101 Most Shocking Moments in... 2.00 101 Most Shocking Moments in...

CARTOON NETWORK

12.00 Cow and Chicken 12.30 Courage the Cowardly Dog 13.00 Dexter's Laboratory 13.30 The Powerpuff Girls 14.00 The Grim Adventures of Billy & Mandy 14.30 Ed, Edd n Eddy 15.00 Transformers Energon 15.30 Duel Masters 16.00 Hi Hi Puffy AmiYumi 16.30 Atomic Betty 17.00 Codename: Kids Next Door 17.30 Foster's Home for Imaginary Friends 18.00 What's New Scooby-Doo? 18.30 Duck Dodgers in the 24 1/2 Century 19.00 Charlie Brown Specials 19.30 Tom and Jerry 20.00 The Flintstones 20.30 The Jetsons 20.45 The Jetsons 21.00 Droopy Master Detective 21.30 Scooby-Doo 22.00 Tom and Jerry 23.00 Dexter's Laboratory 23.30 The Powerpuff Girls 0.00 Johnny Bravo 0.30 Ed, Edd n Eddy 1.00 Skipper & Skeeto 2.00 Spaced Out

JETIX

12.05 Braceface 12.30 Ubos 12.55 Three Friends and Jerry II 13.10 Digimon II 13.35 Miville Mysteries 14.00 Super Robot Monkey Team Hyperforce Go! 14.25 Totally Spies 14.50 Pucca 15.00 Martin Mystery 15.30 A.T.O.M. Alpha teens on machines 16.00 Spider-Man 16.30 Totally Spies

MGM

12.55 Dirty Dozen: Fatal Mission 14.30 Lady in White 16.20 Adventures of Buckaroo Banzai 18.00 Of Mice And Men 19.50 Long Riders 21.30 Twice Told Tales 23.30 Driving Me Crazy 1.00 Midnight Witness

TCM

20.00 Point Blank 21.35 Pat Garrett and Billy the Kid 23.40 Ride the High Country 1.15 The Good Earth

HALLMARK

13.30 The Man from Left Field 15.15

Forbidden Territory: Stanley's Search for Livingstone 17.00 Mrs. Lambert Remembers Love 18.30 Lives of the Saints 20.00 Law & Order Vi 21.00 Lifepod 22.45 Fatal Error 0.30 Law & Order Vi 1.30 Lives of the Saints

BBC FOOD

12.00 Ching's Kitchen 12.30 Wild Harvest 13.00 Coxon's Sporting Feast 13.30 Just in Africa 14.00 Off the Menu 14.30 Food Source Asia 15.00 Friends for Dinner 15.30 Dinner in a Box 16.00 The Naked Chef 16.30 Saturday Kitchen 17.00 Tyler's Ultimate 17.30 Safari Chef 18.00 Ainsley's Gourmet Express 18.30 Chef at Large 19.00 Sophie's Sunshine Food 19.30 Paradise Kitchen 20.00 Big Kevin Little Kevin 20.30 The Tanner Brothers 21.00 Heat in the Kitchen 21.30 Made to Order 22.00 James Martin Sweet 23.20 Ready Steady Cook

DR1

12.25 Læs for livet 2 12.55 Jeg vil i skole 13.25 Hiv som hælmeighed 13.50 Den levende gudinde 14.20 Bamses Julerejse 14.50 HåndboldSendag 16.30 Fodboldfest 2005 17.00 Bamses Julerejse 17.30 TV Avisen med Sport og Vejret 18.00 Dedens gade 18.30 Sådan ligger landet 19.00 Koncert i en kuffert 20.00 TV Avisen 20.15 Sendag 20.45 SendagsSporten 21.00 Renée Fleming - Magi i luften 22.00 Junglekriger 22.25 Dokumentar - American Short 23.00 Dedens Detektiv 6.00 TV Avisen med vejret

SV1

12.55 På spåret 13.55 Riket - Stormaktstiden 14.55 Dokument utifrån: Den gåckande freden 16.00 Designkontoret 16.30 Om barn i förskolan 17.00 Världscupen: Alpin Aspen 17.15 BoliBompa 17.16 Julkalendern: En decemberdröm 17.30 Tv-huset 18.30 Rapport 19.00 Lite som du 19.30 Sportspegeln 19.55 Världscupen: Alpin Aspen 20.45 Simning: EM kortbana Trieste 21.15 Skarpa lägen 21.45 Vetenskap - Materiens mysterier 22.15 Rapport 22.25 Design 365 22.30 Örnén 23.30 Sändning från SVT24

“Stóllinn sem vex með barninu”

Jólapakkaverð á stól með slá og bólstri
kr. 18.900. 6 litir. stóll kr. 13.900.











Fifa
ALIT FYRIS BORNIN

STOKKE

Húsgagnahöllinni, Bildshöfða 20, Sími 552 2522, www.fifa.is

**VERTU MEÐ...
VERTU DÚNDUR!**



	KVIKMYNDIR	SPENNA	SPENNA	DRAMA	FÓTBOLTI
	 <p>20.55 KAREN BLIXEN - ÆVINTYRALEG ÖRLÖG</p>	 <p>21.50 SIX FEET UNDER</p>	 <p>22:00 C.S.I.</p>	 <p>22.00 SUMMERLAND</p>	 <p>21.00 ENSKU MÖRKIN</p>
	 SJÓNVARPIÐ		 SKJÁREINN	 SIRKUS	 SYN <small>Besta sattið</small>
MORGUN		<p>6.58 Ísland í bítíð 9.00 Bold and the Beautiful 9.20 Í finu formi 2005 9.35 Oprah Winfrey 10.20 Summer Catch 12.00 Hádegisfréttir 12.25 Neighbours 12.50 Í finu</p>			<p>10.10 FIFA World Cup Championship 2006 16.20 FIFA World Cup Championship 2006 18.00 Íþróttaspjallið 18.12 Sportið</p>
DAGUR	<p>15.30 Helgarsportíð 15.55 Ensku mörkin 17.00 Jóladaगतal Sjónvarpsins - Töfrakúlan (11:24) 17.05 Leiðarljós 17.50 Táknmálsfréttir 18.00 Mynda-safnið 18.01 Kóalabræður (45:52) 18.11 Fæturnir á Fanney (2:13) 18.23 Váboði (7:13)</p>	<p>formi 2005 13.05 Fresh Prince of Bel Air 13.30 Osbournes 3 13.50 Big Fat Liar 15.15 The Real Da Vinci Code 16.00 Shoebox Zoo 16.25 Yoko Yakamoto Toto 16.35 Cubix 17.00 Skjaldbökkurnar 17.20 Jesús og Jósefina (e) 17.40 Bold and the Beautiful 18.05 Neighbours</p>	<p>17.55 Cheers 18.20 Popppunktur (e)</p>		<p>18.30 Ítalski boltinn (Ítalski boltinn 05/06)Útsending frá 15. umferði í ítalska boltanum.</p>
KVÖLD	<p>18.50 Jóladaगतal Sjónvarpsins - Töfrakúlan (12:24) 19.00 Fréttir, íþróttir og veður 19.35 Kastljós 20.30 Átta einfaldar reglur (63:76) (8 Simple Rules) Bandarísk gamanþáttaröð. Aðalhlutverk: Katey Sagal, Kaley Cuoco, Amy Davidson, Martin Spanjers og James Garner. 20.55 Karen Blixen - Ævin-tyraleag örlög (Karen Blixen - En fantastisk skæbne) 22.00 Tíufréttir 22.25 Karníval (11:12) (Carnivale II) Bandarískur myndaflokkur.</p>	<p>18.30 Fréttir, íþróttir og veður 19.00 Ísland í dag 19.35 Galdrabókinn (12:24) 19.45 The Simpsons (1:22) (Simpson-fjölskyldan 11) (Beyond Blunderdome) 20.10 Strákamir 20.40 Wife Swap 2 (10:12) 21.25 You Are What You Eat (9:17) (Mataræði 2) (Robert Whitehouse) 21.50 Six Feet Under (7:12) (Undir grænni torfu) (S-lence) 22.40 Most Haunted (13:20) (Reimleikar) (Edinburgh Vaults, Edinburgh, Scotland) Ótrúlega draugalegir þættir sem hrætt hafa líftórna úr bresku þjóðinni síðustu-árin.</p>	<p>19.20 Fasteignasjónvarpið (e) 19.30 Allt í drasli (e) 20.00 The O.C. 21.00 Survivor Guatemala 22.00 C.S.I. CSI er frumleg og óvenjuleg glæpaþáttaröð þar sem persónurnar nota tæknilegar meinafræðirannsóknir til rannsóknar á sönnunargögnum sem sanna eiga glæpi af ýmsu tagi. 22.55 Sex and the City - 2. þáttaröð Samantha samþykkir að sofa hjá samkynhneigðu pari en þegar þau hætta við tekur hún það inná sig og heldur að það sé eitt-hvað að sér. Carrie fer á stefnumót og verður hissa þegar hún heyrir ekkert í herranum eftir stefnumótíð.</p>	<p>18.30 Fréttir NFS 19.00 Summerland (2:13) 20.00 Friends 5 (10:23) 20.30 Fashion Television (7:34) 21.00 Veggfóður 22.00 Summerland (3:13) (Sledgehammer) Banda-rískur myndaflokkur sem fjallar um unga konu sem þarf að kúvenda líf-ísina. 22.45 Weeds (10:10) (God-mother) Eftir að eigin-maður hennar deyr snögglega lendir hús-móðirin, Nancy Botwini miklum fjárhagsvand-ræðum. Til þess að bjarga sér úr vandræð-unum tekur Nancyupp á því að fara að selja maríjúana Los Angeles borgar.</p>	<p>20.30 Ítölsku mörkin Öll mörkin, flottustu tilþrífing og umdeildustu atvikin ítalska boltanum frá síð-ustu umferð. 21.00 Ensku mörkin Mörkin og marktkæifærin úr enska boltanum, næst efstu deild. 21.30 Spænsku mörkin Öll mörkin, tilþrífing og um-deildustu atvikin frá síð-ustu umferði í spænska-boltanum. 22.00 Stump the Schwab (Veistu svarið?) Stór-skemmtilegur spurninga-þáttur þar sem íþróttá-hugamenn láta ljós sitt-skína. 22.30 FIFA World Cup Champ-ionship 2006 (Sydney - Deportivo Sapri)</p>
NÓTT	<p>23.20 Spaugstofan 23.45 Ensku mörkin 0.40 Kastljós 1.35 Dag-skrárlök</p>	<p>23.25 Afterlife 0.10 The Closer (Bönnuð börnum) 0.55 Pups (Stranglea b. börnum) 2.20 Full Tilt Boogie (Stranglea bönnuð börnum) 3.55 Twenty Four 3 (e) 4.45 Fréttir og Ísland í dag 6.05 Tónlistarmyndbönd frá Popp TÍVÍ</p>	<p>23.25 Jay Leno 0.10 Boston Legal (e) 1.00 Cheers (e) 1.25 NÁTTHRAFNAÐ 1.25 Everybody loves Raymond 1.50 Da Vinci's Inquest 2.40 Fasteignasjónvarpið (e) 2.50 Óstöðvandi tónlist</p>	<p>23.20 Friends 5 (10:23) (e) 23.45 The Newlynets (6:30) 0.10 Tru Calling (6:20)</p>	

Fyrir & Eftir

MONIÐ GJAFABRÉFIN

andlitsböð - handsnyrting - fót snyrting - húðhreinsun - litun/plokkun - gelneglur - tattoo - Fake it! brúnkumeðferð - ilmólíunudd - sögæðanudd - cellónudd - líkamsleirmaski - leirvafningar - Aqua Detox afeitrun - Eurowave - hljóðbylgur

UltraDermi - Fyrir andlit: Fjarlægir bólur, ör, poka og bauga.

UltraCel - Fyrir líkamann: Fjarlægir appelsínuhúð, minnkar ummál, dregur úr sliti og ummerkjum meðgöngu

Nýtt* SÁRSAUKALAUST VAX *NÝTT

Opíð: Mán - Fim: 10-20 - Fös: 10-18.30 - Lau: 10-14 Smíðjuvegi 1 - Sími 564 4858 www.fyriroeftir.is



Snyrtistofa: Við bjóðum **Guðbjörgu Grétu Steinsdóttur snyrtifræðing** velkomna til liðs við Fyrir & Eftir heilsustúdíó

SPJALL



07.00

ÍSLAND Í BÍTIÐ



► **7.00** Ísland í bitíð **9.00** Fréttavaktin fyrir hádegi **12.00** Hádegisfréttir/Markaðurinn/Íþróttafréttir/Veðurfiréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegisfréttaviðtal **13.00**

Íþróttapáttur **14.00** Hrafnþing/Miklabraut **15.00** Fréttavaktin eftir hádegi **18.00** Kvöldfréttir/Íslandi í dag/Íþr

19.35 Kvölddagskrá 19.40

Samantekt úr Fréttavaktinni frá því fyrr um daginn. **20.10** Endurtekinn páttur frá liðinni helgi.

21.10 **60 Minutes** Framúrskarandi fréttapáttur sem vitnað er í.

22.00 Fréttir, Íþróttir og veður

22.30 Samantekt úr Fréttavaktinni frá því fyrr um daginn.

23.00 Endursýningar

BÍÓ STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 What About Bob? **8.00** Swept Away **10.00** The Reven- gers' Comedies **12.00** Some- thing's Gotta Give **14.05** What About Bob? **16.00** Swept Away **18.00** The Reven- gers' Comedies

20.00 Something's Gotta Give **22.05** Nine Lives

0.00 The Ring (Stranglega bönnuð börnum) **2.00** Wind- talkers (Stranglega bönnuð börnum) **4.10** Nine Lives (Stranglega bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

14.00 Bolton – Aston Villa frá 10.12 **16.00** Blackburn – West Ham frá 10.12 **18.00** Þrumuskot

19.00 Spurningapátturinn Spark (e)

19.50 Tottenham – Portsmouth (b)

22.00 Að leikslokum

23.00 Þrumuskot (e) **0.00** W.B.A. – Man. City frá 10.12 **2.00** Dagskrárlök

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

Fréttapátturinn Korter er sýndur kl. 18.15 og endursýndur á klukkutíma fresti til kl. 9.15

... Fleiri stöðvar á næstu opnum »

KVEIKTU Á ÞESSU ...



Karen Blixen

– Ævintýrleg örlög

Ævintýrleg örlög er yfirskrift þessarar nýju dönsku heimildamyndar um viðburðaríka ævi rithöfundarins Karenar Blixen. Þar getur að líta mikið af gömlum myndum og viðtöl við fólk sem var nákomid Karen Blixen en myndin var tekin upp í Kenýa, Bandaríkjunum og Danmörku. Saga Karenar Blixen er saga af konu sem naut velgengni, var sterk og sjálfstæð og kærði sig kollótta um viðtekna venjur. Hún vann sigra sem listamaður en varð fyrir vonbrigðum í ástamálum, fjármál hennar voru í óreiðu og hún var haldin þunglyndi. Í myndinni er meðal annars talað við leikkonuna Meryl Streep sem lék Karen Blixen í bíómyndinni Jörð í Afríku (Out of Africa) árið 1980.

■ RÚV, KL. 20.55

Most Haunted

Í myrkum og loftlausum íbúðarholum sem liggja undir steini hlaðinni Edinburgh South-brúnni bjó fyrr á öldum undirmálsfólk borgarinnar; glæpamenn, gleðikonur og morðingjar. Allt síðan þá hafa þær sögur verið á kreiki að þessar skuggaverur fortíðarinnar gangi aftur og ásæki lífendur. Gengi draugasérfræðinganna í bresku þáttunum Most Haunted ákvað að láta á það reyna hvort þessar sögusagnir komi heim og saman, og það sem meira er, hvort hægt sé að sanna þær í eitt skipti fyrir öll með aðstoð tókuvéla, hljóðupptaka og annarrar tiltækra nútímatækni.

■ STÖÐ 2, KL. 22.40



Jólaálagatal **Var 989 BYLGJAN**

Allir eru að hlusta!

Lag dagsins Jólastafríð – Helgi Björnsson

SAW

BLÓÐIÐ MUN FLEIÐA
SÖNDU SMS
SKYTTIÐ JÁ SWB
Á NÚMGRÍÐ 1900!

FRUMSÝND 2. DESEMBER!
STANALEGA ÞÓTTUÐ HIGIRBY 14.24A!

10. HVER VINNURI VINNINGAR ERU; BRÓMIDI FYRIR TVÖ Á SAW II SAW Á DVD • FULLT AF DVD • EN MEIRA AF COCA COLA

DS MOBILE X EGO

Vinningar verða afhendir hjá BT Smáralind. Kópavogi. Með því að taka þátt ertu kominn í SMS klúbb. 99 kr/skeytið.



» Jack Nicholson

Ólst upp hjá ömmu sinni og afa

Jack Nicholson fæddist á Bellevue spítalanum í New York af ógífri dansmæri af enskum og írskum ættum. Jack var alinn upp af ömmu sinni og afa. Hann sótti grunnskóla nærri heimili sínu þar sem hann vann verðlaun fyrir leikhæfileika sína. Nicholson komst að því að foreldrar hans væru í rauninni amma hans og afa og systir sín væri í raun mamma sín þegar Time blaðið gerði umfjöllun um hann. Hann veit ekki enn hver faðir hans er, því amma hans og afa voru þau einu sem vissu það en þau voru látin og sögðu engum frá því. Maður hefur þó sagst vera faðir hans en móðir hans er ekki viss hvort það sé rétt og Nicholson vill ekki fara í DNA próf. Jack Nicholson hefur aðeins verið giftur einu sinni en á samt sem áður fjögur börn með þremur konum. Hann hefur verið sagður með fjölda glæsikvenna í Hollywood og er mikill aðdáandi körfuboltaliðsins LA Lakers og missir aldrei af heimaleik. Jack elskar brandara á sinn kosnað og sást það þegar grínistinn Billy Crystal var kynnrir á Óskarsverðlaunahátíðinni og skaut alla hátíðina á Nicholson sem skellihló í hvert skipti.

■ **STÖÐ 2 BÍÓ, SOMETHING'S GOTTA GIVE, KL. 20.00**



» Veggfóður

Heimsókn til Brynhildar Guðjónsdóttur

Vala Matt fer í skemmtilegt innlit í kvöld eins og henni einni er lagið. Þar skoðar hún ferskar hugmyndir og hvernig þær best njóta sín. Sesselja spjallar við leik- og söngkonuna, Brynhildi Guðjónsdóttur, á fallegu heimili hennar. Brynhildur Guðjónsdóttir lauk námi í leiklist við Guildhall School of Music and Drama vorið 1998. Hún lék hjá nokkrum leikhúsum í London, meðal annars Skellibjöllu í Péttri Pan hjá Royal National Theatre. Brynhildur hefur leikið í nokkrum kvikmyndum, meðal annars Villiljóni, Reykjavík Guesthouse og Monster. Hún er fastráðin við Þjóðleikhúsið og hefur leikið m.a. í Rent, Veisluinni, Með fullri. Hún fer einnig með titillutverknið í söngleiknum Edith Piaf sem er fara inn á

sitt þriðja leikár. Brynhildur mun síðar í vetur leika í jólafrumsýningu hússins; Túsildingsóperunni ásamt því að leika í gamanþáttunum, Stelpurnar, á stöð 2. Sesselja og Gulla stúlka fá að febra heimili Brynhildar með skemmtilegum jóla og ádventu hugmyndum, sem að allir ættu að geta notað. Síðast en ekki síst mun morgunsjónvarpsstjarnan Ragnheiður Guðfinna sýna áhorfendum hvernig hún þakkar niður fyrir stutta helgarferð til útlanda. Nú og svo fá áhorfendur í hendurnar ómótstæðilega uppskrift af hvítlauksbrauði frá þekktum einstaklingi. Allt þetta, og mikil meira í Veggfóðursþætti kvöldsins.

■ **SIRKUS, KL. 21.00**



Þetta vissum við ekki um Diane Keaton

- Hún hefur aldrei gengið í hjónaband.
- Hún er örvhent
- Hún ættleiddi lítinn strák árið 2001.
- Hún tók þátt í frumuppfærslu Broadway á söngleiknum Hárinu.
- Hún og leikstjórinn þekkti Woody Allen

hafa gert átta myndir saman.

- Woody Allen sagði eitt sinn um hana: Í lífinu trúir Diane á guð en hún trúir einnig að útvarp virki vegna þess að það eru þínkultlar manneskjur inn í því.

■ **STÖÐ 2 BÍÓ, SOMETHING'S GOTTA GIVE, KL. 20.00**

Tangent Duo

Vaknaðu við frábæran hljóm

Útvarp með vekjara
Sleep/Timer
Snooze
Hágæða FM/MB útvarp
Heyrnatólatengi
AUX tengi

Verð kr. 19.900



www.radio.is

RADIÓBÆR

ÁRMÚLA 38 • SÍMI 553 1133

Tangent Duo fæst í 4 litum: Eik, Hnotu, Hvítu og Svörtu

tangent
3

EKKI MISSA AF ...



NATIONAL GEOGRAPHRY / KL. 21.00

The Hunt For Hitler's Scientists

Í enda seinni heimsstyrjaldarinnar börðust bandamenn í leynd um að handtaka úrvalvísindamenn nasista og komast yfir nýju vopn þeirra. Þessi tækni sem uppgötvast var notuð í kaldastiðinu. Fylgstu með þessum verðmætu vísindamönnum og tækninni frá þessum tíma í þessum heimildarþætti.

BBC PRIME / KL. 19.00

No Going Back: a Year in France

Enskir lögræðingar, Patrick og Colette Bergot hafa flutt fjölskyldur sínar inn í 17. aldar óðal í hjarta Frakklands sem þau vonast til að geta breytt í lúxushótel. Tíminn vinnur ekki með þeim og þeir hafa enga reynslu á þessu sviði, tekst þeim þetta? Þegar gestir byrja að koma eru Patrick og Colette oft á tíðum ótílbúin og hneykslast aðkomendur of yfir gestreininni.



ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL

Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT

12.00 Football: Football World Cup Season Legends 13.00 Football: Football World Cup Season Journeys 13.15 Snooker: UK Championship York 16.30 Football: Eurogoals 17.30 All sports: WATTS 18.00 Alpine Skiing: World Cup Madonna di Campiglio Italy 19.00 Snooker: UK Championship York 22.00 Rally: Dakar Challenge 22.30 All Sports: FIA Gala Monaco 23.30 Curling: European Championship Germany

BBC PRIME

12.00 Are You Being Served? 12.30 Porridge 13.00 Daniel Deronda 14.00 Teletubbies Everywhere 14.10 Bill and Ben 14.20 Yoho Ahoy 14.25 Tweenies 14.45 Fimble 15.05 Tikkabilla 15.35 Intergalactic Kitchen 16.00 How to Be a Gardener 16.30 Ready Steady Cook 17.15 The Weakest Link 18.00 Doctors 18.30 EastEnders 19.00 No Going Back: a Year in France 19.30 A Place in France 20.00 The Inspector Lynley Mysteries 21.30 Coupling 22.00 The Office 22.30 The Office 23.00 Down to Earth 0.00 Journey of Life 1.00 Meet the Ancestors 2.00 Environmental Policy in an International

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 When Expeditions Go Wrong 13.00 Big Cat Crisis 14.00 Seconds From Disaster 15.00 Changing Tombs 16.00 Unlocking da Vinci's Code 17.00 When Expeditions Go Wrong 18.00 Megastructures 19.00 Sharks 20.00 Inside 9/11 21.00 The Hunt For Hitler's Scientists 22.00 A Treasure Ship's Tragedy 23.00 When Expeditions Go Wrong 0.00 The Hunt For Hitler's Scientists 1.00 A Treasure Ship's Tragedy

ANIMAL PLANET

12.00 Amazing Animal Videos 12.30 Monkey Business 13.00 Big Cat Diary 13.30 The Snake Buster 14.00 Britain's Worst Pet 14.30 Animal Planet at the Movies 15.00 Animal Cops Houston 16.00 Pet Rescue 16.30 Wildlife SOS 17.00 Amazing Animal Videos 17.30 The Planet's Funniest Animals 18.00 The Snake Buster 18.30 Monkey

Business 19.00 Predators 19.30 Big Cat Diary 20.00 The Life of Birds 21.00 Animal Cops Detroit 22.00 Predators 22.30 Monkey Business 23.00 Emergency Vets 23.30 Hi-Tech Vets 0.00 Pet Rescue 0.30 Wildlife SOS 1.00 The Life of Birds 2.00 The Snake Buster

DISCOVERY

12.05 Mars on Earth 13.00 Rex Hunt Fishing Adventures 13.30 Hooked on Fishing 14.00 Super Structures 15.00 Extreme Machines 16.00 Junkyard Wars 17.00 Rides 18.00 American Chopper 19.00 Mythbusters 20.00 Boys with Breasts 21.00 Trauma 22.00 Body Works 23.00 Mythbusters 0.00 Forensic Detectives 1.00 FBI Files 2.00 Battlefield Detectives

MTV

12.00 Boiling Points 12.30 Just See MTV 14.00 Pimp My Ride 14.30 Wishlist 15.00 TRL 16.00 Dismissed 16.30 Just See MTV 17.30 MTV/new 18.00 European Top 20 19.00 Switched On 20.00 Global Room Raiders 20.30 Andy Milonakis Show 21.00 Top 10 at Ten 22.00 MTV Goal 22.30 The Real World 23.00 The Rock Chart 0.00 Just See MTV

VH1

12.00 So 80s 12.30 VH1 Hits 16.00 So 80s 17.00 VH1 Viewer's Jukebox 18.00 VH1 Weekly Album Chart 19.00 VH1 Classic 19.30 Then & Now 20.00 VH1 All Access 21.00 Hogan Knows Best 21.30 I Want a Famous Face 22.00 VH1 Rocks 22.30 Flipside 23.00 Top 5 23.30 The Fabulous Life of... 0.00 VH1 Hits

CLUB

12.20 Inertainment 12.45 Girls Behaving Badly 13.10 Staying in Style 13.35 Insights 14.00 Fashion House 14.30 Weddings 15.00 Crimes of Fashion 15.30 City Hospital 16.30 Lofty Ideas 17.00 Yoga Zone 17.25 The Method 17.50 Retail Therapy 18.15 Weddings 18.40 e-love 19.05 Matchmaker 19.30 Crimes of Fashion 20.00 Insights 20.25 Other People's Houses 21.15 Spicy Sex Files 22.10 Sex and the Settee 22.35 Men on Women 23.00 My Messy Bedroom 23.30 Retail Therapy 0.00 Vegging Out 0.30 Other People's Houses 1.25 Crimes of Fashion 1.50 Inertainment

E! ENTERTAINMENT

12.00 E! Entertainment Specials 13.00

E! News Weekend 14.00 101 Hottest Celebrity Bodies 15.00 101 Hottest Celebrity Bodies 16.00 101 Hottest Celebrity Bodies 17.00 101 Hottest Celebrity Bodies 18.00 It's Good To Be 18.30 The Soup UK 19.00 E! News Weekend 20.00 The E! True Hollywood Story 21.00 101 Biggest Celebrity Oops! 22.00 Wild On Tara 23.00 Girls of the Playboy Mansion 23.00 Wild On 0.00 E! News 0.30 The Soup UK 1.00 Wild On Tara 1.30 Girls of the Playboy Mansion 2.00 The E! True Hollywood Story

CARTOON NETWORK

12.00 Cow and Chicken 12.30 Sheep in the Big City 13.00 Dexter's Laboratory 13.30 The Powerpuff Girls 14.00 Pet Alien 14.30 Ed, Edd n Eddy 15.00 Teenage Mutant Ninja Turtles 15.30 Battle B-Daman 16.00 Sabrina, The Animated Series 16.30 Atomic Betty 17.00 Codename: Kids Next Door 17.30 Foster's Home for Imaginary Friends 18.00 What's New Scooby-Doo? 18.30 Duck Dodgers in the 1/2 Century 19.00 Charlie Brown Specials 19.30 Tom and Jerry 20.00 The Flintstones 20.30 Looney Tunes 21.00 Dastardly & Muttley in Their Flying Machines 21.30 Scooby-Doo 22.00 Tom and Jerry 23.00 Dexter's Laboratory 23.30 The Powerpuff Girls 0.00 Johnny Bravo 0.30 Ed, Edd n Eddy 1.00 Skipper & Skeeto 2.00 Spaced Out

JETIX

12.20 Jacob two-two 12.45 So Little Time 13.10 Goosebumps 13.35 Black Hole High 14.00 Spider-Man 14.25 Merville Mysteries 14.50 Digimon II 15.15 Martin Mystery 15.40 Totally Spies 16.05 W.I.T.C.H. 16.30 Sonic X

MGM

13.05 Secret Invasion 14.40 Stella 16.30 Swamp Thing 18.00 Long Riders 19.40 Getting It Right 21.20 Love 600 22.50 Meatballs 4 0.20 Sonny Boy 2.00 War Party

TCM

20.00 Many Rivers to Cross 21.30 Northern Pursuit 23.05 Slim 0.30 Girl Happy 2.05 High Wall

HALLMARK

12.00 Barbara Taylor Bradford: To Be the Best 13.45 Christy: Return to Cutter Gap 15.15 Wedding Daze 17.00 Touched by an Angel II 17.45 The Long

Way Home 19.15 Locked in Silence 21.00 To The Ends of the Earth 22.30 Lonesome Dove: The Series 23.15 They Call Me Sirr 1.00 Locked in Silence

BBC FOOD

12.00 Ainsley's Gourmet Express 12.30 Chef at Large 13.00 Sophie's Sunshine Food 13.30 Paradise Kitchen 14.00 Big Kevin Little Kevin 14.30 The Tanner Brothers 15.00 Heat in the Kitchen 15.30 Made to Order 16.00 James Martin Sweet 16.30 Ready Steady Cook 17.00 Gary Rhodes' Cookery Year 17.30 The Occasional Cook 18.00 Off the Menu 18.30 Chalet Slaves 19.00 Beyond River Cottage 19.30 New Scandinavian Cooking 20.00 Delia's Winter Collection 20.30 The Great Canadian Food Show 21.00 Mountain Magic 22.00 Ching's Kitchen 22.30 Ready Steady Cook

DR1

12.25 Læs for livet 2 12.55 Jeg vil i skole 13.25 Hiv som hemmelighed 13.50 Den levende gudinde 14.20 Bamses Julerejse 14.50 HåndboldSendag 16.30 Fodboldfest 2005 17.00 Bamses Julerejse 17.30 TV Avisen med Sport og Vejret 18.00 Dcdens gade 18.30 Sådan ligger landet 19.00 Koncert i en kuffert 20.00 TV Avisen 20.15 Sendag 20.45 Sendags-Sporten 21.00 Renée Fleming - Magi i luften 22.00 Junglekriger 22.25 Dogumentar - American Short 23.00 Dcdens Detektiv

SV1

11.55 Kvalster 12.55 På spåret 13.55 Riket - Stormaktstiden 14.55 Dokument utifrån: Den gäckande freden 16.00 Designkontoret 16.30 Om barn i förskolan 17.00 Världscupen: Alpent Aspen 17.15 BollBompa 17.16 Julkalendern: En decemberdröm 17.30 Tyhuset 18.30 Rapport 19.00 Lite som du 19.30 Sportspegeln 19.55 Världscupen: Alpent Aspen 20.45 Simning: EM kortbana Trieste 21.15 Skarpa lägen 21.45 Vetenskap - Mariens mysterier 22.15 Rapport 22.25 Design 365 22.30 Örn 23.30 Sändning från SVT2

Skiptinemar sjá heiminn með öðrum augum

Er skiptinemadvöl eitthvað fyrir þig?

Fjöldmörg lönd í boði. Ársdvöl, hálfársdvöl, 3 mánaða dvöl og 4-6 vikna dvöl. Hafðu samband!

www.afs.is
info-isl@afs.org
552 5450

AFS á Íslandi
Alþjóðleg fræðsla og samskipti

þitt eigið

Kaffihús

Magic



**BJÓÐDU VINUM
PÍNUM Í HEIMA-
Kaffihús**

Magic  **Saeco**

EXPRESSO - CAPPUCCINO

Kaffivélarnar mala og laga alla vinsælustu kaffi-
drykkina á augabragði eins og á bestu kaffihúsum

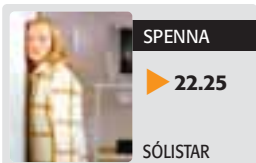


Mikið úrval af kaffivélum og kaffivörum



Einar Farestveit & Co.hf.

Borgartúni 28 • Símar: 520 7901 & 520 7900 • www.ef.is



SPENNA

▶ 22.25

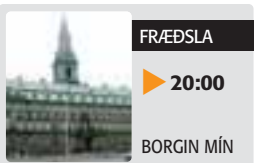
SÓLISTAR



RAUNVERULEIKI

▶ 20.40

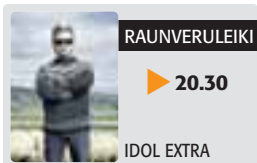
AMAZING RACE



FRÆÐSLA

▶ 20:00

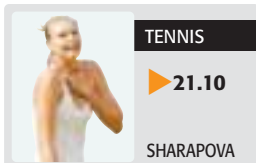
BORGIN MÍN



RAUNVERULEIKI

▶ 20.30

IDOL EXTRA



TENNIS

▶ 21.10

SHARAPOVA



MORGUN

DAGUR

KVÖLD

NÖTT

17.00 Jóladagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (12:24) **17.05** Leiðarljófs **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Allt um dýrin (16:25) **18.25** Gló magnaða (29:52)

18.50 Jóladagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (13:24)

19.00 Fréttir, íþróttir og veður

19.35 Kastljós

20.40 Veronica Mars (12:22)

21.25 Undir pólstjörnunni – Cantores Minores (Pohjantähden alla: Pikkukantorit)Þáttur um finnska drengjakórinn Cantores Minores sem hefur starfað í hálfra öld.

22.00 **Tíufréttir**

▶ **22.25** Sólistar (2:3) (Solisterna) Margverðlaunaður sænskur myndaflokkur. Hjónum er bjargað úr brennandi húsi þar sem þau eru bundin við rúm sitt en dóttir þeirra finnst látin og eru áverkar á líkinu. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.

6.58 Ísland í bitíð **9.00** Bold and the Beautiful **9.20** Í finu formi 2005 **9.35** Oprah **10.20** Grey's Anatomy **11.05** Eldsnögg með Jóa Fel (e) **11.35** Alf **12.00** Hádegisfréttir **12.25** Neighbours **12.50** Í finu formi 2005 **13.05** Fresh Prince of Bel Air **13.30** The Guardian **14.15** Life Begins 2 **15.05** Extreme Makeover – Home Edition **16.00** Shin Chan **16.20** He Man **16.45** Ginger segir frá **17.10** Jellies **17.20** Jesús og Jósefina (13:24) (e) **17.40** Bold and the Beautiful **18.05** Neighbours

18.30 Fréttir, íþróttir og veður

19.00 Ísland í dag

19.35 Galdrabókin (13:24)

19.45 The Simpsons (2:22) (Simpson-fjölskyldan 11) (Brother's Little Helper)

20.10 Strákamir

▶ **20.40** Amazing Race

21.25 Numbers (4:13) (Tölur) Nýr bandarískur saka-máláþáttur.

22.10 Over There (7:13) (Á vígslóð) (Mission Accomplished)

22.55 Crossing Jordan (17:21) (Réttarlæknirinn) (Locard's Exchange) Jordan Cavanaugh er kjarnakvendi sem starfar hjá dánardómstjóranum í Boston.Jordan er réttarlæknir og er kölluð til þegar andlát ber að höndum.

17.55 Cheers **18.20** The O.C. (e)

19.20 Fasteignasjónvarpið (e)

19.30 Sílvia Nótt (e)

▶ **20.00** Borgin mín Íslenska þjóðin er ekki svo ýkja fjölmenn en þó finnast Íslendingar á ólíklegustu stöðum.

20.30 Allt í drasli

21.00 Innlit / útlit

22.00 Judging Amy

22.50 Sex and the City – 2. þáttaröð Carrie, Samantha, Charlotte og Miranda fara til the Hamptons og Charlotte hittir 26 ára mann sem smitar hana af flatlús. Samantha verður pirruð á aðstoðarstúlkunni sinni og rekur hana. Carrie rekst á Mr. Big sem er komin aftur frá París með eina unga upp á arminum.

23.20 Jay Leno **0.05** Survivor Guatemala (e) **1.00** Cheers (e) **1.25** NÁTTHRAFNAR **1.25** Everybody loves Raymond **1.50** Da Vinci's Inquest **2.35** Fasteignasjónvarpið (e) **2.45** Óstöðvandi tónlist

18.30 Fréttir NFS

19.00 Veggfóður

20.00 Friends 5 (11:23)

▶ **20.30** Idol extra 2005/2006 Í

21.00 Laguna Beach (11:11)

21.30 Fabulous Life of (5:20)

22.00 HEX (11:19) Yfirnáttúrulegir þættir sem gerast í skóla einum í Englandi. Cassie erfeimin ung stelpa sem uppgötvur einn daginn að hún hefur hættulega krafta sem hafa gengið í gegnum ætt hennar,kynslóð eftir kynslóð. Það sem hún veit ekki er að einhver vill hana feiga og mun gera allt til þess að takast það.Hörkuspennandi þættir sem hafa slegið í gegn í Bretlandi.

22.45 Fashion Television (7:34)

23.10 Friends 5 (11:23) (e)

23.35 The Newlyweds (7:30)

0.00 Tru Calling (7:20)

18.00 Íþróttaspjallið **18.12** Sportið

18.30 Timeless

19.00 Bikarmótið í fitness **2005**

19.25 2005 AVP Pro Beach Volleyball (Strandblak) (Huntington Beach Open – Men's Final)

20.15 X-Games 2005 (1:1)

▶ **21.10** Sharapova Sharapova er ein skærasta Tennisstjarna heims í dag.

21.40 Mótorsport 2005 (Torfæra í Noreg)Ítarleg umfjöllun um íslenskar akstursíþróttir. Umsjónarmaður er Birgir ÞórBragason.

22.35 World Supercross GP 2004-05 (Sky dome) Nýjstu fréttir frá heimsmeistararnótinu í Supercrossi.

23.30 Stjörnukyllingur Íslands

23.55 Ensku mörkin

Furðufuglar og fylgifyiskar

FUGLAR OG FISKAR Í ÚRVALI!

Höfum nánast allt sem þarf til dýrahalds, búr, fóður, búnað og fylgihluti.

www.tjorvar.is

Hafnarstræti 17, 101 Reykjavík, 552 9191 • Bleikargróf 15,108 Reykjavík , 581 1191, 699 3344
 Skólabraut 37, 300 Akranes, s. 431 3018 • Hrannarbraut 2, 400 Ísafjörður, s. 456 4055
 Kaupangur v/Mýrarveg, Akureyri, s. 466 3888 • Eyrarvegur 35, Selfoss, 482 1600



FRÉTTIR

▶ **15.00**

FRÉTTAVAKTIN
EFTIR HÁDEGI



7.00 Ísland í bítið **9.00** Fréttavaktin fyrir hádegi

12.00 Hádegisfréttir/Markaðurinn/Íþróttfréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegisdfréttaviðtal **13.00** Íþróttabáttur **14.00** Hrafnáþing/Miklabraut
▶ **15.00** Fréttavaktin eftir hádegi **18.00** Kvöldfréttir/Ísland í dag/Íþr

19.35 Kvölddagskrá 19.40 Samantekt úr Fréttavaktinni frá því fyrir um daginn. **20.10** Endurtekinn þáttur frá liðinni helgi.

21.10 **48 Hours** (48 stundir) (48 Hours 2005-2006) Bandarískur fréttaskýringabáttur.

22.00 Fréttir, Íþróttir og veður

22.30 Samantekt úr Fréttavaktinni frá því fyrir um daginn.

23.00 Endursýningar

BÍÓ STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 Benny and Joon **8.00** Flight Of Fancy **10.00** Big **12.00** Brown Sugar **14.00** Benny and Joon **16.00** Flight Of Fancy **18.00** Big

20.00 **Brown Sugar** (Púðursykur) Rómantísk gamanmynd með hjartaknúsanum Tye Diggs úr Kevin Hill. Leikstjóri: Rick Famuyiwa. 2002.

22.00 **Birthday Girl** (Afmælistelpan) Dramatísk gamanmynd..Leikstjóri: Jez Butterworth. 2001. Bönnuð börnum.

0.00 Solaris (Bönnuð börnum) **2.00** Pursuit of Happiness **4.00** Birthday Girl (Bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

14.00 Tottenham – Portsmouth frá 12.12 **16.00** Charlton – Sunderland frá 10.12 **18.00** Blackburn – West Ham frá 10.12

20.00 Þrumuskot (e)

21.00 Að leikslökum (e)

22.00 Liverpool – Middlesbrough frá 10.12

0.00 Man. Utd. – Everton frá 11.12 **2.00** Dagskrárlök



OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.



AKSJÓN

Fréttabátturinn Korter er sýndur kl.18.15 og endursýndur á klukkutíma fresti til kl. 9.15

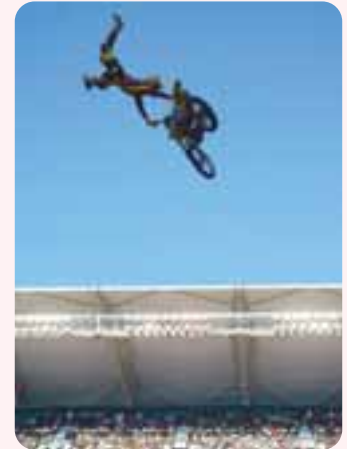
... Fleiri stöðvar á næstu opnum »

KVEIKTU Á ÞESSU ...

X-Games 2005

Mögnuð þáttaröð þar sem íþróttir fá nýja merkingu. Í aðalhlutverkum eru ofurhugar sem ekkert hræðast. Tilþríf þeirra eru í einu orði sagt stórkostleg. Kapparnir bregða á leik á vélhjólum, reiðhjólum, brimbrettum og hlaupabrettum. Hér er samt alvara á ferðinni því ofurhugarnir keppa um fleira en heiðurinn. Adrenalínið byrjar að flæða þegar þú fylgist með þessum ofurhugum. Mundir þú þora þessu?

■ **KL. 20.15**



Veronica Mars

Veronica Mars er ný bandarísk spennubáttaröð í Sjónvarpinu. Í þáttunum segir frá samnefndri stúlku sem lífið brosti við. Hún átti kærasta og góða vini og fjölskyldu. En líf hennar fór allt á annan endann þegar Lilly Kane, besta vinkona hennar, var myrt og pabbi Lily, sem er lögreglustjóri í bænum, sakaði pabba Veronicu um að hafa myrt hana. Ásakanirnar kostuðu pabba Veronicu vinnuna og sjálf var hún útskúfuð úr vinnu sínum. Nú vinna þau feðgin saman sem einkaspæjarar og reyna meðfram öðrum verkefnum að komast að því hver myrta Lilly Kane. Meðal leikenda eru Kristen Bell, Percy Daggs, Teddy Dunn, Jason Dohring, Sydney Tamiia Poitier, Francis Capra og Enrico Colantoni.

■ **RÚV, KL. 20.40**

Fótalagatal **Ám 989 BYLGJAN**
Allir eru að hlusta!
Lag dagsins „Driving Home for Christmas“ – Chris Rea



KENNETH COLE
new york

• kr. 13.900

ÚR & GULL
Fóti • Míllan Hafnarvegur • Sími: 555 9999



Stálhálsmen með demanti kr. 5.950

IMORELLATO
Gioielli da vivere.

Stálhringur með demanti kr. 4.300

» Lokabáttur Amazing Race

Hver vinnur eina milljón dala?

Lokastundin er upp runninn því lokabáttur Amazing Race er sýndur í kvöld. Þrjú lið eru eftir í Kapphlaupinu mikla og bístast í þessum lokabætti um stóru sigurlaunin; eina milljón dala. Stjórnandi þáttarins, hinn geðþekki Phil Keoghan, er mættur á endastöðina, sem er í Fort Lauderdale í Bandaríkjunum. Hér verður að sjálfsögðu ekkert gefið upp um hvernig leikarnir fara, en það eitt er víst að endaspertturinn er æsilegur og uppfullur af dramatík. Leiðin liggur nú aftur vestur um haf og verður fróðlegt að sjá hvort hinum lævisu

Survivor-keppendum Rob og Amber takist að svindla sér áfram alla leið í markið, á undan andstæðingum sínum þeim Uchenna og Joice og Ron og Kelly. Ellefu lið hófu þátttöku í þessu sjöunda Kapphlaupinu mikla. Í síðustu keppni ferðuðust keppendur um nokkrar heimsálfur og og höfðu m.a. viðkomu á Íslandi. Framundan er annað eins ferðalag um heiminn en liðin eru ýmist skipuð hjónum, kærustupörum, mæðgingum, bræðrum eða vinum.

■ **STÖÐ 2, KL. 20.40**



HVAÐ ER Í KASSANUM ...

...hjá Jóni Ragnari?

Uppáhalds sjónvarpsþáttur?

Allra tíma eru auðvitað Fóstbræður. Annars hef ég verið fastur í O.C. undanfarið og líkar vel.

Hvað má sýna oftar? Vandað íslenskt grín. Svo held ég að slegist verði um sýningarréttinn á Prison Break. Svaklegir þættir sem eru að gera það gott Vestanhafs.

Hvað má missa sín? Kalla kaffi.

Fyrsta sjónvarpsminningin?

Man bara að ég var alltaf rosalega hræddur við hann

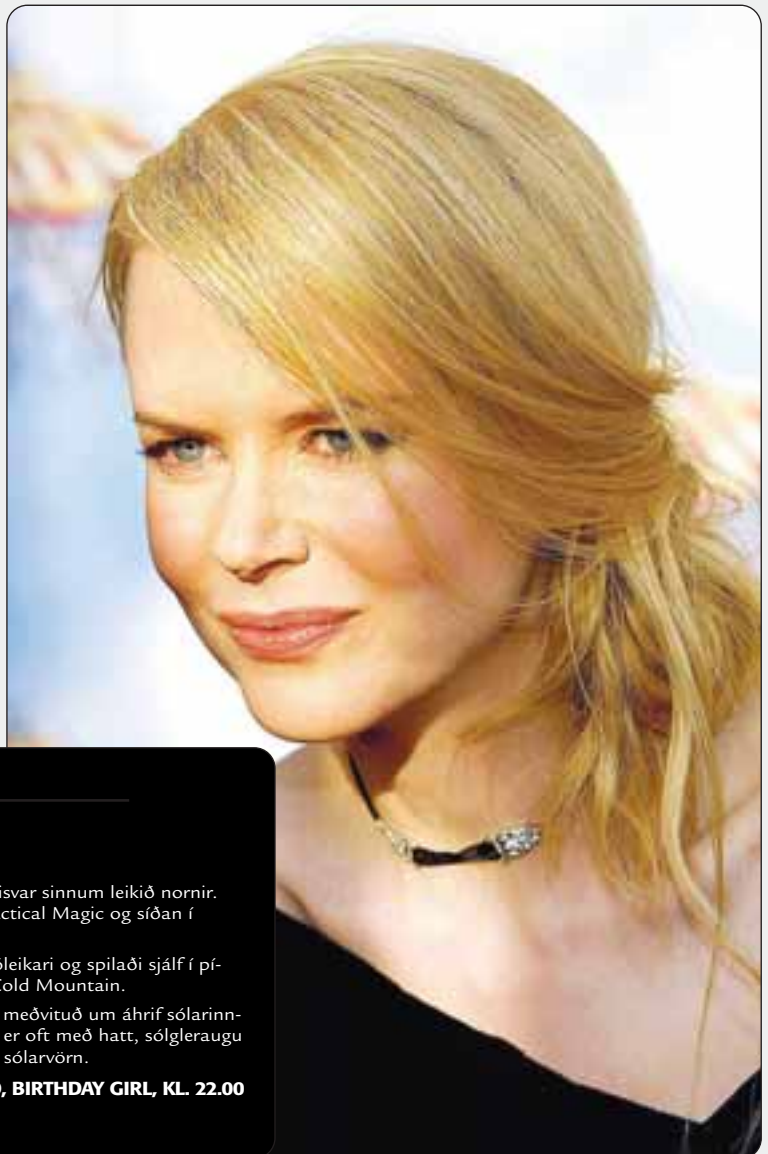
Klemma í Baðkari til Betlehem!

Eftirminnilegasta atriði í sjónvarpsþætti?

Las nokkra svona dálka og allir minnst á þegar J.R. í Dallas var skotinn en ég man bara engan veginn eftir því, enda ungur að árum. Annars koma upp í hugann mörg góð Fóstbræðraatriði, sem ekki er hægt að gera upp á milli.

Uppáhaldssjónvarpsstjarna?

Heimir Guðjóns og Tryggvi Guðmunds. Lysarar í heimsklassa!



Þetta vissum við ekki um

Nicole Kidman

- Hún er hrædd við fiðrildi.
- Hún hefur þrjár sýningar sínna leikið persónu sem heitir Grace. Einu sinni í Saturday Night Live, í annað sinn í The Others og í þriðja skiptið í Dogville.
- Þó hún sé örvent, kenndi hún sjálfri sér að skrifa með hægri hendinni fyrir hlutverk í The Hours þar sem hún lék réttenda höfundinn Virginia Woolf.
- Hún skrifar stuttar sögur í frítíma sínum og vonast til að gefa þær einhvern tímann út.

- Hún hefur tvísvar sínum leikið nornir. Einu sinni í Practical Magic og síðan í Bewitched.
- Hún er píanóleikari og spilaði sjálf í píanóatriðinu í Cold Mountain.
- Hún er mjög meðvituð um áhrif sólarinnar á húðina og er oft með hatt, sólgleraugu og notar mikla sólarvörn.

■ **STÖÐ 2 BÍÓ, BIRTHDAY GIRL, KL. 22.00**

Nú er tími til að gleðja alla fjölskylduna!
Við erum komin í jólakap
og bjóðum vonduð tæki á jólaverði!

Jólagjafir

fyrir alla fjölskylduna

KORTER.IS



LG heimabíó LHT751TB

Heimabíókerfi Magnari-Útvarp-DVD spilari
700W

Aðeins Stgr.kr. **49.900.-**



LG DVD spilari / Brennari - RH7800
160 GB Harður diskur DV-Video-in o.m.fl.

Aðeins Stgr.kr. **59.900.-**



Video / DVD sambyggt

Aðeins frá Stgr.kr. **14.900.-**

32" ELFUNK-LCD skjár AGTV3208



Aðeins Stgr.kr. **138.900.-**

Upplausn: WXGA1366x768
Skerpa: 600:1

30" ELFUNK-LCD skjár AGTV3008



Aðeins Stgr.kr. **129.900.-**

Upplausn: WXGA 1366x768
Skerpa: 600:1

LG-M4410 GSM sími með MP3 spilara myndavél með 1,3 megapix, USB-tengi, Blue tooth. o.m.fl.

Aðeins Stgr.kr. **39.900.-**



20" Daewoo sjónvarp



Aðeins Stgr.kr. **59.900.-**

Upplausn: WXGA 640x480
Frábært tæki í eldhúsið eða svefnherb.

LG 42" Plasma sjónvarp



Aðeins Stgr.kr. **299.900.**

Frábært hágæða sjónvarp

42" ELFUNK Plasma-skjár, TV-tuner og hátalarar



Aðeins Stgr.kr. **159.900.-**

Upplausn: WXGA 852x480
Skerpa: 3000:1



RAFTÆKJÆVERZLUN ÍSLANDS HF

- ANNO 1929 -

Skútuvogur 1 • Sími 568 8660 • ri@ri.is

*kr.150.- greiðsugjald bætt við hverja greiðslu.

EKKI MISSA AF ...



21.30 / BBC PRIME

The League of Gentlemen

Verðlaunaþáttur með svörtum húmor sem gerist í afskekktu þorpi þar sem aðeins búa stórskrýtið fólk. Þýskur kennari kemur með stúdenta sína í bæinn og the Windermere Bed and Breakfast er lokað af einkaáæðum. Leikarar í þáttunum eru Mark Gatiss, Steve Pemberton, Reece Shearsmith, Megan De Wolf, Rosy De Wolf.

20.00 / National Geography

Inside 9/11

Þessi þáttur fjallar um hinn örlagaríka 11. september þegar tveimur flugvé- um var flogið á tvíburaturnana í New York. Hvernig tókst al-Qaeda að snúa á Bandaríkjamenn og koma fjórum ófriðar-seggjum til að læra



að fljúga farþegaflugvé til að valda þessum skaða?

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL

Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT

14.00 Snooker: UK Championship York 17.45 Football: Football World Cup Season Legends 18.45 Football: Football World Cup Season Journeys 19.00 Snooker: UK Championship York 22.00 Rally: Dakar Challenge 22.30 Curling: European Championship Germany 0.00 All Sports: Casa Italia: Road to Torino 2006 0.15 Olympic Games: Olympic Torch Relay

BBC PRIME

12.00 Are You Being Served? 12.30 Porridge 13.00 Daniel Deronda 14.00 Teletubbies Everywhere 14.10 Bill and Ben 14.20 Yoho Ahoj 14.25 Tweenies 14.45 Fimbles 15.05 Tikkabilla 15.35 Jeopardy 16.00 Home From Home 16.30 Ready Steady Cook 17.15 The Weakest Link 18.00 Doctors 18.30 EastEnders 19.00 Top Gear Xtra 20.00 Trouble At the Top 20.40 The Ship 21.30 The League of Gentlemen 22.00 Casualty 22.50 Holby City 0.00 John Wayne: The Quiet American 1.00 Great Romances of the 20th Century 1.30 Great Romances of the 20th Century 2.00 Rough Science

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 When Expeditions Go Wrong 13.00 Into the Lost World 14.00 Seconds From Disaster 15.00 Seconds From Disaster 16.00 When Expeditions Go Wrong 17.00 When Expeditions Go Wrong 18.00 Megastructures 19.00 Into the Lost World 20.00 Inside 9/11 21.00 Seconds From Disaster 22.00 When Expeditions Go Wrong 23.00 When Expeditions Go Wrong 0.00 Seconds From Disaster 1.00 When Expeditions Go Wrong

ANIMAL PLANET

12.00 Amazing Animal Videos 12.30 Monkey Business 13.00 Big Cat Diary 13.30 The Snake Buster 14.00 The Life of Birds 15.00 Animal Cops Houston 16.00 Pet Rescue 16.30 Wildlife SOS 17.00 Amazing Animal Videos 17.30 The Planet's Funniest Animals 18.00 The Snake Buster 18.30 Monkey Business 19.00 Predators 19.30 Big

Cat Diary 20.00 Maneaters 20.30 Predator's Prey 21.00 Animal Cops Detroit 22.00 Predators 22.30 Monkey Business 23.00 Emergency Vets 23.30 Hi-Tech Vets 0.00 Pet Rescue 0.30 Wildlife SOS 1.00 Maneaters 1.30 Predator's Prey 2.00 The Snake Buster

DISCOVERY

12.05 Magnetic Storm 13.00 Rex Hunt Fishing Adventures 13.30 Hooked on Fishing 14.00 Super Structures 15.00 Extreme Machines 16.00 Junkyard Wars 17.00 Dream Machines 17.30 Dream Machines 18.00 American Chopper 19.00 Mythbusters 20.00 Ultimate Ten 21.00 Monster Moves 22.00 Deadliest Catch 23.00 Mythbusters 0.00 Forensic Detectives 1.00 FBI Files 2.00 Air Wars

MTV

12.00 Boiling Points 12.30 Just See MTV 14.00 Pimp My Ride 14.30 Wishlist 15.00 TRL 16.00 Dismissed 16.30 Just See MTV 17.30 MTV/new 18.00 The Rock Chart 19.00 Newlwyds 19.30 My Super Sweet 16 20.00 Diary of 20.30 The Osbournes 21.00 Staying Alive 22.30 Staying Alive 23.00 Alternative Nation 0.00 Just See MTV

VH1

12.00 So 80s 12.30 VH1 Hits 16.00 So 80s 17.00 VH1 Viewer's Jukebox 18.00 Smells Like the 90s 19.00 VH1 Classic 19.30 Then & Now 20.00 VH1 All Access 21.00 Pop Up Videos 21.30 Beavis & Butthead 22.00 VH1 Rocks 22.30 Flipside 23.00 Top 5 23.30 The Fabulous Life of... 0.00 VH1 Hits

CLUB

12.20 Innertainment 12.45 Girls Behaving Badly 13.10 Staying in Style 13.35 Insights 14.00 Fashion House 14.30 Weddings 15.00 Crimes of Fashion 15.30 City Hospital 16.30 Lofty Ideas 17.00 Yoga Zone 17.25 The Method 17.50 Retail Therapy 18.15 Weddings 18.40 e-love 19.05 Paradise Seekers 19.30 Crimes of Fashion 20.00 Insights 20.25 Other People's Houses 21.15 Sextacy 22.10 Sex and the Settee 22.35 What Men Want 23.00 My Messy Bedroom 23.30 Retail Therapy 0.00 Vegging Out 0.30 The Villa 1.25 Crimes of Fashion 1.50 Innertainment

E! ENTERTAINMENT

12.00 Uncut 13.00 E! News 13.30 Fashion Police 14.00 Jackie Collins Pres-

ents 15.00 Jackie Collins Presents 16.00 50 Most Wicked Women of Primetime 18.00 Kill Reality 19.00 E! News 19.30 Girls of the Playboy Mansion 20.00 The E! True Hollywood Story 21.00 101 Biggest Celebrity Cops! 22.00 The Soup UK 22.30 Wild On Tara 23.00 Wild On 0.00 E! News 0.30 Gastineau Girls 1.00 The Soup UK 1.30 Wild On Tara 2.00 The E! True Hollywood Story

CARTOON NETWORK

12.00 Cow and Chicken 12.30 Sheep in the Big City 13.00 Dexter's Laboratory 13.30 The Powerpuff Girls 14.00 Pet Alien 14.30 Ed, Edd n Eddy 15.00 Teenage Mutant Ninja Turtles 15.30 Battle B-Daman 16.00 Sabrina, The Animated Series 16.30 Atomic Betty 17.00 Codename: Kids Next Door 17.30 Foster's Home for Imaginary Friends 18.00 What's New Scooby-Doo? 18.30 Duck Dodgers in the 24 1/2 Century 19.00 Charlie Brown Specials 19.30 Tom and Jerry 20.00 The Flintstones 20.30 Looney Tunes 21.00 Dastardly & Muttley in their Flying Machines 21.30 Scooby-Doo 22.00 Tom and Jerry 23.00 Dexter's Laboratory 23.30 The Powerpuff Girls 0.00 Johnny Bravo 0.30 Ed, Edd n Eddy 1.00 Skipper & Skeeto 2.00 Spaced Out

JETIX

12.20 Jacob two-two 12.45 So Little Time 13.10 Goosebumps 13.35 Black Hole High 14.10 Spider-Man 14.25 Merville Mysteries 14.50 Digimon II 15.15 Martin Mystery 15.40 Totally Spies 16.05 W.I.T.C.H. 16.30 Sonic X

MG

<@TVgenvifeitt>11.30 Intimate Betrayal 13.10 Children of Times Square 14.45 Terror at London Bridge 16.20 Lawman 18.00 Getting It Right 19.40 Bojangles 21.20 Woman Possessed 22.30 Square Dance 0.20 Troll 2 1.55 Rikky And Pete

TCM

20.00 The Asphalt Jungle 21.50 Dark of the Sun 23.30 Yankee Doodle Dandy 1.35 Carbine Williams

HALLMARK

12.00 Barbara Taylor Bradford: To Be the Best 13.45 Christy: Choices of the Heart 15.15 Christy: Choices of the Heart 17.00 Touched By An Angel II 17.45 Nowhere to Land 19.15 Not Just

Another Affair 21.00 To The Ends of the Earth 22.30 Lonesome Dove: The Series 23.15 Not Just Another Affair 1.00 Icon

BBC FOOD

12.00 Off the Menu 12.30 Chalet Slaves 13.00 Beyond River Cottage 13.30 New Scandinavian Cooking 14.00 Delia's Winter Collection 14.30 The Great Canadian Food Show 15.00 Mountain Magic 16.00 Ching's Kitchen 16.30 Ready Steady Cook 17.00 Chef at Home 17.30 Tamasin's Weekends 18.00 Heat in the Kitchen 18.30 Made to Order 19.00 Beauty and the Feast 19.30 Food Source Asia 20.00 Eating Out Loud 21.00 Delia's How to Cook 21.30 Douglas Chew Cooks Asia 22.00 Wild and Fresh 22.30 Ready Steady Cook

DR1

12.00 Södan ligger landet 12.30 Genbrugsguld 13.00 Lægens bord 13.30 Den lille forskel 14.00 TV Avisen med vejret 14.20 Bamses Julerejse 14.50 Nyheder på tegnsprog 15.00 Dawson's Creek 15.45 Blokken 16.00 Lucky Luke 16.20 Insektoskop 16.30 Blå Barracuda 17.00 Bamses Julerejse 17.30 TV Avisen med Sport og Vejret 17.55 Dagens Danmark 18.25 TV Avisen 18.30 Hvad er det værd? 19.00 Sceren Ryges julegave 19.30 Hammerslag 20.00 TV Avisen 20.25 Kontant 20.50 SportNyt 21.00 Markets geminger 22.40 Musikprogrammet 23.10 Læs for livet 23.40 Blokken

SV1

12.05 Lite som du 13.05 Ole dole doff 14.55 Anslagstavlan 15.00 Rapport 15.10 Gomorron Sverige 16.00 Ed Stone is dead 16.25 Facing our Future 16.30 Krokodill 17.00 BoliBompa 17.01 Sagor från Zoo 17.15 Julkalendern: En decemberdröm 17.30 Energi-kampen 17.55 Lilla Aktuellt - kortnyheter 18.00 Ofattbara händelser 18.25 Tracks video 18.30 Rapport 19.00 Uppdrag Granskning 20.00 Örnén 21.00 Debatt 22.00 Rapport 22.10 Kulturmyheterna 22.20 Sverige! 22.50 Först & sist 23.40 Lasermannen 1.10 Sändning från SVT24

Pizza Hallin

Yu-Gi-Oh! tilboð

1190 kr. - tilboð sótt

Stór pizza Allt að 4 slags

Yu-Gi-Oh! pizza allt í 1390 kr.

Stór pizza með 4 slags 1 pökki af Yu-Gi-Oh! spílum Yu-Gi-Oh! spillum

Valbraut 5 68 68 68 Mjódd

Tilboðið gildir frá 24.11 til 4.12.

Jólaálagatal Bylgjunnar



Allir eru að hlusta!

5. desember

Panasonic 212 sími

Fimmtíu númera símnúmerabirti, 240 klst. rafhlöðuendingu í bið, 3ja línu skjár o.s.frv. Vertu vekomin/n nýja og glæsilega verslun að Síðumúla 37. Verðmæti: **11.900 kr.**

Stórglæsilegt jólatré frá Garðheimum

- ævintýraheimi jólaanna!

Jólagjöfin í ár frá Bylgjunni – útvarpsstöðinni þinni

Verðmæti: **10.000 kr.**

6. desember

B-Young gjafabréf

Fallegar og vandaðar vörur á góðu verði. Nýjar vörur teknar upp vikulega. Verið ávallt velkomin að Laugavegi 83, sími 562 3244. Verðmæti: **10.000 kr.**

Stórglæsilegt jólatré frá Garðheimum

- ævintýraheimi jólaanna!

Jólagjöfin í ár frá Bylgjunni – útvarpsstöðinni þinni

Verðmæti: **10.000 kr.**

7. desember

Þrjár nýjar skáldsögur frá Griffli

Blekkingleikur eftir Dan Brown, Skuggi vindsins eftir Carlos Ruiz Zafón og í fylgd með fullorðnum eftir Steinunni Ólínu Þorsteinsdóttur. Fram að jólum færðu 3 fyrir 2 af öllum íslenskum bókum hjá Griffli í Skeifunni 11. Verðmæti: **15.000 kr.**

Stórglæsilegt jólatré frá Garðheimum

- ævintýraheimi jólaanna!

Jólagjöfin í ár frá Bylgjunni – útvarpsstöðinni þinni

Verðmæti: **10.000 kr.**

Leikreglur

Það eina sem þú þarft að gera er að vera í jólaálagatali, hlusta á Bylgjuna 98,9 og vera með lag dagsins á hreinu – þú finnur það hér í Birtu. Þegar þú heyrir lag dagsins í fullri lengd hringirðu í síma 567 1111. Núndi hlustandinn sem nær í gegn fær stórglæsilegan jólaálagatal, glæsilegt jólatré frá Garðheimum og 10.000 kr. frá Bylgjunni – útvarpsstöðinni þinni.*

8. desember

Sirius ljósaseríupakki með smart glervösum

Yfir 100 tegundir Sirius ljósasería á seríuveggnum - litadýrðin og formin eru ólýsanleg. Sjón er sögu ríkari. Byggt og búið er seríubúðin þín. Verðmæti: **20.000 kr.**

Stórglæsilegt jólatré frá Garðheimum

- ævintýraheimi jólaanna!

Jólagjöfin í ár frá Bylgjunni – útvarpsstöðinni þinni

Verðmæti: **10.000 kr.**

9. desember

Gjafabréf frá Unika

Fjölbreytt úrval fyrir heimilið: húsgögn, innréttingar, heimilisvara, gjafavara og jólavara. Unika er í Faxafeni 9. Verðmæti: **20.000 kr.**

Stórglæsilegt jólatré frá Garðheimum

- ævintýraheimi jólaanna!

Jólagjöfin í ár frá Bylgjunni – útvarpsstöðinni þinni

Verðmæti: **10.000 kr.**

Fylgstu með lagi dagsins

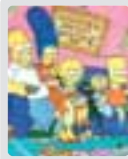
hér í Birtu dagana

28. nóvember til 23. desember



GAMAN

▶ **21.25**
SKEMMTIÞÁTTUR CATHERINE TATE



GAMAN

▶ **19.45**
THE SIMPSONS



MATUR

▶ **20.00**
JAMIE OLIVER'S SCHOOL DINNERS



DRAMA

▶ **21.50**
RESCUE ME



FÓTBOLTI

▶ **19.25**
BESTU BIKAR-MÖRKIN

SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN

SIRKUS

Sjónvarp 3

MORGUN

6.58 Ísland í bítíð **9.00** Bold and the Beautiful **9.20** Í finu formi 2005 **9.35** Oprah Winfrey **10.20** Strong Medicine **11.05** Whose Line is it Anyway **11.30** Night Court

10.10 FIFA World Cup Championship 2006

DAGUR

17.00 Jóladagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (13:24) **17.05** Leiðarljósið **17.50** Táknmálsfréttir **17.55** Disneystundin **17.56** Liló og Stitch (51:65) **18.18** Síggildar teiknimyndir (13:42) **18.25** Mikki mús (13:13)

12.00 Hádegisfréttir **12.25** Neighbours **12.50** Í finu formi 2005 **13.05** Fresh Prince of Bel Air **13.30** Whose Line Is it Anyway? **13.55** Sjálfstætt fólk **14.30** Wife Swap 2 **15.15** Kevin Hill **16.00** Barnaefni **17.40** Bold and the Beautiful **18.05** Neighbours

17.55 Cheers **18.20** Innlit / útlit (e)

16.20 FIFA World Cup Championship 2006 **18.00** Íþróttasjallíð **18.12** Sportið

KVÖLD

18.50 Jóladagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (14:24) **18.54** Víkingalottó **19.00** Fréttir, íþróttir og veður **19.35** Kastljós **20.35** Bráðavaktin (13:22)

18.30 Fréttir, íþróttir og veður **19.00** Ísland í dag **19.35** Galdrabókin (14:24) Nýtt íslenskt jóladagatal þar sem leikbrúður eru í aðalhlutverki.

19.20 Fasteignasjónvarpið (e) Umsjón hafa Hlynur Sigurðsson og Pyri Ásta Hafsteinsdóttir.

18.30 Sharapova Sharapova er ein skærasta Tennisstjarna heims í dag.

▶ **21.25** Skemmtiþáttur Catherine Tate (5:6) (The Catherine Tate Show) Breska leikkonan Catherine Tate bregður sér í ýmis gervi í stuttum grínatriðum.

▶ **19.45** The Simpsons (3:22) Hómer er í skjjunum þegar hann fær aukavinnu sem matargagnrýnandi í Springfield Shopper.

19.30 Will & Grace (e)

▶ **20.00** Jamie Oliver's School Dinners Jamie fer til Durham sem er þekkt fyrir að vera ein óheilbrigðasta sýslan í Bretlandi varðandi matarvenjur. Hann fer aftur í grunnskóla og er steinhissa á því hvað krakkarnir eru vanir að láta ofan í sig. Hann fer með börnin á bóndabýli og fær þau til þess að smakka mat sem að þau ertu ekki vön að borða.

19.00 Game TV **19.30** Game TV **20.00** Friends 5 (12:23) **20.30** Party at the Palms (4:12) Playboy fyrirsætan, Jenny McCarthy, fer með áhorfendurna út á lífið í Las Vegas.

22.00 Tiufréttir

20.10 Strákarnir

20.40 Supernanny (6:11) (Ofurfóstran í Bandaríkjunum) Frost hefur slegið ræki-lega í gegn beggja vegna Atlantshafs.

21.00 Sírrý

22.00 Law & Order: SVU

22.50 Sex and the City – 2. þáttaröð

▶ **19.25** Bestu bikarmörkin (Chelsea The Greatest Games) Glæsilegustu mörkin og eftirminnalegustu tilþrífirín úr ensku bikarkeppninni.

20.20 UEFA Champions League (Meistaradeildin – Gullleikir)

22.00 FIFA World Cup Championship 2006 (W1 – Sao Paulo FC) Útsending frá heimsmeistarakeppni félagsliða.

23.30 Bergsveinn gerir September í Puk **0.00** Kastljós **0.55** Dagskrárlök

23.45 Stelpurnar **0.10** Most Haunted **0.55** Footballer's Wives **1.40** Numbers (B. börnum) **2.20** Joe Somebody **3.55** Twenty Four 3 (e) **4.35** Silent Witness **5.30** Fréttir og Ísland í dag **6.35** Tónlistarmyndbönd frá Popp Tívi

23.20 Jay Leno **0.05** Judging Amy (e) **1.00** Cheers (e) **1.25** Everybody loves Raymond **1.50** Da Vinci's Inquest **2.35** Fasteignasjónvarpið (e) **2.45** Östöðvandi tónlist

23.00 Fabulous Life of (5:20) **23.25** Friends 5 (12:23) (e) **23.50** The Newlyweds (8:30) **0.15** Tru Calling (8:20)

23.40 Strákarnir í Celtic

Ralph Lauren





FRÉTTIR

▶ 13.00

ÍPRÓTTAÞÁTTUR



7.00 Ísland í bítið 9.00 Fréttavaktin fyrir hádegi

12.00 Hádegisfréttir/Markaðurinn/Íþróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegjð-fréttaviðtal ▶ 13.00 Íþróttabáttur 14.00 Hrafnáþing/Miklabraut 15.00 Fréttavaktin eftir hádegi 18.00 Kvöldfréttir/Íslandi í dag/Íþr

19.35 Kvölddagskrá 19.40 Samantekt úr Fréttavaktinni frá því fyrr um daginn. 20.10 Endurtekinn þáttur frá liðinni helgi.

21.10 Frontline (Ghosts of Rwanda – Pt. 2)

22.00 Fréttir, Íþróttir og veður

22.30 Samantekt úr Fréttavaktinni frá því fyrr um daginn.

23.00 Endursýningar

BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

6.00 The Muppet Christmas Carol 8.00 Beverly Hills Cop 10.00 Dalalíf 12.00 The Banger Sisters 14.00 The Muppet Christmas Carol 16.00 Beverly Hills Cop 18.00 Dalalíf

20.00 The Banger Sisters (Grúppiurnar) Gamanmynd um tvær vinkonur og úbílendi vináttu þeirra.

22.00 Dickie Roberts: Former Child Star (Dickie Roberts: Fyrrum barnastjarna) Gamanmynd með Saturday Night Live-grínistanum David Spade.

0.00 Adventures Of Ford Fairlane (Str. b. börnum) 2.00 Hav Plenty (Str. b. börnum) 4.00 Dickie Roberts: Former Child Star (B. börnum)

ENSKI BOLTINN

14.00 Birmingham – Fulham frá 10.12 16.00 W.B.A. – Man. City frá 10.12 18.00 Newcastle – Arsenal frá 10.12

19.50 Man. Utd. – Wigan (b)

19.55 EB 2 Everton – West Ham (b)

22.15 Everton – West Ham Leikur sem fór fram fyrr í kvöld

0.15 Bolton – Aston Villa frá 10.12 2.15 Dagskrárlok



OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.



AKSJÓN

Fréttabátturinn Korter er sýndur kl.18.15 og endursýndur á klukkutíma fresti til kl. 9.15

... Fleiri stöðvar á næstu opnum »»

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Juan Diego Florez

Sjónvarpið sýnir í kvöld breskan þátt um perúska tenórsöngvarann Juan Diego Florez sem er ein skærasta stjarnan á óperusviðum heimsins um þessar mundir. Placido Domingo, sem rætt er við í myndinni, gengur svo langt að segja að Florez sé besti ungi tenórinn í heiminum nú um stundir. Í þættinum segir Florez frá söngferli sínum og undraskjótum frama sínum í sönglistinni. Fylgst er með honum á sviði og utan þess í Frakklandi, á Ítalíu og í Perú, meðal annars í móttöku í perúska sendiráðinu í París þar sem hann syngur lög eftir Rossini, Donizetti og Bellini. Eins er hann heimsóttur í hljóðver í Milanó og til Lecce þar sem hann er við óperuæfingar. Loks er honum fylgt heim til Líma þar sem hann tekur lagið með pabba sínum, segir frá mikilvægi söngsins í perúskri menningu og heldur tónleika í helstu tónlistarhöll borgarinnar. Myndin verður endursýnd kl. 14.15 á sunnudag.



■ RÚV, KL. 22.40



Hrafnáþing

Þá Ingva Hrafn Jónsson og Sigurð G. Tómasson þarf vart að kynna en þeir eiga að baki áratuga langa reynslu sem fjölmiðlamenn og hafa eignast traustan hóp fylgjenda með þáttum sínum á Talstöðinni sem nú birtast á NFS sem sjónvarpsþættir með tilheyrandi breyttu sniði. Fylgist með þessum hressu körlum gera það sem þeir gera best, flytja okkur fréttir af hinum ýmsu málefnum.

■ NFS, KL. 14 ALLA VIRKA DAGA

*Jóla*lagatal **989** BYLGJAN

Allir eru að hlusta!

Lag dagsins **Jólin koma - Vilhjálmur Vilhjálmsson**

B A K A R I N N
á hjólinu

Café - Konditori



Suður-afrísk ballerína

» Charlize Theron

Í þættinum hjá Oprah í dag kemur suður-afríska Óskarsverlauna-leikkonan Charlize Theron fram og ræðir um lýtaaðgerðir, samband sitt við leikarann Stuart Townshend og kynferðislega áreitni. Charlize Theron aldast upp fyrir utan Benoni í Suður Afríku sem einkabarn. Hún var ball- etdansari og dansaði bæði í Svanavatninu og Hnotubrjótunum. Það var ekki mikið fyrir þessa ungu dans- og leikkonu að gera í Suður Afríku svo hún ferðaðist fljótt til Evrópu og Bandaríkjana þar sem hún fékk starf m.a. við Joffrey Ballet í New York. Hún vann einnig sem ljósmyndafyrirsæta þar. Brátt meiddist hún á hnéi og setti það strik í reikninginn því hún þurfti að hætta í ball-

et. Þegar hún var 18 ára lét mamma hennar hana fara til L.A. og reyna á frama í kvikmyndaleik. Þegar hún kom til L.A. þekki hún engan í borginni en innan tveggja vikna gaf umboðsmaður henni nafnspjaldið sitt þegar hún stóð í röð í Hollywood Boulevard. Eftir átta mánuði í L.A., fékk hún sitt fyrsta hlutverk. Hún byrjaði að sækja leiklistatíma og rauk ferill hennar upp úr öllu valdi þegar hún lék í myndinni The Devil's Advocate árið 1997 ásamt Keanu Reeves og Al Pacino. Síðan þá hefur hún m.a. leikið í myndunum The Italian Job, The Cider House Rules og myndinni Monster sem hún laut Óskarsverlaun fyrir.

■ **STÖÐ 2, OPAH, KL. 21.25**



Kaldhæðinn grínisti

» David Spade

David Spade fæddist árið 1964 í Birmingham, MI og er yngstur af þremur bræðrum. Faðir Spade yfirgaf fjölskyldu hans þegar hann var mjög ungur og nokkrum árum seinna framdi stjúpfaðir hans, fyrrum hermaður, sjálfsmorð. Spade útskrifaðist með gráðu í viðskiptum frá Arizona State University. Hann hefur verið mikill þrakkari síðan hann var lítill og var ýtt snemma út í gamanleik afvinum og kom m.a. fram í nærurklúbbum og háskólafundum. David Spade hóf frægðarferil sinn, eins og svo margir aðrir bandarískir grínarar, Adam Sandler, Eddie Murphy, Will Ferrel, Bill Murray og Mike Myers svo einhverjir séu nefndir, í sjónvarpsþáttunum Saturday Night Live. Spade hefur síðan leikið í vinsælum gamanmyndum á



borð við Tommy Boy og Black Sheep á móti Chris heitnum Farley, Joe Dirt og í sjónvarpsþáttunum Just Shoot Me sem hann hefur hlotið Emmy tilnefningar fyrir. Spade er þekktur fyrir sína eiturbeyttu kaldhæðni en sínir á sér mýkri hliðar með tattúinu af teiknimyndapersónunni Calvin sem hann er með á vinstri tvíhöfða.

■ **STÖÐ 2 BÍÓ, DICKIE ROBERTS: FORMER CHILD STAR, KL. 22.00**

Petta vissum við ekki um ...

Susan Sarandon

- Hún er fyrrum Ford fyrirsæta.
- Hún er sendiherra fyrir UNICEF.
- Hún var handtekin fyrir rótsama hegðun við mótmæli í New York. Mótmælin voru til að mótmæla að fjórir lögregluþjónar skutu afrískan innflytjanda.
- Hún geymir Óskarsverðlaunastyttuna sína inn á baðherbergi.
- Hún söng í söngleiknum The Rocky Horror Picture Show. Hún hefur einnig sungið dúett með Eddie Vedder.
- Hún er fyrsta leikkonan til að fá Óskar hlutverk sitt sem nunna.

■ **STÖÐ 2 BÍÓ, THE BANGER SISTERS, KL. 20.00**



Lenco XEMIO-127 RW

MP3 spilarí í lyklakippustærð. Innbyggt 512MB flassminni. FM útvarp. Skjár. USB 2.0 tengi. 7 banda tónjafnari (equalizer). Heyrmatól. USB snúra.

• Verð kr. **7.900,-**



Lenco PL-4201

42" Plasma sjónvarp. Skerpa: 10.000:1. Upplausn: 852x480. Birta: 1000cd/m2. HDTV ready. Textavarp. Öflugt stereo hljóðkerfi. Tengir: S-Video, 2x Composite, VGA og 3x scart tengi (2x RGB & 1x S-Video).

- Fullt verð kr. 219.900,-
- Jólátillboð: **179.900,-**



EPSON ljósmyndaprentari R220

- Hágæða prentun með Epson Micro Piezo™ prentarahaug
- Hagkvæmni í notkun með 6 litahylkjum
- Góð upplausn, allt að 5760dpi
- Prentar ljósmyndir frá 10 x 15 cm upp í A4
- Prentar á CD og DVD
- Auðveldur í notkun, USB tenging

• Fullt verð kr. 14.900,-

• Jólátillboð kr. **9.900,-**

HANS PETERSEN Kringlunni

www.hanspetersen.is



iRiver iFP799

MP3 spilarí í lyklakippustærð. Innbyggt 1GB flassminni. FM útvarp. LCD skjár. USB 2.0 tengi. 40 tíma ending á rafhlöðu. Spilar MP3, WMA og OGG Vorbis. Heyrmatól og hálsól fylgja.

• Verð kr. **17.900,-**



Lenco DVP-702

DVD ferðaspilari, 7" skjár, innbyggðir stereo hátalarar, fjarstýring, hleðslurafhláða/tæki, 12V bílateggi, taska sem nota má á hauspúða í bíl, tengi fyrir stereo, stafrænt SPDIF og Composite video inn/út.

• Verð kr. **18.900,-**

EPSON litalaser C1100

- Fallegir og lífandi litir með Epson AcuBrite tonerum
- Búa má til vönduð litaskjól með fríum easy-to-use hugbúnaði
- Hröð 25ppm prentun í svart/hvítu og 5ppm fyrir litaprentun
- Fyrsta síða í svart/hvítu tekur aðeins 9 sek.
- Margir tengimöguleikar, m.a. netkort, USB 2.0 o.fl.
- Auðveldur í notkun og viðhaldi

• Fullt verð kr. 39.900,-

• Jólátillboð kr. **29.900,-**



EKKI MISSA AF ...



BBC PRIME / KL. 20.00

A Baby to Save Our Son

Heimildamynd um Charlie, þriggja ára strák sem er með sjaldgæfan blóðsjúkdóm. Án ígreiðslu blóðbeinmergs, gæti hann dáið fyrir sjöunda aldursár. Besti kosturinn væri að fá blóðmerg frá systkini en til að bæta líkurnar þyrfti að velja réttan fósturvísni. Í myndinni fylgjumst við með ótrúlegu ferð foreldra Charlie í að bjarga lífi hans.

DISCOVERY CHANNEL / KL. 21.00

Seconds From Disaster

The Hindenburg var stærsta og frægasta loftfar sem hefur nokkru sinni verið byggt, en 6. maí árið 1937 lenti það í eldsvoða sem varð 36 manns að bana. Hvað orsakaði þennan harmleik? Fylgstu með þessari áhugaverðu heimildamynd um frægasta loftfar sem byggt hefur verið.

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL

Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT

12.00 Football: UEFA Cup 13.00 Snooker: UK Championship York 16.15 Olympic Games: Olympic Torch Relay 16.30 Equestrianism: World Cup Geneva 17.30 Golf: Challenge Tour 18.00 Sailing: Volvo Ocean Race 18.30 All Sports: Wednesday Selection 18.40 Sailing: Inside Alinghi 18.45 All Sports: Casa Italia: Road to Torino 2006 19.00 Snooker: UK Championship York 22.00 Football: UEFA Cup 23.00 Curling: European Championship Germany

BBC PRIME

12.00 Ever Decreasing Circles 12.30 Butterflies 13.00 Daniel Deronda 14.00 Balamory 14.20 Binka 14.25 Tweenies 14.45 Fimbles 15.05 Tikiballa 15.35 Stitch Up 16.00 Home From Home 16.30 Ready Steady Cook 17.15 The Weakest Link 18.00 Doctors 18.30 EastEnders 19.00 When Changing Rooms Met The Navy 19.30 Rick Stein's Food Heroes 20.00 A Baby to Save Our Son 21.00 How to Be a Prince 22.00 The Inspector Lynley Mysteries 23.30 Coupling 0.00 The Private Life of a Masterpiece 1.00 Renaissance 2.00 Art and Its Histories

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 When Expeditions Go Wrong 13.00 Devils of the Deep 14.00 Seconds From Disaster 15.00 Seconds From Disaster 16.00 Megastructures 17.00 When Expeditions Go Wrong 18.00 Megastructures 19.00 Devils of the Deep 20.00 Inside 9/11 21.00 Seconds From Disaster 22.00 Megastructures 23.00 When Expeditions Go Wrong 0.00 Seconds From Disaster 1.00 Megastructures

ANIMAL PLANET

12.00 Amazing Animal Videos 12.30 Monkey Business 13.00 Big Cat Diary 13.30 The Snake Buster 14.00 Maneaters 14.30 Predator's Prey 15.00 Animal Precinct 16.00 Pet Rescue 16.30 Wildlife SOS 17.00 Amazing Animal Videos 17.30 The Planet's Funniest Animals 18.00 The Snake Buster 18.30 Monkey Business 19.00 Predators 19.30 Big Cat Diary 20.00 Wild Indonesia 21.00 Animal Cops

Detroit 22.00 Predators 22.30 Monkey Business 23.00 Emergency Vets 23.30 Hi-Tech Vets 0.00 Pet Rescue 0.30 Wildlife SOS 1.00 Wild Indonesia 2.00 The Snake Buster

DISCOVERY

12.05 Dangerman 13.00 Rex Hunt Fishing Adventures 13.30 Hooked on Fishing 14.00 Super Structures 15.00 Extreme Machines 16.00 Junkyard Mega-Wars 17.00 A 4x4 is Born 17.30 A 4x4 is Born 18.00 American Chopper 19.00 Mythbusters 20.00 Beslan 22.00 Zero Hour 23.00 Mythbusters 0.00 Forensic Detectives 1.00 FBI Files 2.00 Hitler of the Andes 3.00 Wreck Detectives 4.00 Dangerman 5.00 Super Structures 6.00 Extreme Machines 6.00 Galileo 7.00 We Are Family! So lebt Deutschland 7.25 Do It Yourself - S.O.S. 8.00 Das Geständnis - Heute sage ich alles 9.00 Eure letzte Chance 10.00 talk talk talk 11.00 AVENZIO - Schöner leben! 12.00 SAM 13.00 We Are Family! So lebt Deutschland 13.30 Do It Yourself - S.O.S. 14.00 Das Geständnis - Heute sage ich alles 15.00 Die Abschlussklasse 2006 15.30 Freunde - Das Leben geht weiter! 16.00 taif 17.00 Die Simpsons 17.30 Die Simpsons 18.00 Galileo 19.00 Newstime 19.15 Alles außer Sex 20.15 Titel folgt! 21.15 TV total 22.15 Aufgemotzt 23.15 ProSieben Reportage 0.00 ProSieben Spät Nachrichten 0.05 Die Erben der Saubier - Im Reich der Urzeit 1.10 ProSieben Night-Loft

MTV

12.00 Boiling Points 12.30 Just See MTV 14.00 Pimp My Ride 14.30 Wishlist 15.00 TRL 16.00 Switched On MTV 17.00 Just See MTV 17.30 MTVnew 18.00 Hit List UK 19.00 MTV Making the Movie 19.30 Making the Video 20.00 The Trip 20.30 The Osbournes 21.00 Top 10 at Ten 22.00 Jackass 22.30 Andy Milonakis Show 23.00 The Lick 0.00 Just See MTV

VH1

12.00 So 80s 12.30 VH1 Hits 16.00 So 80s 17.00 VH1 Viewer's Jukebox 18.00 Smells Like the 90s 19.00 VH1 Classic 19.30 Then & Now 20.00 VH1 All Access 20.30 MTV at the Movies 21.00 Pop Up Videos 21.30 Beavis & Butthead 22.00 VH1 Rocks 22.30 Flipside 23.00 Top 5 23.30 The Fabulous Life of... 0.00 VH1 Hits 5.00 VH1 Hits

CLUB

12.20 Inertainment 12.45 Girls Behaving Badly 13.10 Staying in Style 13.35 In-

sights 14.00 Fashion House 14.30 Weddings 15.00 Crimes of Fashion 15.30 City Hospital 16.30 Lofty Ideas 17.00 Yoga Zone 17.25 The Method 17.50 Retail Therapy 18.15 Weddings 18.40 e-love 19.05 Paradise Seekers 19.30 Crimes of Fashion 20.00 Insights 20.25 Other People's Houses 21.15 Sextacy 22.10 Sex and the Settee 22.35 What Men Want 23.00 My Messy Bedroom 23.30 Retail Therapy 0.00 Vegging Out 0.30 The Villa 1.25 Crimes of Fashion 1.50 Inertainment

E! ENTERTAINMENT

12.00 The El! True Hollywood Story 13.00 E! News 13.30 Pop Stars Gone Bad 14.00 101 Most Shocking Moments in... 15.00 101 Most Shocking Moments in... 16.00 101 Most Shocking Moments in... 17.00 101 Most Shocking Moments in... 18.00 Fight For Fame 19.00 E! News 19.30 Style Star 20.00 Uncut 21.00 101 Biggest Celebrity Oops! 22.00 Party @ the Palms 22.30 Girls of the Playboy Mansion 23.00 Wild On 0.00 E! News 0.30 Style Star 1.00 Party @ the Palms 1.30 Girls of the Playboy Mansion 2.00 Uncut

CARTOON NETWORK

12.00 Cow and Chicken 12.30 Sheep in the Big City 13.00 Dexter's Laboratory 13.30 The Powerpuff Girls 14.00 Pet Alien 14.30 Ed, Edd n Eddy 15.00 Teenage Mutant Ninja Turtles 15.30 Battle B-Daman 16.00 Sabrina, The Animated Series 16.30 Atomic Betty 17.00 Codename: Kids Next Door 17.30 Foster's Home for Imaginary Friends 18.00 What's New Scooby-Do? 18.30 Duck Dodgers in the 24 1/2 Century 19.00 Charlie Brown Presents 19.30 Tom and Jerry 20.00 The Flintstones 20.30 Looney Tunes 21.00 Dastardly & Muttley in Their Flying Machines 21.30 Scooby-Do 22.00 Tom and Jerry 23.00 Dexter's Laboratory 23.30 The Powerpuff Girls 0.00 Johnny Bravo 0.30 Ed, Edd n Eddy 1.00 Skipper & Skeeto 2.00 Spaced Out

JETIX

12.20 Jacob two-two 12.45 So Little Time 13.10 Goosebumps 13.35 Black Hole High 14.00 Spider-Man 14.25 Movie Mysteries 14.50 Digimon II 15.15 Martin Mystery 15.40 Totally Spies 16.05 W.I.T.C.H. 16.30 Sonic X

MG M

13.10 Gallant Hours 15.05 Scalphunters 16.45 Stranger Who Looks Like Me 18.00 Bojangles 19.40 Tough Love 21.15

Florida Straits 22.50 Those Secrets 0.20 Vietnam Texas 1.50 Ground Zero

TCM

20.00 Victor/Victoria 22.10 Period of Adjustment 0.05 The Fearless Vampire Killers 1.50 Dr Jekyll and Mr Hyde

HALLMARK

12.00 Barbara Taylor Bradford's Voice of the Heart 13.45 Ordinary Miracles 15.15 Out of Time 17.00 Touched By An Angel II 17.45 The Sign of Four 19.15 Follow the Stars Home 21.00 To The Ends of the Earth 22.30 Lonesome Dove: The Series 23.15 Follow the Stars Home 1.00 Icon

BBC FOOD

12.00 Heat in the Kitchen 12.30 Made to Order 13.00 Beauty and the Feast 13.30 Food Source Asia 14.00 Eating Out Loud 15.00 Delia's How to Cook 15.30 Douglas Chew Cooks Asia 16.00 Wild and Fresh 16.30 Ready Steady Cook 17.00 New Scandinavian Cooking 17.30 Rick Stein's Food Heroes 18.00 Gary Rhodes 18.30 Floyd's Fjord Fiesta 19.00 The Naked Chef 19.30 Street Cafe 20.00 Ever Wondered About Food 20.30 Paradise Kitchen 21.00 Can't Cook Won't Cook 21.30 Just in Africa 22.00 Delia's How to Cook 22.30 Ready Steady Cook

DR1

12.00 Finanslovsdebat fra Christiansborg 14.00 TV Avisen med vejr 14.20 Bamses Julerejse 14.50 Nyheder på tegnsprog 15.00 Dawson's Creek 15.45 Special 16.00 Braceface 16.20 Shin Chan 16.30 Energikampen 17.00 Bamses Julerejse 17.30 TV Avisen med Sport og Vejr 17.55 Dagens Danmark 18.25 TV Avisen 18.30 Rabatten 19.00 Kender du typen? 19.30 DR Dokumentar - Dem fra 9. 20.00 TV Avisen 20.25 Profilen 20.50 SportNyt 21.00 Det er showtime! 23.00 Onsdags Lotto 23.05 Special

SV1

13.10 En dag på kappflöpingarna 14.55 Anslagstavlan 15.00 Rapport 15.10 Gomoron Sverige 16.00 Sverigel 16.30 Krokdöll 17.00 BollBompa 17.01 Billy 17.15 Jullkalendern: En decemberdröm 17.30 Expedition vildmark 18.00 Rea 18.30 Rapport 19.00 Packat & klart 19.30 Mitt i naturen 20.00 Tre tjejer 21.40 Händelser i hemmet 22.40 Rapport 22.50 Kulturmyterna 23.00 Kvalster 0.00 Offside 0.30 Sändning från SVT24

JÓLADAGATALIÐ!

Sendu SMS skeytið **BT BTB** á númerið **1900** og þú gættir unnið! Við sendum þér spurningu tengda BT og jónumum sem þú svarar með SMS skeyti **BT A**, **B** eða **C** á númerið **1900**.

10. hver vinnur eithvað af þessu hér:

- MEDION V8 X2 tölvur • PANASONIC heimabíó • Denver DVD spilarar
- PANASONIC minidV tökuvélát • Sony Stafrænar myndavélar • GSM símar
- Jólais Kjörís • PSP tölva • Sony MP3 spilarar • Konfekt frá Nóa Sirius
- PlayStation 2 tölvur • Biómíðar fyrir tvo á The Family Stone • Fullt af geislaplötum • CocaCola kippur • Fullt af DVD • Víking Malt kippur • Fullt af tölvuleikjum • Fri ADSL áskrift hjá BTnet!

Adalvinningur er fjölskyldunni! Adalvinningur að verðmæti 550.000,- 10. hver vinnur!

ABDALVINNINGUR ER JÓLAPAKKI HANDA ALLRI FJÖLSKYLDUNNI!

39. efst í mynd. Með þessari mynd er sýnt útlit frá myndinni íSMAS.kobbo.

Nú er tími til að gleðja alla fjölskylduna!
Við erum komin í jólaskap
og bjóðum vonduð tæki á jólaverði!

Jólagjafir

fyrir alla fjölskylduna

KORTER.IS



LG heimabíó LHT751TB

Heimabíókerfi Magnari-Útvarp-DVD spilari
700W

Aðeins Stgr.kr. **49.900.-**



LG DVD spilari / Brennari - RH7800
160 GB Harður diskur DV-Video-in o.m.fl.

Aðeins Stgr.kr. **59.900.-**



Video / DVD sambyggt

Aðeins frá Stgr.kr. **14.900.-**

32" ELFUNK-LCD skjár AGTV3208



Raðgreiðslur
til 12 mána.
VAXTALAUST
aðeins kr.
12.154.-*

Aðeins Stgr.kr. **138.900.-**

Upplausn: WXGA1366x768
Skerpa: 600:1

30" ELFUNK-LCD skjár AGTV3008



Raðgreiðslur
til 12 mána.
VAXTALAUST
aðeins kr.
11.366.-*

Aðeins Stgr.kr. **129.900.-**

Upplausn: WXGA 1366x768
Skerpa: 600:1

LG-M4410 GSM sími
með MP3 spilara
myndavél með 1,3 megapix, USB-tengi, Blue
tooth, o.m.fl.

Aðeins Stgr.kr. **39.900.-**



20" Daewoo sjónvarp



Raðgreiðslur
til 12 mána.
VAXTALAUST
aðeins kr.
5.017.-*

Aðeins Stgr.kr. **59.900.-**

Upplausn: WXGA 640x480
Frábært tæki í eldhúsið eða svefnherb.

LG 42" Plasma sjónvarp



Raðgreiðslur
til 12 mána.
VAXTALAUST
aðeins kr.
26.163.-

Aðeins Stgr.kr. **299.900.-**

Frábært hágæða sjónvarp

42" ELFUNK Plasma-skjár, TV- tuner og hátalarar



Raðgreiðslur
til 12 mána.
VAXTALAUST
aðeins kr.
13.991.-*

Aðeins Stgr.kr. **159.900.-**

Upplausn: WXGA 852x480
Skerpa: 3000:1

Life's Good LG

RAFTÆKJAVERZLUN ÍSLANDS HF

- ANNO 1929 -

Skútuvogur 1 • Sími 568 8660 • ri@ri.is

*kr.150.- greiðslugjald bætist við hverja greiðslu.



GAMAN

▶ 20.50

SVONA VAR ÞAÐ



MATUR

▶ 20.40

ELDSNÖGGT MEÐ JÓA FEL



RAUNVERULEIKI

▶ 20.00

ÍSLENSKI BACHELORINN



SPENNA

▶ 21.40

SMALLVILLE



KÖRFUBOLTI

▶ 21.00

NBA TV DAILY

SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN

SIRKUS

Sjónvarp Dasta

MORGUN

6.58 Ísland í bítið 9.00 Bold and the Beautiful 9.20 í finu formi 2005 9.35 Oprah (17:145) 10.20 Josie and the Pussycats

10.10 FIFA World Cup Championship 2006

DAGUR

16.30 Handboltakvöld 17.00 Jóladagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (14:24) 17.05 Leiðarljós 17.50 Táknálsfréttir 17.55 Stundin okkar 18.25 Latibær

12.00 Hádegisfréttir 12.25 Neighbours 12.50 í finu formi 2005 13.05 Blue Collar TV 13.30 Fresh Prince of Bel Air 13.55 The Block 2 (e) 14.40 Two and a Half Men 15.05 What Not to Wear 16.00 Barnaefni Bold and the Beautiful 18.05 Neighbours

17.55 Cheers 18.20 Sirrý (e)

15.30 X-Games 2005 (1:1) 16.20 FIFA World Cup Championship 2006 18.00 Íþróttaspjallíð 18.12 Sportíð

KVÖLD

18.50 Jóladagatal Sjónvarpsins – Töfrakúlan (15:24) 19.00 Fréttir, íþróttir og veður 19.35 Kastljós 20.25 Nýgræðingar (88:93) (Scrubs) ▶ 20.50 Svona var það (That 70's Show) Bandarísk gamanþáttaröð.

18.30 Ísland í dag 19.05 Fréttir, íþróttir og veður 19.35 Galdrabókin (15:24) Nýtt íslenskt jóladagatal. 19.45 The Simpsons (4:22) 20.10 Strákarnir ▶ 20.40 Eldsnögg með Jóa Fel (8:8) Bakarameisterinn Jói Fel kann þá list betur en margir aðrir að búa til einfaldaen gírnilega rétti. Hann heldur uppteknum hætti og kitlar bragðlaukasjónvarpsáhorfenda sem aldrei fyrr.

19.20 Fasteignasjónvarpið (e) Umsjón hafa Hlynur Sigurðsson og Pyri Ásta Hafsteinsdóttir.

18.30 Fréttir NFS 18.55 Fashion Television (7:34) 19.20 Ástarfleyið (8:11) 20.00 Friends 5 (13:23) (Vínir) 20.30 Sirkus Rvk (7:30) Sirkus Rvk er nýr þáttur í umsjá Ásgeirs Kolbeinssonar.

18.30 Stump the Schwab (Veistu svarið?) Stórskemmtilegur spurningaþáttur 19.00 NFL-tílfrið (NFL Gameday 05/06) Svipmyndir úr leikjum helgarinnar í ameríska fótboltanum.

21.15 Launráð (Alias IV) Bandarísk spennuþáttaröð. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.

20.10 Strákarnir ▶ 20.40 Eldsnögg með Jóa Fel (8:8) Bakarameisterinn Jói Fel kann þá list betur en margir aðrir að búa til einfaldaen gírnilega rétti. Hann heldur uppteknum hætti og kitlar bragðlaukasjónvarpsáhorfenda sem aldrei fyrr.

19.30 Complete Savages (e) ▶ 20.00 Íslenski bachelorinn – úrslitáþáttur 21.00 Íslenski bachelorinn – bein útsending 22.00 Silvía Nött – tvöfaldur Frægasta frekjudoðs landsins snýr aftur í haust og heldur áfram að stúða áhorfendur með sínum óútreiknulegu uppátækjum og dekurstælum. Egóíð hefur aldrei verið stærra enda sló þessi margumtalaða pabbastelpa rækilega í gegn á nýliðnu sumri og þátturinn hennar var einn af vinsælustu þáttum sumarsins.

21.00 Ástarfleyið (9:11) ▶ 21.40 Smallville (1:22) (Crusade) Fjórða þáttaröðin um Ofurmennið í Smallville. Í Smallville býr unglingurinn Clark Kent. Hann er þrúðmenni og er fús til að rétta óðrum hjálparhönd.

19.30 A1 Grand Prix Ítarleg umfjöllun um heimsbikarinn í kappakstri. 20.30 Fifth Gear (í fimmta gir) Breskur bílaþáttur af bestu gerð. Hér er fjallað jafnt um nýja sem notaðbílana en ökutæki af nánast öllum stærðum og gerðum koma við sögu.

22.00 Tiufréttir 22.25 Blackpool (4:6) Breskur myndaflokkur. Ripley Holden rekur leiktækjásal í Blackpool og ætlar sér að efnast vel. En það sýrtir í alinn fyrir Holden þegar ungur maður finnst látinn í fyrirtæki hans.

21.10 Footballer's Wives (8:9) (Ástir í boltanum 4) Bönnuð börnum. 22.00 Afterlife (6:6) (Framhaldslíf) Bönnuð börnum. 22.50 Hitcher 2: I've Been Waiting (Puttalingurinn 2) Stranglega bönnuð börnum.

22.00 Silvía Nött – tvöfaldur Frægasta frekjudoðs landsins snýr aftur í haust og heldur áfram að stúða áhorfendur með sínum óútreiknulegu uppátækjum og dekurstælum. Egóíð hefur aldrei verið stærra enda sló þessi margumtalaða pabbastelpa rækilega í gegn á nýliðnu sumri og þátturinn hennar var einn af vinsælustu þáttum sumarsins.

22.25 Girls Next Door (7:15) (Just Shoot Me) 22.50 So You Think You Can Dance (11:12)

▶ 21.00 NBA TV Daily 2005/2006 (Detroit – Sacramento) (Aukaleikur af NBA TV) Útsending frá NBA deildinni.

NÖTT

23.25 Aðþrengdar eiginkonur (17:23) 0.10 Kastljós 1.00 Dagskrárlök

0.20 The 4400 1.05 Six Feet Under 2.00 Alien (Str. b. börnum) 3.50 Twenty Four 3 (14:24) (e) 4.35 Silent Witness (5:8) 5.25 Fréttir og Ísland í dag 6.30 Tónlistarmyndbönd frá Popp TíVi

23.00 Jay Leno 23.45 Jamie Oliver's School Dinners (e) 0.35 Cheers (e) 1.00 NÁTTHRAFARNAR 1.00 Everybody loves Raymond 1.25 Da Vinci's Inquest 2.10 Fasteignasjónvarpið (e) 2.20 Óstöðvandi tónlist

23.40 Rescue Me (11:13) 0.25 Friends 5 (13:23) (e) 0.50 The Newlyweds (9:30) 1.15 Tru Calling (9:20)

23.00 Tiger Woods (3:3) 23.55 FIFA World Cup Championship 2006

Umtöluð skó- og kvenfataverslun



14.900



10.500



12.500



13.900



13.500



16.500



10.500



14.900

ILSE JACOBSEN • Hornbæk

Garðatorgi • Garðabæ • sími 517 4806



FRÉTTIR

▶ 09.00

FRÉTTAVAKTIN FYRIR HÁDEGI



7.00 Ísland í bítið ▶ 9.00 Fréttavaktin fyrir hádegi

12.00 Hádegisfréttir/Markaðurinn/Íþróttfréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegisd-fréttaviðtal 13.00 Íþróttabáttur 14.00 Hrafnáþing/Miklabraut 15.00 Fréttavaktin eftir hádegi 18.00 Kvöldfréttir/Íslandi í dag/Íþr

19.35 Kvölddagskrá 19.40 Samantekt úr Fréttavaktinni frá því fyrr um daginn. 20.10 Endurtekinn þáttur frá liðinni helgi.

21.10 60 Minutes Framúrskarandi fréttabáttur sem vitnað er í.

22.00 Fréttir, Íþróttir og veður

22.30 Samantekt úr Fréttavaktinni frá því fyrr um daginn.

23.00 Endursýningar

2 BÍÓ STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 Big Fat Liar 8.00 Serendipity 10.00 Wild About Harry 12.00 Sounder 14.00 Big Fat Liar 16.00 Serendipity 18.00 Wild About Harry

20.00 Sounder Það vofir skuggi yfir Morgan-fjölskyldunni. Fjölskyldu-faðirinn er fundinnsekur um glæp og sendur í fangelsi.

22.00 Love Liza (Með ástar-kveðju Liza) Gráglettin verðlaunamynd sem-fjallar um vefhönnuð sem ánetjast bensinsniffi eftir að kærasta hans fremur sjálfsmorð.

0.00 Drugstore Cowboy (Stranglega bönnuð börnum) 2.00 Dancing at the Blue Iguana (Stranglega bönnuð börnum) 4.00 Love Liza (Bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

14.00 W.B.A. – Man. City frá 10.12 16.00 Man. Utd. – Wigan frá 14.12 18.00 Everton – West Ham

20.00 Stuðningsmannabátturinn „Liðið mitt“

21.00 Man. Utd. – Everton frá 11.12

23.00 Chelsea – Wigan frá 10.12 1.00 Tottenham – Portsmouth frá 12.12 3.00 Dag-skrárlok

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

Fréttabátturinn Korter er sýndur kl.18.15 og endursýndur á klukkutíma fresti til kl. 9.15

... Fleiri stöðvar á næstu opnum »

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Bold and the Beautiful

Margverðlaunuð sápuopera sem hóf göngu sína í Bandaríkjunum árið 1987. Aðalsöguhetjurnar eru meðlimir Forrester-fjölskyldunnar en þrátt fyrir ríkídæmi er líf þeirra sjaldnast dans á rósum. Glæstar vonir var ein sigursælasta þáttaröðin á Emmy-hátíðinni 2002 og má segja að þessir þætir séu holdgervingar sápuóperanna. Hver þáttur endar svo spennandi að maður getur varla beðið eftir næsta.



■ STÖÐ 2, KL. 17.40

Smallville snýr aftur á Sirkus

Sirkus hefur í kvöld sýningar á fjórða þáttaröðin um unglingsár Ofurmennisins í Smallville. Þátturinn hefur verið sýndur undanfarin ár á Stöð 2 og notið talsverðra vinsælda. Og nú halda sýningar áfram á Sirkus. Í smábænum Smallville býr unglingurinn Clark Kent. Hann er stakt þrúðmenni og fús til að rétta öðrum hjálparhönd. Þó er hann ekki gallalaus og á það stundum til að vera dálítið klaufskur. Hann hefur hlotið veglegt, líkamlegt atgervi í vöggugjöf



en hann hefur ekki enn gert sér grein fyrir styrk sínum og hlutverki í lífinu. En í upphafi þessarar fjórðu þáttaraðar er Kent kominn á sporið, farinn að gera sér grein fyrir hvers vegna hann er ekki eins og aðrir jafnaldrar sínir; að hann eigi rætur sínar til fjarlægrrar plánetu. Hann hefur komist að því að hann heitir í raun Kal – El og er sannfærður um að uppfylla þær væntingar sem gerðar hafa verið til hans, skila því hlutverki sem faðir hans ætlaði honum á Jörðinni. En fyrst þarf hann að stöðva erkióvin sinn Lex og komast yfir kryptonstein þann sem Lex fann í Egiptalandi. En það er ekki eintómt myrkur í Smallville því Kent er spenntur fyrir ungrri stúlkun sem er nýkomin til bæjarinnar sem heitir Lous Lane.

■ SIRKUS, KL. 21.40

Fólalagatal

Van 989 BYLGJAN

Allir eru að hlusta!

Lag dagsins Last Christmas – Wham

Filou 9.990

Úrvalið er hjá okkur

Stólinn færðu hjá okkur
Margar gerðir
Margir litir

Olavia og Oliver

Gleisibæi - Sími 553 3366 - www.oo.is

Hokus Pokus 8.850



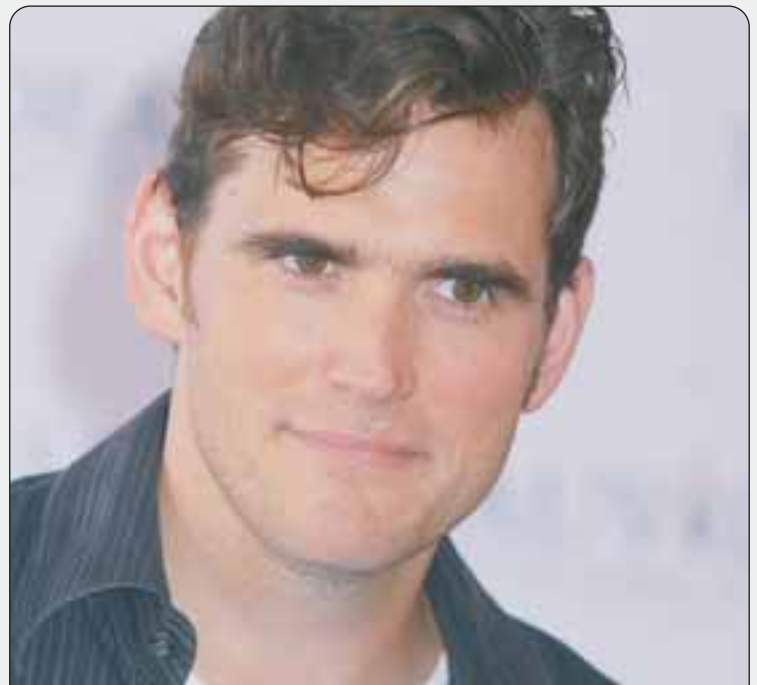
Gullfallegur njósnari

» Launráð

Bandaríska spennuþáttaröðin Launráð (Alias) hefur fengið frábærar viðtökur í Bandaríkjunum, unnið Golden Globe-verðlaunin og verið tilnefnd til fjölda Emmy-verðlauna. Jennifer Garner er í aðalhlutverkinu og leikur Sydney Bristow, háskólastúlku sem hefur verið valin og þjálfuð til njósnastarfa á vegum leyniþjónustunnar. Hún treysti kærastanum sínum fyrir leyndarmálinu, en hann dó stuttu seinna og hún vissi ekki fyrir víst hvert hún átti að snúa sér. Mennt virtust leika tveimur skjöldum og engum að treysta. Sydney varð því að reiða sig á mátt sinn og megin í æsispennandi baráttu við illmennni af ýmsum toga. Í fjórðu syrrunni, sem nú er sýnd, heldur sú barátta áfram. Jenni-

fer Garner varð að stjórnun eftir að hún fékk hlutverkið í Launráð (Alias). Mamma hennar var enskukennari og pabbi hennar var efnaverkfræðingur. Hún á tvær systur og eyddi níu árum af unglingsskeiði sínu í ballet og segir þessi ár einkennast af staðfestu frekar en hæfileikum, knúð áfram af ást á sviðinu. Í þættinum í dag gerir Katya Derevko tilraun til að tala við Sydney með því að eitra fyrir sjálfri sér til að komast út úr fangelsisklefanum sínum. Katya kemur Sydney úr jafnvægi með upplýsingar um að henni hafi verið kennt um morð mömmu sinnar, svo hún yrði drepin. Vaugn flækist í mál tengt fólki sem gætu vitað hvar faðir hans væri niðurkominn.

■ LAUNRÁÐ, RÚV, KL. 21.15



Þetta vissum við ekki um

Matt Dillon

- Hann er örvhentur.
- Var með Cameron Díaz í nokkur ár.
- Hann var fyrsti kostur í hlutverk Richards í The Blue Lagoon (1980) en hafnaði hlutverkinu út af nektaratriðum í myndinni.
- Honum finnst gaman að fara á flóamarkaði
- Hann er mikill aðdáandi kúbverkrar tónlistar.
- Hann er aðdáandi New York Mets hafnaboltaliðsins og safnar Mookie Wilson hafnaboltamyndum.
- Hann var uppgötvaður 14 ára gamall fyrir algjöra tilviljun þegar hann var í skólanum og umboðsmenn leituðu eftir einhverjum myndarlegum og hávöxnum dreng til að leika í myndinni, Over the Edge.

■ STÖÐ 2 BÍÓ, DRUGSTORE COWBOY, KL. 24.00



HVAÐ ER Í KASSANUM ...

...hjá Ellen Kristjánsdóttur?

Uppáhalds sjónvarpsþáttur?

Sylvía Nótt er ferlega skemmtileg. Síðan finnst mér þátturinn Desperate Housewives mjög skemmtilegur.

Hvað mætti sýna oftast?

Það mætti sýna minna af ofbeldislausu barnaefni.

Hvað má missa sín?

Ofbeldi í sjónvarpi!

Fyrsta sjónvarpsminningin?

Það var amerísk mynd sem hét Höndin. Ég mátti ekki horfa á hana en var alltaf að kíkja á hana bak við stól.

Uppáhalds sjónvarpsstjarnan?

Mér finnst Pheobe í Friends vera mjög fyndin persóna.



Z-brautir og gluggatjöld
Faxafeni 14 108 Reykjavík
Sími: 525-8200 z@z.is

Allt fyrir
barnaherbergið...



LAURA ASHLEY
Faxafeni 14 s 5516646
www.lauraashley.is

EKKI MISSA AF ...



TCM / KL. 20.00

Poltergeist

Klassísk hryllingsmynd um unga fjölskyldu sem er ofstött af draugum. Í fyrstu víróst draugarnir vera vinalegur, hreyfa hluti um húsið til að skemmta öllum, en síðan byrja þeir að verða ill-ri og ógna fjölskyldunni áður en þeir ræna yngstu dóttur þeirra.



VH1 / KL. 20.30

Fortune Files 2

Fortune Files rannsakar hvað verður um peninga fræga fólksins eftir að þau deyja. Þátturinn opnar glugga að óvenjulegu lífi og dauða stjarnanna Kurt Cobain, Jimi Hendrix, Jim Morrison og John F. Kennedy Jr. Þegar Kurt Cobain dó árið 1994 voru eignir hans metnar á \$100 milljónir og eignum Jim Morrison er stjórnað af fólki sem hann hittir aðeins nokkru sinni.

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL

Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT

12.15 Biathlon: World Cup Osrblie Slovakia 14.00 Snooker: UK Championship York 16.30 Football: UEFA Cup 17.30 Cross-country Skiing: World Cup Canmore Canada 18.30 Biathlon: World Cup Osrblie Slovakia 19.30 Cross-country Skiing: World Cup Canmore Canada 20.45 Snooker: UK Championship York 22.30 Football: UEFA Cup 0.00 All Sports: Casa Italia: Road to Torino 2006 0.15 Olympic Games: Olympic Torch Relay

BBC PRIME

12.00 The Good Life 12.30 Butterflies 13.00 Miss Marple 14.00 Balamory 14.20 Binka 14.25 Tweenies 14.45 Fimbles 15.05 Tikkabilla 15.35 S Club 7: Viva S Club 16.00 Home From Home 16.30 Ready Steady Cook 17.15 The Weakest Link 18.00 Doctors 18.30 EastEnders 19.00 Last of the Summer Wine 19.30 2 point 4 Children 20.00 Top of the Pops 20.35 Cutting It 21.30 Strictly Come Dancing 22.30 What I Wish I'd Known When I Was 20 23.00 Strictly Come Dancing 23.20 The Big Impression: Euro 2004 Special 0.00 Wild Africa 1.00 Great Railway Journeys of the World 2.00 Discovering Science

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 When Expeditions Go Wrong 13.00 Spider Power 14.00 Seconds From Disaster 15.00 Hogzilla 16.00 Alien Big Cats 17.00 When Expeditions Go Wrong 18.00 Evolution 19.00 Spider Power 20.00 Inside 9/11 21.00 Elephant Rage 22.00 Wild Sex 23.00 When Expeditions Go Wrong 0.00 Elephant Rage 1.00 Evolution

ANIMAL PLANET

12.00 Amazing Animal Videos 12.30 Monkey Business 13.00 Big Cat Diary 13.30 The Snake Buster 14.00 Wild Indonesia 15.00 Animal Precinct 16.00 Pet Rescue 16.30 Wildlife SOS 17.00 Amazing Animal Videos 17.30 The Planet's Funniest Animals 18.00 The Snake Buster 18.30 Monkey Business 19.00 Predators 19.30 Big Cat Diary

20.00 Killer Crocs of Costa Rica 21.00 Animal Cops Detroit 22.00 Predators 22.30 Monkey Business 23.00 Emergency Vets 23.30 Hi-Tech Vets 0.00 Pet Rescue 0.30 Wildlife SOS 1.00 Killer Crocs of Costa Rica 2.00 The Snake Buster

DISCOVERY

12.05 Brainiac 13.00 Rex Hunt Fishing Adventures 15.30 Hooked on Fishing 14.00 Super Structures 15.00 Extreme Machines 16.00 Junkyard Mega-Wars 17.00 5th Gear 17.30 5th Gear 18.00 American Chopper 19.00 Mythbusters 20.00 Forensic Detectives 21.00 FBI Files 22.00 Sensing Murder - Denmark 23.00 Mythbusters 0.00 Forensic Detectives 1.00 FBI Files 2.00 Weapons of War

MTV

12.00 Boiling Points 12.30 Just See MTV 14.00 Pimp My Ride 14.30 Wishlist 15.00 TRL 16.00 Dismissed 16.30 Just See MTV 17.30 MTV/new 18.00 The Base Chart 19.00 Pimp My Ride 19.30 Punk'd 20.00 Wonder Showzen 20.30 The Osbournes 21.00 Top 10 at Ten 22.00 Switched On MTV 23.00 Supercock 0.00 Just See MTV

VH1

12.00 So 80s 12.30 VH1 Hits 16.00 So 80s 17.00 VH1 Viewer's Jukebox 18.00 Smells Like the 90s 19.00 VH1 Classic 19.30 Then & Now 20.00 VH1 All Access 20.30 Fortune Files 2 21.00 Hogan Knows Best 21.30 Beavis & Butthead 22.00 VH1 Rocks 22.30 Flipside 23.00 Top 5 23.30 The Fabulous Life of... 0.30 VH1 Hits

CLUB

12.20 Inertainment 12.45 Girls Behaving Badly 13.10 Staying in Style 13.30 Insights 14.00 Art and Soul 14.30 Fantasy Open House 15.00 Crimes of Fashion 15.30 City Hospital 16.30 Lofty Ideas 17.00 Yoga Zone 17.25 The Method 17.50 Retail Therapy 18.15 Fantasy Open House 18.40 e-love 19.05 Paradise Seekers 19.30 Crimes of Fashion 20.00 Insights 20.25 Other People's Houses 21.15 Sextacy 22.10 Sex and the Settee 22.35 What Men Want 23.00 My Messy Bedroom 23.30 Retail Therapy 0.00 Vegging Out 0.30 The Villa 1.25 Crimes of Fashion 1.50 Inertainment

E! ENTERTAINMENT

12.00 The E! True Hollywood Story

13.00 E! News 13.30 The Soup UK 14.00 High Price of Fame 15.00 High Price of Fame 16.00 50 Steamiest Southern Stars (1) 17.00 50 Steamiest Southern Stars (2) 18.00 Rich Kids: Cattle Drive 19.00 E! News 19.30 Girls of the Playboy Mansion 20.00 The E! True Hollywood Story 21.00 101 Biggest Celebrity Oops! 22.00 Superstar Money Gone Bad 22.30 Party @ the Palms 23.00 Wild On 0.00 E! News 0.30 Fashion Police 1.00 Superstar Money Gone Bad 1.30 Party @ the Palms 2.00 The E! True Hollywood Story

CARTOON NETWORK

12.00 Cow and Chicken 12.30 Sheep in the Big City 13.00 Dexter's Laboratory 13.30 The Powerpuff Girls 14.00 Pet Alien 14.30 Ed, Edd n Eddy 15.00 Teenage Mutant Ninja Turtles 15.30 Battle B-Daman 16.00 Sabrina, The Animated Series 16.30 Atomic Betty 17.00 Codename: Kids Next Door 17.30 Foster's Home for Imaginary Friends 18.00 What's New Scooby-Doo? 18.30 Duck Dodgers in the 24 1/2 Century 19.00 Charlie Brown Specials 19.30 Tom and Jerry 20.00 The Flintstones 20.30 Looney Tunes 21.00 Dastardly & Muttley in Their Flying Machines 21.30 Scooby-Doo 22.00 Tom and Jerry 23.00 Dexter's Laboratory 23.30 The Powerpuff Girls 0.00 Johnny Bravo 0.30 Ed, Edd n Eddy 1.00 Skipper & Skeeto 2.00 Spaced Out

JETIX

11.55 Braceface 12.20 Jacob two-two 12.45 So Little Time 13.10 Goosebumps 13.35 Black Hole High 14.00 Spider-Man 14.25 Mowile Mysteries 14.50 Digimon II 15.15 Martin Mystery 15.40 Totally Spies 16.05 W.I.T.C.H. 16.30 Sonic X

MGM

12.55 White Lightning 14.35 BY Duty Bound 16.05 Of Mice And Men 18.00 Tough Love 19.35 Starflight One 21.30 Hey, I'm Alive 22.45 Triumph Over Disaster: The Hurricane Andrew Story 0.20 Prison Girls 1.55 Taking of Beverly Hills

TCM

20.00 Poltergeist 21.55 Take the High Ground 23.35 Arturo's Island 1.10 Jumbo

HALLMARK

12.00 Barbara Taylor Bradford's Voice

of the Heart 13.45 The Prince and the Pauper 15.15 A Storm in Summer 17.00 Touched By An Angel II 17.45 Mcleod's Daughters II 18.30 Flood: A River's Rampage 20.00 Doc Martin 21.00 State of Mind 22.45 Doc Martin 23.45 While I Was Gone 1.30 Flood: A River's Rampage

BBC FOOD

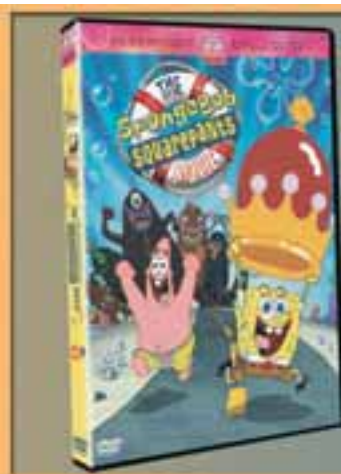
12.00 Gary Rhodes 12.30 Floyd's Fjord Fiesta 13.00 The Naked Chef 13.30 Street Cafe 14.00 Ever Wondered About Food 14.30 Paradise Kitchen 15.00 Can't Cook Won't Cook 15.30 Just in Africa 16.00 Delia's How to Cook 16.30 Ready Steady Cook 17.00 Tyler's Ultimate 17.30 James Martin Sweet 18.00 Wild and Fresh 18.30 Ching's Kitchen 19.00 The Italian Kitchen 19.30 A Cook's Tour 20.00 Made to Order 20.30 Big Kevin Little Kevin 21.00 Off the Menu 21.30 Chalet Slaves 22.00 The Big Stew 22.30 Ready Steady Cook

DR1

12.00 En c ved Oslo 12.30 Mik Schacks Hjemmeservice 13.00 Spot 13.30 Hva er det værd? 14.00 TV Avisen med vejr 14.20 Bamses Julereise 14.50 Nyheder på tegnsprog 15.00 Liga DK 15.30 Mit USA 16.00 Den amerikanske drage: Jake Long 16.20 Taxen der blev voksen 16.30 Livet ifølge Rosa 17.00 Bamses Julereise 17.30 TV Avisen med Sport og Vejr 17.55 Dagens Danmark 18.25 TV Avisen 18.30 Forældre for enhver pris 19.00 Ildsjæle 19.30 Den lille forskel 20.00 TV Avisen 20.25 Penge 20.50 SportNyt 21.00 American Cuisine 22.30 Ekstremer 23.20 Planet X 23.50 Liga DK

SV1

12.40 Plus 13.10 Mitt i naturen 13.40 Packat & klart 14.10 Gomorron Sverige 15.00 Rapport 15.10 Så såg vi Sverige då 15.25 Karamelli 15.55 Tre Kronor live - Rosno cup 17.15 BolliBompa 17.16 Jultakalendern: En decemberdröm 17.30 Mobilen 17.45 Lilla Aktuellt 18.00 Tre Kronor live - Rosno Cup 18.30 Rapport 19.00 Mat/Tina 19.30 Utgrävarna 20.00 Naturfilm: Robot-hajen 21.00 Dokument utifrån: Den gåckande freden 22.05 Rapport 22.15 Kulturhyeterna 22.25 Uppdrag Granskning 23.25 Sändning från SVT24



KOMINN Í VERSLANIR Á DVD OG VHS MEÐ ÍSLENSKU OG ENSKU TALI TRYGGÐU ÞÉR EINTAK STRAX!

SAMMYNDIR

Fallegt og vinsælt danskt jólaskraut

verð aðeins kr. 1.250.- í fallegum gjafapakka

menu



Á aðventukertin



9. Laufblað



10. Rugguhestur



1. Gjafapakki



5. Jólatré



11. Snjókorn



2. Stjarna



6. Tromma



12. Slaufa



3. Mistilteinn



7. Engill



4. Hjarta



8. Jólahafur

www.tkk.is

ERUM FLUTT ÚR FAXAFENI Í KRINGLUNA

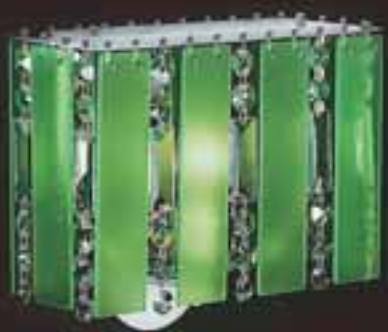
Tekk
KRISTALL

ER AÐEINS Í KRINGLUNNI

hátíð ljóssins



Swarovski kristall



full búð af nýrri
og glæsilegri gjafavöru



heima

húsgagnaverslun • bláu húsunum við faxafen • 568 4242 • heima@heima.is

opið: virka daga 10 - 18, laugardaga 11 - 16, sunnudaga til jóla kl. 13 - 16.

Jólatilboðin í

SpringAir Heilsudýnur

THE **NeverTurn**
MATTRESS



Just Right.



Hönnuð til að styðja við bakið á þér
Komdu og upplifðu það nýjasta frá Spring Air



 **TEMPUR** heilsudýnur

Dýpsta slökun, hvíld og svefn sem völ er á

Þar sem Tempur dýnan aðlagast líkamanum dreifir hún þyngdinni og dregur þar með úr þrýstingi á viðkvæma staði svo sem axlir, mjaðmir, hné og ökkla. Jafnframt styður hún undir og fyllir upp í „holrúmin“ sem gjarnan skortir stuðning svo sem miðbak, háls og hnésbætur.



Recor
hægindastólar



 **TEMPUR**
heilsukoddar



TempraKON[®]
hitajöfnunarsængur



www.betrabak.is

fullum gangi!

Gravity Zero Stíllanleg rúm



Komdu í verslun okkar að Faxafeni 5 og við hjálpum þér að finna rétta rúmið fyrir þig á jólatilboði!

Recor svefnsófar með heilsudýnum



Svefnsófar með heilsudýnu og MicroFiber áklæði í mörgum litum og stærðum.

15 sekúndur



Carrete
teppasett



elegante
sængurver



TEMPUR
barnakoddar

Heilsukoddar Mjúki pakkinn sem bætir lífið

Allir sem kaupa Tempur heilsukodda fyrir jólin fá hina frábæru bók, Með lífið að láni, í kaupbæti.



Tempur Original



Tempur Classic



Tempur Millennium

TEMPUR-PEDIC
Heilsunnar vegna

www.design.is © 2005

**Betra
BAK**

Faxafeni 5 • Reykjavík • Sími 588 8477 • betrabak@betrabak.is • www.betrabak.is
Opíð virka daga frá kl. 10-18 • Laugardaga frá kl. 11-16
Sunnudaga í desember frá kl. 13-17

Engin jól án Ribena

Óáfengt jólaglögg

- 50 g möndlur
- 2 dl rúsínur
- 1 kanelstöng
- 1 l vatn
- 2 dl Ribena-sólberjasaft
- 1 appelsína
- 1 sítróna

Skertið möndlurnar í tvennt langsum. Setjið rúsínurnar, kanelstöngina og 2 dl af vatni í pott og látið suðuna koma upp. Slökkvið undir pottinum, hrærið í, setjið lokið á pottinn og látið standa í 10 mínútur. Bætið þá Ribena-saftinni og afganginum af vatninu út í. Hitið þar til suðan kemur upp. Kreistið safann úr appelsínunni og sítrónunni, bætið út í og berið fram.

Jólarauðkál með Ribena

um 1,5 kg rauðkál
40 g smjör
2 dl edik, t.d. eplaedik
250 g sykur
1 msk. salt
3 dl Ribena-sólberjasaft

Saxið rauðkálið smátt. Bræðið smjörið í stórum potti og mýkið kálið í því í nokkrar mínútur. Setjið edik, sykur, salt og Ribena-saft út í og sjóðið í 45-50 mínútur.



Ris à l'amande

1 msk. smjör (ef þarf)
1 dl hrísgrjón, gjarna grautargrjón
7 dl nýmjólk
1 vanillustöng
50 g möndlur, saxaðar
2 msk. sykur
1 ts. salt
4 dl rjómi
Ribena-sólberjasaft

Smyrjið pottinn sem á að nota að innan með smjörinu (óþarfi

ef notaður er húðaður pottur). Setjið hrísgrjón og mjólk í pottinn og hitið að suðu. Kljúfið vanillustöngina og setjið hana út í. Látið malla við mjög hægán hita undir loki í 40-50 mínútur, eða þar til grjónin eru vel meyr og hafa drukkið í sig mestalla mjólkina. Fjarlægjið þá vanillustöngina, setjið grjónin í skál og kælið vel. Hrærið svo möndlum, sykri og salti saman við. Stíffþeytið rjómann og blandið honum gætilega saman við. Berið fram með Ribena-saft.



Jólaglassúr

Pegar skreyta á piparkökur eða aðrar smákökur fyrir jólin er upplagt að blanda Ribena-sólberjasaft saman við flórsykurinn. Það gefur glassúrnum fallegan og jólalegan lit og gott bragð.



SOFÐU VEL UM JÓLIN



Jólagjöf fylgir hverri heilsudýnu



ATH!
Vaxtalaus greiðslukjör
í 12 mánuði.

Chiropractic

Jólatilboð
Signature Queen kr. **119.900.-** stgr.

Sú besta
samkvæmt stærstu
samtökum kírópraktora í heimi

IQ-CARE
HEILSUDÝNUR

EINSTÖK ÞRÝSITIÖFNUN
RÉTTUR STUÐNINGUR

Jólatilboð
Queen stærð
kr. **119.900.-** stgr.

Gerðu samanburð iq-care.com

Nýr fjölstillanlegur Wallhugger

Jólatilboð Hjónarúm með
okkar bestu **IQ-CARE** heilsudýnu
2x 90 x 200 cm. kr. **299.900.-** stgr.

Mest selda stillanlega rúmið
Frábær reynsla

Jólatilboð Hjónarúm með
okkar bestu **IQ-CARE** heilsudýnu
2x 90 x 200 cm. kr. **199.900.-** stgr.

Konfektíkassi fylgir
hverjum heilsukodda

IQ-CARE
HEILSUKODDAR

Vinsælasta jólagjöfin

Large kr. 7.490.- stgr.
Medium kr. 6.990.- stgr.
Small kr. 5.990.- stgr.

Amerískar heilsudýnur

SLEEP & HEALTH

Jólatilboð Royalty Queen
kr. **99.900.-** stgr.

Sleep Series

Jólatilboð
Euro 120x200 **59.900.-** stgr.
Queen 153x200 **69.900.-** stgr.

Leður Hægindastólar

Kr. **54.000.-** stgr.

Svefnsofar

Verð frá kr. **79.900.-** stgr.

Úrval af húsgögnum

Úrval af teppasettum
Damask Sænguversett
Hágæða dúnsængur ofl.

Frí heimsending á heilsudýnum á stór-Reykjavíkursvæðinu og Akureyri

