

| tíska | tíðarandinn | heilsa | menningarnótt | pistlar | matur | stjörnuspa |

birta

í startholunum

MATUR

» Priggja ára afmæli

RUSLROKKARAR

» Stíliseraðir og töff

HVÍTIR

sumarlegir kjólar

BJARNI ÁRMANNSSON

» Hleypur til góðs «

SJÓNVARPSDAGSKRÁIN
18. ágúst - 24. ágúst



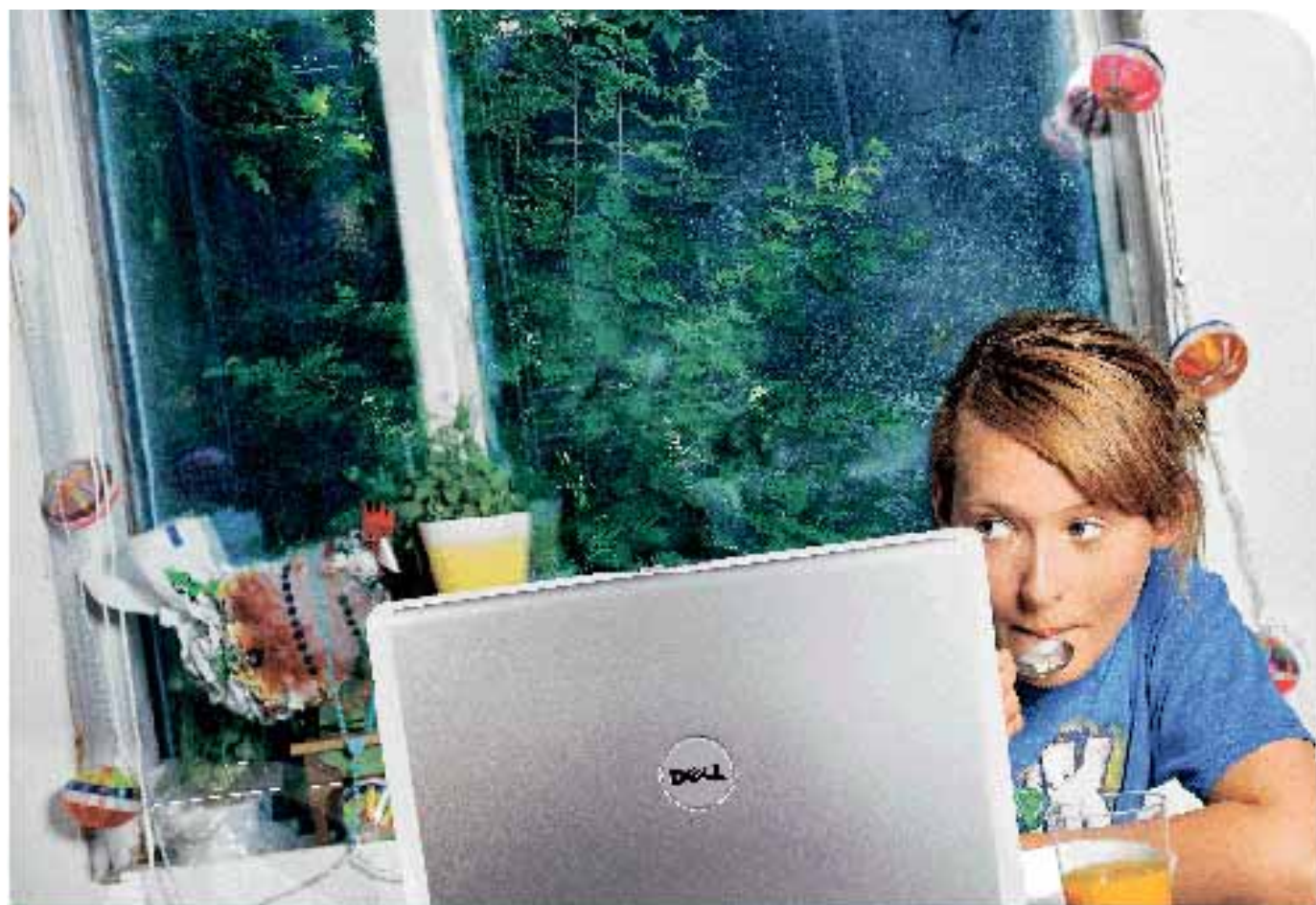
Full búð af nýjum og glæsilegum



egum haustvörum

NEXT

KRINGLUNNI



Dell Inspiron 640m

TVÖ OG HÁLFT KÍLÓ AF SNILLD!

Vó vitum ekki hvernig við e gumað lýsa Inspiron tölvunum án þess að vörðast vera að montu okkur, en þær eru æðis egar.

Dell Inspiron 640m klikkar hvernig, hún er með tvíkjarna orgjörva, Intel Core Duo, 14.1 tommu skja, yklaborði fullri stærð og öllu þvflmilum sem hægt er að óska sér. Húrnetska að vera þröðlaus og reihlaðan endlat í yfir átta tíma.



VERÐ Á MÁNUET
FRÁ ICEL.

5.193*

*Mín. skilubætur 100 kr. í 24 mánu. Fél. vaxi á 110.000 kr.

Skoðaðu úrvallð á www.ejs.is

DELL

Það er til lausn á öllu

Grensárvogl 1C, Reykjavík / 503 3000 // Tryggvabraut 10, Austeyri / 463 3000

EJS 
www.ejs.is



16



26



14



42

Þetta helst

- 7 Einu sinni á ágústkvöldi ...
- 8 Heitt og kalt
- 8 Tíðarandi: Menningarnótt
- 10 Brennsla Ágústs Bogasonar
- 12 Allir geta gert það
- 14 Dansað á borðum fram á rauða nótt: Dixiebandið Öndin

Greinar og viðtöl

- 16 Bjarni Ármannsson: Hleypur til góðs
- 20 Hinir stíliseruðu ruslrokkarar

Hann/hún

- 26 Þriggja ára afmæli
- 32 Stíll stjarnanna: Hvítir og sumarlegir kjólar
- 34 Brynhildur Björnsdóttir elur upp
- 34 Nammi namm ...
- 36 Mars og Venus fara út að borða
- 36 Uppruni hlutanna: Derhúfan
- 40 Tryggvi segir kynjasögur
- 40 Stjörnuspa
- 42 Í röð og reglu: Steinunn Arnardóttir plötusnúður
- 44 HIV smitast ekki með skordýrabiti
- 46 Hættuleg lykklaborð

Í hverju blaði

- 48 Krossgáta
- 51 Sjónvarp næstu viku
- 68 Sudoku

Verður þú tilbúinn eftir sumarið?

"Ekki eingöngu les ég hraðar.

Ég les með ...margfalt meiri skilning."

Inger, 24 ára Sjúkraliði og nemi.

"...held ég sé á góðri leið með að ná inntökuprófinu í læknadeild í vor."

Bergþóra Þorgeirsdóttir, 18 ára næstum því stúdent.

"...Núna er mér fyrst að takast að sjá fram á að klára lesefni vikunnar sem ég taldi áður ómögulegt."

Elva Dögg, 20 ára Hjúkrunarnemi.

"...Þetta námskeið var vonum framar og ætti að vera skylda fyrir alla! Námskeiðið eykur lestrarhæfni á öllum sviðum..."

Haraldur Haraldsson, 18 ára nemi.

Hvað segja nemendur okkar um námskeiðið:

Frábært, markvisst, hnitmiðað, æviábyrgð, nytsamlegt, krefjandi, skemmtilegt, mjög gott, skipulagning, einbeiting, jákvæðni, mikil aðstoð, góður kennari, spennandi, árangursríkt, hvetjandi, góð þjónusta.

Náðu árangri hjá okku Hraðlestrarskólinn

Næsta 6 vikna námskeið 12. Sept

Næsta 3 vikna hraðnámskeið

Akureyri 31. ágúst. Suðurnes 12. okt.

Allar upplýsingar á www.h.is



HRAÐLESTRARSKÓLINN

VR og fleiri stéttarfélög styrkja þátttöku félagsmanna sinna á námskeiðinu.

Einu sinni á ágústkvöldi...

Ágúst er seinasti mánuður sumarsins, svo við köllum nú skóflu skóflu. Ágúst er þess vegna einhvers konar tíma-mótamánuður, sérstaklega fyrir okkur hér á ísa-köldu-landi. Tími sumarfríanna er brátt á enda og skólaárið hefst um land allt. Þrátt fyrir þessi endalok sumarsins er ágúst fallegur og góður mánuður. Í ágúst fara hitatölurnar oft yfir meðallag og veður er yfirleitt milt og þægilegt. Ágúst

er því tilvalinn mánuður til útvistar og ekki má heldur gleyma því að ágúst er einn fallegasti sólarlagsmánuður ársins. Á þessum tíma árs er sólin byrjuð að setjast áður en flestir eru farnir að sofa og því er hér kominn tilvalinn tími til þess að fylgjast með sólinni leggjast í dvala við sjóndeildarhringinn. Nýtum því ágúst til hins ítrasta enda má margt gera í þessum fagra og bjarta mánuði.

Texti: STEINÞÓR HELGI ARNSTEINSSON Mynd: VALLI

MENNINGARNÓTT 14. ÁGÚST

Reykjavíkurborg opnar dyr sínar upp á gátt á þessari mannmörgu og seiðandi nótt og dregur til sín mörg þúsund manns víða að. Á boðstólnum er góður kokkteill af spennandi og skemmtilegu menningarefni sem höfðar til allra og að vanda hefst dagurinn á Reykjavíkurmaraþoni Glitnis. Að því loknu hefst spennandi dagskrá úti um alla borg, og víða gefst gestum og gangandi tækifæri til að taka þátt í ýmsum uppákomum, eins og hlaupi skrifstofumannsins (Hellusundi 3) og lista-happdrætti Gallerí Foldar (Rauðarárstíg 14). Auk þess er heilmargt að gera fyrir börnin og hver veit nema neistinn kvikni þar hjá listamönnum framtíðarinnar. Upplýsingar um dagskrá menningarnætur er að finna inni á www.rvk.is.

SKJÓTT SKIPAST VEÐUR Í LOFTI og því er gott að hafa netta regnhlíf við höndina þegar rölt er um borgina. Þessi regnhlíf fæst í Marimekko búðinni á Laugavegi.



Á TVEIMUR JAFNFLJÓTUM Reykjavíkurborg er ekki staður fyrir bíla á menningarnótt enda mörgum götum lokað vegna maraþonsins. Í stað þess að ergja sig á þessu er best að taka þátt í hlaupinu eða standa við götuna og hvetja keppendur áfram.

FJÖLMARGIR LISTAMENN

opna vinnustofur sínar á menningarnótt, og eru Pétur Gautur og Haukur Dór þar á meðal. Auk þess mun Samband íslenskra myndlistarmanna leyfa gestum að ganga um vinnustofur listamanna að Seljavegi 32, en um 60 listamenn eru með vinnustofur sínar í húsinu. Jafnframt sýna þrjár Huldur, sem allar eru móvinnustofu í húsinu, verk í sýningarsal hússins, þær Hulda Hákon, Hulda Stefánsdóttir og Hulda Vilhjálmisdóttir.



| heitt & kalt |

Heitt



LISTSKÖPUN Skelltu þér í dansskó eða taktu þér penna, pensil eða hljóðfæri í hönd því listagýðjan kallar. Flestallir búa yfir skapandi hæfileikum, þótt stundum sé erfitt að greina þá.

Volgt



LISTUNUN Hafirðu áttað þig á því að fullyrðingin hér að ofan eigi ekki við rök að styðjast og þú sért með öllu hæfileikalaus, geturðu í það minnsta notið menningarlífsins.

Hvorki heitt né kalt



VESTI, EINKUM PRJÓNAVESTI eru mismikið í tísku en virðast aldrei detta alveg út. Viðbúið er að vestir verði áberandi næstu daga þar sem þau eru einkennisbúningur menningarvita.

Við stofuhita



FLÖSKUBOTNA-GLERAUGU Þótt það sé menningarlegt að klæðast prjónavestum, er ekki þar með sagt að þú eigir að ganga yfir strikið og verða einhver nörd með því að setja upp þyk gleraugu.

Ískalt



DRYKKJULÆTI Á ALMANNAFÆRI Áfengi í hófi getur virkað eins og fínasti skáldskaparmjóður, en getur haft eyðileggjandi áhrif sé farið yfir strikið.

STÓRAR ÚLPUR verða í tísku í vetur, en það ætti að koma sér vel í íslensku veðurfari. Þessi er frá Prada.

OFT ER MIKIÐ ÁLAG á síma-kerfinu á menningarnótt þar sem allir eru að reyna að ná sambandi við alla. Munum að hlaða símann áður en við höldum út í nóttina.



Sumarkaffi - misstu ekki af því



Sumarkaffi er samansett af sérvöldum úrvals tegundum. Það hefur frísklegt sítrusbragð ásamt yndislega ljúfum keim af hnetum og sætum ávöxtum. Kaffið er í góðu jafnvægi, hefur mikla fyllingu og hunangsmjúkt eftirbragð.

Verslanir:
Kringlunni
Smáralind
Laugavegi 27
Suðurverí
Akureyri
Eigilstöðum



TE & KAFFI



brennslan mín ...

Ágúst Bogason útvarpsmaður og gítarleikari

Íslensk lög lífsleiðarinnar

Ágúst Bogason var ekki í vandræðum með að skella saman forvitnilegri brennslu fyrir Birtu. Ágúst hefur undanfarið unnið sem útvarpsmaður á Rás 2 en þar er hann einn af umsjónarmönnum Popplands. Ágúst hefur einnig getið sér gott orð sem gítarleikari rokk sveitarinnar Jan Mayen. Fyrir brennsluna ákvað Ágúst að hafa mjög ákveðið og skemmtilegt þema. „Ég ákvað að hafa þetta bara íslensk lög sem ég hlustaði á einhvern tíma á lífsleiðinni og eru mér enn kær. Þannig eru tvö úr bernsku, tvö frá unglingsárunum, tvö frá menntaskólaárunum, tvö frá háskólaárunum og tvö eru alveg fersk.“

- | | |
|---------------|--|
| LAG 1 | Olga Guðrún – Ég heyr svo vel / Það vantar spítur. Gat ekki gert upp á milli en Eninga meninga er í það minnsta alveg frábær plata. Eðal popptónlist fyrir börn á öllum aldri. |
| LAG 2 | Spilverk Þjóðanna – Skýin. Lagið var blastað á mínu heimili þegar ég var barn. Það stendur enn fyrir sínu og er á þessum lista sem fulltrúi einnar bestu plötu Íslandssögunnar, Sturlu með Spilverkinu. |
| LAG 3 | Þeyr – Rúdolf. Unglingsárin fóru mikið í að uppgötva gamalt stöff. Rokk í Reykjavík var að sjálfsgöðu hluti af því og Rúdolf er bara einfaldlega eitt besta lag sem samið hefur verið. |
| LAG 4 | Jónas og Einar – Gypsy Queen. Þetta lag er líka hérna út af fornleifauppgreftri unglingsáranna. Einhver hippaandi sveif þá yfir og mér fannst þetta lag alltaf jafn magnað. Finasta Jethro Tull ripp of. |
| LAG 5 | Mínus – Pulse. Þetta lag er af annarri plötu Mínus, Jesus Christ Bobby, og er fyrir mér eins konar brú milli þeirrar plötu og Halldórs Laxness. Báðar plöturnar eru frábærar og þetta lag sömuleiðis. |
| LAG 6 | Sigur Rós – Leit að lífi. Á menntaskólaárunum var ég mest að hlusta á rokk en svo kom einhver indie bylgja sem víkkaði sjóndeildarhringinn. Sigur Rós átti auðvitað sinn þátt í því en ástæðan fyrir því að ég vel þetta lag er einfaldlega sú að þetta var það fyrsta með Sigur Rós sem greip mig. |
| LAG 7 | Magnús Eiríksson – Vals no. 1. Eftir menntaskóla hélt maður áfram að grúska í gömlu efni og fór að hlusta á alls konar stöff. Þetta lag skipar líka sérstakan sess hjá Jan Mayen, margir halda að þetta sé Derrick-lagið en raunin er að það var notað í einhverjum tungumálakennsluþáttum. |
| LAG 8 | Björk – Hyperballad. Ég var of mikill rokkari á yngri árum og meðtrók Björk ekki fyrr en eftir aldamót. Þar er af mörgu að taka en þetta lag í útgáfu Brodsky Quartet af Telegram plötunni er eitt það flottasta sem gert hefur verið. |
| LAG 9 | Reykjavík! – Beautiful Boys. Alveg hreint magnað lag með mjög svo skemmtilegri hljómsveit. Það jafnast samt ekkert á við að sjá piltana spila þetta „læf“. |
| LAG 10 | Æla – Love The Honey. Ágætur maður spurði mig nýverið hvaða rétt nýpönk ætti á sér í dag? Ég segi að það eigi fullan rétt á sér og rúmlega það. Þetta er geðveikt lag af geðveikri plötu, Sýnið tillitsemi - ég er frávik. |

» birta mælir með ...

... **BÓKINNÍ VERONIKA ÁKVEÐUR AÐ DEYJA EFTIR PAULO COELHO** Í bókinni er fjallað um geðveikina í okkur öllum, hversu mikilvægt það er að fylgja draumum sínum og vera óhrædd við að vera ódruvísi. Bókin er nýlega komin út í kiljuformi og hana er meira að segja hægt að fá á flestum bensínstöðvum. Gimsteinarnir leynast víða.



... **FRUMBURÐI HLJÓMSVEITARINNAR THE PIPETTES** Breska



stúlknafríðið The Pipettes sendi nýlega frá sér sína fyrstu plötu sem hefur að geyma unaðslega skemmtileg lög í anda stúlknafríðsveita frá sjöunda áratugnum. Afturhvarfsstemningin er algjör á plötunni og ætti hún að heilla alla þá sem líkar vel við hressandi stelpupopp.

... **INDIAN MANGO** Það allra heitasta í miðbænum núna er suður-indverski veitingastaðurinn Indian Mango. Matseðillinn samanstendur af fjölmörgum réttum sem eru mismunandi dag frá degi. Hvort sem setið er í notalegu og skemmtilegu veitingahúsinu sjálfu eða maturinn tekinn með heim, er hann örugg ávísun á veislu fyrir braggðlaukana. Ekki skemmir fyrir að verðið er hóflegt og þjónustan til fyrirmyndar.



iBuxur?

NÝTT

Hér er hún komin - flíkin sem allir unglingar með snefil af sjálfsvirðingu verða að eignast. Uppskriftin er einföld, þú tekur tvo heitustu tiskuhluti líðandi stundar og splæsir þeim saman í einn. Útkoman getur ekki klikkað, foreldrar um allan heim munu þurfa að leggjast í fjárútlát fyrir sjálfsímyndarmeðvitað ungvíðið. Við erum að sjálfsgöðu að tala um RedWire DLX gallabuxurnar frá Levi's, sem eru með innbyggðum stjórtækjum fyrir iPod.

Í buxunum er tengikví fyrir iPod spilara og er þess sérstaklega gætt að spilarinn sé öruggur í vasanum án þess að hans verði vart utan frá. Stjórtæki við buxnastrænginn auðveldar svo notandanum að stjórna græjunni og heymartól sem rúllast sjálfkrafa upp í sérstakt hólf gera buxurnar svo algjörlega ómissandi fylgihlut fyrir iPodinn. Eða var það öfugt?



Buxurnar má þvo í þvottavél (ekki samt með spilaranum) og koma þær í búðir seinna á þessu ári.





Ferðastu um
landið
með **ESSO**
í sumar!

Athugið!

Senn líður að lokum Vegabréfaleiks ESSO. Því minnum við alla á að skila inn fullstimpluðum vegabréfum fyrir 25. ágúst nk.

Dregið verður úr öllum innsendum vegabréfum og er aðalvinningurinn glæsileg fjölskylduferð fyrir fjóra til Kanarí með ferðaskrifstofunni Apollo ásamt 50.000 kr. í gjaldeyri frá , auk fjölda annarra vinninga.

Mundu að skila inn fullstimpluðu vegabréfi!



Viðtal: TRYGGVI GUNNARSSON
Myndir: HÖRÐUR

» ALLIR GETA GERT ÞAÐ!

Sérsveit Hins hússins vill meina að allir geti gert það. Þess vegna hefur hún umsjón með verkefningu „Breaking the boundaries“ þar sem þátttakendur eru blind eða sjónskert ungmenni frá Eistlandi, Finnlandi, Slóvakíu og Tékklandi. Birta settist niður með þeim Hannele Jutinen frá Finnlandi og Michal Tkácik frá Slóvakíu sem bæði létu drauma sína rætast hérlandis.

HVERNIG KOMIÐ PIÐ AÐ BREAKING THE BOUNDARIES?

„Við erum sjálfboðaliðar á vegum European Volunteer Service, EVS, og við höfum verið að vinna í þrjár vikur að verkefni sem kallast „Allir geta gert það“. Við vorum átta og í tvær vikur unnum við að undirbúningi og skipulagningu ráðstefnunnar „Breaking the boundaries for blind people“, eða „Múrar blindunnar brotnir“, en þriðju vikuna fórum við og kynntum okkur ýmsa hluti og létum drauma okkar rætast,“ segir Hannele.

UM HVAÐ SNÝST VERKEFNIÐ?

„Það snýst um að koma ungu fólki saman og hjálpa blindum að lifa eðlilegu lífi og geta gert allt það sem þá langar að gera. Við lögðum áherslu á fjögur meginviðfangsefni, áhugamál og frístundir, sambönd, hjálpartæki og ýmsar lausnir sem auðvelda blindum í daglegu lífi, og starf og nám,“ segir Hannele.

„Ég ef má bæta við um hjálpartækin þá er ekki aðeins átt við töl sem bæta lífið, eins og hátalarakerfi fyrir blinda í tölvunni, heldur einnig leiðir sem auka ferðafrelsi okkar svo eitthvað sé nefnt.“

HVERNIG GEKK AÐ VINNA SAMAN?

„Það gekk mjög vel, bæði innan verkefnisins og utan. Við unnum nefnilega ekki bara saman

heldur bjuggum við öll saman í íbúð. Þar gerðum við allt saman og án hjálpar. Við elduðum og þrífum og auðvitað skemmtum við okkur heilmikið þess á milli,“ segir Michal.

HVAÐA DRAUMAR VORU ÞAÐ SEM PIÐ LÉTUÐ RÆTAST?

„Ég fór á Vestfirðina og fékk að vera sjómaður, en það er eitthvað sem mig hefur dreymt um að prófa lengi. Ég man reyndar ekki hvað bæringin hét en ég man að þar voru bara 300 íbúar. Ég og félagi minn fórum einnig í frystihúsið og töluðum við verkafólkið þar, svo beittum við fyrir fisk og fórum á sjóinn. Það var æðisleg upplifun,“ segir Michal.

„Ég hafði ekki skýra mynd af því hvaða draum ég vildi uppfylla. Ég hef alltaf verið mikið í íþróttum og ég vildi ögra sjálfri mér líkamlega. Ég vildi líka gera eitthvað sem alla langar að gera en mundi um leið ögra mér og fötlun minni og þá varð það úr að ég fór á hestbak. Ég byrjaði á því að venjast hestunum, lærði svo að setja á þá og að lokum settist ég á bak og fór í tvo útreiðatúra. Það var frábært, og sérstaklega að upplifa náttúruna,“ segir Hannele.

HVAÐ VAR ÞAÐ SEM YKKUR LÍKAÐI BEST HÉRLENDIS?

„Mér fannst æðislegt að fara á Gullfoss og

Geysi, finna úðann, heyra drunurnar, finna lyktina og finna fyrir heitu vatni úr goshver,“ segir Hannele.

„Fossarnir eru í mínu uppáhaldi og ég vil alltaf fara sem næst þeim. Að finna úðann og hlusta á fossinn er frábært og þótt ég standi á brúninni og sé alveg að detta út í langar mig alltaf nær. Ég á eftir að fara að Seljalandsfossi sem mér skilst að hægt sé að ganga bak við og ég hlakka mjög til þess,“ segir Michal.


HAFIÐ PIÐ UPPLIFAÐ MIKINN MUN Á VIÐHORFI GAGNVART BLINDUM Á ÍSLANDI OG Í HEIMALÖNDUM YKKAR?

„Hérna eru allir rosalega hjálplegir og vilja allt fyrir okkur gera. Jafnvel þótt fólkið gæti ekki hjálpað okkur, þekkti til dæmis ekki staðinn sem við ætluðum á, þá reyndi það samt eins og það gat að leiðbeina okkur. Ég veit ekki, kannski er fólk ekki vant því hér að sjá blint fólk með hvítan staf á göngu í miðbænum og er því forvitnið og vill endilega aðstoða,“ segir Michal.

„Við vöktum alltaf mikla athygli þegar við gengum átta saman niður Austurstræti að Hinu húsinu með hvíta stafi í allar áttir. Ég held að það sé eitthvað sem sést mjög sjaldan hérna,“ segir Hannele.



- Sjóntækjafraeðingur með réttindi til sjónmælinga og linsumælinga
- 2ja mánaða aðlögun á margskiptum glerjum
- Mikið úrval snertilinsa
- Fagleg og góð þjónusta
- Hagstætt verð
- Vaxtalaus kjör í allt að 24 mánuði engin útborgun

 **Gleraugað**

Bláu húsin við Faxafen
Suðurlandsbraut 50
108 Reykjavík

Sími: 568 1800

gleraugad@simnet.is
www.gleraugad.is

Dixiebandið Öndin telur fimm til níu meðlimi eftir því hversu stór gígginn eru. Fjórir þeirra skemmta hér hinum öndunum við Reykjavíkurtjörn.



» Einn af föstu viðburðum menningarnætur er þegar Dixiebandið Öndin stígur á stokk á Kaffi Vín við Laugavegin. Fyrir vegfarendur sem ganga framhjá er erfitt að staldra ekki við og njóta ósvikinnar New Orleans-stemningar í þessu huggulega umhverfi.

Dansað á borðum fram á *rauða nótt*

„Dixieland tónlistin er upprunin í New Orleans og er mikil gleðitónlist. Þó hún geti bæði verið hæg og hröð er hún yfirleitt í hraðari kantínunum. Sígilt dixieland-lag byrjar frekar hægt en eftir nokkra takta breytist það og er spilað mjög hratt. Og það er ekkert aðalatriði að nóturnar séu réttar,“ segir Jón Ingvar Bragason básúnuleikari.

Hljómsveitin varð til fyrir 15 árum á sameiginlegum degi Verslunarskólans og MR. Nafnið kom til vegna þess að meðlimir stóðu á öndinni þegar spilað var, enda mestmegnis um blásturshljóðfæri að ræða. „Venjulega erum við fimm til sex í bandinu,“ segir Jón Ingvar. „Auk básúnunnar eru tveir trompetleikarar, túbuleikari, einn sem er með saxófón

og klarinett og svo trommari. Á stærri viðburðum, eins og menningarnótt, fáum við til liðs við okkur banjóleikara, píanóleikara og söngkonu.“ Það er Áslaug H. Hálfánardóttir sem syngur með Öndinni á menningarnótt eins og áður.

Flestir kannast við einhver af þeim lögum sem hljómsveitin spilar, eins og When the Saints, Sveitaball og Stuðmannalagið Manstu ekki eftir mér, sem Öndin spilar í dixieland-útfærslu. „Árið 1999 vorum við að spá í hvað við ættum að gera á menningarnótt. Einn í hljómsveitinni var fastagestur á Kaffi Vín og við töluðum við eigendurna sem tóku svona vel í hugmyndina og þetta hefur verið árviss viðburður síðan,“ segir Jón Ingvar. „Venjulega

er alveg troðið hjá okkur. Húsið tekur 50 í sæti og það er stappað. Úti, þar sem við spilum, eru 20-30 í viðbót og svo er hellingur sem verður að láta sér nægja að standa.

Við byrjum klukkan 21.30 og spilum eins lengi og síðasti maður stendur. Ef stemningin er rétt getur verið að við spilum gangandi niður Laugavegin um nóttina eins og við höfum gert en í öllu falli lofum við rífandi stemningu eins og venjulega, dansað uppi á borðum langt fram á rauða nótt,“ segir Jón Ingvar að lokum.

Hægt er að hlusta á Dixiebandið Öndina á heimasíðu sveitarinnar, www.myspace.com/dixieduck

Útsala á völdum vörum



Minisota reysrófi verð áður kr. 75.500 **nú kr. 56.900**
Minisota reyrstóll verð áður kr. 38.500 **nú kr. 28.900**

sófaborð verð áður kr. 18.900 **nú kr. 11.340**
hornborð verð áður kr. 13.900 **nú kr. 8.340**



Aucland sófasett 3+2, Litir: Hvítt - Brúnt
verð áður kr. 146.900 **nú kr. 99.900**



Aucland bogasófi. Litir: Hvítt - Brúnt verð áður kr. 192.100 **nú kr. 129.900**

**15-50%
afsláttur**



Reverence dýna Full XL (135x203) verð áður kr. 69.800 **nú kr. 59.900**
Innifalið í verði dýnur með undirstöðum.



Croco reyrstóll verð áður kr. 24.900 **nú kr. 17.400**

LÍNAN
H Ú S G Ö G N

SUÐURLANDSBRAUT 22 • SÍMI 553 7100 • www.linan.is

HLEYPUR TIL GÓÐS

Bjarni Ármannsson, forstjóri Glitnis, hefur lengi verið áberandi í íslensku viðskiptalífi. Síðustu árin hefur Bjarni haslað sér völl á nýjum vettvangi í langhlaupum. Í Reykjavíkumaraþoninu í fyrra hljóp hann sitt fyrsta maraþon og á morgun mun hann endurtaka leikinn og hlaupa um leið til styrktar góðu málefni.

Bjarni Ármannsson er fæddur og uppalinn á Akranesi og flutti ekki til Reykjavíkur fyrr en árið 1987 þegar hann hóf nám í tölvunarfræði við Háskóla Íslands. Tölvunarfræðina valdi hann vegna þess að hann hafði þá hugmynd í maganum að verða kennari, þar áður hafði hann hugmyndir uppi um að verða bóndi. „Já, það stóð nú alltaf upprunalega til að fara í bændastéttina og svo að verða kennari, en örlögin höguðu því einhvern veginn þannig að ég endaði í þessum fjármálageira,“ segir hann aðspurður úr hvaða grasi hann sé sprottinn. Það er augljóst að Bjarni er afslappaður og vinalegur maður sem tekur sjálfan sig og sigra sína í viðskiptalífinu ekki of hátíðlega.

FJÖLSKYLDUMAÐURINN BJARNI

Bjarni á stóra fjölskyldu en hann viðurkennir að vegna eðli starfsins þá lendi uppeldi barnanna meira á eigin konu hans. „Ég er fjögurra barna faðir, elsta barnið okkar er tólf ára og það yngsta er tveggja ára. Síðan eigum við átta ára gamla tvíbura. Ég reyni auðvitað að sinna fjölskyldunni og uppeldi barnanna eins mikið og ég get. Það er mikið mál að ala upp börn, því það krefst bæði tíma og natni.“ Aðspurður um hvort hann hyggi á frekari barn eignir, svarar hann því hlæjandi að það sé best að vera ekki með neinar yfirlýsingar um það í fjölmiðlum.

Spjall okkar berst nú að áhugamálum hans utan starfsins, hvað gerir Bjarni þegar hann vill kúpla sig alveg út úr fjármálaheiminum og hugsa um eitthvað allt annað?

„Ég er nú þannig gerður að ég þekki lítið annað heldur en að vinna, ef ég slappa af þá vil ég helst vinna. Ég geri mér það mikið til dundurs að lesa og smíða, þá hef ég aðallega verið að smíða í kringum sumarbústaðinn minn. Svo var ég dálítið mikið í hannyrðum á tíma, en ég veit ekki hversu mikið konan mín vill að ég sé að tala um það,“ segir hann og hlær. „Hlaupin eru auðvitað líka mikið áhugamál hjá mér.“

HLAUPIN STÓR ÞÁTTUR Í LÍFINU

Á síðasta ári hljóp Bjarni sitt fyrsta og eina maraþon hingað til þegar hann kláraði Reykjavíkumaraþonið með stæl. „Ég er frá Akranesi og þar sem ég var aldrei góður í fótbolta þá var ekki að mörgum íþróttum að hverfa og

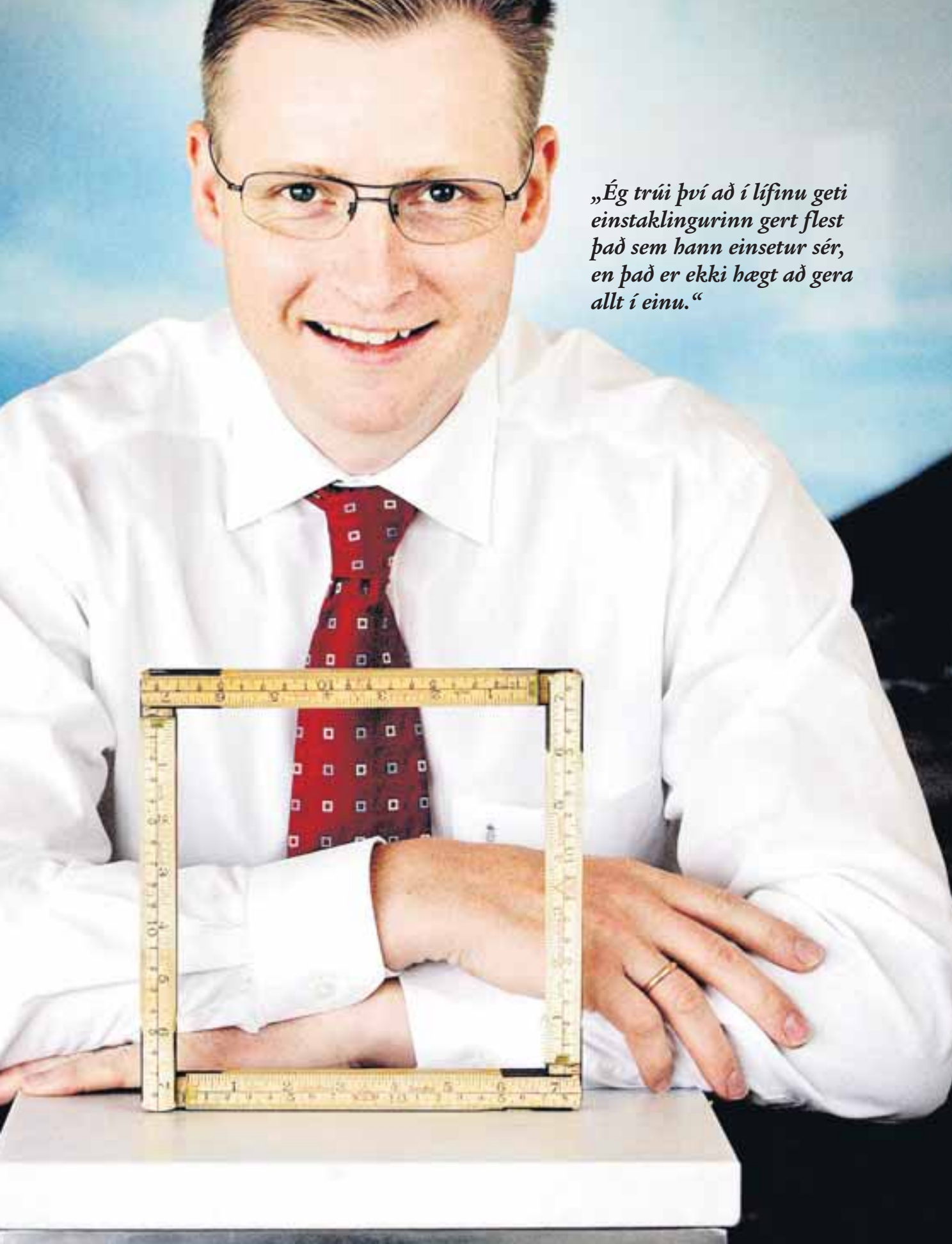
því fékk ég mikinn áhuga á hlaupum. Ég myndi segja að það hentaði mér mjög vel að hlaupa, ef maður er mikið á ferðalögum eins og ég þá getur maður bara verið með hlaupaskóna í töskunni og þá er maður klár. Ég hef hlaupið í öllum heimsálfum nema á Suðurskautslandinu.“

Eðli starfsins samkvæmt er mikið álag á Bjarna og má reikna með því að frítíminn sé oft knappur. Hvernig gengur Bjarna að samræma mikla vinnu, fjölskyldulífið og strangar æfingar fyrir maraþonhlaup? „Ég held að ég ná alveg að sinna þessu nóg, en það er ljóst að þetta tekur einhvern tíma frá fjölskyldunni.“

Undirbúningur fyrir maraþonhlaup er stífur og hefur Bjarni æft af kappi síðan í maí. „Undirbúningurinn minn grundvallast af þremur mjög einföldum reglum. Einu sinni í viku hleyp ég langt hlaup sem er þá lengra en 20 kílómetrar, ég hleyp ekki sjaldnar en þrisvar í viku og ég reyni að hlaupa samanlagt yfir 40 kílómetra í hverri viku,“ segir hann. „Auðvitað er stundum er erfitt að hvetja sig áfram en það er viss sigur yfir sjálfum sér að hlaupa maraþonhlaup. Maður getur líka spurt sig hvort það sé heilbriggt að hlaupa 42 kílómetra, það sýnir sitt hverjum ein eins og einn læknir orðaði það, þá er ekki mjög heilbriggt að hlaupa maraþonhlaup en það er afskaplega heilbriggt að geta hlaupið það. Mitt viðhorf er að maður veit ekki hvort maður getur það nema maður geri það.“

Bjarni segir ýmislegt fljúga í gegnum huga sinn á hlaupunum og hann neitar því ekki að ýmsar góðar hugmyndir hafi fæðst á hlaupum. „Ég hugsa náttúrulega um fjölskylduna mína og hlaupin sjálf. Maður nær líka oft að hreinsa sig af tíma og rúmi og hugsa frekar í hreinni hugmyndafræði og plönun, maður nær jafnvægi á milli þess að vera að fókusera á eitthvað ákveðið og hugsa um ekki neitt. Oft tek ég líka iPodinn minn með og þá hlusta ég yfirleitt á Queen,“ segir hann og er spurður um hæl hvort „We are the Champions“ hljómi þá á síðustu metrunum? „Já, akkúrat,“ segir hann hlæjandi.

„Ég er búinn að setja mér þrjú markmið fyrir hlaup í ár. Ég las það einhvern tímamál að Oprah Winfrey hefði hlaupið maraþon á 4:16 og ég get nú alls ekki verið á verri tíma en hún. Annað markmiðið er að vera á betri tíma en í fyrra en þá hljóp ég á 4:01. Þriðja markmiðið er að ná betri tíma en Ed Holmes, sem er stjórnarmaður í Glitni, hann er um

A man with short brown hair and glasses, wearing a white dress shirt and a red tie with a white square pattern, is smiling at the camera. He is holding a square frame made of four wooden rulers. The rulers are positioned to form a square, with the man's hands resting on the bottom and right sides. The background is a light blue gradient.

„Ég trúi því að í lífinu geti einstaklingurinn gert flest það sem hann einsetur sér, en það er ekki hægt að gera allt í einu.“

sextugt og besti tími hans er 3:52 og ég hef fengið að heyra það oft frá honum að hann sé með betri tíma en ég. Það gengur einfaldlega ekki upp að ég, sem er innan við fertugt, nái ekki að bæta tímann hans.“

HLAUPA TIL GÓÐS

Glitnir stendur á bak við Reykjavíkumaraþonið í ár og hefur umgjörðin í kringum hlaupið aldrei verið veglegri. Er hlaupaáhugi Bjarna aðalástæðan fyrir því hversu vel bankinn stendur að þessu? „Eitt af því sem Glitnir hefur einbeitt sér að, er að þetta sé heilbrigður vinnustaður. Við höfum til að mynda verið með heilsuvikur tvisvar á ári þar sem lögð er sérstök áhersla á hreyfingu, hollt mataræði og að kynna hinar ýmsu íþróttagreinar. Þá hefur menntað fólk úr heilbrigðisstéttum boðið fólki upp á ýmiss konar mælingar. Í framhaldi af þessari vinnu fórum við að styrkja Reykjavíkumaraþon. Við höfum síðan í vaxandi mæli verið að leggja ýmsum líknar-, menningar- og æskulýðsmálum lið. Við leggjum 150 milljónir í ár í sjóð sem rennur til slíkra málefna. Vandinn er hins vegar sá að það eru mörg góð málefni og að sjálfsgöðu náum við ekki að gera eins mikið og við viljum.“

Glitnir mun borga 3.000 krónur til góðgerðamála fyrir hvern kílómetra sem starfsmenn bankans hlaupa. Starfsmenn bankans velja síðan félag sem þeir vilja leggja lið og renna þeir peningar óskiptir til félagsins. „Alþjóðleg maraþonhlaup eru farin að markaðssetja sig út á hvað safnaðist mikið til góðgerðamála. Okkar sýn er sú að Reykjavíkumaraþon Glitnis geti verið stærsti vettvangur á Íslandi til fjáröflunar fyrir líknar- og forvarnarfélög. Hópur Kanadamanna hefur til dæmis notað Reykjavíkumaraþonið sem vettvang til þess að safna peningum til rannsóknna á sykursýki. Í fyrra safnaði þessi hópur yfir milljón kanadadöllum, hingað koma bæði þátttakendur og aðstandendur þeirra. Það er mikil aðdáun á þessum hóp og þetta fannst okkur vera vettvangur sem við Íslendingar værum að van-nyta. Þegar við ákváðum að standa á bak við Reykjavíkumaraþonið aftur ákváðum við strax að þetta tækifæri yrði ekki ónotað. Það er nú þannig að þegar þú ert að hlaupa jafn erfitt hlaup og maraþon, þá er gott að vita af því að maður er ekki bara að gera þetta fyrir sjálfan sig heldur líka að hjálpa þeim sem ekki geta það sem þeir vilja gera í lífinu.“

Bjarni ákváð sjálfur að leggja Blátt Áfram lið og þegar hann hefur lagt 42 kílómetra að baki á tveimur jafnljótum munu 126 þúsund krónur renna til félagsins. „Ég er hrifinn að því hvernig Blátt Áfram vinnur. Þar fer fram öguð og skipulögð vinna sem einkennist af þeirri ástríðu sem þarf að vera í frjálsum félagasamtökum sem þessum.“ Að sögn Bjarna getur fólk ennþá sett sig í samband við sinn þjónustufulltrúa eða farið inn á vefinn og heitið á starfsmenn Glitnis. „Það er búið að heita töluvert á mig og ég hvet alla til þess að gera það sama.“

FELLUR VEL AÐ ÞJÓÐARSÁLINNI

Bjarni segist trúa því að hlaupin falli vel að þjódarsálinni. „Þó svo ég hafi ekki sjálfur hlaupið með hlaupahópum þá búa þeir til mikil samskipti innbyrðis á milli fólks. Fólk sem hittist lítið eða aldrei og á að öðrum kosti ekki sameiginlegan umræðugrundvöll fer að ræða um sameiginlegan áhuga á hlaupum.“

Að lokum leikur blaðamanni forvitni á því að vita hvort Bjarni nái að staldra almennilega við og njóta velgengni sinnar í lífinu? „Ég held að mér sé líkt farið og mörgum að ég lifi í núinu og horfi til framtíðar. Ég held að það sé mjög mikilvægt fyrir hvern einstakling að skipuleggja sig langt fram í tímann, þó ekki að reyna að kortleggja lífið í smáatriðum heldur að búa til ákveðna vegvísa í hvaða átt menn vilja hlaupa. Lífinu er skipt upp í tímabil sem hvert hefur sitt hlutverk og sjarma. Ég trú þvi að í lífinu geti einstaklingurinn gert flest það sem hann einsetur sér, en það er ekki hægt að gera allt í einu og allt hefur sinn tíma.“

„Ég las það einhvern tímann að Oprah Winfrey hefði hlaupið maraþon á 4:16 og ég get nú alls ekki verið á verri tíma en hún.“



Amana

Toppurinn í þeim amerísku* sérhannaðir kælikápar eftir þínum þörfum!



ALASKA

* Framleiddir í Bandaríkjunum

Við látum útbúa
AMANA skápinn nákvæmlega
eins og þú vilt hafa hann
Þú velur innréttingar, spegil-, stál
eða litaáferð.

5 breytileg kælistig.

Möguleikarnir eru næstum óþrjótandi!

Komið og kynnist því sem **AMANA** býður.
Verið hjartanlega velkomin.



Nýjar gerðir - 3 breiddir fánlegar



Einar Farestveit & Co.hf.

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





TÖFFARI Anton Newcombe, aðalmaðurinn í sveitinni The Brian Jonestown Massacre, hefur aldrei farið leynt með aðdáun sína á ruslrokkurum 7. áratugsins.

» Ruslrokkaratískan hefur verið nokkuð vinsæl á undanförunum árum en þrátt fyrir þetta sóðalega nafn eru ruslrokkarar frekar stíliseraðir í sjálfu sér.



ÍSLENSKA TÖFFARASVEITIN Singapore Sling er án efa ein svalasta hljómsveit landsins og holdgervingur ruslrokkaratískunnar hér á landi.

HINIR STÍLISERUÐU RUSLROKKARAR

Umfjöllun: STEINÞÓR HELGI ARNSTEINSSON Myndir: GETTY IMAGES OG EINAR SNORRI

Hugtakið ruslrokkarar má líka segja að sé alíslenskt því ekkert hugtak er til um þannig rokkara á ensku, allavega ekkert sem hefur að geyma orðið rusl (trash). Skilgreining á ruslrokkara er þó nokkuð einföld og auðvelt er að greina þá frá öðrum.

Staðlímynd af ruslrokkara gerir ráð fyrir því að hann klæðist Converse skóm, þröngum svörtum gallabuxum, leðurbelti, þröngum og helst svolítið sjúskuðum bol, leðurjakka og svo skiptir höfuðmáli að hárið sé þínu úfið og mikið. Þrátt fyrir þetta „ruslaralega“ útlit er þetta allt útpælt. Skór og bolur þurfa til dæmis að passa saman og hárið er alltaf í „reglulega“ mikilli óreiðu. Hvernig getur ruslrokkaratíska ekki verið stíliseruð þegar það er staðreynd að ruslrokkarar eru að herma eftir eldri tónlistarmönnum? Ruslaratíska er þess vegna hálfger



ENDURREISNARMENN The Strokes endurvöktu ruslrokkaratískuna og eru þeir helstu boðberar hennar um þessar mundir.

rangnefni enda ruslrokkarar oft snyrtimenni fram í fingurgóma. Ruslrokkurum má heldur ekki rugla saman við þá sem stundum eru kallaðir þungarokkarar. Þeir eru yfirleitt með mun síðara hár, ganga í rifnum gallabuxum og eru kannski ekki alveg eins mikið að þæla í útlitinu. Berið til dæmis saman sveitirnar The Strokes og Iron Maiden.

En hvaðan fá ruslrokkarar innblásturinn? Oftast er best að fara aftur til sjöunda áratugarins. Þar má til dæmis nefna menn eins og Lou Reed og Bob Dylan en einnig nokkrar garage-rokksveitir. Á áttunda áratugnum má samt eiginlega segja að ruslrokkarinn hafi orðið til. Holdgervingurinn er í margra augum Iggy Pop en hann var reyndar mikið fyrir að fækka fötum þannig að það er kannski erfitt að segja að hann sé holdgervingur

Framhald á næstu opnu ▶



COCO borð og 6 PORTOBELLO leðurstólar
 Stærð borðs 180x80
 Verð áður 133.000
 Verð nú **79.800**



TUTTI Vhúsgagnalínan
30% afsláttur



ÚTSALAN ER HAFIN



RELAX leðurhægindastóll
 með fótkemmli
 Litir: Brúnn | Svartur
 Verð áður 49.000
 Verð nú **34.300**



ADAGIO leðursæti

Litir: Ljós | Brúnn

| | | | | |
|-----------|------|---------|----|----------------|
| 4ra sæta | Áður | 159.000 | NÚ | 95.400 |
| 3ja sæta | Áður | 133.000 | NÚ | 79.800 |
| 2,5 sæta | Áður | 123.000 | NÚ | 73.800 |
| Stóll | Áður | 79.000 | NÚ | 47.400 |
| Tungusófi | Áður | 198.000 | NÚ | 118.800 |



OPÍÐ ALLA VIRKA DAGA 10-18, LAUGARDAG 10-16 OG SUNNUDAG 13-16

BÆJARLIND 14 -16 | 201 KÚPAVOGI | Sími 564 4400 | FAX 564 4435 | TEKK@TEKK.IS



SVALIR Fáar sveitir ná að komast með tærnar þar sem The Jesus & Mary Chain höfðu hælana í töffarskap. Þeir liðu þó fyrir að hafa verið uppi á hinum glysgjarna níunda áratugi.



RUSLROKKARAR PÖNKSINS Pönksveitin The Ramones tileinkaði sér ekki hinn skituga stíl bresku pönkaranna heldur héldu þeir „kúlinu“.

fyrir ákveðna fatatísku. Ruslrokkarnir urðu fyrir áhrifum frá pönkurinum en enn og aftur voru ruslrokkararnir mun stílhreinni og ekki alveg eins grófir.

Ruslrokkarar áttu síðan erfitt uppdráttar á níunda áratugnum og stóran hluta af þeim tíunda þrátt fyrir að ein og ein sveit hafi haldið „kúlinu“ ef svo mætti kalla. Meginmarkmið ruslrokkara er einmitt að halda kúlinu, svallleiki skiptir öllu máli. Ruslrokkarar fengu síðan uppreisn æru þegar New York-sveitin The Strokes steig fram á sjónarsviðið í byrjun aldarinnar. Hljómsveitin leitaði mikið í smíðju gömlu rusl-

rokkaranna, bæði varðandi tísku og tónlist, og í kjölfarið kom haugur af öðrum böndum í svipuðum stíl. Er nú svo komið að ruslrokkaratískan er einn mest áberandi tískubylgja samtímans.

Hér er um svolitla einföldum að ræða enda erfitt að segja að The Strokes, Iggy Pop og til dæmis hin alíslenska Singapore Sling fylgi sömu tiskustraumunum, en enginn efast þó um að hægt er að flokka þessa tónlistarmenn sem ruslrokkara. Síðan er bara að bíða og sjá hvenær fer að halla undan fæti hjá ruslrokkurinum stíliseruðu.



HOLDGERVINGURINN?

Hér er hinn rokkaði Iggy Pop í nokkuð þrúðmannlegum og óruslrokkaralegum fótum ásamt hinum pena David Bowie.



GREINILEG ÁHRIF

Leikarinn Adam Brody úr The O.C. sést hér í týpískum ruslrokkarafótum.

Jazz í stofunni Þungarokk í eldhúsinu Klassík á baðinu

Gira stjórnar Revox hljóðkerfinu

Revox hljóðkerfið sér um hinn fullkomna hljóm í öllu húsinu. Í gegnum Revox kerfisstjórnann er hægt að tengja tónlist í 32 herbergi. Með herbergiseiningunni M217/M218 er hægt að stjórna tónlistinni í hverju herbergi fyrir sig. Þessar herbergiseiningar passa í Gira rofalinurnar. Nánari upplýsingar: S. Guðjónsson ehf. Sími 520 4500, fax 520 4501 eða www.sg.is
Mynd: Herbergiseining M217/M218, Gira Esprit svart gler/ál, Gira Esprit ál/steingrátt, Gira Esprit hvítt gler/glansandi mjallhvítt.



ÚTSÖL

ALLT AÐ 70% AFSLÁTTU



kr.197.930.-
MANILA SÓFASETT 3+1+1

GLÆSILEG ÍTÖLSK SÓFASETT

KLASSÍSK, ÞÆGILEG OG VÖNDUÐ
HÚSGÖGN MEÐ HÁGÆÐA LEDRI
Á ÓTRÚLEGA GÓÐU VERÐI.



kr.99.900.-
EMILIA HÆGINDASÓFI

kr.45.900.-
EMILIA HÆGINDASTÓLL

kr.99.900.-
JANE TUNGUSÓFI
DÖKKUR OG LIÓS



kr.159.900.-
TUNGUSÓFI
ALKLÆDDUR ÍTÖLSKU LEDRI
BEIGE, SVARTUR OG DÖKKBRÚNN



kr.159.900.-
TIP WING TUNGUSÓFI



kr.77.800.-
JAMAICA 3JA SÆTA SÓFI



FJÖLDI ANNARA TILBOÐA!

ULOK

R! • NÝTT KORTATÍMABIL

kr. 49.900.-

MEGAN HÆGINDASTÓLL
MEÐ ÍTÖLSKU LEDRI



RAFMAGNSNUDD

kr. 39.900.-

MEGAN HÆGINDASTÓLL
MEÐ MICROFIBERÁKLÆÐI

kr. 39.900.-

HÆGINDASTÓLL
MEÐ ÍTÖLSKU LEDRI - SKEMILL FYLGIR



kr. 49.900.-

MADRID 3JA SÆTA SÓFI
DÖKKUR, LJÓS OG RAUÐUR



kr. 51.920.-

SJÓNVARPSSKENKUR
FÆST Í EIK OG HNOTU



kr. 23.900.-

EXPERT OPTIMAL DÝNA
BOTN OG FÆTUR (90X200)



kr. 34.320.-

SÓFABORÐ
FÆST Í EIK OG HNOTU



VISA OG EURO
RÆÐGREIÐSLUR
ALLT AÐ 36 MÁN.

VISA Lán
- HAGSTÆÐAR AFBORGANIR

SETT

HÚSGAGNAVERSLUN

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

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

Þriggja ára afmæli

Það getur verið smá höfuðverkur að setja saman lítinn matsaðil þegar verið er að skipuleggja barnaafmæli. Hugmyndir um draumaafmæli geta verið stórar og miklar (í augum foreldra) og jafnvel of stórar miðað við það sem litlir munnar hafa áhuga á að borða. Því er aðalatriðið að hafa fáa og einfalda rétti á veisluborðinu, rétti sem vitað er að kæta börnin og sérstaklega á þetta við um afmæli þar sem meðalaldurinn er ekki hár.

Í þriggja ára afmæli um síðustu helgi voru þrír barnaréttir á borðum og kom í ljós að ekki þurfti meira til. Áhuginn var á því að blása á kertin á afmæliskökunni, fá sér nokkra bita, smakka aðeins á einhverju öðru og síðan drífa sig út að leika. Meiri fyrirhöfn fyrir blessuð börnin er sem sagt alveg óþörf. Það er miklu frekar að eyða smá tíma í að skreyta kökur og muffins, til að gera borðið krúttlegt og sætt, og hafa þá tíma í að baka eitthvað fyrir fullorðna fólkið sem fylgir börnunum á staðinn.

SUÐRÆN AFMÆLISKAKA

Hér er um að ræða stóra uppskrift. Úr verða 2 botnar í kökuna sjálfa og 12 muffinskökur, en gefin er uppskrift af kremi á þær hér að neðan. Það er um að gera að stækka frekar uppskrift og nýta afgang af deigi í muffins en að gera aðra sérstaklega.

2 litlar dósir ananaskurl
2/3 bolli rjómaostur
3 bollar hveiti
1 bolli flórsykur
2/3 bolli púðursykur
2 tsk lyftiduft
1 tsk natron
2/3 bolli kakó
200 g smjör
4 egg
4 msk ananassafi

Látið renna vel af ananasnum og geymið safann. Hrærið saman ananas og rjómaost þar til osturinn er kekkjalaus og mjúkur. Setjið þá allt hráefnið saman við og hrærið mjög vel þar til deigið er mjúkt og fallett áferðar. Það er sérstaklega fljótlegt að gera þetta deig ef það er hrært í matvinnsluvél. Hellið í 2 kökuform og setjið afganginn í stór muffinsform. (Það er betra að baka muffins í bréfformi sem smeygt er ofan í muffinskökuform, þá halda þau betur lögun sinni). Bakið við 180 gráður í um 20 mínútur en fylgist vel með botnunum því betra er að kakan sé mjúk heldur en þurr!

Krem á milli:

Cream of coconut, í krukku
3 eggjahvítur
1 bolli flórsykur
¼ tsk salt
¼ tsk edik

Setjið eggjahvítur, sykur, salt og edik saman í skál sem má nota yfir vatnsbaði því það þarf að hræra eða þeyta kremið yfir hita í um 5 mín. Gætið að því að hafa ekki of mikið vatn í pottinum svo skálin rekist ekki ofan í það. Þeytið mjög vel þar til kremið stifnar, verður hvítt og þétt og heldur lögun sinni.



Krem ofan á:

¼ bolli vatn
¼ bolli sýróp
1/4 bolli flórsykur
200 g suðusúkkulaði

Hellið sykri, sýrópi og vatni í pott og leysið upp á lágum hita. Látið suðuna koma upp og takið þá pottinn af hitanum. Brjótið súkkulaðið út í

sykurblönduna og bræðið. Hrærið kremið þar til kekkjalaust.

Aðferð:

Smyrjið botnana með Cream of coconut. Setjið hvíta frostingskremið á neðri botninn og skellið þeim efri ofan á. Smyrjið hann með súkkulaðikreminu. Skreytið að vild og lýsið upp með kertum.

PYLSUR Í GERDEIGI

Klassík að bjóða upp á pylsur. Hér eru þær skornar í tvennt og gerdeigi rúllað utan um þær. Þægilegt fyrir litlar hendur að halda um og dýfa í tómatsósuna.

Pylsur, skornar í tvennt
Gerdeig eða tilbúið pizza-
deig
Ólífuoía
Sesamfræ

Fletjið deigið út og skerið í mjóar ræmur. Vefjið ræmu utan um hverja pylsu. Hellið olíu í skál og sesamfræjum út í hana. Rúllið pylsunum upp úr blöndunni. Setjið á bökunarplötu og inn í 180 gráða heitan ofn. Bakið þar til pylsurnar eru heitar í gegn og deigið tilbúið. Berið fram með pylsuáleggi og látið dýfa í.

**SYKURPÚÐAKREM
Á MUFFINS**

Ótrúlega klístrað en myndið krem sem börnum þykir gaman að borða.

150 g sykurpúðar (marshmallows)
1 tsk vatn

Setjið púðana og vatnið í skál sem má fara inn í örbylgjuofn. Stillið á 20 sekúndur. Takið úr ofninum og hrærið saman svo úr verði krem. Best er að vera fljótur að smyrja kreminu á kökurnar því þegar það kólnar stífnar það mjög mikið. Þá er gott að skreyta kökurnar að vild. Þetta krem er einnig sniðugt að nota á milli smákaka og gera úr samlokukökur.

**MARS-HRÍSMOLAR**

Einfalt en vinsælt fyrir börn og fulloröna. Afbrigði af gamalli klassík en hér er Mars-súkkulaði notað í stað suðusúkkulaðis.

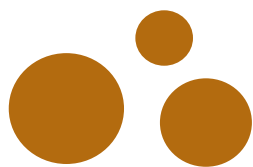
3 Mars-súkkulaði
1 msk smjör
Rice Crispies eða Coco Pops

Brærið saman smjör og Mars

á vægum hita. Tekur nokkrar mínútur því núggatið er lengur að bráðna en súkkulaðið. Hrærið Rice Crispies eða Coco Pops saman við blönduna í nokkrum hlutum. Þekið vel og gætið að því að setja ekki of mikið hris því best er að svolítið súkkulaði sé í namminu. Setjið í lítil konfektform og látið harðna.



Vínuppboð á menningarnótt í fimmta sinn



Hið árlega vínuppboð Globus hf. verður haldið laugar-
daginn 19. ágúst í tengslum við Menningarnótt. Þetta
er í fimmta sinn sem uppboðið er haldið en það hefur
skapað sér sess sem einn skemmtilegasti viðburðurinn
þennan viðburðaríka dag. Uppboðshaldarar verða
þau Einar Thoroddsen og Dominique Pledele Jónsson.
Verður gaman að fylgjast með þeim sem eru bæði haf-
sjór af fróðleik um vín auk þess að hafa kímni-
gáfuna í lagi.

Uppboðið hefst að lokinni vínsmökkun stundvíslega
kl 16.30 í Þingholtsalnum á Hótel Holti og stendur
til kl 17.30.Þátttakendur hafa tækifæri að bragða á
nokkrum eðalvínnum fyrir uppboðið. Boðin verða upp
jafnt ung sem og þroskuð vín víða að úr heiminum.
Þátttakendur verða að hafa náð 20 ára aldri til að
taka þátt og ágóði af uppboðinu rennur til men-
ningarmála.Þessi viðburður er skemmtilegt tækifæri
fyrir vínunnendur og veitingaaðila að auka þekkingu
sína, hafa gaman af og vonandi bæta í vínsafn sitt.Í
tengslum við uppboðið og í tilefni menningarnætur
Reykjavíkurborgar býður Hótel Holt uppá frábæran
menningarmatseðil ásamt sérvöldum vínnum á ein-
stöku tilboðsverði. Einnig verður tækifærið nýtt til
að kynna nýtt útlit Camus sem hefur verið vinsælasta
koniak á Íslandi áratugum saman og gestir fá tækifæri
til að smakka á eðalkoniaki.

EFTIRFARANDI VÍN VERÐA M.A. BOÐIN UPP:

1986 Ch. La Conseillante Grand Cru Classe AC Pomerol
1999-2001 Le Fleur Petrus AC Pomerol
2001 Ch. Montrose 2 éme - Saint-Estèphe Magnum 1,5 L
1997 Ch. Latour 1 éme - Pauillac
1991 Ch. Pichon Baron Long. 2 éme - Pauillac Magnum 1,5 L
1999 Ch. Branaire Ducru 4 éme - Saint-Julien
1990-2000 Ch. Cantenac Brown 3 éme - Margaux
2003 Ch. Smith Haut Lafitte Grand Cru Classe - Graves
2001 Ch. Issan 3 éme - Margaux

2003 Ch. Pichon Baron Long. 2 éme - Pauillac
2003 Ch. Branaire Ducru 4 éme - Saint-Julien
2000 E. Guigal Cotier Rotie " La Landonne "
2000 E. Guigal Cotie Rotie " Mouline"
1998 F.E. Trimbach Riesling " Clos Saint Hune "
1998 Chateau D'Yquem 375 ml flaska Grand Cru
1998 Peter Lehmann Shiraz 3.líttra flaska
Camus Presidents Reserve 1971
Camus Pionneau 1969



MENNINGARMATSEÐILL

Listasafnsins á Hótel Holti dagana 18.-19. ágúst.

Allir matargestir fá glas af Veuve Clicquot
Ponsardin – Brut kampavíni við komu

Matseðill

Lystauki

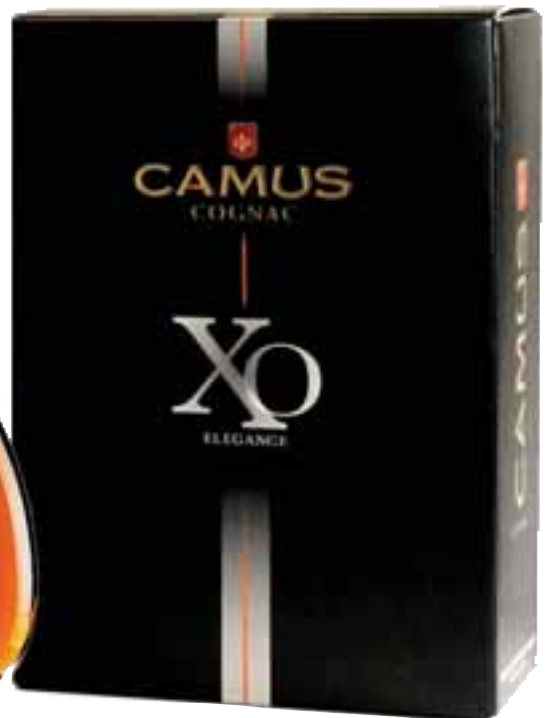
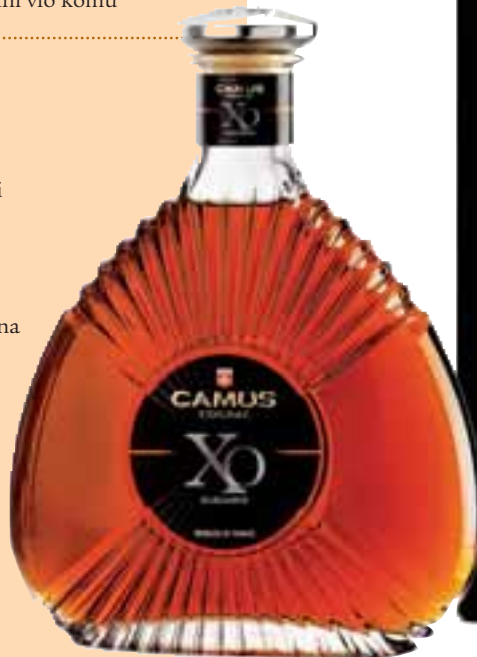
Steiktur hörpudiskur á briochebrauði
með vierge sósu
F.E. Trimbach Pinot Gris Reserve 2002

Sveppahjúpaður kálfur með
pargesankartöflum og kálfasoðkjarna
Château Cantelys 2001

Lognarblóma creme carmel
með ávaxtasalati og karamelluís
Grahams 10 ára Tawny Port

Kaffi og konfekt
Camus Elegance V.S.O.P.

Verð án vína 5.500 kr.
Verð með vínun 9.300 kr.



Flottur fatnaður

Kynning



Next - Kringlunni
Verð kr. 4.290



Benetton/Sisley - Smáralind
Verð kr. 4.195, fleiri litir



Comanys - Kringlunni
Verð kr. 9.990



Benetton/Sisley - Smáralind
Jakki 10.695 kr., pils 4.495 kr.,
bolur 2.695 kr.



Gallabuxnabúðin - Kringlunni
Verð kr. 8.900



Comanys - Kringlunni
Verð kr. 8.990



Next - Kringlunni
Verð kr. 4.290

Next - Kringlunni
Verð kr. 10.190



Companys - Kringlunni
Verð kr. 5.990



Companys - Kringlunni
Verð kr. 8.990



Kiss - Kringlunni
Síður bolur 3.990 kr., taska 4.990
kr., cross over 3.990 kr.



Kiss - Kringlunni
Verð kr. 4.990



Kjöll úr Kultur og teygjubelti frá Sautján.

Kjöll og hlýrabolur úr Sautján en slaufubeltið kemur frá NEXT.

Kjöll og beltí úr Spúútník.

Kjöll úr Spúútník og glansbelti úr Oasis.

STÍLL STJARNANNA »

Hvítir og sumarlegir kjólar

Texti: ERLA BJÖRG GUNNARSDÓTTIR Myndir: GETTY IMAGES OG FRÖNN.


Nú fer að vera síðasti séns til að klæða sig létt og sumarlega. Hvort sem það er á sólríkum sumardegri eða björtu sumarkvöldi. Hvítir kjólar minna alltaf á sumarið og fara einstaklega vel við sólbrúna leggi. Þó þeir henti ekki í brúðkaupsveisluna, því að gestirnir mega ekki skyggja á brúðina, þá henta þeir við næstum öll önnur tækifæri og standa alltaf fyrir sínu. Hægt er að nota beltí við hvítan kjól til að gera hann hversdagslegri og grófari eða slaufu til að vera finni og hátíðlegri.

Slæða sem hægt er að búa til slaufu úr og festa við beltíð. Fæst í Spúútník.



Leikkonan Scarlett Johanson í hvítum kjól með sakleysilegri slaufu en blúndurnar innan undir kjólinum gefa djarfara yfirbragð.

Söngkonan Pink í flottum látláusum kjól þar sem beltíð og rauðu rendurnar eru í aðalhlutverki.



framhaldsskólanemar fá
10% afslátt
af öllum vörum

*gegn framvísun skólaskírteinis

TOPSHOP

SMÁRALIND 1 - 552 8383

Brynhildur Björnsdóttir elur upp



Takk fyrir þakkann, takk

Mér var kennt það sem barni að þiggja ekki gjafir af ókunnugum. Það er fyllilega á stefnuskránni að kenna dóttur minni slíkt hið sama en það verður hinsvegar erfitt. Nú þegar streyma til hennar gjafirnar frá fólki og fyrirtækjum sem hún hefur aldrei heyrt getið en vilja henni greinilega mjög vel. Fyrsta bréfið sem var stílað á hana læddist inn um lúguna áður en hún var mánaðargömul og rétt náðist að gefa barninu nafnið áður en það bréf barst. Þar var hún boðin hjartanlega velkomin í heiminn með fimm þúsund króna inneign í banka sem væri hennar skuldlaus ef foreldranefnurnar drusluðust til að stofna reikning í hennar nafni fyrir einhvern ákveðinn tíma. Síðan leið og beið þar til barnið mitt varð sex mánaða sem er lögboðinn aldur til að hefja neyslu á einhverju öðru en brjóstá-eða þurrmjólk. Og þá fyrst byrjaði ballið. Bréfunum hefur hreinlega rignt inn um lúguna. Í sumum þeirra eru bæklingar sem eru uppfullir af endalausum fróðleik um næringu ungbarna og hversu hentug framleiðsla hvers sendanda um sig sé fyrir börn af öllum stærðum og gerðum, sumir með tilheyrandi prufum. Allir innflytjendur barnamatar á landinu sjá sig knúna til að hjálpa okkur að næra barnið okkar því eins og segir í bæklingi frá einum framleiðandanum: „Þú getur átt von á miklum tilfinningasveiflum...gleði, spennu en einnig smá kvíða...“ Sem er alveg dagsatt, ég hef stanslausar áhyggjur af því að dóttir mín borði ekki nóg og auk þess litla trú á að hún taki næringu inn í gegnum húðina á andliti og höndum þar sem meiri parturinn af þeim fasta mat sem ég reyni að bjóða henni lendir. En framleiðendur barnamatar eru ekki einir um að vilja gleðja barnið mitt á þessum merku tímamótum neyslu sem sex mánaða aldurinn er. Fleiri bankar hafa sýnt viðskiptum hennar áhuga og einn sendi henni meira að segja samfellu ásamt vilyrði um fimmþúsundkall ef hún gæti fengið einhvern til að stofna handa sér reikning þar líka. Einn bleyjuinnflytjandi gaf henni líka eina bleyju til að prófa.

Litla stelpa mín er orðin markhópur. Sex mánaða gömul er hún komin á lista hjá markaðsfyrirtækjum sem sjá í henni gróðalind. Reyndar nú í fyrstu í gegnum okkur foreldra hennar en ef við stofnum alla þessa reikninga í hennar nafni gæti hún þriggja ára verið farin að ráfa milli dóta- og nammibúða í Krínglunni með debetkort og yfirdrátt á fimmþúsundkallinn. Merkilægt reyndar að þessir aðilar skuli yfirhöfuð vita að hún er til. Skatturinn veit ekki einu sinni að foreldrar hennar eru skráðir í sambúð en allir innflytjendur barnamatar á landinu hafa sent okkur hjónaleysunum bréf á sama heimilisfang, stíluð á okkur bæði og stundum barnið líka. Mér finnst merkilegt að markaðsmenn hafi betri upplýsingar en hið opinbera því ég hélt einhvernvegin að það ættu ekki allir að komast í þjóðskrá og keyra kennitölur saman við markhópa. En hvað er ég að ybba mig. Ég man ekki betur en að frelsarinn sjálfur hafi í frumbersku þegið rándýrar gjafir frá bláókunnugum mönnum – án nokkurra skuldbindinga. Þeir voru kannski vitrari en misvitir íslenskir heildsalar og bankastofnanir en við vonum bara að allir meini jafnvel.

Nammi nammi ...

Sælgæti er ferlega gott og það finnst börnum líka. Flestir foreldrar passa vel upp á hvað fer inn fyrir litla munninn, hversu sætt það er og á hvaða aldri barnið er þegar það byrjar að fá að smakka sæta mola eða gosdrykki. Það er þó misjafnt hversu strangt nammiuppeldið er og einnig hversu áhrifaríkt það er. Sumir foreldrar ná að halda sætindum frá barninu sínu til fimm ára aldurs þó það geti stundum tekið á. Aðrir hleypa barninu smátt og smátt inn í sælgætisland. Það er gjörsamlega á valdi foreldra að ákveða þetta og engin ein regla sem er best eða réttust. Eftir fjögurra til fimm ára aldur eiga margir foreldrar aðeins erfiðara með að stjórna nammiátt barnsins síns. Barnaafmæli eru sykurveislur og það er svolítið hart fyrir fimm ára barn að fá ekki nammi-súkkulaðiköku eins og hin börnin. Einnig eru nammidagarnir orðnir þekkt fyrirbæri hjá svo gömlum börnum og þau heimta sinn skerf líka. Foreldrar geta aftur á móti stjórnað hversu mikið magn af sætindum fer ofan í barnið og þeir geta reynt að takmarka neysluna án þess kannski að koma algjörlega í veg fyrir hana. Það er ýmislegt sem foreldrar geta haft í huga og búið til reglur í kringum það.



Best er að hafa nokkrar einfaldar reglur í gangi sem barnið þekkir og virðir. Þannig skapast líka skemmtileg stemning í kringum nammið og sælgætis-stundin verður aðeins hátíðlegri.

- » Nammidagar eru heilagir og það er aldrei brotið út af reglunni. Þá dettur barninu ekki í hug að suða um nammi á öðrum dögum en ef það gerist er hægt að benda á næstkomandi nammidag.
- » Barnið fær að velja sér nammi sjálft og það fær að vita fyrirfram hversu marga mola það má velja eða fyrir hversu mikinn pening.
- » Það þarf ekki mikið nammi til að gleðja litla hjartað. Gleðin felst í stemningunni en ekki magninu.
- » Takið ákvörðun um gosdrykkju og standið við hana. Ef barnið elst ekki upp við að drekka kók þá langar það ekkert að smakka það. Mörg börn líta á kók sömu augum og kaffi, sem sagt bara fyrir fullorðna.
- » Ekki freistast til að kaupa nammi í búðarferð til að róa barnið. Það hefur þveröflug áhrif og þið munuð súpa seyðið af þeirri ákvörðun í næstu búðarferðum.
- » Búið til reglur fyrir heimilið og ykkur sjálf varðandi nammi og gos. Barn sem elst upp við að foreldrar þess séu alltaf japlandi á nammi getur ómögulega skilið af hverju það fær bara nammi einu sinni í viku.

Hlutverkaleikir

Börn hafa dásamlegt ímyndunarafli og án fyrirhafnar eru þau allt í einu stödd í skóginum með dýrunum, í kastala að bíða eftir prinsinum eða í hættu og þurfa því að breyta sér í ofurhetju til að bjarga heiminum. Það er gaman fyrir börn að eiga búninga sem þau geta skellt sér í og breytt hversdagsleikanum í ævintýraheim á augnabliki. Það þarf ekki mikið til og oft er hægt að finna flotta búninga inni í fataskáp hjá mömmu og pabba. Lak býr til draug, belti býr til riddarabúning, náttkjöll af mömmu er finn prinsessukjöll og svo getur eitt strik sem er málað á andlitið verið skegg, indjánamalning eða tigrisdýr.



nettoline 
AUÐVELT · FLJÓTLEGT · ÓDÝRT



15%
afsláttur

Innréttingatíloboð sem þú mátt ekki missa af!

15% afsláttur af öllum Nettoline innréttingum í 3 vikur (tíloboðið stendur frá 18. ágúst til 9. september).

Glæsilegar danskar innréttingar í öll herbergi heimilisins

Á tíloboðsdögum veitum við einnig 20% afslátt af Elba og Snaigé raftækjum þegar þau eru keypt með innréttingu.



Eldhúsinnréttingar · Baðinnréttingar · Þvottahúsinnréttingar · Fataskápar með venjulegum- og rennihurðum

Komdu með málin af eldhúsinu, baðinu, þvottahúsinu, anddyrinu eða svefnherbergjunum - og við hönnum, teiknum og gerum þér **hagstætt tilboð** í glæsilega danska innréttingu og fullkomin raftæki frá ELBA, Snaigé og Westinghouse - **heimsókn til okkar borgar sig.**

 **Friform**

Askalind 3 · 201 Kópavogur · Sími: 562 1500

Velkomin í Friform, þar sem þú færð meira fyrir peningana

ELBA



Eldavélar



Ofnar



Helluborð



Viftur & háfar



Uppþvottavélar

Snaigé



Kæli- og frystiskápar



Opið - Mán - fös. 9-18 - Laugardaga 10-15



Texti:
EINAR ELÍ MAGNÚSSON

Ljósmynd:
NORDICPHOTOS/GETTY IMAGES

Birtu lék forvitni á að vita hvort kynin hegðuðu sér á ólíkan hátt á veitingastöðum og börum. Hún fékk því einvalalið þjónustufólks með mikla reynslu til að gefa smá innsýn inn í veröld sína.

Mars og Venus fara út að borða

Hvað matinn varðar voru allir sem rætt var við sammála; konur borða léttari og hollari mat, aðallega salöt, fisk og kjúkling, en karlarnir eru allir í steikum og hamborgurum. Gildir þá einu hvort pör eru úti saman eða kynjaskiptir hópar. „Þær reyna að vera penni, vilja kannski deila forrétt á meðan karlarnir panta heilan,“ sagði einn þjónninn. „Konur spyrja meira út í matinn og eru að vanda sig meira. Karlarnir eru bara svangir og vilja fá mat, einn tveir og búmm,“ sagði annar.

KARLAHÓPAR OG KVENNAHÓPAR

Karlahópar þykja yfirleitt frekar auðveldir í meðförum, „þeir panta bara hamborgara á línuna,“ en það er ekki sama á hvaða aldri þeir eru. Þrítugir til fertugir karlar voru í uppáhaldi hjá kvenþjóni. „Karlur yfir fertugu klípa í rassa og segja hluti sem mann langar ekki að heyra.“ Öðrum þjóni fannst þægilegast að þjóna pörum, en útlenskir kunnar þóttu almennt mikið þægilegri en íslenskir. Einnig kom upp úr krafnsinu að þegar karlar

eru einir láta þeir stundum meira eftir sér. „Þá panta þeir þriggja eða fjögurra rétta máltíðir og rauðvín.“ Það hljómar einkennilega í fyrstu en þegar litið er til þess að konur borði oft enn minna þegar þær eru með hvorri annarri skýrist málið. Þegar þær eru úti að borða er málamiðlun í gangi. Karlur borða minna en þeir vilja og konur meira.

„Þær skipta oft einum rétti á tvo diska,“ sagði einn þjónninn. „Eða panta það sama, það er líka algengt.“ Þá tala konur meira og herra þegar þær eru einar og eru líklegri til að kvarta yfir matnum, sérstaklega þegar þær hafa lokið við hann. „Karlur sjá strax ef pöntunin er vitlaus og biðja þá um leiðréttingu. Konurnar borða frekar óánægðar og biðja svo um afslátt.“

KONUR MEÐ SÉRÞARFIR

Hvað sérþarfir varðar skiptust kynin líka í tvennt. Konur eru nánast einráðar í sérþörfum þegar kemur að mat. „Konur á aldrinum 35 til 55 eru verstu kunnar sem þú getur fengið. Það

er allt svo erfitt, þær þurfa að kvarta yfir öllu.“ Versta tilfellið sem einn þjónninn mundi eftir fól í sér talsverða aukavinnu. „Í eitt skipti var ég beðin um að vigta nákvæmlega hvað voru mörg grömm af hverju einasta atriði sem fór á diskinn. Meira að segja smjörð sem fór á pönnuna. Þetta voru tvær konur og önnur var í aðhaldi eða eitthvað svoleiðis og þyngdin á matnum mátti alls ekki fara upp fyrir ákveðin mörk.“ Á háannatímum er ekki alltaf hægt að verða við svona óskum en allir þjónarnir sögðu að það væri reynt eins og hægt væri. Þegar líður á kvöldið snýst dæmið við og karlarnir byrja með séróskirnar þegar kemur að drykkjum. „Þeir vita hvað þeir vilja, biðja um lime í staðinn fyrir sítrónu eða bara tvo klaka,“ sagði einn. Annar vildi þó meina að eina takmark karlanna þegar drykkir væru annars vegar væri að verða fullir. „Stelpurnar drekka minna og vanda sig meira í drykkjarvali, drekka kokkteila og ávaxtabjóra, eitthvað gott. Strákarnir fara bara í bjór og sterka drykki, og mikið af þeim.“

Vöflur og Viðey

Uppgötvaðu Viðey

Kaffisala
kl. 13 - 17



Kr. 1100 fyrir fullorðna
Ferjugjald, vaffla
og kaffi/kakó

Kr. 600 fyrir börn
Ferjugjald, vaffla og safi

Nánari
upplýsingar
www.videy.com
533 5055



Hefur þú séð útsýningu Ljósmyndasafns Reykjavíkur á Lækjartorgi, Austurvelli og í Fógetagarði? Nú gefst til og með tækifæri til að eignast eina af þessum stórglæsilegu myndum. Taktu þátt í uppboði á Menningarnótt milli kl. 16 - 19. Lágmarksboð fyrir mynd er 5000 kr. Getraun í tengslum við útsýninguna með glæsilegum verðlaunum.

Sjá nánar á www.ljosmyndasafnreykjavikur.is og í dagskrá Menningarnætur á www.menningarnott.is

Hver býður betur á Menningarnótt?

- Að venju býður Ljósmyndasafnið gestum upp á myndatöku í búningum frá fyrri tíð að Tryggvagötu 15, 6. hæð, Opíð 13-22.
- Sýningar Andrésar Kolbeinssonar og Hildar Margrétardóttur verða einnig opnar.



LJÓSMYNDASAFN REYKJAVÍKUR



LJÓSMYNDASAFN REYKJAVÍKUR
Reykjavik Museum of Photography

belladonna

Hlíðarsmára 11 • Kópavogi • sími 517 6460 • www.belladonna.is

**Nýjar
haustvörur
frá**



**stærðir
42-56**



Opíð mán-fös 11-18 • laugardaga 11-15

BROSDAGAR

25% afsláttur

Kerti
Kertaluktir
Kertastjakar



BORÐ FYRIR TVO

SKEMMUVÉGI 6 - BLÁ GATA



TILBOÐ 1

Matsaman

Thaïenskur kjötréttur með kyllingakjöt og græmmeti. Steikt í matsman karrí og saltnefussósa.

Kimverksar nүүлur að hætti Mekong
Eggjauður með kyllingi og græmmeti.

Paneng

Thaïenskur kjötréttur með nauðakjöt og græmmeti. Steikt í panengkarrí og kókomassa.

Djúpsteiktur rækjur
með súrsætri sósu.

Verð á mann kr. 1.245,-
Fyrir tvo kr. 2.490,-

Hæfilegur skammtur af hrísgrjónum

TILBOÐ 2

Geng Sheo Van

Thaïenskur kjötréttur með grækakjöt. Steikt í grævu karrí (sterkt)

Kao Pad Ped

Sterk chili krydduð hrísgrjón með svínakjöt eða kylling og græmmeti.

Tom Ka

Thaïenskur kyllingaréttur með græmmeti og kókos. (Jústm)

Pas Siu

Hrísauður með græmmeti.

Verð á mann kr. 1.245,-
Fyrir tvo kr. 2.490,-

Hæfilegur skammtur af hrísgrjónum

FYRIR BÖRNIN

Hamburgari
með frónskum, sósu og gosi.

Verð kr. 550,-

Ef þú sækir fylgir 2l. Pepsi með tilboðinu

**FRÍ HEIMSENDING EF PANTAÐ ER
FYRIR MEIRA EN KR. 2000,-**

Tilboð eru eingöngu afgreidd fyrir tvo eða fleiri.



FÁDU MATINN HEIM AÐ DYRUM

564 6111



MEKONG

thaïensk matstapa



Uppruni
hlutanna



DERHÚFAN

HINN AMERÍSKI HÖFUÐBÚNAÐUR

Derhúfur hafa síðustu ár orðið að einum algengasta höfuðbúnaði heimsins og virðist engin ein stétt of fin eða ekki nógu flott til þess að geta borið slíkan búnað. Hafa allt frá stjórnmálamönnum til rappstjarna itrekað borið derhúfur. Vinsældir derhúfunum má helst rekja til þriggja þátta. Í fyrsta lagi halda þær sólinni frá augunum, í öðru lagi eru derhúfur stillanlegar og í þriðja lagi haldata þær vel á hausnum.

Upprunalegur tilgangur derhúfa var einmitt að halda sólinni frá augum hafnaboltaleikmanna í Bandaríkjunum en frá upphafi þess sports hefur ýmis höfuðbúnaður verið notaður til þess, meðal annars stráhattar. Má því segja að enginn höfuðbúnaður sé eins amerískur og derhúfurnar. Derhúfan eins og við þekkjum hana tók þó nokkur ár í þróun. Í lok 19. aldar kom vísir að nútíma derhúfu þegar hafnaboltið Brooklyn Excelsiors bar kringlotta húfu með deri.

Árið 1954 urðu hins vegar straumhvörf í útliti derhúfunnar þegar byrjað var að nota latex-gúmmi í der húfunnar. Við það var hægt að lengja derið umtalsvert og fékk þá derhúfan það útlit sem við þekkjum í dag. Síðan þá hafa vinsældir derhúfunnar alltaf verið að aukast og aukast og í dag má segja að ekki sé hægt að finna þjóðfélagsstétt sem ekki notar derhúfur. Meðal þess sem talið er að hafi aukið vinsældir derhúfna er sú staðreynd að þekktir leikstjórar, á borð við Spike Lee og Steven Spielberg, hófu að nota derhúfur í byrjun níunda áratugsins í nokkrum mæli. Að lokum má geta þess að hugmyndin um að klæðast derhúfu öfugri, það er að segja að láta derið snúa aftur, er einnig komin frá hafnabolta, nánar tiltekið frá grípurunum. Þeir þurftu að snúa derhúfunum við til þess að koma öryggisgrímu almennilega fyrir á andlitinu.

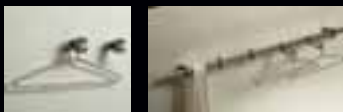




Aðeins það besta fyrir baðherbergið



d line
Heimsklassa hönnun



ASETA

BYGGINGAVÖRUR BYGGINGATÆKNI

Tunguhálsi 19, 110 Reykjavík. Sími 533 1600
aseta@aseta.is www.aseta.is



Trygvi Gunnarsson
segir kynjasögur

Er nóg að hafa pung?

Ég er karlmaður. Ég er með bringuhár og skegg, djúpa rödd og barkakýli, typpi og pung. Allt þetta er orsök Y-litnings sem gerir mig líffræðilega að karldýri með öllu sem því fylgir. Samfélagslega hinsvegar gerir typpið mitt voðalega lítið, enda er það einungis notað í einkasamkvæmum eða á klósettinu. Það gerir mig ekki að þeim manni sem ég er og skilgreinir mig ekki á nokkurn hátt í karlmennsku minni. Hvað gerir það þá?

Karlmennskan og ímynd hennar er stöðugt að breytast. Þetta er ferli sem er búið að vera í gangi í hundruð þúsunda ára. Í upphafi lördum við kerlurnar í hausinn, drógum þær heim í hlað og fórum svo að veiða mammúta. Svo dóu mammútarnir út svo við hættum að hafa afsökun fyrir að fara út. Við neyddumst til að tala við konurnar og voila! Tungumálið varð til. Í langan tíma hélt karlmennskan áfram að snúast um styrk, eiga mörg börn og helst margar kerlingar sem allar nýttu nýfengið tungumál til að nöldra. Svo varð spennandi að fá völd og ráða yfir öllum hinum körlunum og allt í einu varð karlmannlegt að sofa hjá litlum drengjum, ganga í sængurverum og spjalla um heimspekileg málefni. Sú stefna hafur fljótlega, eins furðulegt og það er, og við tóku mikilmenni sem þeystust út um víðan völl í tilgangslausu stríði klæddir í niðursuðudós í 40 stiga hita. Einhver fann upp byssuna og skömmu síðar varð frelsi, bræðralag og réttlæti karlmannlegt.

En hver er staða karlmennskunnar í dag? Getur einhver svarað því? Það virðist enginn vita lengur hvað felst í karlmennsku. Menn líta hárið á sér pissugult, húðin er grilluð í útfjólubláu ljósi og kærustur verða að „tjellingum“. Þú ert ekkert nema upphandleggurinn á þér sé jafnbreiður og hangilæri og álfelgurnar á bílnum þínu kosti meira en allur bíll nágrannans.

Það þarf ekki fleiri en tvær heilasellur til að sjá tilgangslausið. Hvernig gera pappírspeningar, gulrótarhúð og kúlurass okkur að meiri karlmönnum? Það er engin útrás, engin náttúra.

Ég spurði fólkid í kringum mig hvað fælist í karlmennsku. Ef ég helli algengustu svörum í einn pott er útkoman einhvern veginn svona:

„Við eigum að vera stórir og sterkir, helst eiga fínan bíl og þéna vel en okkur á að vera sama um peninga. Við skulum vera sjálfstæðir en ekki um of, og við verðum að tolla í tískunni á sama tíma og við megum alls ekki vera uppteknir af útliti okkar. Við verðum að vera harðir þegar á reynir en samt í sambandi við hinn innri mjúka mann. Við eigum að vera duglegir í vinnunni en duglegri að sinna börnum okkar. Svo verðum við líka að vera með stór typpi.“

Það er ekki lítið á okkur lagt.

Við erum komnir í óefni. Það eru ekki bara stelpurnar sem eiga í erfiðleikum með að fylgja þvingmjóum og photoshoppuðum nútímanum. Ef maður á að uppfylla allar þær kröfur sem samfélagið gerir til karlmennsku þarf maður annað hvort að vera klyfhuigi með átta hendur eða eiga tvíburabróður með annan persónuleika en sömu hæfileika.

En það þýðir víst lítið að væla. Ég er farinn að leika við börnin mín meðan ég geri 300 magaæfingar á fundi í vinnunni því ég, dómur mínar og herrar, er sannur karlmaður.

Eitt sinn sagði vitur maður ...

Við vorum hamingjusamlega gift í átta mánuði. En því miður vorum við gift í fjögur og hálf ár.
- Nick Faldo golfari

Það er betra að vera vel hengdur en illa giftur.
- Shakespeare

Áður en konan giftist harmar hún, að ekki er neinn karl í lífi hennar; eftir giftinguna, að ekki er neitt líf í karli hennar.
- óþekktur



Flest fólk er um það bil eins hamingjusamt og það ákveður sjálf að vera.
- Abraham Lincoln

stjörnuþá

★★★
18. – 24. ágúst

HRÚTUR 20. MARS – 19. APRÍL



Góðir straumar flygja nýju tungli fyrir hrútin sem sér nú lífið snúast sér í hag. Áhyggjur sem einkennt hafa hrútin fyrri hluta mánaðar hverfa og hrúturinn getur beint orku sinni í þær áttir sem hann kys.

NAUT 20. APRÍL – 20. MAÍ



Purfi nautið á auka fjármagni að halda í formi lána er því ráðlagt að sækja um sem fyrst eða að minnsta kosti kynna sér möguleikana. Nautið ætti einnig að taka til í peningaskápnunum og hefja sparnað.

TVÍBURI 21. MAÍ – 20. JÚNÍ



Tvíburinn ætti ekki að temja sér óþarfa svart-sýni vikuna framundan. Vissulega þarf tvíburinn að hugleidda margt sem gerst hefur þennan mánuð en hlutirnir eru á engan máta þá jafn slæmir og þeir sýnast.

KRABBI 21. JÚNÍ – 22. JÚLÍ



Nýjar tilfinningar koma sterk inn hjá stjörnu krabbans. Ástin leynist þarna úti og allar líkur eru á að krabbinn rambi á hana. Hafðu hugann opinn og gefðu umhverfi þínu auga, þá kannski mætir þú seiðandi augnaráði á móti.

LJÓN 23. JÚLÍ – 22. ÁGÚST



Ljónið ætti að hafa augun opin fyrir atvinnu-auglýsingum eða öðrum atvinnutækifærum. Vikan framundan færir jákvæðar breytingar á frama ljónsins ef leitað er eftir því. Þekktu langanir þínar og láttu þær rætast.

MEYJA 23. ÁGÚST – 21. SEPTEMBER



Fortíðin virðist loks ætla að sleppa takinu á mejjunni. Meyjan ætti ekki að hika við að slíta tengslin. Þetta eru góðar fréttir og engin ástæða til annars en að horfa björtum augum til framtíðar.

VOG 22. SEPT. – 22. OKT.



Hver svo sem staða vogarinnar er í ástamálum þá er um það bil að hefjast nýr kafla. Kafla þessi er góður og kærkominn eftir þá stöðun sem virðist hafa ráðið öllu síðustu vikur.

SPORÐREKI 23. OKT. – 21. NÓV.



Hér þarf að minna sporðrekann á að fyrir utan vinnustaðinn er lífið enn í fullum gangi. Taktu þátt. Þessi vika hentar vel til slökunar og myndunar á nýjum kynnum. Leyfðu lífinu að færa þér óvænta atburði.

BOGMAÐUR 22. NÓV. – 21. DES.



Ástin er ekki þekkt fyrir að sigla lygnan sjó og stundum getur leiðin að hamingjunni verið þyrnum stráð. Ekki láta þessar staðreyndir buga þig kæri bogmaður. Lífið kemur í hæðum og lægðum. Bjartari tímar eru framundan.

STEINGEIT 22. DES. – 19. JAN.



Lif steingetarinnar er við það að taka breytingum sem munu reynast henni vel. Ekki er ólíklegt að steingein þurfi að pakka ofan í tösku og halda úr fyrir landsteinana. Setu á skólabeck mun einnig opna nýjar viddir.

VATNSBERI 20. JAN. – 18. FEB.



Fjármálin falla í betri farveg eftir þessa viku. Hægja mun á útgjöldum og nú er tækifæri til að rétta úr kútnum. Vatnsberinn ætti að fara vel yfir reikningana og kanna stöðuna svo jafnvægi náist sem fyrst.

FISKAR 19. FEBRÚAR – 20. MARS



Hafi fiskarnir átt deilur við vin eða vanda-mann fyrr í mánuðinum þá er nú tíminn til að bjólast afsökunar og fá málin lagfærð. Leggðu grunninn út vikuna og réttu út sáttarhönd fyrir næstu helgi.



Tilboðsdagar

10-30% afsláttur



Rafstillanleg rúm

Frábær rafstillanleg rúm frá Recor í Belgíu.
Stærðir: 80x200, 90x200, 90x210, 100x210.
Verð frá kr. 92.800.- pr rúm með 7 svæða dýnu.



Langholtsvegi 111,104 Rvk. Sími 568 7900 • Opð virka daga 11-18

Hollustuna heim!

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



TILBOÐ 1

Djúpsteikt rækur
Original hot and
sweet svínakjöt
Snöggsteikt nauta-
kjöt í estrusóu
Kínverskar
eggjarúður
m/kjúklengi og
græsmeli
Hrisgrjón, súrsæt
sósa, þrjósur og
soya sósa

1.345 á mann
2.590 fyrir tvo

TILBOÐ 2

Djúpsteikt rækur
Peking kjúklingur
m/kínasveppum
Wok steikt lamb-
kjöt m/svartbauna-
sósu
Original hot and
sweet svínakjöt
Hrisgrjón súrsæt
sósa, þrjósur og
soya

1.445 á mann
2.590 fyrir tvo

TILBOÐ 3

Ríffjapartý

Konton svínaríff
Hrisgrjón, þrjósa
og soya
poki af Maarud

1.250 á mann
2.500 fyrir tvo

2 L COKE OG RÆKJUFLÖGUR FYLGJA Í „TAKE AWAY“

BARNABOX



2 kjúklingaleggir franskar
og kokteilsósa kinderegg
700 kr



ORIENTAL RESTAURANT • LAUGAVEGI 19

FRÍ HEIMSENDING

Lágmarkspöntun er kr. 1.900,- en kr. 4.000,- í Hákarlörð.
Opn: mán.-frn. 12-23, þis. og lau. 12-23, sun. 17-22

PÖNTUNARSÍMI 552 2399

röð og regla

Steinunn Arnardóttir plötusnúður



Steinunn segir að flokkunarkerfið springi reglulega en geisladiskasafnið sé samt sem áður skipulagði þátturinn í lífi hennar.

Veit sjálf hvar allt er

„Ég á í kringum þúsund diska og kannski tólf hundruð vínýlplötur,“ segir Steinunn sem reynir að halda röð og reglu á tónlistinni eftir flokkunarkerfi. „Kerfið springur reglulega. Ég er alltaf að reyna að koma þessu fyrir með einhverju skitmíxi, bara hvar sem því verður við komið.“

Þessa dagana hlustar Steinunn mikið á gamla og nýja danstónlist. „Ég er mjög fjölbreytt. Tek yfirleitt svona skeið en þetta skeið er í flestum stefnum. Aðallega samt house, electro og danstónlist.“

Flokkunarkerfið sem hún notar fyrir tónlistina er tvískipt. „Diskunum er raðað eftir tónlistarstefnum en plötunum eftir tímabilum í lífi mínu. Enginn skilur þessa skipulagningu nema maður sjálfur en það er alveg nóg, ég finn eiginlega alltaf það sem ég er að leita að.“

Steinunn viðurkennir að hún fari ekki reglulega yfir hillurnar og endurraði. „Ég slugsá svolítið við það en mér líður alltaf vel þegar ég fer yfir þetta, finn gamla gullmola. Annars fer ég yfirleitt yfir safnið þegar ég kaupir nýjar hillur, annars fer allt í rugl. Ég er sjálf með stjórn á þessu, veit sjálf hvar allt er án þess að geta útskýrt það fyrir öðrum,“ segir Steinunn sem viðurkennir að hún sé yfir höfuð ekki mjög skipulögð.

„Þetta er skipulagði þátturinn í lífi mínu, ekki fataskapurinn eða skósafrnið. Enda er þetta mikið stærra safn og miklu skemmtilegra að taka til í því.“

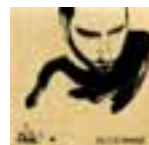
NÝTT HJÁ STEINUNNI



TOCADISCO -
NOBODY (LIKES
THE RECORDS
THAT I PLAY) 12”
„Eitt af uppá-
haldslögnum

mínum þessa dagana, en var þó
fyrst gefið út fyrir um tveimur árum
síðan. Límdist við heilann á mér við
fyrstu hlustun og dregur alla út á
dansgólfi!“

FINK -
BISCUITS FOR BREAKFAST:
„Hugljúf plata þar sem Fink
er farinn að færa sig meira
úr rafrænu tónlistinni út í
angurvært
indie. Fink
hefur svæft
mig á nánast
hverju kvöldi
í sumar.“



www.ru.is/simennt

SÍMENNT HR

Rekstrar- og fjámálanám

Hagnýtt og markvisst nám sem er sniðið fyrir þá sem vilja efla þekkingu sína á fjármálum og rekstri fyrirtækja.

Ávinningur:

- Góð, almenn kunnátta í fjármálafræðum
- Betri skilningur á hlutverki og ferli fjármála í rekstri fyrirtækja
- Dýpri skilningur á tengslum fjármála við aðra þætti í rekstri fyrirtækis

Efnistöð:

- Samningatækni
- Hlutverk fjármálastjórnunar í rekstri.
- Bókhald og reikningskil
- Ársreikningar og kennitölur
- Verðmat fyrirtækja og virðisstjórnun.
- Fjárhagsáætlanagerð
- Verðbréf og verðbréfavíðskipti
- Stofnun og rekstur

Námið er samtals 63 klst. og hefst 11. september. Kennt er á mánudögum og miðvikudögum frá kl. 17 : 15 - 20 : 15 í Háskólanum í Reykjavík við Ofanleiti 2.

Verð: kr. 129.000,-

Leiðbeinendur:

Sérfræðingar frá HR og úr atvinnulífinu.

Upplýsingar og skráning:

Lilja Ósk Snorradóttir

Sími: 599 63 63

lilja@ru.is

www.ru.is/simennt



Nýjar vörur, haust 06

Skólaföt, náttföt, undirföt.
Sængurgjafir í miklu úrvali.

5 ára afmæli

10% afsláttur

föstudag og laugardag.



Laugaveg 53 • S. 552 3737

Opið laugardag 10-10.

iittala



Alvar Alto vasinn 70 ára.

Af því tilefni hefst sýning á morgun
laugardag í versluninni Art Form.
Verið velkomin.

Art Form Skólavörðustíg 20.

HIV smitast ekki með skordýrabiti

Moskítóflugur geta verið hættulegar og borið með sér malaríu. Þær eru þó fyrst og fremst pirrandi eins og flest skordýr sem okkur bíta og stinga. Nokkuð hefur borið á þeirri flökkusögu að HIV-smit geti borist með flugum



en engin gögn benda til að svo sé. Þegar moskítófluga stingur fórnarlamb byrjar hún á að dæla munnvatni í sárið en það hindrar storknun og örvar blóðflæði. Síðan sýgur hún blóðið út.

Í þessu ferli fær fórnarlamb aldrei neitt af líkamsvessum fyrri fórnarlamba. Þess vegna er engin hættu á HIV smiti, jafnvel á svæðum þar sem veiran er landlæg og moskítóflugur í hverju horni.

NOKKUR RÁÐ TIL AÐ FORÐAST BIT:

- Vertu var um þig í ljósaskiptunum því þá eru moskítóflugurnar virkastar.
- Notaðu efni sem fæla eiga flugur í burtu.
- Ef líkamspartur er hulinn er hann ekki bitinn. Passaðu til dæmis bera ökkla þegar sest er að snæðingi að kveldi.
- Moskítóflugur fjölga sér í stöðnu vatni. Losaðu þig við allt slíkt í kringum náttstað.
- Ekki skilja mat eftir á glámbekk því hann dregur að sér skordýr.



Ráð gegn andremmu

Andremma getur verið algjör kvöl, bæði þeim sem af henni þjást og eins nærstaddir aðila. Til allrar hamingju eru mörg ráð í boði til að vinna bug á andremmu. Má þar nefna betri tannhirðu og notkun tungusköfu ef grunur leikur á að andremman stafi af tunguskán. Ef það virkar ekki er hægt að leita sér aðstoðar hjá annað hvort lækni eða tannlækni, þar sem ýmsir kvillar geta orsakað andfýlu, svo sem tannholdsbólga og magabólgu.

NÝJA OG ÁRANGURSRÍKA VOPNIÐ VIÐ ÓHREININDUM*

GARNIER PURE

Bólu penninn, sem þurrkar upp allar bólur

Það er sannað! Árangur sést strax við fyrstu notkun, vegna djúphreinsisáhrifa í efnablöndunni.

Þornunaráhrif: 85%*

Hreinni húð: 84%*

Prófað af húðsjúkdómalæknum.

Sjáið sjálf! Það er ekki lengur annað að sjá en heilbrigða og hreina húð.

Áhrifin könnuð með
visindalegum hætti

svitaholumar fyrir

svitaholumar eftir

* Prófað af 129 konum. Þar af upplifðu 85% / 84% greinileg áhrif.

Nýtt

Garnier Pure fæst í Fjarðarkaup, Hagkaupum, Krónunni, Nettó og Nóatúni.



SAND
WOMAN

LOKA ÚTSÖLUHELGIN
60 - 80%
af eldri vörum

HAUST 2006
nýjar vörur

SAND WOMAN KRINGLUNNI 553 4141

NEW YORK DUBLIN BERLIN VIENNA ZURICH MOSCOW WARSAW MADRID STOCKHOLM OSLO HELSINKI PARIS LONDON AMSTERDAM COPENHAGEN EDINBURGH REYKJAVIK



Olivia

Pví þú átt skilið það besta.

*Einstakar húð- og hárvörur unnar úr ekta ólifuolíu beint frá Grikklandi.
Olivia fæst í verslunum Hagkaupa, Fjarðarkaup, Samkaup um land allt og heilsubúðinni Reykjavíkurvegi.*

Tai chi – Kung Fu

Hugræn teygjuleikfimi - Heilsumeðferð

Einkatímar - Hópatímar

涵退禅

Tilboð í heilsute og greiningu í svæðisnuddi.

NISSA
Nýverak höllunni
Sæfandi 3
Sími 553 8282
www.heilsufrekinn.is

禅谦安

Lækningamáttur fjallagrasa



Margir telja að fjallagrös búi yfir lækningamætti og eru þau stundum notuð gegn ýmsum kvillum í öndunarfarum og meltingarvegi. Fjallagrös vaxa um mestallt landið en álitid er að þau virki best sem spretta í mestri hæð. Fjallagrös hafa gott geymsluþol og þau má matreiða með ýmsum hætti. Þau eru til dæmis góð í brauðbakstur, súpur, sósur, mjólk og seyði.

Hættuleg lyklaborð

Kyrrsetustörf eru ekki góð fyrir heilsuna, það er þekkt staðreynd. Einn af fylgikvillum þeirra, sérstaklega þegar unnið er við að pikka á lyklaborð allan liðlangan daginn, er svokallað Carpalgangahéilkenni.

Carpalgöngin eru í úlnliðnum en í gegnum þau liggja allar sínar fingrana. Gatið er þröngt og minnsta bólgan getur þrýst á göngin og valdið sársauka. Í göngunum liggur nefnilega taug sem er viðkvæm fyrir áreitinu. Sé hún ert í Carpalgöngunum veldur það sársauka í liðamótum fingra og handa í vísifingri, löngutöng og á þeirri hlið baugfingurs

sem liggur að löngutöng. Sársaukinn finnst einnig í þumalfingrinum.

Einkennin eru allt frá minni óþægindum upp í sársauka sem vekur fólk á nóttunni og eina leiðin til að losna við hann virðist vera að hrista hendurnar hressilega. Það er skammgóður vermir og oftast þarf að taka einhver bólgueyðandi lyf og í verstu tilvikunum þarf að skera upp.

Best er að fyrirbyggja bólgurnar með rétttri vinnuáðstöðu. Ekki reyna um of á úlnliðina og taktu þér reglulega pásur til að hvíla þá. Svo er aldrei hægt að ofmeta gildi mikillar hreyfingar.



NÚ ER TÍMINN
TIL AÐ VERSLA SÉR HAUST-
OG VETRARVÖRURNAR
Í TVÖ LÍF.

FULL BÚÐ AF NÝJUM
OG SPENNANDI VÖRUM.

tvö líf
Hólmamári 1 • 0 517 8500

Flottar og náttúrulegar strípur



GARNIER Highlight Kit

4 mismunandi tónar sem henta þínum háralit

M1 Fyrir ljóst hár

M2 Fyrir ljóst hár

M3 Fyrir brúnt hár

M4 Fyrir rauðleitt hár



Garnier Highlight Kit gefur hári þínu blæbrigðastrípur á aðeins 20 mínútum*

*M1 30 min.

- Leikandi létt og einfalt.
- Má nota í bæði litað og náttúrulegt hár.
- Garnier Highlight Kit er strípusett fyrir alla.



Þú einfaldlega greiðir litinn í



Ekki láta appelsínuhúðina í friði: raunhæfur árangur hjá 85%*

PERFECTSLIM

EFTIR 24 TÍMA

MINNI APPELSÍNUHÚÐ + STINNANDI ÁHRIF

■ PerfectSlim inniheldur niðurbjótandi efni gegn fitu, vinnur gegn appelsínuhúð sem safnast hefur fyrir á lærum og rassi.

■ Bætt með Par-Elastyl™, sem sléttir og stinnir húðina stig af stigi.

Árangur:

Eftir 8 daga: +41% þéttari, +89% stinnari**

Eftir 15 daga: -1 cm minna ummál á lærum***

Viltu vita meira: www.lorealparis.com



BODY-EXPERTISE. ÞÍN EIGIN FEGRUNARADGERÐ.

ÞVI ÞÚ ÁTT ÞAÐ SKILIÐ.

L'ORÉAL
PARIS



* Prófað á 50 konum í 2 vikur
** Mælt með þ.í.g. tækjum á 24 konum
*** Prófað á 50 konum

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-----------------|--------------|------------------|---------------|------------------|-----------|----------|-------|--------|---|---------|--------|
|  | | 49 | TÓN | HLUTI KYNFERA | DINGLA | | KLAFI | MYDNA | GERAST |  | | |
| | | MP & BH | | | | | | | | | | |
| | | → | | | | | | | | | | |
| | | ANDMELI | | | | FÓDK | | | | SKÍTUR | JURT | ↓ |
| | | ÁVARPAR | | | | FÉMNUR | | | | | | |
| | ÁSTERA | GRETTA | | | | | DRAGA ÚR | | | (4) | | |
| | | ÞREP Í STIGA | | | | | LÓSAOGG | | | | | |
| FUGL | | | | ÖG | | | | | UMFRAM | | | |
| | | | | BLÉTTUR | | | | | SPYRJA | | | |
| SKÖGUR | | | STEIN- TIDUND | | | | RIA | | | | | |
| | | | LÍNSAND | | | | EYBÍNÖRK | | | | | |
| STYLA | | (8) | | | ÁN | | | | | INNOTTA- FÉLAC | | |
| | | | | | UNGUR FUGL | | | | | DRÖS | | |
| | | RÁNDÝR | | | | | UPP | | | | | |
| | | KLÁMFENGIN | | | | | HÖTA | | | | | |
| TÓNLISTAR- MADUR | | | UTAN | | | UNDIREINS | (6) | | | | SÖT | DRULLA |
| | | | FLETIR | | | UMHYGGJA | | | | | | |
| BARHLAS | ÞUNNUR VÖKVI | | | | UPP- LYSINGAR | | | | EDFA | | | |
| | KOMAST | | | | SKÖLI | | | | KRÖÖ | | | |
| ↳ | | | (7) | SEM ÉG Á | | | | SÖT | | | | |
| SKRIFA Á | | | | | GABBA | | | | | (9) | BYGGJON | |



LEYSTU KROSSGÁTUNA!

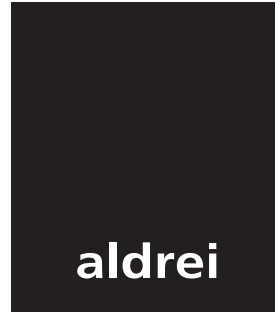
DÚ GÆTIR UNNID ÞÆTTI
1-13 ÚR FYRSTU SERÍU
PRISON BREAK

Drögið úr ritum svörum n.ú.
þriðjufdag kl 12:00.

Hú sendu SMS skýtið
JA LAUSN LAUSNAROREIÐ
á númerið 1900

Þami hvernig SMS gæti lítið ut ef svarið er Jón
hú sendu þú SMS-ið, JA LAUSN JON

www.sms



Þrjár af hverjum fjórum lesa Birtu

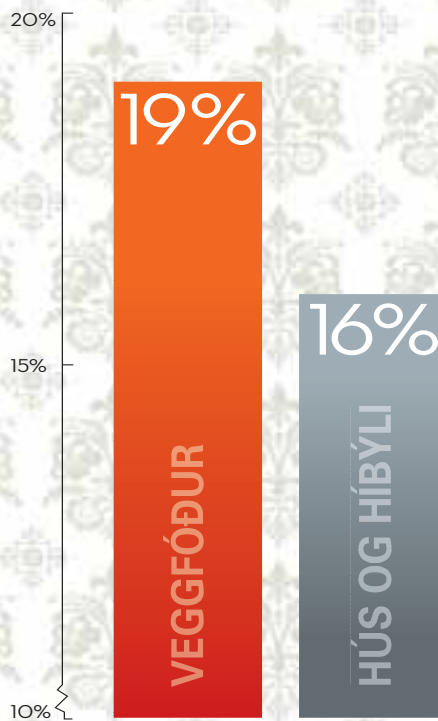
Samkvæmt nýjstu könnun Gallup* lesa yfir 74% af konum á aldrinum 18 til 49 ára á Suðvesturhorninu tímaritið Birtu. Þetta þýðir að 3 af hverjum 4 konum lesa tímaritið sem auk þess hefur afgerandi forystu meðal annarra þjóðfélagshópa. Lesturinn á Birtu hefur aldrei mælst meiri.

Hvar birtist auglýsingin þín?



Mest lesna tímarit landsins

ÍSLENDINGAR Á ALDRINUM 18-39 ÁRA VILJA HELST VEGGFÓÐUR Í SÍN HÚS OG HÍBÝLI



Lestur 18-39 ára.



Við þökkum frábærar móttökur!

Veggfóður er nýtt og ferskt lífsstíls- og húsbúnaðarblað og hefur á tæpu ári náð miklum vinsældum hjá fólki á aldrinum 18-39 ára, en **19% fleiri lesa Veggfóður en Hús og Híbýli** í þessum hópi*. Veggfóður er því klárlega frábær kostur fyrir auglýsendur sem vilja ná til þeirra sem eru að skapa sitt fyrsta heimili og þeirra sem fylgjast með strauum í innanhúshönnun.

VEGGFÓÐUR.

ÁSKRIFTARSÍMI 550 5000 | WWW.VISIR.IS

LAUGARDAGUR

ENSKI BOLTINN RÚLLAR AF STAÐ

Eftir snaggalegt sumarfrí og eitt stykki heimsmeistaramót er tími til kominn að enska úrvalsdeildin hefjist á ný. Liðin hafa verið að undirbúa sig af kappi að undanförunu en nú er komið að alvörunni. Stærstu liðin; Manchester United, Chelsea, Arsenal og Liverpool, hafa öll bætt við sig sterkum leikmönnum þó að United hafi verið áberandi minnst í því að kaupa leikmenn en það ætti ekki að koma sök og væri það stórslys ef liðið yrði ekki í meistaraþáttunni í ár.

Ekki má heldur gleyma „minni spámönnum“. Lið á borð við Tottenham, Portsmouth, Newcastle og Middlesbrough eru firnasterk lið sem öll geta blandað sér í toppþáttunna eins og að sjálfsgöðu öll önnur lið. Spennan á botni deildarinnar verður heldur ekki minni en á toppnum enda gefur sæti í úrvalsdeildinni vel af sér. Skjár einn mun eins og síðasta ár halda úti sér sjónvarpsstöð, Skjár Sport, einungis fyrir ensku úrvalsdeildina. Sjónvarpsstöðin hefur útsendingar í dag, föstudag, og verður mikill meirihluti af leikjum vetrarins sýndur í beinni útsendingu auk þess sem boðið verður upp á fjölmarga íslenska



Þætti tengda enska boltanum. Fyrstu leikirnir í deildinni verða síðan háðir á laugardaginn kemur.

» LAUGARDAGURINN 19. ÁGÚST

Hotel Rwanda

Margverðlaunað samsöguleg kvikmynd um hetjudáðir hótelleiganda í Rúanda sem bjargaði lífum þúsunda borgara með því að veita þeim skjól á hótelinu á tímum hinna skelfilegu þjóðarmorða sem framið voru þar í borgarastríðinu árið 1994.



Meira en ein milljón manns var þá drepin á aðeins þriggja mánaða tímabili án afskipta heimsbyggðarinnar. Myndin var tilnefnd til þriggja Óskarsverðlauna árið 2005 auk þess sem hún var sýnd á alþjóðlegri kvikmyndahátíð sem fram fór hér á landi.

» STÖÐ 2 KL. 22.40

» SUNNUDAGURINN 20. ÁGÚST

Saga Madonna

Fáir tónlistarmenn sögunnar hafa verið eins farsælir jafn lengi og Madonna Louise Veronica Ciccone, sem oftast er reyndar bara kölluð Madonna. Poppdrottningin hefur nær aldrei tapað vinsældum sínum frá því að hún sló fyrst í gegn með slagaranum Holiday en til dæmis kom ný plata með þessari ljóshærðu kynbumbu á síðasta ári. Hér er á ferðinni vönduð heimildarmynd sem varpar skemmtilegu ljósi á feril poppdrottningarinnar.



» VH1 KL. 12.00

| íslenskar sjónvarpsstöðvar | kvikmyndir | íþróttir | erlendar sjónvarpsstöðvar | þættir |

Tai chi – Kung Fu

Hugræn teygjuleikfimi - Heilsu meðferð

Einkatímar - Hópatímar

涵退禅

禅谦安

Tilboð í heilsute og greiningu í svæðisnuddi.

Minnverak heilsuöskilind
Skeiðunna 3
Sími 553 8282
www.heilsudaskon.is



GAMAN
▶ **20.05**
FOOLS RUSH IN



ÆVINTÝRI
▶ **21.20**
INDIANA JONES II



GAMAN
▶ **20.30**
TRAILER PARK BOYS



GAMAN
▶ **23.40**
ME, MYSELF & IRENE



FRÉTTASKÝRINGAR
▶ **21.10**
48 HOURS

SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN

SIRKUS TV



MORGUNN

DAGUR

KVÖLD

NÓTT

6.58 Ísland í bitíð **9.00** Bold and the Beautiful **9.20** Í finu formi **9.35** Oprah **10.20** Alf **10.45** Það var lagið **12.00** Hádegisfréttir **12.25** Neighbours **12.50** Í finu formi 2005 **13.05**

17.05 Leiðarljós **17.50** Tákn málsfréttir **18.00** Ævintýri H.C. Andersen (22:26)

My Sweet Fat Valentina 13.50 **My Sweet Fat Valentina 14.35** **George Lopez 15.00** **Extreme Makeover: Home Edition 16.00** **Barnatími Stöðvar 2 17.15** **Bold and the Beautiful 17.40** **Neighbours 18.05** **Simpsons**

7.00 6 til sjö (e) **8.00** Dr. Phil (e)

16.00 Courting Alex (e) **16.30** Point Pleasant (e) **17.15** Dr. Phil **18.00** 6 til sjö

7.00 Ísland í bitíð **9.00** Fréttavaktin **11.40** Brot úr dagskrá

12.00 Hádegisfréttir/Markaðurinn/Íþróttfréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegíð, fréttaviðtal. **13.00** Sportíð **14.00** Fréttavaktin **17.00** Sfréttir **18.00** Íþróttir og veður

18.30 Ungar ofurhetjur (17:26) **19.00** Fréttir, íþróttir og veður **19.35** Kastljós

▶ **20.05** Ekki er flas til fagnaðar (Fools Rush In) Bandarísk bíómynd frá 1997 um par sem ákveður að gifta sig þegar konan verður ófrísk eftir skyndikynni en ólíkur uppruni þeirra verður þeim til trafala.

21.55 Góður dagur með Gaudi (Gaudi Afternoon) Spænsk/bandarísk bíómynd frá 2001. Bandarísk kona sem býr í Barcelona fær hjálparbeiðni frá dularfullri konu en ekkert af því sem hún segir reynist satt. Leikstjóri er Susan Seidelman og meðal leikenda eru Judy Davis og Marcia Gay Harden.

23.25 Gullmót í frjálsum íþróttum **1.25** Útvarpsfréttir í dagskrárlök

18.30 Fréttir, íþróttir og veður **19.00** Ísland í dag **19.40** Mr. Bean (13:14) **20.05** The Simpsons (8:22) **20.30** Two and a Half Men (20:24) (Tveir og hálfur maður)

20.55 Derren Brown: Hugabrellur (3:6) Sjónhverfingamaðurinn og hugalesarinn Derren Brown snýr aftur í nýrri þáttaröð þar sem hann býður upp á ótrúlegri hugabrellur en nokkru sinni hafa sést.

▶ **21.20** Indiana Jones and the Temple of Doom (Indiana Jones og musteri óttans) Önnur myndin í hinum sívinsæla myndaflokki um ævintýri fornleifaræðingsins og svaðilfarans Indiana Jones. 1984. Bönnuð börnum.

23.15 Impostor (Stranglega bönnuð börnum) **0.50** Bark! **2.25** Hunter: Return to Justice (Bönnuð börnum) **3.50** The Real Thing (Stranglega bönnuð börnum) **5.15** Fréttir og Ísland í dag

19.00 Beverly Hills 90210 **19.45** Melrose Place

▶ **20.30** Trailer Park Boys Þegar ekkert virðist ætla að ganga upp hjá Julian tilkynnir hann öllum að hann sé á förum.

21.00 Parental Control – NÝTT! Stefnumótáþáttur með skemmtilegri fléttu.

21.30 The Bachelor VII Hann er myndarlegur, rómantískur, vel menntaður húmoristí úr viðskiptalífínu og kemur frá uppörvandi og samheldinni fjölskyldu, píparveininn sem fannst eftir mikla leit. Hann er mikill ævintýramaður og á eftir að nýta sér það þegar hann byrjar leit sína að hinni einu sönnu ást.

22.30 Law & Order: Criminal Intent

23.20 C.S.I.: Miami (e) **0.10** C.S.I.: New York (e) **1.00** Love Monkey (e) **1.45** Beverly Hills 90210 (e) **2.30** Melrose Place (e) **3.15** Jay Leno (e) **4.00** Óstöðvandi tónlist

18.30 Fréttir NFS

19.00 Ísland í dag

19.30 Bernie Mac (19:22) (e)

20.00 Jake in Progress (13:13)

20.25 Sirkus RVK (e)

20.55 Pípóla (6:8) (e) Í þættinum Pípóla fara þáttarstjórnendur af stað og kanna hina ýmsu króka og kima íslensks samfélags.

21.25 Twins (12:18) (e) (Blonde Ambition) Lee hjálpar Mitchee að taka sig til fyrir starfsmannaparti.

21.55 Stacked (10:13) (e) (Third Date) Önnur serían um Skyler Dayton og vinnufélagana hennar.

22.25 Sushi TV (10:10) (e)

22.55 Invasion (20:22) (e) (Run And Gun)

▶ **23.40** Me, Myself and Irene (Bönnuð börnum)

18.30 Kvöldfréttir

19.00 Ísland í dag

19.40 Peningarnir okkar Þáttur um fjármál heimilanna, einskona námskeið í sjónvarpi um meðferð fjár og hvernig hægt er að sýna ráðdeild ... og græða.

20.00 Fréttayfirlit

20.20 Brot úr fréttavakt

20.30 Örlagadagurinn (10:12)

21.00 Fréttir

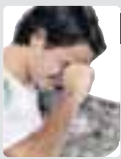
▶ **21.10** 48 Hours (48 stundir) Bandarískur fréttaskýringaþáttur.

22.00 Fréttir Fréttir og veður

22.30 Peningarnir okkar

HREIN HÚÐ TÆR SNILLD!

Hreinsar burt fitu og óhreinindi úr húðinni og dregur úr bólumyndun



ÍÞRÓTTIR
▶ **18.30**
GILLETTE SPORTPAKKINN



15.00 PGA meistaramótið í golfi 2006 **18.00** Íþróttasjallið **18.12** Sportið

▶ **18.30** **Gillette Sportpakkinn** Magnaður þáttur þar sem allar íþróttir eru teknar fyrir. Þáttur sem sýndur hefur verið í fjöldamörg ár við miklar vinsældir.

19.00 **Súpercross** (World Supercross GP 2005-06)

20.00 **PGA meistaramótið í golfi 2006** (US PGA Championship 2006) Bein útsending frá öðrum degi PGA meistaramótisins í golfi sem fram fer í Illinois í Bandaríkjunum. Þetta er síðasta risamótið af fjórum og hér á Phil Mickelson titil að verja en hann hefur þegar sigrað á einu risamóti á þessu ári. Nú skýrist hverjir komast í gegnum niðurskurðinn eftir tvo leikdaga af fjórum.

23.00 Pro Bull Riders **23.55** Supercopa 2006 (Espanyol – Barcelona)

BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

6.00 Cowboy Bebop: Tengoku no tobi **8.00** The Man With One Red Shoe **10.00** The Importance of Being Earnest **12.00** Dragonfly (Bönnuð börnum) **14.00** Cowboy Bebop: Tengoku no tobi **16.00** The Man With One Red Shoe **18.00** The Importance of Being Earnest

20.00 Dragonfly (Drekafuga) **22.00** The Last Samurai (Síðasti samúræinn)

0.30 Control (Stranglega bönnuð börnum) **2.30** Derailed (Stranglega bönnuð börnum) **4.00** Darkwolf (Stranglega bönnuð börnum)

SKJÁR SPORT

18.00 Fallegustu mörkin 2005 – 2006

19.00 **Upphitun** Knattspyrnu- stjórar, leikmenn og aðstandendur úrvalsdeildarliðanna spá og spekulera í leiki helgarinnar.

19.30 **Tímabilið 2006 – 2007**

20.30 **Upprifjun 2005 – 2006**

21.30 **Upphitun (e)** Knattspyrnu- stjórar, leikmenn og aðstandendur úrvalsdeildarliðanna spá og spekulera í leiki helgarinnar.

22.30 **Fallegustu mörkin 2005 – 2006 (e)**

23.30 Dagskrárlok



Dagskrá allan sólarhringinn.



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

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

12.00 Motorcycling: Grand Prix Czech Republic **13.00** Cycling: Uci Protour Eneco Tour **14.30** Canoeing: World Flatwater Canoe Championships Hungary **15.00** Tennis: Wta Tournament Montreal Canada **16.45** Snooker: Northern Ireland Trophy Belfast Ireland **18.00** Volleyball: World Grand Prix Poland **20.00** Snooker: Northern Ireland Trophy Belfast Ireland **21.00** Rally: World Championship Finland **21.30** Xtreme Sports: Yoz Xtreme **22.00** Sumo: Nagoya Basho **23.00** Rally: World Championship Finland

BBC PRIME

12.00 Two Thousand Acres of Sky **13.00** Casualty **14.00** Cash in the Attic **14.30** Small Town Gardens **15.00** Homes Under the Hammer **16.00** Dad's Army **16.30** 2 point 4 Children **17.00** Superhomes **18.00** My Dad's the Prime Minister **18.30** Only Fools and Horses **19.00** Spooks **20.00** Little Britain **20.30** Coupling **21.00** Canterbury Tales **22.00** 2 point 4 Children **22.30** Spooks **23.00** My Dad's the Prime Minister **0.00** Only Fools and Horses **0.30** Dad's Army **1.00** Canterbury Tales **2.00** Casualty

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 SuperCroc **13.00** Megastructures **14.00** Superquakes Investigated **15.00** Secret Bible **16.00** Most Amazing Moments **16.30** Most Amazing Moments **17.00** Battlefront **17.30** Battlefront **18.00** Built for the Kill **19.00** Megastructures **20.00** Secret Bible **21.00** Most Amazing Moments **22.00** Angry Skies Investigated **23.00** Secret Bible **0.00** Most Amazing Moments

ANIMAL PLANET

12.00 Animal Cops Houston **13.00** Animal Precinct **14.00** The Crocodile Hunter Diaries **14.30** The Snake Buster **15.00** Miami Animal Police **16.00** The Planet's Funniest Animals **16.30** The Planet's Funniest Animals **17.00** Animals A-Z **17.30** Monkey Business **18.00** Britain's Worst Pet **18.30** Britain's Worst Pet **19.00** Saving Grace **19.30** The Planet's Funniest Animals **20.00** Animal Cops Houston **21.00** Venom ER **22.00** The Planet's Funniest Animals **22.30** The Planet's Funniest Animals **23.00** Britain's Worst Pet **23.30** Britain's Worst Pet **0.00** Saving Grace **0.30** The Planet's Funniest Animals **1.00** The Planet's Funniest Animals **1.30** The Planet's Funniest Animals **2.00** Miami Animal Police

DISCOVERY CHANNEL

12.00 A 4x4 is Born **12.30** Wheeler Dealers **13.00** Building the Ultimate **13.30** Building the Ultimate **14.00** Extreme Machines **15.00** Deadliest Catch **16.00** Rides **17.00** American Chopper

18.00 Brainiac **19.00** Brainiac **20.00** The Greatest Ever **21.00** Hunting Chris Ryan **22.00** FBI Files **23.00** Forensic Detectives **0.00** Brainiac **1.00** Deadliest Catch **1.55** Air Wars

TRAVEL CHANNEL

12.00 The Big Guide **13.00** Riding Route **66** **13.30** Distant Shores **14.00** Globe Trekker **15.00** Bazaar **15.30** Flavours of Chile **16.00** Carrera Mediterranea **16.30** Earthwalkers **17.00** Opening Soon **17.30** Floyd Uncorked **18.00** Globe Trekker **19.00** Ian Wright Live **19.30** The Thirsty Traveler **20.00** Great Adventure People **21.00** Globe Trekker **22.00** The Thirsty Traveler **22.30** Earthwalkers **23.00** Grainger's World

MTV EUROPE

12.00 Cribs **13.00** Cribs **13.30** Cribs **14.00** TRL **15.00** World Chart Express **16.00** Just See MTV **16.30** This is the New Shit **17.00** Dance Floor Chart **18.00** Punk'd **18.30** Viva La Bam **19.00** Wild Boyz **19.30** Barrio **19.30** Top 10 at Ten **21.00** Beavis & Butthead **21.30** Beavis & Butthead **22.00** Party Zone **23.00** Just See MTV

VH1 EUROPE

12.00 VH1 Hits **14.00** VH1 Weekly Album Chart **15.00** So 80's **16.00** VH1 Viewers' Jukebox **16.30** VH1 Viewers' Jukebox **17.00** Smells Like the 90s **18.00** VH1 Classic **18.30** MTV at the Movies **19.00** MTV Unplugged **20.00** Supergroup **21.00** VH1 Rocks **23.30** Flipside **0.00** Chill Out **0.30** VH1 Hits

E! ENTERTAINMENT

12.00 E! News **12.30** The Daily 10 **13.00** 101 Most Sensational Crimes of Fashion! **14.00** 101 Most Sensational Crimes of Fashion! **15.00** 101 Most Sensational Crimes of Fashion! **16.00** 101 Most Sensational Crimes of Fashion! **17.00** Sexiest Latin Lovers **18.00** E! News **18.30** The Daily 10 **19.00** THS Hip Hop Wives **20.00** 101 Most Sensational Crimes of Fashion! **21.00** Girls of the Playboy Mansion **21.30** Girls of the Playboy Mansion **22.00** Wild On Tara **22.30** Wild On Tara **23.00** Sexiest Celebrity Brunettes **0.00** THS Hip Hop Wives **1.00** 101 Most Sensational Crimes of Fashion! **2.00** 101 Most Starlicious Makeovers

CARTOON NETWORK

10.00 The Flintstones **10.30** Droopy: Master Detective **11.00** Cow & Chicken **11.30** Ed, Edd n Eddy **12.00** Dexter's Laboratory **12.30** The Grim Adventures of Billy & Mandy **13.00** Ed, Edd n Eddy **13.30** The Powerpuff Girls **14.00** The Grim Adventures of Billy & Mandy **14.30** The Life & Times of Juniper Lee **15.00** Dexter's Laboratory **15.30** Codename: Kids Next Door **16.00** Dexter's Laboratory **16.30** Camp Lazlo **17.00** Charlie Brown Specials

17.30 The Scooby Doo Show **18.00** Charlie Brown Specials **18.30** The Scooby Doo Show **19.00** Teenage Mutant Ninja Turtles **19.30** Teenage Mutant Ninja Turtles **20.00** Teenage Mutant Ninja Turtles **20.30** Teenage Mutant Ninja Turtles **21.00** Johnny Bravo **21.30** Ed, Edd n Eddy **22.00** Dexter's Laboratory **22.30** The Powerpuff Girls **23.00** Johnny Bravo **23.30** Ed, Edd n Eddy **0.00** Skipper and Skeeto **1.00** Spaced Out **1.30** Spaced Out **2.00** Skipper and Skeeto

MGM MOVIE CHANNEL

12.25 A Man of Passion **14.00** Body and Soul **15.35** Fatal Pulse **17.00** The Children's Hour **18.45** North of Chiang Mai **20.20** Crazy Joe **21.50** Doc **23.25** Order of Death **1.10** Jason's Lyric **3.10** Memorial Day

TCM

19.00 My Favourite Year **20.35** Brotherly Love **22.25** Once a Thief **0.10** Objective, Burma! **2.30** Murder Most Foul

HALLMARK

10.45 Gift of Love: The Daniel Huffman Story **12.30** Mama Flora's Family **14.15** Restless Spirits **16.00** Touched By An Angel **17.00** McLeod's Daughters **18.00** Whiskey Echo **19.45** Dead Zone **20.45** Out Of Order **22.30** Dead Zone **23.15** The Devil's Arithmetic **1.00** Out Of Order **2.30** Whiskey Echo

BBC FOOD

12.00 Beyond River Cottage **12.30** Beyond River Cottage **13.00** Gondola On the Murray **13.30** Jenny Bristow Light **14.00** Eat This **14.30** The Hi Lo Club **15.00** Safari Chef **15.30** Masterchef Goes Large **16.00** Great Food Bites **16.30** Delhi Belly **17.00** Neil Perry Rockpool Sessions **17.30** Soul Food **18.00** James Martin Sweet **18.30** The Cookworks **19.00** The Great Canadian Food Show **19.30** The Great Canadian Food Show **20.00** Cooked **20.30** Heaven's Kitchen **21.30** Masterchef USA

SVT 1

10.35 Nára djuren **13.30** Min familjs förbannelse **14.00** Rapport 14.05 Gomorron Sverige **15.00** Dansfest i Tromsö **16.00** Grön glädje **16.25** Alla tiders ting **16.30** Supersnällsilversara och Stålhenrik **16.55** Krumelurdjur **17.00** Bröderna Lejonhjärta **17.30** Rapport **18.00** Tillsammans **19.45** Spelplats Kuba med Calle Real **20.40** Atlantens utforskade vildmark **21.40** Rapport **21.50** Thirteen Conversations About One Thing **23.30** Sändning från SVT24

» **EKKI MISSA AF...**

PGA meistaramótinu í golfi

Eitt af fjórum risamótum ársins sem alla golfara dreymir um að vinna en mótið er jafnframt það síðasta af stórmótum ársins. Þangað mæta líka allir bestu golfarar heimsins til þess að reyna að sýna hvað í þeim býr. Sigurvegarinn í fyrra var Phil Mickelson og að sjálf-sögu mætir hann á svæðið til þess að verja titilinn. Mótið hófst í gær en það stendur yfir í fjóra daga. Niðurskurðurinn heldur því áfram að degi loknum og spennan magnast um leið.



» **SÝN KL. 20.00**



GAMAN

▶ 20.45

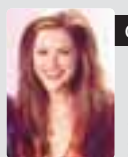
THE OUT-OF-TOWNERS



GAMAN

▶ 19.40

HOT PROPERTIES



GAMAN

▶ 21.00

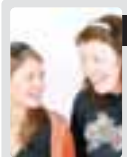
RUN OF THE HOUSE



GAMAN

▶ 19.00

SEINFELD



JAFNRÉTTI

▶ 10.10

ÓÞEKKT

SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN

SIRKUS TV



MORGUNN

8.00 Morgunstundin okkar **8.01** Alda og Bára **8.06** Búi! **8.17** Lubbi læknir **8.30** Bitte nú!
8.55 Sigga liggja lá (24:52) **9.08** Sögurnar okkar **9.15** Matta fóstura og ímynduðu vinir hennar **9.37** Gló magnaða **10.00** Spæjarar (33:52) **10.25** Latibær **10.55** Flokksþing Framsóknarflokksins **11.20** Kastljós **11.50** Íþróttakvöld **12.10** Mótorsport (5:10) **12.40** Flokksþing Fram-

7.00 Andy Pandý **7.05** Kærleiks-birnir (e) **7.15** Töfravagninn **7.40** Engie Benjý **7.50** Ruff's Patch **8.00** Gordon the Garden Gnome **8.30** Animaníacs **8.50** Leðurblökumaðurinn **9.10** Kalli kanína og félagar **9.15** Kalli kanína og félagar **9.25** Kalli kanína og félagar **9.35** Titeuf **10.00** Froskafjör **10.10** Hildegarde **11.35** S Club 7

11.30 Dr. Phil (e)

DAGUR

sóknarflokksins **13.00** Íslands-mótið í vélhjólakstri **13.30** Gullmót í frjálsum íþróttum **14.30** Flokksþing Framsóknarflokksins **14.45** Gullmót í frjálsum íþróttum **15.50** Landsleikur í fótbolta **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Hope og Faith **18.25** Búksorgir

12.00 Hádegisfréttir **12.25** Bold and the Beautiful **14.10** Idol – Stjöruleit **15.10** Monk (10:16) **15.55** Hrein og bein (2:2) (e) **16.25** The Apprentice (6:14) **17.15** Örlagadagurinn (10:14) **17.45** Martha

13.45 The Bachelor VII (e) **14.45** Point Pleasant (e) **15.35** Trailer Park Boys (e) **16.00** Parental Control (e) **16.30** Rock Star: Supernova – raunveruleikaþátturinn (e) **17.00** Rock Star: Supernova – tónleikarnir (e) **18.00** Rock Star: Supernova – úrslit vikunnar (e)

10.00 Fréttir
▶ **10.10** Óþekkt
11.00 Fréttavikan

12.00 Hádegisfréttir/Íþróttafréttir/Veðurfréttir **12.25** Skaftahlíð **13.00** Dæmalaus veröld **13.10** Óþekkt **14.00** Fréttir **14.10** Fréttavikan **15.10** Skaftahlíð **15.45** Hádegisviðtalið **16.00** Fréttir **16.10** Vikuskammturinn **17.10** Óþekkt **18.00** Veðurfréttir og íþróttir **18.00** Fréttayfirlit

KVÖLD

18.54 Lottó
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.40 Kvöldstund með Jools Holland (6:6) (Later with Jools Holland) Tónlistarmenn og hljómsveitir stíga á svið og taka lagið í þætti breska pianóleikarans Jools Hollands. Í þessum þætti koma fram Coldplay, Jamiroquai, Amadou og Mariam, The Magic Numbers og Billy Preston.

18.30 Fréttir, íþróttir og veður Fréttir, íþróttir og veður frá fréttastofu NFS í sam tengdri og opinni dagskrá Stöðvar 2, NFS og Sirkuss.

19.00 Lottó
19.05 Íþróttir og veður

19.10 My Hero (Hetjan mín)
▶ **19.40** Hot Properties (3:13) (Funheitar framakonur) Frá höfundum gamanþáttanna Frasier koma þessir nýju og bráðskemmtilegu þættir um fjórar eldhressar konur sem að hafa haslað sér völl sem fasteignasalar á Manhattan.

20.05 Það var lagið

21.15 Pixel Perfect (Fullkomið plat) Ungur dreingir notar nýuppgötvada myndbrellutækni föður síns til að skapa tölvugerðu poppstjörnunna Loretta Modern fyrir hljómsveit vinkonu sinnar. Leyfð öllum aldursþópum.

22.40 Hótal Rúanda (Hotel Rwanda) Sannsguleg kvikmynd um hetjudáðir hóteliyganda í Rúanda sem bjargaði lífum þúsunda borgara með því að veita þeim skjól á hótelinu á tímum hinna skelfilegu þjóðarmorða sem framin voru þar í borgarastíðinu árið 1994. Aðalhlutverk: Don Cheadle, Xolani Mali, Desmond Dube. Str. b. börnum.

19.00 Beverly Hills 90210 Tvíburarnir Brandon og Brenda Walsh eru nýflutt til stjörnuborgarinnar og kynnst krökkum fina og fræga fólksins í Beverly Hills. Þar eru þau Kelly, Steve, Dylan, David og Donna fremst í flokki og þetta eru persónur sem allir áhorfendur fylgdust með í gegnum súrt og sætt í áratug.

19.45 Melrose Place

20.30 All About the Andersons Anthony er alltaf jafn óheppinn, hann klessukeyrir bíl þabba síns og Lydia, ljósið í myrkrinu, tekur á sig sökina, því hún heldur að Joe fyrirgefi henni það frekar en Anthony.

▶ **21.00** Run of the House Kurt reynir að ná samningum við stórt fyrirtæki, en fljótlega kemst hann að því að efnuð eldri kona sem á fyrirtækið vill meira en bara viðskiptasamband, þegar hún skipuleggur nótt með honum.

21.30 Pepsi World Challenge

22.20 Parkinson

18.30 Fréttir NFS
▶ **19.00** Seinfeld (15:22) (The Pie) Enn fylgjumst við með Íslandsvininum Seinfeld og vinum hans frá upphafi.

19.30 Seinfeld (16:22) (The Stand-In)

20.00 Fashion Television (e) Í þessum frægu þáttum færðu að sjá allt það heitasta og nýjasta í tiskuheiminum í dag. Á síðustu 20 árum hefur enginn annar þáttur kynnt nýjustu tiskuna jafn glæsilega og Fashion Television hefur gert. Hvort sem það eru nýjustu fötin, þotuliðið í salnum eða lætin á bakvið tjöldin, þá sérð þú það fyrst hér í Fashion Television og það á fremsta bekk.

20.30 Sirkus RVK (e)

21.00 Ghost Whisperer (5:22) (e) Melinda Gordon er ekki eins og flestir aðrir en hún hefur þá einstöku hæfileika að ná sambandi við þá látnu. Það er engin önnur en Jennifer Love Hewitt sem fer með hlutverk Melindu.

21.45 Falcon Beach (11:27) (e) (Trust This)

22.30 Invasion (20:22) (e) (Run And Gun)

18.30 Kvöldfréttir
19.10 Fréttavikan
20.10 Kompás (e) 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 viðan völl og verður þættinum ekkert óviðkomandi. Kynnar eru þulir NFS; Sigmundur Ernir Rúnarsson Logi Bergmann Eirósson, Edda Andrésdóttir o.fl.

21.00 Skaftahlíð Maður vikunnar. Viðtal í umsjá fréttastofu NFS.

21.35 Vikuskammturinn Samantekt með áhugaverðasta efni NFS frá vikunni sem er að líða.

22.30 Kvöldfréttir

NÓTT

23.35 Taggart – Sárabætur (65)
0.45 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

0.45 Blown Away (e) (Stranglega bönnuð börnum) **2.40** Bugs (Bönnuð börnum) **4.05** Monk (10:16) **4.50** My Hero **5.20** Hot Properties (3:13) **5.50** Fréttir Stöðvar 2 **6.30** Tónlistarmyndbönd frá Popp TVÍ

23.15 The Contender (e) **0.10** Sleeper Cell (e) **1.00** Law & Order: Criminal Intent (e) **1.50** Beverly Hills 90210 (e) **2.35** Melrose Place (e) **3.20** Tvöfaldur Jay Leno (e) **4.50** Dagskrárlok

23.15 X-Files (e)

23.10 Síðdegisdagskrá endurtekin



GOLF

▶ 18.30

PGA MEISTARARNÓTIÐ



8.30 England – Grikkland (England – Grikkland) 10.10 Ensku mörkin 2006-2007 10.40 US PGA í nærmynd 11.05 PGA meistarnótið í golfi 2006

14.05 Supercopa 2006 (Espanyol – Barcelona) 15.45 Köngur um stund (6:16) 16.15 Pro Bull Riders 17.10 Gillette Sportpakkinn 17.40 Einvígið á Nesinu

▶ 18.30 PGA meistarnótið í golfi 2006 (US PGA Championship 2006) Bein útsending frá þriðja degi PGA meistarnótsins í golfi í Illinois í Bandaríkjunum. Nú þurfa þeir sem ætla sér að vera í baráttunni um sigur að láta til skarar skriða. Hér eru samankomnir allir bestu kylfingar heims og mikið taugastríð framundan.

18.30 Portsmouth – Blackburn

20.30 West Ham – Charlton

22.30 Newcastle – Wigan

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

23.00 Box (Floyd Mayweather vs Zab Judah)

BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

6.00 Normal (Bönnuð börnum) 8.00 David Bowie: Sound and Vision 10.00 City Slickers 12.00 Radio 14.00 David Bowie: Sound and Vision 16.00 City Slickers 18.00 Radio

20.00 Normal 22.00 Runaway Jury

0.05 Ghost Ship (Stranglega bönnuð börnum) 2.00 Secret Window (Stranglega bönnuð börnum) 4.00 Runaway Jury (Bönnuð börnum)

SKJÁR SPORT

9.45 Tímabilið 2006 – 2007 (e) 10.45 Upphitun (e) 11.15 Á vellinum með Snorra Má 11.45 Sheffield Utd – Liverpool 13.45 Á vellinum með Snorra Má 14.00 Arsenal – Aston Villa 16.10 Bolton – Tottenham

18.30 Portsmouth – Blackburn

20.30 West Ham – Charlton

22.30 Newcastle – Wigan

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

0.30 Everton – Watford 2.30 Dagskrárlök

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

10.45 Motorcycling: Grand Prix Czech Republic 13.00 Cycling: Uci Protour Eneco Tour 14.30 Volleyball: World Grand Prix Japan 16.00 Tennis: Wta Tournament Montreal Canada 18.00 Snooker: Northern Ireland Trophy Belfast Ireland 21.00 Rally: World Championship Finland 21.30 Xtreme Sports: Yoz Mag 22.00 Snooker: Northern Ireland Trophy Belfast Ireland 23.30 Rally: World Championship Finland

BBC PRIME

12.00 Top Gear Xtra 13.00 Top Gear Xtra 14.00 Massive Nature 14.30 Extreme Animals 15.00 Wild Africa 16.00 EastEnders 16.30 EastEnders 17.00 Ground Force 17.30 Home From Home 18.00 Home Front 19.00 I'm Alan Partridge 19.30 I'm Alan Partridge 20.00 I'm Alan Partridge 20.30 I'm Alan Partridge 21.00 I'm Alan Partridge 21.30 I'm Alan Partridge 22.00 EastEnders 22.30 EastEnders 23.00 I'm Alan Partridge 0.00 I'm Alan Partridge 0.30 I'm Alan Partridge 1.00 I'm Alan Partridge 1.30 I'm Alan Partridge 2.00 Massive Nature

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Inside 13.00 Secret Bible 14.00 Secret Bible 15.00 Secret Bible 16.00 Secret Bible 17.00 Secret Bible 18.00 Sea Hunters 19.00 Crash Scene Investigation 20.00 Tba 22.00 Ten Days to Victory 23.00 Ten Days to Victory 0.00 Crash Scene Investigation

ANIMAL PLANET

12.00 Animal Cops Houston 13.00 Little Zoo That Could 14.00 Animal Park – Wild in Africa 14.30 Animal Park – Wild in Africa 15.00 Raising Baby Moose 16.00 New Breed Vets with Steve Irwin 17.00 Animal Park – Wild in Africa 17.30 Animal Park – Wild in Africa 18.00 Wildlife Specials 19.00 Air Jaws 20.00 Shark Battlefield 21.00 Weird Nature 21.30 Supernatural 22.00 Saving Grace 22.30 The Planet's Funniest Animals 23.00 Animal Park – Wild in Africa 23.30 Animal Park – Wild in Africa 0.00 Wildlife Specials 1.00 Air Jaws 2.00 Animal Cops Houston

DISCOVERY CHANNEL

12.00 Stunt Junkies 13.00 Iceberg Cowboys 14.00 International Sub Rescue – Special Investigation 15.00 The History of Singapore 16.00 Ray Mears' Bushcraft 17.00 Wild Weather 18.00 Building the Biggest 19.00 American Chopper 20.00 American Hotrod 21.00 Rides

22.00 I Shouldn't Be Alive 23.00 True Crime Scene 0.00 FBI Files 1.00 Iceberg Cowboys 1.55 International Sub Rescue – Special Investigation

TRAVEL CHANNEL

12.00 Earthwalkers 12.30 Earthwalkers 13.00 Treks in a Wild World 13.30 Distant Shores 14.00 Great Adventure People 15.00 Flavours of Chile 15.30 The Thirsty Traveler 16.00 Casinos of the World 16.30 The Travel Bug 17.00 Yatra – Indian Travels 17.30 Yatra – Indian Travels 18.00 Globe Trekker Specials 19.00 Earthwalkers 19.30 Distant Shores 20.00 Opening Soon 20.30 The Thirsty Traveler 21.00 Globe Trekker Specials 22.00 Casinos of the World 22.30 The Thirsty Traveler 23.00 Alby Mangels – Adventure Bound

MTV EUROPE

12.00 Cribs 12.30 Cribs Weekend Music Mix 13.00 Cribs 14.00 TRL 15.00 MTV Making the Movie 15.30 Just See MTV 16.30 The Trip 17.00 European Top 20 18.00 The Fabulous Life Of 18.30 Cribs 19.00 Call to Greatness 19.30 Pimp My Ride 20.00 Top 10 at Ten 21.00 There & Back 21.30 Meet the Barkers 22.00 So '90s 23.00 Just See MTV 1.00 Chill Out Zone 3.00 Just See MTV

VH1 EUROPE

12.00 Top 10 13.00 Pimp Madonna's Ride 13.30 Making the Video 14.00 Top 20 16.00 VH1 Viewers' Jukebox 17.00 VH1 Rock Honours 2006 19.00 Heavy – The Story of Metal Part 1 20.00 Heavy – The Story of Metal Part 2 21.00 Viva la Disco 23.00 Flipside 23.30 Chill Out 0.00 VH1 Hits

E! ENTERTAINMENT

12.00 E! News 12.30 The Daily 10 13.00 Child Star Confidential 13.30 10 Ways 14.00 Sexiest Latin Lovers 15.00 Sexiest Celebrity Hook-Ups 16.00 Sexiest Celebrity Hook-Ups 17.00 Sexiest Rock Stars 18.00 E! News Weekend 19.00 Sexiest Supermodels 20.00 Sexiest Movie Stars 21.00 Sexiest European Stars 22.00 Girls of the Playboy Mansion 22.30 Girls of the Playboy Mansion 23.00 Wild On Tara 23.30 Wild On Tara 0.00 What Hollywood Taught Us About Sex 2.00 Wild On Tara

CARTOON NETWORK

10.00 Duel Masters 10.30 Battle B-Daman 11.00 Cow & Chicken 11.30 Courage the Cowardly Dog 12.00 Dexter's Laboratory 12.30 The Grim Adventures of Billy & Mandy 13.00 Ed, Edd n Eddy 13.30 The Powerpuff Girls 14.00 The Grim Adventures of Billy & Mandy 14.30 The Life & Times

of Juniper Lee 15.00 Foster's Home for Imaginary Friends 15.30 Robotboy 16.00 Dexter's Laboratory 16.30 Camp Lazlo 17.00 Charlie Brown Specials 17.30 The Scooby Doo Show 18.00 Charlie Brown Specials 18.30 The Scooby Doo Show 19.00 Transformers Energon 19.30 Transformers Energon 20.00 Transformers Energon 20.30 Transformers Energon 21.00 Johnny Bravo 21.30 Ed, Edd n Eddy 22.00 Dexter's Laboratory 22.30 The Powerpuff Girls 23.00 Johnny Bravo 23.30 Ed, Edd n Eddy 0.00 Skipper and Skeeto 1.00 Spaced Out 1.30 Spaced Out 2.00 Skipper and Skeeto

MGM MOVIE CHANNEL

10.30 Popi 12.20 Reborn 13.50 Where's Poppa? 15.15 The Favorite 17.00 North of Chiang Mai 18.35 The Russians Are Coming 20.40 Youngblood 22.30 Brannigan 0.20 The Pope of Greenwich Village 2.20 The End

TCM

19.00 Point Blank 20.30 The Dirty Dozen 23.00 Mr Ricco 0.40 Reunion in France 2.25 The Green Slime

HALLMARK

10.45 Broken Promises: Taking Emily Back 12.30 Grand Larceny 14.15 Mr. Rock 'n' Roll: The Alan Freed Story 16.00 A Child's Cry For Help 17.45 Arabian Nights 19.30 Law & Order: Svu 20.30 Strange Relations 22.15 The Fixer 0.00 Law & Order: Svu 0.45 Strange Relations 2.30 Arabian Nights

BBC FOOD

12.00 James Martin Sweet 12.30 The Cookworks 13.00 The Great Canadian Food Show 13.30 The Great Canadian Food Show 14.00 Cooked 14.30 Heaven's Kitchen 15.30 Masterchef USA 16.00 Worrall Thompson 16.30 Worrall Thompson 17.00 Gary Rhodes' Cookery Year 17.30 Coconut Coast 18.00 Jimmy's Farm 19.00 Food Source 19.30 Chef 20.00 Chef at Home 20.30 Jenny Bristow Light 21.00 Eat This 21.30 The Hi Lo Club

SVT 1

11.20 Den ovanliga byn 12.10 Omara Portuondo 13.10 T-Rex: Dinosaurie i Hollywood 14.00 Konsert: Madrugada 15.00 Den främmande jågaren 16.00 Samtal om musik 16.30 Disneydags 17.30 Rapport 17.45 Sportnytt 18.00 Folktoppen 19.00 Karl för sin kilt 19.55 Ja, visst har du hört den förut? 20.05 Saknad 21.15 Rapport 21.20 Spirits of Mozart 23.05 Storytelling 0.30 Sändning från SVT24



www.minnsirkus.is/pipola



SIRKUS TV



PÍPÓLA

FIMMTUDAGA KL 22

PÆR VORU RÁÐNAR

Þær Elín og Sigurbjörg slógu út yfir 400 manns sem sóttu um að stjórna mest spennandi sjónvarpsþætti sumarsins! Í þættinum Pípóla (merking: leika, dansa, spila) munu Elín og Sigurbjörg kanna hina ýmsu króka og kima íslensks samfélags. Þær setja sig í ólíkleg hlutverk í einn dag og leyfa þannig áhorfendum að kynnst lífi ólíkra hópa á reykvískum sumarögum.

FYLGSTU MEÐ!

Nú ná rúmlega 90% heimila landsins Sirkus TV. Sirkus er á rás 15 á ADSL, 69 á Breiðbandinu, 5 á Digital Íslandi en einnig er víða hægt að ná útsendingum stöðvarinnar með venjulegu loftneti.



www.minnsirkus.is/sirkustv



GHOST WISPERER

MIÐVIKUDAGA KL 21:30



SIRKUS TV

JENNIFER LOVE HEWITT - DROTTNING TÁNINGSHRYLLINGSMYNDANNA

Melinda Gordon er ekki eins og flestir aðrir en hún hefur þá einstöku hæfileika að ná sambandi við þá látnu. Sálirnar sem hún nær sambandi við eiga það sameiginlegt að þurfa á hjálp Melindu að halda. Melinda notar hæfileikana til að fá mikilvægar upplýsingar að handan og kemur skilaboðunum til þeirra sem er ætlað að fá þau. Það er engin önnur en Jennifer Love Hewitt sem fer með hlutverk Melindu.

FYLGSTU MEÐ!

Nú ná rúmlega 90% heimila landsins Sirkus TV. Sirkus er á rás 15 á ADSL, 69 á Breiðbandinu, 5 á Digital Íslandi en einnig er víða hægt að ná útsendingum stöðvarinnar með venjulegu loftneti.



MANNLÍF

▶ 19.35

ÚT OG SUÐUR



SPENNA

▶ 21.25

COLD CASE



SPENNA

▶ 20.30

POINT PLEASANT



GAMAN

▶ 20.30

BERNIE MAC



MANNLÍF

▶ 19.10

ÖRLAGA-DAGURINN



MORGUNN

8.00 Morgunstundin okkar **8.01** Bubbi byggir (812:813) **8.10** Geirharður bojng bojng (11:26) **8.31** Hopp og hí Sessami (15:26) **8.55** Konstanse (3:10) **9.01** Stjáni **9.25** Sígdildar teiknimyndir (27:30) **9.32** Liló & Stitch (46:49) **9.54** Gældýr úr geimnum (22:26) **10.15** Latibær **10.40** Hlé

7.00 Pinga **7.05** Jellies **7.15** Myrkfælnu draugarnir (44:90) **7.30** Stubbarnir **7.55** Noddy **8.05** Kalli og Lóla **8.20** Könnuðurinn Dóra **9.10** Taz-Mania 1 **9.30** Ofurhundurinn **9.55** Kalli litli kanína og vinir hans **10.20** Barnatími Stöðvar 2 (Horance og Tína) **10.45** Ævintýri Jonna Quests **11.10** Sabrina – Unglingsnomin **11.35** Bratz

10.00 Fréttir **10.10** Lífið og tilveran **11.00** Ísland í dag – brot af besta efni liðinnar viku

DAGUR

16.00 Kóngur um stund (9:12) **16.35** Út og suður **17.05** Vesturálman (15:22) **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Stundin okkar (16:31) **18.28** Skoppa og Skrítrla (1:8)

12.00 Hádegisfréttir **12.25** Neighbours **12.45** Neighbours **13.05** Neighbours **13.25** Neighbours **13.45** Neighbours **14.10** Það var lagið **15.15** Curb Your Enthusiasm (8:10) **15.50** Grumpy Old Women (1:4) **16.20** Neyðarfóstrunar (4:16) **17.05** Veggfóður **17.45** Martha

13.15 Whose Wedding is it Anyway? (e) **14.00** Beautiful People (e) **14.45** Surface – NYTT! (e) **15.40** Emily's Reason Why Not! (e) **16.30** Borgin mín (e) **17.00** Brúðkaupsþátturinn Já (e) **18.00** Pepsi World Challenge (e)

12.00 Hádegisfréttir/Íþróttáfréttir/Veðurféttir/Leiðarar dagblaða **12.25** Pressan **14.00** Fréttir **14.10** Ísland í dag – brot af besta efni liðinnar viku **15.00** Lífið og tilveran **16.00** Fréttir **16.10** Pressan **17.45** Hádegis E **18.00** Veðurféttir og íþróttir **18.00** Fréttayfirlit

KVÖLD

18.40 Vinslit
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
▶ **19.35** Út og suður (16:17) Gisli Einarsson fer um landið og heilsar upp á forvitnilegt fólk. Dagskrárgerð: Gisli Einarsson og Freyr Arnarson. Textað á síðu 888 í Textavarpri.

20.00 Vasabjórurinn (1:2) (Fingersmith) Bresk mynd í tveimur hlutum um munaðarlausu stúlkun sem elst upp meðal þjófa á seinni hluta 19. aldar. Leikstjóri er Aisling Walsh og meðal leikendna eru Sally Hawkins, Imelda Staunton, Charles Dance, Polly Hemingway, Elaine Cassidy og Rupert Evans. Seinni hlutinn verður sýndur að viku liðinni.

21.35 Helgarsportíð

21.55 Fótboltakvöld Fótboltakvöld

22.10 Austur-Vestur (Est-Ouest) Frönsk bíómynd frá 1999. Í júní 1946 bauð Stalín brottfluttum Rússum að snúa heim en þegar skipið kom til Odessu voru allir farþegarnir drepnir eða fangelsaðir utan ein fjölskylda, lækni og frönsk eiginkona hans, og um þau er þessi mynd. Leikstjóri er Régis Wargnier og meðal leikendna eru Sandrine Bonnaire, Oleg Menshikov og Catherine Deneuve.

18.30 Fréttir, íþróttir og veður Fréttir, íþróttir og veður frá fréttastofu NFS í sam tengdri og opinni dagskrá Stöðvar 2, NFS og Sirkuss.

19.10 Örlagadagurinn (11:14) (Lífið eftir pólitík) Örlagadagur Bryndísar Hlíðversdóttur fyrrverandi þingmanns.

19.40 A Thing Called Love (1:6) (Hin svokallaða ást) Nýir breskir framhaldspættir frá höfundum þáttanna Cutting It, eða Í há sam, sem nutu mikillar hlylli er þeir voru sýndir í Bretlandi í fyrra.

20.40 Monk (11:16) (Mr. Monk Bumps His Head) Eftir að hafa fengið högg á höfuðið vaknar Monk upp minnislaus í smábæ sem hann getur ekki borið kennsl á.

▶ **21.25** Cold Case (22:23) (Óupplýst mál) Virtur lækni var myrtur árið 1984 án þess að lögreglu tækist að finna morðingjann. Þegar nýtt vitni gefur sig fram sjá Lilly og flokkur hennar ástæðu til að taka rannsóknina upp á ný og í ljós kemur að lækningin hafði átt sér leyndarmál. Bönnuð börnum.

22.10 Blue Murder (Blákalt morð) Hröð og vel gerð sakamálamynd.

19.00 Beverly Hills 90210
19.45 Melrose Place

▶ **20.30** Point Pleasant Christinu er brugðið þegar mamma hennar skýtur upp kollinum og þabbi Judyfar fer með mömmu hennar til geðlæknis.

21.30 C.S.I.: New York Mac, Stella og Flack rannsaka dauða ungs dansara sem nýverið vann stóra vinninginn í lottó. Dauði hennar virðist tengjast öðru máli þar sem Lindsay rannsakar dauða sporvagnsbílstjóra.

22.30 Sleeper Cell Hryðjuverkamenirnir æfa sig sem íraskir uppreisnarmenn í æfingabúðum og ná á sitt vald vöruskemmu til þess að gera hana að nýrri stjórnsíðu fyrir Youmid Din.

18.30 Fréttir NFS
19.10 Seinfeld (17:22) (The Wife)

19.35 Seinfeld (18:22) (The Fire) Enn fylgjumst við með Íslandsvininum Seinfeld og vinum hans frá upphafi.

20.00 Pipóla (6:8) (e) Meðal hlutverkanna sem þáttarstjórnendur setja sig í er að vera í einn dag úti-gangsmenn, sjómenn, löggvar og rapparar svo eitthvað sé nefnt. Pipóla eru hraðir, hnyttir og skemmtilegir þættir.

▶ **20.30** Bernie Mac (19:22) (e) (That Old Mac Magic) Þriðja þáttaröðin um grínstann Bernie Mac og fjölskylduhagi hans. Bernie tekur að sér þrjú börn og á ekki auðvelt með að aðlagast breyttum aðstæðum.

21.00 Killer Instinct (12:13) (e) (Love Hurts) Hörkuspennandi þættir um lögreglumenn í San Francisco og baráttu þeirra gegn hættulegustu glæpamönnum borgarinnar. Bönnuð börnum.

21.50 Ghost Whisperer (5:22) (e)

22.40 Falcon Beach (11:27) (e) (Trust This)

18.30 Kvöldfréttir

▶ **19.10** Örlagadagurinn (11:12) (Lífið eftir pólitík) Örlagadagur Bryndísar Hlíðversdóttur fyrrverandi þingmanns. Hvers vegna stóð Bryndis upp úr öruggu þingsæti sínu og hóf að kenna við lagadeildina á Bifröst? Við tóku miklar keyrslur milli vinnustaðarinnar í Borgarfirði og tvíbura-drengja hennar í Vesturbæ Reykjavíkur. Nú hefur Bryndis enn gert breytingar á lífi sínu og fest kaup á húsi í Borgarnesi. Sirry fer á nýjar og fjölskylduvænar slóðir Bryndísar og ræðir um örlagadaginn þegar Bryndis yfirgaf Alþingi.

19.45 Hádegisviðtalið (frá föstudegi)

20.00 Pressan Viðtalsþáttur í umsjá Róberts Marshalls þar sem tekin verða fyrir heitustu málefni vikunnar úr fréttageimnum og fjölmiðlum.

21.35 Lífið og tilveran

22.30 Kvöldfréttir

NÓTT

0.10 Útvarpsfréttir í dagskrárlök

23.20 My Big Fat Greek Wedding **0.55** Amnesia (1:2) (e) **2.10** Amnesia (2:2) (e) **3.25** Romy and Michele's High School Reunion (e) **4.55** Cold Case (22:23) (Bönnuð börnum) **5.35** Fréttir Stöðvar 2 **6.20** Tónlistarmyndbönd frá Popp Tívi

23.20 Law & Order (e) **0.10** The L Word (e) **1.05** Beverly Hills 90210 (e) **1.50** Melrose Place (e) **2.25** Östöðvandi tónlist

23.30 X-Files (e) **0.15** Jake in Progress (13:13) **0.40** Smallville (14:22) (e) **1.25** Sirkus RVK (e)

23.10 Síðdegisdagskrá endurtekin



FÓTBOLTI

▶ 16.45

FYLKIR – ÍA



10.50 Hápunktar í PGA móta-
röðinni 11.45 PGA meistaramót-
ið í golfi 2006

16.15 Gillette Sportpakinn
▶ 16.45 Landsbankadeildin
2006 (Fylkir – ÍA)

19.00 PGA meistaramótíð í golfi
2006 (US PGA Champ-
ionship 2006) Bein út-
sending frá lokadegi
PGA meistaramótisins
sem er síðast í röðinni af
hinum fjórum árlegu risa-
mótum í golfinu. Mótíð
er að þessu sinni haldið
á Medinah vellinum í Ill-
inois og komast færi að
en vilja. Tekst Phil
Mickelson að verja titil
sinn og landa sínum
öðrum risatitli á árinu?
Eða nær Tiger Woods í
sinn annan risatitil á ár-
inu?

23.00 Landsbankamörkin 2006
23.30 Supercopa 2006
(Barcelona – Espanyol) 1.10
Landsbankadeildin 2006 (Fylkir
– ÍA)

BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

6.05 Try Seventeen 8.00 Dou-
ble Bill 10.00 13 Going On 30
12.00 Garfield: The Movie
14.00 Try Seventeen 16.00
Double Bill 18.00 13 Going On
30

20.00 Garfield: The Movie
22.00 Broken Arrow (e)

0.00 K-19: The Widomaker
(Bönnuð börnum) 2.15
S.W.A.T. (Bönnuð börnum)
4.10 Broken Arrow (e) (Strang-
lega bönnuð börnum)

SKJÁR SPORT

10.50 Fallegustu mörkin 2005
– 2006 (e) 11.50 Man Utd-Ful-
ham 14.50 Chelsea-Man City
17.15 Reading – Middlesboro

19.15 Man Utd – Fulham

20.15 Arsenal – Aston Villa

22.15 Dagskrárlök



OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.



AKSJÓN

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



ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

7.45 Motorcycling: Grand Prix
Czech Republic 13.00 Cycl-
ing: Uci Protour Eneco Tour
14.30 Athletics: Norwich
Union International Match
Great Britain-usa-russia 16.30
Motorsports: Motorsports
Weekend 17.00 Tennis: Wta
Tournament Montreal Canada
19.00 Snooker: Northern
Ireland Trophy Belfast Ireland
22.00 Rally: World Champ-
ionship Finland 22.30 Karting:
European Championship
Germany 23.00 Motorsports:
Motorsports Weekend

BBC PRIME

12.00 Top Gear Xtra 13.00 Top
Gear Xtra 14.00 Ground Force
14.30 Home From Home 15.00
Home Front 16.00 EastEnders
16.30 EastEnders 17.00 Ray
Mears' Extreme Survival
18.00 Seven Wonders of the
Industrial World 19.00 Obs-
essions 20.00 Top Gear Xtra
21.00 Blackpool 22.00
EastEnders 22.30 EastEnders
23.00 Ray Mears' Extreme
Survival 0.00 Seven Wonders
of the Industrial World 1.00
Blackpool 2.00 Obsessions

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Crash Scene In-
vestigation 13.00 Omaha
Beach – The Real Horror
14.00 Tba 16.00 Shark Attacks
Investigated 17.00 Predators
at War 18.00 Sea Hunters
19.00 Megastructures 20.00
Air Crash Investigation 21.00
America's Hardest Prisons
22.00 America's Hardest Pri-
sons 23.00 Air Crash In-
vestigation 0.00 America's
Hardest Prisons

ANIMAL PLANET

12.00 Animal Precinct 13.00
Shark Battlefield 14.00
Chimpanzee Diary 14.30
Chimpanzee Diary 15.00 Life
of Mammals 16.00 Horse
Power 17.00 Big Cat Diary
17.30 Big Cat Diary 18.00
Shark Battlefield 19.00 Animal
Cops Houston 20.00 Animal
Precinct 21.00 Saving Grace
21.30 Maneaters 22.00 The
Planet's Funniest Animals
22.30 The Planet's Funniest
Animals 23.00 Wild South
America 0.00 Animal Cops
Houston 1.00 Animal Precinct
2.00 Raising Baby Moose

DISCOVERY CHANNEL

12.00 Top Ten Shark
Encounters 13.00 Summer of
the Shark 14.00 Shark Attack
Files 15.00 Air Jaws 16.00 Air
Jaws 2 17.00 Mythbusters –
Jaws Special 19.00 Shark
Man: The Story Behind Jaws
20.00 John Lydon's Shark
Attack 21.00 Shark Attack
Rescuers 22.00 Mythbusters –
Jaws Special 0.00 Industrial
Revelations 0.30 Industrial
Revelations 0.55 Stunt

Junkies 1.25 Stunt Junkies
1.50 Super Structures 2.45
Rides

TRAVEL CHANNEL

12.00 Yatra – Indian Travels
12.30 Yatra – Indian Travels
13.00 Panasia 13.30 Flavours
of Chile 14.00 Planet Food
15.00 Opening Soon 15.30 The
Thirsty Traveler 16.00 First
Class Italy 16.30 Cruising On
the Queen Mary 2 17.00 Eart-
hwalkers 17.30 Earthwalkers
18.00 Globe Trekker Specials
19.00 Flavours of Chile 19.30
The Thirsty Traveler 20.00
Globe Trekker 21.00 Globe
Trekker 22.00 Globe Trekker
23.00 The Independent Tra-
vellers' Guide

MTV EUROPE

12.00 Cribs 12.30 Cribs Week-
end Music Mix 13.00 Cribs
13.30 Cribs 14.00 TRL 15.00
Senseless 15.30 Just See
MTV 16.30 MTV Goal 17.00
World Chart Express 18.00
Dance Floor Chart 19.00
Switched On 20.00 Top 10 at
Ten 21.00 Christina Aguilera
5-Star 23.00 Just See MTV

VH1 EUROPE

12.00 The Story Of Madonna
– Part 1 12.30 The Story Of
Madonna – Part 2 13.00 The
Story Of Madonna – Part 3
13.30 The Story Of Madonna
– Part 4 14.00 The Story Of
Madonna – Part 5 14.30 The
Story Of Madonna – Part 6
15.00 Top 10 16.00 VH1
Viewers' Jukebox 17.00 Mak-
ing the Video 17.30 Hogan
Knows Best 18.00 MTV Un-
plugged 19.00 Heavy – The
Story of Metal Part 3 20.00
Heavy – The Story of Metal
Part 4 21.00 Supergroup 22.00
VH1 Weekly Album Chart
23.00 VH1 Hits

E! ENTERTAINMENT

12.00 E! News Weekend 13.00
THS Jessica, Ashlee and The
Simpson Family 15.00 THS
Lindsay Lohan 16.00 THS Rod
& Kimberly Stewart 17.00
Sexiest European Stars 18.00
10 Ways 18.30 Gone Bad
19.00 THS Pink 20.00 THS Hip
Hop Wives 21.00 Girls of the
Playboy Mansion 21.30 Girls
of the Playboy Mansion 22.00
Sexiest European Stars 23.00
Sexiest Latin Lovers 0.00 101
Most Sensational Crimes of
Fashion! 1.00 101 Most
Sensational Crimes of Fas-
hion!

CARTOON NETWORK

10.00 Duel Masters 10.30
Battle B-Daman 11.00 Cow &
Chicken 11.30 Courage the
Cowardly Dog 12.00 Dexter's
Laboratory 12.30 The Grim
Adventures of Billy & Mandy
13.00 Ed, Edd n Eddy 13.30
The Powerpuff Girls 14.00 The
Grim Adventures of Billy &
Mandy 14.30 The Life & Times

of Juniper Lee 15.00 Foster's
Home for Imaginary Friends
15.30 Robotboy 16.00 Dext-
er's Laboratory 16.30 Camp
Lazlo 17.00 Charlie Brown
Specials 17.30 The Scooby
Doo Show 18.00 Charlie
Brown Specials 18.30 The
Scooby Doo Show 19.00
Samurai Jack 19.30 Samurai
Jack 20.00 Samurai Jack
20.30 Samurai Jack 21.00
Johnny Bravo 21.30 Ed, Edd n
Eddy 22.00 Dexter's
Laboratory 22.30 The
Powerpuff Girls 23.00 Johnny
Bravo 23.30 Ed, Edd n Eddy
0.00 Skipper and Skeeto 1.00
Spaced Out 1.30 Spaced Out
2.00 Skipper and Skeeto

MGM MOVIE CHANNEL

10.15 Taras Bulba 12.15 Love
or Money 13.45 Rockula 15.15
They Call Me Mister Tibbs!
17.00 The Russians Are Com-
ing 19.05 Twelve Angry Men
21.00 Love in the Afternoon
23.10 Bojangles 0.50 Who'll
Stop the Rain? 2.55 Dead On
Arrival

TCM

19.00 Kelly's Heroes 21.20
When Eagles Dare 23.55 The
Hill 2.05 The Hard Way

HALLMARK

10.45 Bridesmaids 12.30 Just
a Dream 14.15 Locked in Si-
lence 16.00 The Rookies 17.45
Arabian Nights 19.30 We Were
the Mulvaney's 21.15 Face
Down 23.00 We Were the Mul-
vaney's 0.45 Face Down 2.30
Arabian Nights

BBC FOOD

12.00 Jimmy's Farm 13.00
Food Source 13.30 Chef 14.00
Chef at Home 14.30 Jenny
Bristow Light 15.00 Eat This
15.30 The Hi Lo Club 16.00
Ainsley's Barbecue Bible
16.30 Eating Out Loud 17.30
Kitchen Takeover 18.00 New
Scandinavian Cooking 18.30
James Martin: Yorkshire's
Finest 19.00 Coxon's Sporting
Feast 19.30 Deck Dates 20.00
Ching's Kitchen 20.30 Ready
Steady Cook 21.00 Galley
Slaves 21.30 Masterchef
Goes Large

SVT 1

11.35 Samtal om musík 12.05
Vágar út ur ládan 13.05 Fader
Ted 13.30 Ötróligt antíkt 14.00
Folktoppen 15.00 Tre drömm-
ar och en baby 15.30 Design-
kontoret 16.00 Den femte
árstíðin 16.25 Álskade áþþlen
16.30 Anki och Pytte 16.55
Pozzie 17.00 Vi på Saltkrákan
17.30 Rapport 18.00 Háll tyst,
världen! 18.30 Sportspegeln
19.00 Vid pianot: P. Ramel
19.15 Agenda 20.10 Den nor-
diske mannen 20.40
Drömsamhället 21.10 Rapport
21.20 Terrornätet 22.45
Sändning frá SVT24



GAMAN

▶ 20.40

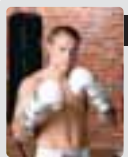
SVONA VAR ÞAÐ



VERULEIKI

▶ 20.05

EXTREME MAKEOVER: HOME EDITION



VERULEIKI

▶ 21.30

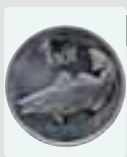
THE CONTENDER



DRAMA

▶ 21.00

FALCON BEACH



FIJÁRMÁL

▶ 19.40

PENINGARNIR OKKAR

SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN

SIRKUS TV



MORGUNN

DAGUR

KVÖLD

NÓTT

6.58 Ísland í bítíð 9.00 Bold and the Beautiful 9.20 Í finu formi 2005 9.35 Oprah (87:145) 10.20 My Sweet Fat Valentina 11.10 Grey's Anatomy (7:9) 12.00 Hádegisfréttir 12.25

Neighbours 12.50 Í finu formi 2005 13.05 Home Improvement (22:25) 13.30 The Reven- gers' Comedies 15.00 You Are What You Eat (15:17) 15.25 Tónlist 16.00 Barnatími Stöðvar 2 17.40 Bold and the Beautiful 18.05 Neighbours

7.00 6 til sjö (e) 8.00 Dr. Phil (e)

15.40 Everybody Hates Chris (e) 16.10 Trailer Park Boys (e) 16.35 Parental Control (e) 17.05 Dr. Phil 18.00 6 til sjö

7.00 Ísland í bítíð 9.00 Fréttavaktin 11.40 Brot úr dagskrá

12.00 Hádegisfréttir/Markaðurinn/Þrótafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegjið, fréttaviðtal. 13.00 Sportið 14.00 Fréttavaktin 17.00 Sfréttir 18.00 Þróttir og veður

18.30 Vistaskipti (12:26) (Foreign Exchange)

19.00 Fréttir, íþróttir og veður

19.35 Kastljós

20.05 Kóngur um stund (11:12) Hestamenn eru þekktir fyrir að vera lífsglatt og uppátækjásamt fólk – og við fáum að kynnst mörgum þeirra.

▶ 20.40 Svona var það (8:22) (That 70's Show)

21.00 Alexander mikli (Alexander the Great: The Man behind the myth) Heimildamynd um Alexander mikla. Brugðið er upp mynd af manninum á bak við goðsögnina.

22.00 Tíufréttir

22.20 Glæpahneigið (6:22) (Criminal Minds) Bandarísk þáttaröð.

18.30 Fréttir, íþróttir og veður

19.00 Ísland í dag

19.40 The Simpsons (12:22)

▶ 20.05 Extreme Makeover: Home Edition (5:25) (Hús í andlitslyftingu) Kona sem rekur góðgerðarstofnun býr sjálf í mjög litlu og niðurmíðu húsi með fjölskyldu sinni. Endurbótageginu bíður mikil áskorun; að gera gagngerar breytingar á húsini svo öllum líki.

20.50 Related (9:18) (Systra-bönd)

21.35 Huff (10:13)

22.30 Twelve Mile Road (Sumar sviptinga) Ljúfsár og hjartfólginn mynd byggð á samnefndri skáldsögu um Stephen Landis, fráskilinn bónda, leikinn af Tom Selleck.

19.00 Beverly Hills 90210 Unglingarnir í Beverly Hills eru mættir til leiks.

19.45 Melrose Place

20.30 Surface Dularfullt dýsrhræ finnst á ströndinni og Laura og Rich fara þangað að leita svara en í staðinn fyrir svör fá þau bara fleiri spurningar. Hópur vísindamanna þarf að framkvæma áhættusama krufningu á sjúku hræinu.

▶ 21.30 The Contender Leitin er hafin að næstu hnefaleikastjórn!

22.30 Law & Order

18.30 Fréttir NFS

19.00 Ísland í dag

19.30 Fashion Television

20.00 Seinfeld (19:22)

▶ 21.00 Falcon Beach (12:27) (Desperados) Falcon Beach er sumarleyfisstaður af bestu gerð. Þangað fer fólk til að slappa af og skemmta sér í sumarfríinu sínu enda snýst allt þar um sumar og frelsi.

21.50 Smallville (15:22) (Cyborg) Unglingurinn Clark Kent er þrúðmenni og er fús til að rétta öðrum hjálparhönd. Hann hefur hlotið veglegt, líkamlegt atgervi í vöggugjöf en hann hefur ekki enn gert sér grein fyrir styrk sínum.

22.40 Killer Instinct (12:13) (e)

18.30 Kvöldfréttir

19.00 Ísland í dag

▶ 19.40 Peningarnir okkar Þáttur um fjármál heimilanna, einskona námskeið í sjónvarpi um meðferð fjár og hvernig hægt er að sýna ráðdeild ... og græða. Ingólfur H. Ingólfsson hefur verið með vinsæl innsög á Fréttavaktinni undarfarinna mánuði. Þátturinn er endursýndur á sama tíma á föstudagskvöldum á eftir Kvöldfréttum.

20.00 Fréttayfirlit

20.20 Brot úr fréttavakt

21.00 Fréttir

21.10 60 Minutes

22.00 Fréttir Fréttir og veður

22.30 Peningarnir okkar

23.05 Ensku mörkinn (1:32) 0.00 Út og suður 0.30 Kastljós 1.00 Dagskrárlok

0.00 Medium (21:22) (Bönnuð börnum) 0.40 NCIS (6:24) (Bönnuð börnum) 1.25 Dead Funny (Stranglega bönnuð börnum) 3.00 Windtalkers (Stranglega bönnuð börnum) 5.10 Fréttir og Ísland í dag

23.20 Jay Leno 0.05 C.S.I: New York (e) 0.55 Beverly Hills 90210 (e) 1.40 Melrose Place (e) 2.25 Óstöðvandi tónlist

23.30 Stacked (10:13) (e) 23.55 Rescue Me (12:13) 0.40 Seinfeld (19:22)

23.10 Kvöldfréttir 0.10 Fréttavaktin 3.10 Fréttavaktin 6.10 Peningarnir okkar



Elskan...við höfum kveikt ljósin í kvöld!



Durex nuddolia

Eitt leiðir að öðru. Durex nuddolian er yfirleitt byrjunin á góðu kvöldi.



Play sleipiefnaboxið

10 litil bréf af mismunandi sleipiefnum fyrir 10 litla leiki. Hver vill ekki Pina Colada on the rocks.



Play tingle sleipiefni

Kitlar og kælir á „réttum stöðum“.



FÓTBOLTI

▶ 18.50

SAGA FÓTBOLTANS



14.00 PGA meistaramótið í golfi
2006 18.00 Íþróttasjallið
18.12 Sportið

18.30 Timeless (Íþróttahetjur)
Íþróttahetjur eru af öllum stærðum og gerðum.

▶ 18.50 Saga fótboldans (South American Superpowers) Í þessum þætti er fjallað um frábæra frammistöðu landsliða Suður-Ameríka á HM.

19.45 Landsbankamörkin 2006

20.15 Supercopa 2006 (Barcelona – Espanyol) Bein útsending frá seinni viðureigninni milli Barcelona og Espanyol í baráttunni um Supercopa-bikarinn.

21.55 Ensku mörkin 2006-2007 (Ensku mörkin 2006-2007)

22.25 Landsbankadeildin 2006 (Fylkir – ÍA) Útsending frá leik í Landsbankadeild karla í knattspyrnu sem nú er í hámarki.

BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

6.00 Hollywood Homicide (Bönnuð börnum) 8.00 Cat in the Hat 10.00 Virginia's Run 12.00 Butch Cassidy and the Sundance Kid (e) 14.00 Cat in the Hat, The 16.00 Virginia's Run 18.00 Butch Cassidy and the Sundance Kid (e)

20.00 Hollywood Homicide 22.00 King Arthur

0.05 Hard Cash (Stranglega bönnuð börnum) 2.00 Jane Doe (Stranglega bönnuð börnum) 4.00 King Arthur (Stranglega bönnuð börnum)

SKJÁR SPORT

14.00 Portsmouth – Blackburn 16.00 Bolton – Tottenham 18.00 Prumusktot

18.55 Chelsea – Man City

21.00 Að leikslökum Snorri Már Skúlason fer með stækunargler á leiki helgarinnar með sparkfræðingunum Willum Þór Þórssyni og Guðmundi Torfasyni.

22.00 Man Utd – Fulham

0.00 Prumusktot (e) 1.00 Dag-skrárlök

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

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

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

10.00 Canoeing: World Flatwater Canoe Championships Hungary 11.30 Athletics: Norwich Union International Match Great Britain-usarussia 12.00 Football: Fifa Under-20 Women's World Championship Russia 14.00 Cycling: Uci Protour Eneco Tour 14.30 All sports: WATTS 15.00 Football: Fifa Under-20 Women's World Championship Russia 17.00 Snooker: Snooker Hall of Fame 18.00 Snooker: Northern Ireland Trophy Belfast Ireland 19.00 Fight Sport: Fight Club 21.00 Football: Eurogoals 22.00 Speedway: World Cup Poland 23.00 Rally: World Championship Finland

BBC PRIME

12.00 Two Thousand Acres of Sky 13.00 Casualty 14.00 Cash in the Attic 14.30 Garden Invaders 15.00 To Buy or Not to Buy 16.00 Dad's Army 16.30 2 point 4 Children 17.00 Changing Rooms 17.30 Changing Rooms 18.00 Kiss Me Kate 18.30 Kiss Me Kate 19.00 State of Play 20.00 Little Britain 20.30 Coupling 21.00 Blackpool 22.00 2 point 4 Children 22.30 State of Play 23.00 Kiss Me Kate 0.00 Kiss Me Kate 0.30 EastEnders 1.00 Blackpool 2.00 Casualty

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 The Ant That Ate America 13.00 Megastructures 14.00 Asteroid Attack Investigated 15.00 Megastructures 16.00 Megastructures 17.00 Explorations 17.30 Battlefront 18.00 Insects from Hell 18.30 Insects from Hell 19.00 Megastructures 20.00 Megastructures 21.00 Megastructures 22.00 Explosive Force Investigated 23.00 Megastructures 0.00 Explorations 0.30 Battlefront

ANIMAL PLANET

12.00 Britain's Worst Pet 13.00 Britain's Worst Pet 13.00 The Planet's Funniest Animals 13.30 The Planet's Funniest Animals 14.00 The Crocodile Hunter Diaries 14.30 The Snake Buster 15.00 Miami Animal Police 16.00 Big Cat Diary 16.30 Big Cat Diary 17.00 Animals A-Z 17.30 Monkey Business 18.00 Polar Bear Battlefield 19.00 Weird Nature 19.30 Supernatural 20.00 Animal Cops Houston 21.00 Animal Precinct 21.30 Animal Precinct 22.00 The Planet's Funniest Animals 22.30 The Planet's Funniest Animals 23.00 Polar Bear Battlefield 0.00 Weird Nature 0.30 Supernatural 1.00 Vets on the Wildside 1.30 Vets on the Wildside 2.00 Miami Animal

Police

DISCOVERY CHANNEL

12.00 A 4x4 is Born 12.30 Wheeler Dealers 13.00 Super Structures 14.00 Extreme Machines 15.00 Firehouse USA 16.00 Rides 17.00 American Chopper 18.00 Brainiac 19.00 Body Works 20.00 Sex Sense 20.30 Sex Sense 21.00 True Crime Scene 22.00 FBI Files 23.00 Forensic Detectives 0.00 Brainiac 1.00 Firehouse USA 1.55 Dambusters 2.45 NASA Explores Under the Ice

TRAVEL CHANNEL

12.00 The Independent Travellers' Guide 13.00 Treks in a Wild World 13.30 The Tourist 14.00 Globe Trekker 15.00 Bazaar 15.30 The Cool Caribbean 16.00 California Golf 16.30 Earthwalkers 17.00 Opening Soon 17.30 Floyd Uncorked 18.00 Globe Trekker 19.00 Africa Trek 19.30 Planet Food 20.30 The Thirsty Traveler 21.00 Globe Trekker 22.00 The Thirsty Traveler 22.30 Earthwalkers 23.00 Grainger's World

MTV EUROPE

11.00 Laguna Beach 11.30 Just See MTV 13.00 Pimp My Ride 13.30 Wishlist 14.00 TRL 15.00 My Own 15.30 Just See MTV 16.30 This is the New Shit 17.00 European Top 20 18.00 Christina Aguilera 5-Star 20.00 Switched On 21.00 Laguna Beach 21.30 8th & Ocean 22.00 The Rock Chart 23.00 Just See MTV

VH1 EUROPE

10.00 Fabulous Life of 11.00 Smells Like the 90s 11.30 So 80's 12.00 VH1 Hits 15.30 So 80's 16.00 VH1 Viewers' Jukebox 17.00 VH1 Weekly Album Chart 18.00 VH1 Classic 18.30 Then & Now 19.00 VH1 Rock Honours 2006 21.00 VH1 Rocks 21.30 Flipside 22.00 Top 5 22.30 Fabulous Life of 23.00 VH1 Hits

E! ENTERTAINMENT

11.30 Number One Single 12.00 E! News Weekend 13.00 101 Most Starlicious Makeovers 14.00 101 Most Starlicious Makeovers 15.00 101 Most Starlicious Makeovers 16.00 101 Most Starlicious Makeovers 17.00 Sexiest European Stars 18.00 E! News Weekend 19.00 THS The Women of Desperate Housewives 21.00 Sexiest European Stars 22.00 Girls of the Playboy Mansion 23.00 Wild On Tara 23.30 Wild On Tara 0.00 THS The Women of Desperate Housewives 2.00 101 Most Starlicious Makeovers

CARTOON NETWORK

10.00 The Flintstones 10.30 Droopy: Master Detective 11.00 Cow & Chicken 11.30 Pet Alien 12.00 Atomic Betty 12.30 The Grim Adventures of Billy & Mandy 13.00 Ed, Edd n Eddy 13.30 Hi Hi Puffy Ami Yumi 14.00 Teenage Mutant Ninja Turtles 14.30 The Life & Times of Juniper Lee 15.00 Dexter's Laboratory 15.30 Codename: Kids Next Door 16.00 Tom & Jerry 16.30 World of Tosh 17.00 Foster's Home for Imaginary Friends 17.30 What's New Scooby-Doo? 18.00 Sabrina, The Animated Series 18.30 Teen Titans 19.00 Justice League 19.30 Justice League 20.00 Justice League 20.30 Justice League 21.00 Johnny Bravo 21.30 Ed, Edd n Eddy 22.00 Dexter's Laboratory 22.30 Powerpuff Girls 23.00 Johnny Bravo 23.30 Ed, Edd n Eddy 0.00 Skipper & Skeeto 1.00 Spaced Out 1.30 Spaced Out 2.00 Skipper & Skeeto

MGM MOVIE CHANNEL

9.40 The Group 12.10 By Duty Bound 13.45 Alias Jesse James 15.15 The Wilby Conspiracy 17.00 Twelve Angry Men 18.55 Once Upon a Crime 20.30 It's a Mad Mad World 23.00 The Billion Dollar Hobo 0.35 No Dead Heroes 2.00 In Dangerous Company 3.35 Bound for Glory

TCM

19.00 Singin' in the Rain 20.45 An American in Paris 22.35 All Fall Down 0.25 The Light in the Piazza 2.05 Flesh and the Devil

HALLMARK

10.45 Face to Face 12.30 Freak City 14.15 Blind Spot 16.00 Touched By An Angel III 17.00 Midsomer Murders 18.45 McLeod's Daughters 19.45 West Wing II 20.45 Law & Order: Svú 21.30 Redeemer 23.15 West Wing II 0.00 Law & Order: Svú 0.45 Redeemer 2.15 Midsomer Murders

BBC FOOD

12.00 New Scandinavian Cooking 12.30 James Martin: Yorkshire's Finest 13.00 Coxon's Sporting Feast 13.30 Deck Dates 14.00 Ching's Kitchen 14.30 Ready Steady Cook 15.00 Galley Slaves 15.30 Masterchef Goes Large 16.00 Great Food Bites 16.30 The Cookworks 17.00 Friends for Dinner 17.30 Ever Wondered About Food 18.00 United States of Reza 18.30 Wild and Fresh 19.00 Dinner in a Box 19.30 made to order 20.00 Neil Perry Rockpool Sessions 20.30 Douglas Chew Cooks Asia 21.00 Ainsley's Meals in Minutes 21.30 Masterchef Goes Large

» EKKI MISSA AF...

Heimildarmynd um Alexander mikla

Nýleg heimildarmynd um einn mesta þjóðhöfðingja sögunnar. Hann komst ungur til valda og þegar hann var rétt um þrítugt náði land hans frá Balkansskaga til Himalayafjalla. Sjaldan hefur mannkynið upplifað jafn mikla landvinninga á jafn skömmum tíma og hafa fáir unnið aðra eins sigra og Alexander gerði. Margt hefur verið ritað um Alexander sjálfan en hann lést mjög ungur á svipleigan hátt. Myndin reynir að sýna það sem áður hafði ekki verið vitað um hinn magnaða Alexander.

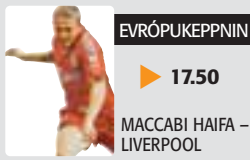


» SJÓNVARPIÐ KL. 21.00

| | SPENNA | LOKAPÁTTUR | GAMAN | GAMAN | UMRÆÐA |
|---------|---|---|--|---|--|
| | 22.25 MURPHY'S LAW | 20.50 LAS VEGAS | 22.30 LOVE MONKEY | 22.20 DUDE, WHERE'S MY CAR? | 19.40 HRAFNAÞING |
| | SJÓNVARPIÐ | | SKJÁREINN | SIRKUS TV | |
| MORGUNN | | 6.58 Ísland í bitíð 9.00 Bold and the Beautiful 9.20 Í finu formi 2005 9.35 Martha 10.20 My Sweet Fat Valentina 11.10 Sisters 12.00 Hádegisfréttir 12.25 Neighbours 12.50 Í finu | 7.00 6 til sjö (e) 8.00 Dr. Phil (e) 8.45 Brúðkaupsþátturinn Já (e) | | 7.00 Ísland í bitíð 9.00 Fréttavaktin 11.40 Brot úr dagskrá |
| ÞEY | 16.20 Kóngur um stund (10:12) 16.50 Bikarkeppnin í fótbolta 17.50 Táknmálsfréttir 18.00 Bikarkeppnin í fótbolta | formi 2005 13.05 Home Improvement (23:25) 13.30 Meistarinn (7:22) (e) 14.15 Numbers (12:13) 15.00 Amazing Race (14:15) 16.00 Barnatími Stöðvar 2 17.40 Bold and the Beautiful 18.05 Neighbours | 16.10 Surface (e) 17.05 Dr. Phil 18.00 6 til sjö | | 12.00 Hádegisfréttir/Markaðurinn/Þróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegjið, fréttaviðtal. 13.00 Sportið 14.00 Fréttavaktin 17.00 Sfréttir 18.00 Þróttir og veður |
| KVÖLD | 19.00 Fréttir, íþróttir og veður 19.35 Kastljós 20.10 Veronica Mars (1:22) (Veronica Mars II) Bandarísk spennuþáttaröð um unga konu sem tekur til við að fletta ofan af glæpamönnum eftir að besta vinkona hennar er myrt og pabbi hennar missir vinnuna. 20.55 Kastljós – óvenjuleg gæludýr. e. 21.00 Ingvar viðförli (Vittfarne) 22.00 Tíufréttir ▶ 22.25 Lögmál Murphys (6:6) (Murphy's Law) Breskur spennumyndaflokkur um rannsóknarlögreglu-manninn Tommy Murphy. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna. | 18.30 Fréttir, íþróttir og veður 19.00 Ísland í dag 19.40 The Simpsons (13:22) (Simpson-fjölskyldan) 20.05 The Apprentice (7:14) (Lærilingurinn) ▶ 20.50 Las Vegas (23:23) (Father Of the Bride) Í þessum lokapætti þáttaröðarinnar er brúðkaup í uppsinglu og steggja- og gæspartí setja skrautlegan svip á annars æði skrautlegt Montecito-spilavíðið. Á meðan fær Ed óþægilega heimsókn sem tengist CIA-fortíð hans. B. börnum. 21.35 NCIS (7:24) 22.20 Curb Your Enthusiasm (9:10) (Rólegan æsing) 22.50 Blue Murder (Blákalt morð) | 19.00 Beverly Hills 90210 19.45 Melrose Place Bandarísk þáttaröð um íbúana í Melrose Place, sem unnu hug og hjarta áhorfenda á sínum tíma. 20.30 Whose Wedding is it Anyway? Ný raunveruleikasería þar sem fylgst er með fólkinu sem undirbýr brúðkaup ríka og fræga fólksins. 21.30 Brúðkaupsþátturinn Já ▶ 22.30 Love Monkey Tom og strákarnir eru á leiðinni í jarðarför eignaða uppáhalds pizzustaðar síns og kemst Tom þá að því að sonur eigandans, Ray, er frábær söngvari og gæti orðið stjarna. | 18.30 Fréttir NFS 19.00 Ísland í dag 19.30 Twins (12:18) (e) (Blonde Ambition) Lee hjálpar Mitchee að taka sig til fyrir starfsmannapartý. Hún setur hana í nýjan kjól og breytir hárgreiðslunni hennar og verður Mitchee ekki ánægð með útkomuna. 20.00 Seinfeld (20:22) 20.30 Sushi TV (1:10) (e) 21.00 Bernie Mac (20:22) (Five Stages Of Bryana) Þriðja þáttaröðin um grínistann Bernie Mac og fjölskylduhugi hans. 21.30 Invasion (21:22) ▶ 22.20 Dude, Where's My Car? (Hey, hvar er billinn minn?) | 18.30 Kvöldfréttir 19.00 Ísland í dag ▶ 19.40 Hrafnaping Ingva Hrafn Jónssonar gerir upp fréttir dagsins á tæpitungulausan hátt. 20.20 Brot úr fréttavakt 20.30 Örlagadagurinn (11:12) (Lífið eftir pólitík) Örlagadagur Bryndísar Hlööðversdóttur fyrrverandi þingmanns. Hvers vegna stóð Bryndís upp úr öruggu þingsæti sínu og hóf að kenna við lagaeildina á Bifbröst? 21.00 Fréttir 21.10 48 Hours (48 stundir) Bandarískur fréttaskýringaþáttur. 22.00 Fréttir Fréttir og veður 22.30 Hrafnaping |
| NÓTT | 23.20 Kastljós 23.50 Dagskrárlök | 0.00 Bones (B. börnum) 0.45 Terminal Velocity (e) (Str. b. börnum) 2.25 For da Love of Money (B. börnum) 4.05 NCIS (7:24) (B. börnum) 4.50 The Simpsons 5.15 Fréttir og Ísland í dag | 23.20 Jay Leno 0.05 Law & Order (e) 1.00 Rock Star: Supernova – tónleikarnir og kosningin 2.00 Beverly Hills 90210 (e) 2.45 Melrose Place (e) 3.30 Óstöðvandi tónlist | 23.40 Rescue Me (13:13) 0.25 Seinfeld (20:22) | 23.10 Kvöldfréttir 0.10 Fréttavaktin 3.10 Fréttavaktin 6.10 Hrafnaping |

durex
love
smokkurinn kominn

Fyrir alla unga elskendur



EVROPUKEPPNIN

▶ **17.50**

MACCABI HAIFA – LIVERPOOL



▶ **17.50** Meistaradeild Evrópu 2006 – forkeppni 3. umferð (Maccabi Haifa – Liverpool)

19.55 Ensku mörkin 2006-2007 (Ensku mörkin 2006-2007) Frábær þáttur þar sem farið er yfir allt það helsta á hverjum tíma í ensku 1. deildinni í knattspyrnu.

20.25 Einvígið á Nesinu (Einvígið á Nesinu) Árlega fer fram óvenjulegt en skemmtilegt golfmót til styrktar góðu málefni á Nesvellinum á Seltjarnarnesi.

21.15 Kóngur um stund (7:16)

21.45 World's Strongest Man (Sterkasti maður heims) Í kvöld verður sýnt frá keppninni 1988.

22.45 Meistaradeild Evrópu 2006 – forkeppni 3. umferð (Maccabi Haifa – Liverpool)

BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

6.05 The Crocodile Hunter: Collision Course **8.00** How to Kill Your Neighbor's Dog **10.00** Live From Bagdad **12.00** De-Lovely **14.05** The Crocodile Hunter: Collision Course **16.00** How to Kill Your Neighbor's Dog **18.00** Live From Bagdad

20.00 De-Lovely
22.05 Sleeping Dictionary

0.00 Angels Don't Sleep Her **2.00** Deathlands **4.00** Sleeping Dictionary (Bönnuð börnum)

SKJÁR SPORT

7.00 Að leikslokum **14.00** West Ham – Charlton e **16.00** Sheffield Utd – Liverpool **18.00** Prumuskot (e)

18.50 Watford-West Ham

21.00 Tottenham – Sheffield Utd

23.00 Newcastle – Wigan **1.00** Dagskrárlök

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

Fréttáttúrin Kort er sýndur kl.18.15 og endursýndur á klukkutíma fresti til kl. 9.15

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

10.00 Snooker: Northern Ireland Trophy Belfast Ireland **12.00** Football: Eurogoals **13.00** Cycling: Uci Protour Eneco Tour **14.30** Rally: World Championship Finland **15.30** Athletics: Norwich Union International Match Great Britain-usa-russia **17.30** Athletics: Eaa Outdoor Premium Meeting Linz **20.00** Boxing: to be announced **22.00** Speedway: World Cup Sweden **23.00** All sports: WATTS

BBC PRIME

11.00 Kiss Me Kate **11.30** 2 point 4 Children **12.00** Two Thousand Acres of Sky **13.00** Casualty **14.00** Cash in the Attic **14.30** Garden Invaders **15.00** To Buy or Not to Buy **16.00** Dad's Army **16.30** 2 point 4 Children **17.00** Top Gear Xtra **18.00** One Foot in the Grave **18.30** One Foot in the Grave **19.00** The Kumars at Number 42 **19.30** 3 Non-Blondes **20.00** The Office **20.30** Coupling **21.00** Blackpool **22.00** 2 point 4 Children **22.30** The Kumars at Number 42 **23.00** 3 Non-Blondes **23.30** One Foot in the Grave **0.00** One Foot in the Grave **0.30** EastEnders **1.00** Blackpool **2.00** Casualty

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Oceans in Glass **13.00** Megastructures **14.00** Shark Attacks Investigated **15.00** Air Crash Investigation **16.00** Crash Scene Investigation **17.00** Battlefront **17.30** Battlefront **18.00** Snake Killers **19.00** Megastructures **20.00** Air Crash Investigation **21.00** Crash Scene Investigation **22.00** Lightning Strike Investigated **23.00** Air Crash Investigation **0.00** Crash Scene Investigation

ANIMAL PLANET

12.00 Polar Bear Battlefield **13.00** Weird Nature **13.30** Supernatural **14.00** The Crocodile Hunter Diaries **14.30** The Snake Buster **15.00** Miami Animal Police **16.00** Horsetails **16.30** A Stable Life **17.00** Dingoes – Outlaws of the Outback **17.30** Monkey Business **18.00** Horse Power **19.00** Great Savannah Race **20.00** Animal Cops Houston **21.00** Emergency Vets **21.30** Emergency Vets **22.00** The Planet's Funniest Animals **22.30** The Planet's Funniest Animals **23.00** Horse Power **0.00** Great Savannah Race **1.00** Big Cat Diary **1.30** Big Cat Diary **2.00** Miami Animal Police

DISCOVERY CHANNEL

11.00 American Chopper **12.00** A 4x4 is Born **12.30** Wheeler Dealers **13.00** Super

Structures 14.00 Extreme Machines **15.00** Firehouse USA **16.00** Rides **17.00** American Chopper **18.00** Brainiac **19.00** Building the Biggest **20.00** Hunting Chris Ryan **21.00** Brainiac **22.00** FBI Files **23.00** Forensic Detectives **0.00** Brainiac **1.00** Firehouse USA **1.55** 21st Century War Machines

TRAVEL CHANNEL

11.30 The Travel Bug **12.00** The Independent Travellers' Guide **13.00** Distant Shores **13.30** Africa Trek **14.00** Globe Trekker **15.00** Bazaar **15.30** A Taste of California **16.00** Dream Destinations **16.30** Earthwalkers **17.00** Opening Soon **17.30** Floyd Uncorked **18.00** Globe Trekker **19.00** Distant Shores **19.30** Distant Shores **20.00** Flavours of Chile **20.30** First Class Italy **21.00** Great Historic Sites **22.00** The Thirsty Traveler **22.30** Earthwalkers **23.00** Grainger's World

MTV EUROPE

11.00 Laguna Beach **11.30** Just See MTV **13.00** Pimp My Ride **13.30** Wishlist **14.00** TRL **15.00** My Own **15.30** Just See MTV **16.30** This is the New Shit **17.00** The Rock Chart **18.00** Meet the Barkers **18.30** There & Back **19.00** Senseless **19.30** Why Can't I Be You? **20.00** Top 10 at Ten **21.00** Punk'd **21.30** Barrio 19 **22.00** Alternative Nation **23.00** Just See MTV

VH1 EUROPE

10.00 Fabulous Life of **11.00** Smells Like the 90s **11.30** So 80's **12.00** VH1 Hits **15.30** So 80's **16.00** VH1 Viewers' Jukebox **17.00** Smells Like the 90s **18.00** VH1 Classic **18.30** Then & Now **19.00** All Access **20.00** The Osbournes **20.30** Beavis & Butthead **21.00** VH1 Rocks **21.30** Flipside **22.00** Top 5 **22.30** Fabulous Life of **23.00** VH1 Hits

E! ENTERTAINMENT

11.00 Gone Bad **11.30** Behind the Scenes **12.00** E! News **12.30** The Daily 10 **13.00** Child Star Confidential **13.30** 10 Ways **14.00** THS Pink **15.00** What Hollywood Taught Us About Sex **17.00** Girls of the Playboy Mansion **17.30** Girls of the Playboy Mansion **18.00** E! News **18.30** The Daily 10 **19.00** THS Women Of Sex and The City **21.00** Wild On Tara **21.30** Wild On Tara **22.00** Dr. 90210 **23.00** Girls of the Playboy Mansion **23.30** Girls of the Playboy Mansion **0.00** THS Women Of Sex and The City **2.00** 101 Most Starlicious Makeovers

CARTOON NETWORK

10.00 The Flintstones **10.30**

Droopy: Master Detective 11.00 Cow & Chicken **11.30** Pet Alien **12.00** Atomic Betty **12.30** The Grim Adventures of Billy & Mandy **13.00** Ed, Edd n Eddy **13.30** Hi Hi Puffy Ami Yumi **14.00** Teenage Mutant Ninja Turtles **14.30** The Life & Times of Juniper Lee **15.00** Dexter's Laboratory **15.30** Codename: Kids Next Door **16.00** Tom & Jerry **16.30** World of Tosh **17.00** Foster's Home for Imaginary Friends **17.30** What's New Scooby-Do? **18.00** Sabrina, The Animated Series **18.30** Teen Titans **19.00** X-Men Evolution **19.30** X-Men Evolution **20.00** X-Men Evolution **20.30** X-Men Evolution **21.00** Johnny Bravo **21.30** Ed, Edd n Eddy **22.00** Dexter's Laboratory **22.30** Powerpuff Girls **23.00** Johnny Bravo **23.30** Ed, Edd n Eddy **0.00** Skipper & Skeeto **1.00** Spaced Out **1.30** Spaced Out **2.00** Skipper & Skeeto

MGM MOVIE CHANNEL

9.45 Casino Royale **10.35** A Matter of Justice **12.05** The Tenth Man **13.45** Jinxed! **15.25** Body and Soul **17.00** Once Upon a Crime **18.35** A Great Wall **20.15** Stella **22.05** Kings of the Sun **23.55** Exposed **1.35** The Program **3.30** The Children's Hour

TCM

19.00 North by Northwest **21.15** Arsenic and Old Lace **23.15** Ninotchka **1.05** Freaks **2.15** The Secret of My Success

HALLMARK

10.45 The Baron and the Kid **12.30** Enslavement: The True Story of Fanny Kemble **14.15** Murder Without Conviction **16.00** Touched By An Angel **17.00** Fighting For My Daughter **18.45** McLeod's Daughters **19.45** West Wing **20.45** Law & Order: Svu **21.30** Fatal Error **23.15** West Wing **0.00** Law & Order: Svu **0.45** Fatal Error **2.15** Fighting For My Daughter **4.00** Finding Buck McHenry

BBC FOOD

12.00 United States of Reza **12.30** Wild and Fresh **13.00** Dinner in a Box **13.30** made to order **14.00** Neil Perry Rockpool Sessions **14.30** Douglas Chew Cooks Asia **15.00** Ainsley's Meals in Minutes **15.30** Masterchef Goes Large **16.00** Great Food Bites **16.30** Full On Food **17.30** Cooked **18.00** Jenny Bristow Light **18.30** Eat This **19.00** The Hi Lo Club **19.30** Jimmy's Farm **20.30** Delhi Belly **21.00** Chefs at Sea **21.30** Masterchef Goes Large

Allt um allt sem skiptir máli í Reykjavík

REYKJAVIK.COM
REYKJAVIK.MA

GAMAN
▶ 21.30
LITTLE BRITAIN

SPJALL
▶ 20.50
OPRAH

RAUNVERULEIKI
▶ 21.30
ROCK STAR: SUPERNOVA

SPENNA
▶ 21.30
GHOST WHISPERER

DÆGURMÁL
▶ 07.00
ÍSLAND Í BÍTIÐ

SJÓNVARPIÐ

2

SKJÁREINN

SIRKUS TV

NFS

MORGUNN

DAGUR

KVÖLD

NÓTT

17.05 Leiðarljós 17.50 Táknmálsfréttir 18.00 Disneystundin 18.01 Stjáni 18.25 Sigildar teiknimyndir (26:30)

6.58 Ísland í bítið 9.00 Bold and the Beautiful 9.20 Í finu formi 2005 9.35 Oprah Winfrey 10.20 My Sweet Fat Valentina 11.10 Strong Medicine (21:22) 12.00 Hádegisfréttir 12.25

7.00 6 til sjö (e) 8.00 Dr. Phil (e)

▶ 7.00 Ísland í bítið 9.00 Fréttavaktin 11.40 Brot úr dagskrá

12.00 Hádegisfréttir/Markaðurinn/Þrótafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádeggið, fréttaviðtal. 13.00 Sportið 14.00 Fréttavaktin 17.00 Sfréttir 18.00 Þróttir og veður

18.32 Liló og Stíth (45:49) 18.54 Víkingalottó 19.00 Fréttir, íþróttir og veður 19.35 Kastljós 20.10 Bráðavaktin (1:22) (ER XII) Bandarísk þáttaröð. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna. 20.55 Kastljós – molar 21.00 Kokkar á ferð og flugi (2:8) (Surfing the Menu) ▶ 21.30 Litla-Bretland (2:8) (Little Britain I) Grínistarnir Matt Lucas og David Walliams bregða sér í ýmissa kvikinda líki og kynna áhorfendum Bretland og furður þess. Þættirnir hafa unnið til fjölda verðlauna. e. 22.00 Tíufréttir 22.20 Íþróttakvöld 22.35 Formúlukvöld Hitað upp fyrir kappaksturinn.

Neighbours 12.50 Í finu formi 2005 13.05 Home Improvement (24:25) 13.30 How I Met Your Mother 14.05 Medium 14.50 Las Vegas 15.35 Blue Collar TV 16.00 Barnatími Stöðvar 2 17.40 Bold and the Beautiful 18.05 Neighbours

15.30 All About the Andersons (e) 16.05 Brúðkaupsþátturnin Já (e) 17.05 Dr. Phil 18.00 6 til sjö

18.30 Fréttir NFS 19.00 Ísland í dag 19.30 Pipóla (6:8) (e) 20.00 Seinfeld (21:22) (The Opposite) 20.30 Sirkus RVK (e) 21.00 Stacked (11:13) (Day The Music Died) ▶ 21.30 Ghost Whisperer (6:22) Melinda Gordon er ekki eins og flestir aðrir. Sálirnar sem hún nær sambandi við eiga það sam-eiginlegt að þurfa á hjálp Melindu að halda. Melinda notar hæfileikana til að fá mikilvægar upplýsingar að handan og kemur skilaboðunum til þeirra sem er ætlað að fá þau. 22.20 The Beach (Ströndin)

18.30 Kvöldfréttir 19.00 Ísland í dag 19.40 Hrafnaþing Ingva Hrafn Jónssonar gerir upp fréttir dagsins á tæpingulausan hátt. 20.10 Brot úr fréttavakt 21.00 Fréttir 21.10 Panorama 2006 (Exiting From Iraq) 22.00 Fréttir Fréttir og veður 22.30 Hrafnaþing Ingva Hrafn Jónssonar gerir upp fréttir dagsins á tæpingulausan hátt.

23.00 Vesturálman (17:22) 23.45 Kóngur um stund (11:12) 0.20 Kastljós 0.45 Dagskrárlök

18.30 Fréttir, íþróttir og veður 19.00 Ísland í dag 19.40 The Simpsons (14:22) (Simpson-fjölskyldan) 20.05 Neyðarfostrurnar (5:16) (McKelvain Family) Yvonne neyðarfostra heimsækir McKevain fjölskylduna. Stevi og John eru foreldrar fjögurra barna. ▶ 20.50 Oprah (88:145) (Young Boy Lured into Becoming An Internet Porn Star) 21.35 Medium (22:22) (Miðillinn) 22.20 Strong Medicine (22:22) (Samkvæmt læknisráði) Ný serie af þessum vönduðu spítaláþáttum sem fjalla um kraftmikla kvenlækna sem berast fyrir bættir heilsu kynsystra sinna. 23.05 Footballers' Wives (B. börnum) 23.55 Cold Case (B. börnum) 0.40 Autopsy (e) (B. börnum) 1.30 Solaris (B. börnum) 3.05 Finding Graceland 4.40 Medium (B. börnum) 5.20 Fréttir og Ísland í dag

19.00 Beverly Hills 90210 19.45 Beautiful People Lynn sannfærast loks um að fara á stefnumót með yngri manni. Samband Karenar og Bens breytist eftir að bíllinn hans bilar. 20.30 Emily's Reasons Why Not! ▶ 21.30 Rock Star: Supernova – raunveruleikaþátturnin Íslendingur er nú með í fyrsta sinn í einum vinsælasta þætti í heimi sem í ár er kenndur við hljóm sveitina Supernova. Hver verður söngvari Supernova með þungarokkurinum Tommy Lee úr Motley Crüe, Jason Newstead úr Metallica og Gilby Clarke úr Guns N'Roses? 22.00 Rock Star: Supernova – tónleikarnir

0.15 Seinfeld (21:22)

23.10 Kvöldfréttir 0.10 Fréttavaktin 3.10 Fréttavaktin 6.10 Hrafnaþing

netto line **AUÐVELT · FLJÓTLEGT · ÓDÝRT**



Eldhúsinnréttingar



Baðinnréttingar



Þvottahúsinnréttingar



Fataskápar m/venjul.- og rennihurðum

15% afsláttur

Innréttingatilboð sem þú mátt ekki missa af!

15% afsláttur af öllum Nettoline innréttingum í 3 vikur (tilboðið stendur frá 18. ágúst til 9. sept.)

Á tilboðsdögum veitum við einnig 20 % afslátt af Elba og Snaige raftækjum þegar þau eru keypt með innréttingu.

Friform
Askalind 3 · 201 Kópavogur · Sími: 562 1500

Velkomin í Friform, þar sem þú færð meira fyrir peningana

netto line.com



FÓTBOLTI

▶ 18.55

ARSENAL – DYNAMO ZAGREB



16.20 Meistaradeild Evrópu 2006 – forkeppni 3. umferð (Maccabi Haifa – Liverpool) 18.00 Íþróttasjallið 18.12 Sportið

18.30 Timeless (Íþróttahetur) ▶ 18.55 Meistaradeildin 2006 – forkeppni 3. umferð (Arsenal vs. Dynamo Zagreb) Bein útsending frá leik í forkeppni Meistaradeildar Evrópu í knattspyrnu.

21.00 NBA – Bestu leikirnir (LA Lakers – Philadelphia 76ers 80) Magic Johnson var lykilmáður hjá Lakers á árum áður. Hér fer hann á kostum í einvíginu við Philadelphiu fyrir aldarfjórðungi (1980). Þetta var sjötti leikur liðanna í úrslitunum og Magic varð heldur betur að taka á honum stóra sínum og m.a. að bregða sér í miðherjastöðuna.

22.40 Hápunktar í PGA mótaröðinni

23.35 Meistaradeildin 2006 – forkeppni 3. umferð (Arsenal vs. Dynamo Zagreb)

2 BÍÓ STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 Triumph of Love 8.00 Rat Race 10.00 Starsky & Hutch (Bönnuð börnum) 12.00 Spy Hard 14.00 Triumph of Love 16.00 Rat Race 18.00 Starsky & Hutch (Bönnuð börnum)

20.00 Spy Hard (e) 22.00 The Whole Ten Yards

0.00 Blue Collar Comedy Tour: The Movie (e) (Bönnuð börnum) 2.00 Life or Something Like It 4.00 The Whole Ten Yards (Bönnuð börnum)

SKJÁR SPORT

7.00 Að leikslokum 14.00 Everton – Watford 16.00 Watford – West Ham 18.00 Upprifjun 2005 – 2006 (e)

18.50 Charlton-Man Utd 21.00 Man City – Portsmouth

23.00 Middlesboro – Chelsea 1.00 Dagskrárlok

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

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

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

10.30 Rally: World Championships Finland 11.30 Athletics: Eaa Outdoor Premium Meeting Linz 13.00 Cycling: Uci Protour Eneco Tour 14.30 Equestrianism: World Equestrian Games Aachen 16.15 Sailing: Inside Alinghi 16.20 All Sports: Wednesday Selection 16.30 Equestrianism: Show Jumping Estoril 17.00 Golf: the European Tour Cadillac Russian Open 17.30 Sailing: World Match Racing Tour Portugal Match Cup 18.00 Sailing: Antigua Week 19.00 Football: Friendly Match 21.00 Football: Friendly Match 22.00 Speedway: World Cup Great Britain 23.00 Cliff Diving: Cliff Diving

BBC PRIME

12.00 Monarch of the Glen 13.00 Casualty 14.00 Cash in the Attic 14.30 Garden Invaders 15.00 To Buy or Not to Buy 16.00 Dad's Army 16.30 2 point 4 Children 17.00 Rick Stein's Food Heroes 17.30 Rick Stein's Food Heroes 18.00 My Hero 18.30 My Hero 19.00 Waking the Dead 20.00 The Office 20.30 Coupling 21.00 Blackpool 22.00 2 point 4 Children 22.30 Waking the Dead 23.30 My Hero 0.00 My Hero 0.30 EastEnders 1.00 Blackpool 2.00 Casualty

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Hunter Hunted 13.00 Megastructures 14.00 Telepathy Investigated 15.00 Seconds From Disaster 16.00 Still on Patrol – The Hunt for Hitler's U-Boat 17.00 Battlefront 17.30 Battlefront 18.00 Hunter Hunted 19.00 Megastructures 20.00 Seconds From Disaster 21.00 Real NCIS 22.00 Roman Technology Investigated 23.00 Seconds From Disaster 0.00 Real NCIS

ANIMAL PLANET

12.00 Horse Power 13.00 Horsetails 13.30 A Stable Life 14.00 The Crocodile Hunter Diaries 14.30 The Snake Buster 15.00 Miami Animal Police 16.00 Wildlife SOS 16.30 Wildlife SOS 17.00 Gelada Baboons – The Battle of Braveheart 17.30 Monkey Business 18.00 Little Zoo That Could 19.00 Animal Park – Wild in Africa 19.30 Animal Park – Wild in Africa 20.00 Animal Cops Houston 21.00 Maneaters 21.30 Predator's Prey 22.00 The Planet's Funniest Animals 22.30 The Planet's Funniest Animals 23.00 Little Zoo That Could 0.00 Animal Park – Wild in Africa 0.30 Animal Park – Wild in Africa 1.00 Meerkat Manor 1.30 Meerkat Manor 2.00 Miami Animal Police

DISCOVERY CHANNEL

12.00 A 4x4 is Born 12.30 Wheeler Dealers 13.00 Super Structures 14.00 Extreme Machines 15.00 Firehouse USA 16.00 Rides 17.00 American Chopper 18.00 Brainiac 19.00 Perfect Disaster 20.00 I Shouldn't Be Alive 21.00 A Haunting 22.00 FBI Files 23.00 Forensic Detectives 0.00 Brainiac 1.00 Firehouse USA 1.55 Finding the Fallen 2.45 Great Quakes

TRAVEL CHANNEL

11.30 The Travel Bug 12.00 The Independent Travellers' Guide 13.00 The Thirsty Traveler 13.30 The Thirsty Traveler 14.00 Globe Trekker 15.00 Bazaar 15.30 Earthwalkers 16.00 A Fork in Asia 16.30 Earthwalkers 17.00 Opening Soon 17.30 Floyd Uncorked 18.00 Globe Trekker 19.00 The Thirsty Traveler 19.30 Solo in Se Asia 20.00 Great Adventure People 21.00 Globe Trekker 22.00 The Thirsty Traveler 22.30 Earthwalkers 23.00 Grainger's World

MTV EUROPE

11.00 Laguna Beach 11.30 Just See MTV 13.00 Pimp My Ride 13.30 Wishlist 14.00 TRL 15.00 Switched On 15.30 Just See MTV 16.30 This is the New Shit 17.00 Hit List UK 18.00 MTV Making the Movie 19.30 The Essential Gorillaz 19.00 Laguna Beach 19.30 8th & Ocean 20.00 Top 10 at Ten 21.00 Wonder Showzen 21.30 Call to Greatness 22.00 The Lick 23.00 Just See MTV

VH1 EUROPE

11.00 Smells Like the 90s 11.30 So 80's 12.00 VH1 Hits 15.30 So 80's 16.00 VH1 Viewers' Jukebox 17.00 Smells Like the 90s 18.00 VH1 Classic 18.30 Then & Now 19.00 Motormouth 19.30 MTV at the Movies 20.00 The Osbournes 20.30 Beavis & Butthead 21.00 VH1 Rocks 21.30 Flipside 22.00 Top 5 22.30 Fabulous Life of 23.30 VH1 Hits

E! ENTERTAINMENT

11.30 Number One Single 12.00 E! News 12.30 The Daily 10 13.00 101 Most Sensational Crimes of Fashion! 14.00 101 Most Sensational Crimes of Fashion! 15.00 101 Most Sensational Crimes of Fashion! 16.00 101 Most Sensational Crimes of Fashion! 17.00 Sexiest Latin Lovers 18.00 E! News 18.30 The Daily 10 19.00 Eva Longoria: The Interview with Ryan Seacrest 20.00 101 Incredible Celebrity Slimdowns 21.00 Girls of the Playboy Mansion 21.30 Girls of the Playboy Mansion 22.00 Wild On Tara 22.30 Wild On Tara 23.00 Sexiest European

Stars 0.00 Eva Longoria: The Interview with Ryan Seacrest 1.00 101 Incredible Celebrity Slimdowns 2.00 101 Most Sensational Makeovers

CARTOON NETWORK

10.30 Droopy: Master Detective 11.00 Cow & Chicken 11.30 Pet Alien 12.00 Atomic Betty 12.30 The Grim Adventures of Billy & Mandy 13.00 Ed, Edd n Eddy 13.30 Hi Hi Puffy Ami Yumi 14.00 Teenage Mutant Ninja Turtles 14.30 The Life & Times of Juniper Lee 15.00 Dexter's Laboratory 15.30 Codename: Kids Next Door 16.00 Tom & Jerry 16.30 World of Tosh 17.00 Foster's Home for Imaginary Friends 17.30 What's New Scooby-Doo? 18.00 Sabrina, The Animated Series 18.30 Teen Titans 19.00 Batman of the Future 19.30 Batman of the Future 20.00 Batman of the Future 20.30 Batman of the Future 21.00 Johnny Bravo 21.30 Ed, Edd n Eddy 22.00 Dexter's Laboratory 22.30 Powerpuff Girls 23.00 Johnny Bravo 23.30 Ed, Edd n Eddy 0.00 Skipper & Skeeto 1.00 Spaced Out 1.30 Spaced Out 2.00 Skipper & Skeeto 3.00 Spaced Out

MGM MOVIE CHANNEL

10.10 Eddie & The Cruisers II 11.55 One Woman's Courage 13.25 Master of Dragonard Hill 14.55 The Russians Are Coming 17.00 A Great Wall 18.40 The Blue Lightning 20.15 Breach of Contract 21.50 Ten Seconds to Hell 23.25 The Hunting Party 1.15 Order of Death 3.00 Taras Bulba

TCM

19.00 Pat Garrett and Billy the Kid 21.05 The Carey Treatment 22.45 The Outrage 0.20 Random Harvest 2.25 Buddy Buddy

HALLMARK

10.45 Finding Buck McHenry 12.30 Grace & Glorie 14.15 The Echo of Thunder 16.00 Touched by an Angel IV 17.00 Due East 18.45 McLeod's Daughters V 19.45 West Wing II 20.45 Law & Order: Svú 21.30 Anne Rice's: The Feast of All Saints 23.15 West Wing II 0.00 Law & Order: Svú 0.45 Drive Time Murders 2.15 Due East

BBC FOOD

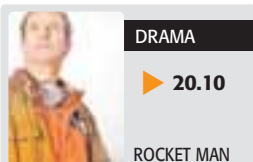
12.00 Jenny Bristow Light 12.30 Eat This 13.00 The Hi Lo Club 13.30 Jimmy's Farm 14.30 Delhi Belly 15.00 Chefs at Sea 15.30 Masterchef Goes Large 16.00 Great Food Bites 16.30 Heaven's Kitchen 17.30 Jimmy's Farm 18.30 Off the Menu 19.00 The Way We Cooked 19.30 Coxon's Royal Feast 20.00 Can't Cook Won't Cook 20.30 Tamasin's Weekends 21.00 Dinner in a Box 21.30 Masterchef Goes Large

Upplýsingar,

viðburðir,

afpreying og fréttir

REYKJAVIK.COM
REYKJAVIKMAG



DRAMA

▶ 20.10

ROCKET MAN



DRAMA

▶ 21.20

FOOTBALLERS' WIVES



SPJALL

▶ 22.50

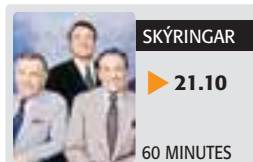
JAY LENO



MANNLÍF

▶ 22.00

PÍPÓLA



SKÝRINGAR

▶ 21.10

60 MINUTES

SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN

SIRKUS TV

NFS

MORGUNN

DAGUR

KVÖLD

NÓTT

6.58 Ísland í bítið 9.00 Bold and the Beautiful 9.20 Í finu formi 9.35 Martha 10.20 Alf 10.45 3rd Rock from the Sun 11.10 Whose Line Is it Anyway? 11.35 My Wife and Kids 12.00

Hádegisfréttir 12.25 Neighbours 12.50 Í finu formi 13.05 My Sweet Fat Valentina 13.50 My Sweet Fat Valentina 14.35 Two and a Half Men 15.00 Related 16.00 Barnatími Stöðvar 2 17.40 Bold and the Beautiful 18.05 Neighbours

18.30 Fréttir, íþróttir og veður 19.00 Ísland í dag 19.40 The Simpsons (15:22) 20.05 Jamie Oliver – með sínu nefi (1:26) (Oliver's Twist) Ný og fersk þátta-röð með vinsælasta sjónvarpskokki í heimi, Jamie Oliver, í essinu sínu enda fær hann þar tækifæri til að gera það sem honum þykir allra skemmtilegast; að elda fyrir vini sína og vanda-menn.

20.30 Bones (18:22) (Bein) 21.20 Footballers' Wives (8:8) (Ástir í boltanum) Í þess-um lokabætti 5. seríu finnur Tanya leið til þess að komast yfir auðfengið fé, og ekki veitir henni af því búið er að fresta eig-ur eiginmannsins látna. Bönnuð börnum.

23.50 Murder Investigation Team (B. börnum) 1.00 Huff (B. börnum) 1.50 Returner (Str. b. börnum) 3.45 Footballers' Wives (Bönnuð börnum) 4.55 The Simpsons (e) 5.20 Fréttir og Ís-land í dag

7.00 6 til sjö (e) 8.00 Dr. Phil (e)

15.10 Run of the House (e) 15.35 Beautiful People (e) 16.20 Beverly Hills 90210 17.05 Dr. Phil 18.00 6 til sjö

19.00 Melrose Place 19.45 Game tívi 20.10 Courting Alex 20.35 Everybody Hates Chris Chris þarf að verja titil sinn sem sigurvegari í smástjórnukeppni.

21.00 Rock Star: Supernova – úrslit vikunnar

22.00 C.S.I: Miami ▶ 22.50 Jay Leno Hvað er betra en að vinda ofan af sér með spjallþátta-, bíla-dellu-, og mótórhjólá-töffaranum, sjálfum Jay Leno áður en farið er inn í draumalandið? Leno sern tekur á móti fræga fólkinu í sjónvarpssal er alltaf jafn léttur og kátur og þekktur fyrir sinn kaldhæðnislega og sér-staka húmor.

23.35 Emily's Reasons Why Not? (e) 0.25 Beverly Hills 90210 (e) 1.10 Melrose Place (e) 1.55 Óstöðvandi tónlist

7.00 Ísland í bítið 9.00 Fréttavaktin 11.40 Brot úr dagskrá

12.00 Hádegisfréttir/Markaður-inn/Þróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádeggið, fréttaviðtal. 13.00 Sportið 14.00 Fréttavaktin 17.00 Sfréttir 18.00 Íþróttir og veður

18.30 Fréttir NFS 19.00 Ísland í dag 19.30 Sushi TV (2:10) (e) 20.00 Seinfeld (22:22) (The Hamptons) 20.30 Twins (13:18) 21.00 Killer Instinct (13:13) (Fifteen Minutes Of Flame)

▶ 22.00 Pipóla (7:8) Þáttastjórnendur setja sig í hin ýmsu hlutverk í einn dag og gefa þannig áhorfendum kost á að kynnast lífi ólíkra hópa á reykvískum sumardög-um. Meðal hlutverkanna sem þeir setja sig í er að vera í einn dag útigangsmenn, sjómenn, löggur og rapparar svo eitthvað sé nefnt.

22.30 X-Files (Ráðgátur)

23.20 Smallville (15:22) (e) 0.05 Seinfeld (22:22)

12.00 Hádegisfréttir/Markaður-inn/Þróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádeggið, fréttaviðtal. 13.00 Sportið 14.00 Fréttavaktin 17.00 Sfréttir 18.00 Íþróttir og veður

18.30 Kvöldfréttir 19.00 Ísland í dag 19.40 Hrafnafing Ingva Hrafn Jónssonar gerir upp fréttir dagsins á tæpingu-lausan hátt.

20.20 Brot úr fréttavakt 21.00 Fréttir ▶ 21.10 60 Minutes 22.00 Fréttir Fréttir og veður 22.30 Hrafnafing Ingva Hrafn Jónssonar gerir upp fréttir dagsins á tæpingu-lausan hátt.

23.10 Kvöldfréttir 0.10 Fréttavaktin 3.10 Fréttavaktin 6.10 Hrafnafing

HELGARVÍNID: CASILLERO DEL DIABLO

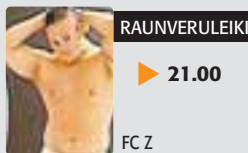
Goðsögnin um kjallara djöfulsins lifir enn

Það var fyrir rúmum 100 árum síðan að Don Melchor De Concha Y Toro byrjaði að taka til hliðar fyrir sjálfan sig það allra besta sem kom frá vínkrum í hans eigu. Til að fæla brott ókunnuga sem kynnu að ásælast þessar persónulegu vínbergðir hans þá kom Don Melchor þeim kvitti á kreik að djöfullinn sjálfur hefði tekið sér bólfestu í

vínkjallaranum. Það er þaðan sem hið sér-staka nafn þessa óviðjafnanlega rauðvíns er fengið: Casillero Del Diablo eða „Kjallari Djöfulsins.“ Casillero var nýlega kosið „Bestu kaup í heimi“ í flokki Cabernet Sauvignon vína af hinu virta vímariti Decanter.

Verð í vínbúðunum 1230 kr.





RAUNVERULEIKI

▶ **21.00**

FC Z



16.10 Meistaradeildin 2006 – forkeppni 3. umferð (Arsenal vs. Dynamo Zagreb) **17.50** Landsbankadeildin 2006

20.00 **US PGA í nærmynd** (Inside the PGA) Víkulegur fréttabáttur þar sem fjallað er um bandarísku mótardöðina í golfi á nýstárlegan hátt.

20.30 **Kraftsport** (Suður-nesjatröllið 2006)

▶ **21.00** **Sænsku nördarnir** (FC Z) Hvað gerist þegar 15 nördar sem aldrei hafa fylgst með knattspyrnu né sparkað í fótbolta mynda knattspyrnulið?

21.50 **Landsbankamörkin 2006**

22.20 **Landsbankadeildin 2006** (Landsbankadeildin 2006) Útsending frá leik í Landsbankadeild karla í knattspyrnu sem nú er í hámarki.

0.10 UEFA Super Cup (Liverpool – CSKA Moskva)

BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

6.00 Boat Trip (Bönnuð börnum) **8.00** Bróðir minn ljónshjarta **10.00** A Shot at Glory **12.00** Two Weeks Notice **14.00** Bróðir minn ljónshjarta **16.00** A Shot at Glory **18.00** Two Weeks Notice

20.00 Boat Trip **22.00** Auto Focus

0.00 Taking Lives (Stranglegra bönnuð börnum) **2.00** Dahmer (Stranglegra bönnuð börnum) **4.00** Auto Focus (Stranglegra bönnuð börnum)

SKJÁR SPORT

14.00 Fulham – Bolton **16.00** Blackburn – Everton **18.00** Man City – Portsmouth

20.00 **Stuðningsmannabátturinn „Liðið mitt“** Hörö-ustu áhangendur enska boltans á Íslandi í sjónvarpið.

21.00 **Prumuskot** Farið er yfir leiki liðinnar helgar og öll mörkin sýnd. Viðtöl við knattspyrnu stjóra og leikmenn.

22.00 Aston Villa – Reading

0.00 Watford – West Ham **2.00** Dagskrárlök

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

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

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

10.00 Rowing: World Championship Great Britain **13.30** Athletics: Eaa Outdoor Premium Meeting Linz **14.00** Football: Fifa Under-20 Women's World Championship Russia **15.00** Football: Fifa Under-20 Women's World Championship Russia **17.00** Tennis: Wta Tournament New Haven **18.45** Boxing: to be announced **20.45** Sumo: Nagoya Basho **21.45** All sports: WATTS **22.00** Speedway: World Cup Great Britain **23.00** Boxing: to be announced

BBC PRIME

12.00 Monarch of the Glen **13.00** Casualty **14.00** Cash in the Attic **14.30** Garden Invaders **15.00** To Buy or Not to Buy **16.00** Dad's Army **16.30** 2 point 4 Children **17.00** Living the Dream **18.00** Keeping up Appearances **18.30** Keeping up Appearances **19.00** Waking the Dead **20.00** The Office **20.30** Coupling **21.00** Blackpool **22.00** 2 point 4 Children **22.30** Waking the Dead **23.30** Keeping up Appearances **0.00** Keeping up Appearances **0.30** EastEnders **1.00** Blackpool **2.00** Casualty

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 Bear Evidence **13.00** Megastructures **14.00** Survival Investigated **15.00** Alien Contact Investigated **16.00** Mysteries of the Tornado **17.00** Battlefront **17.30** Battlefront **18.00** Attacks of the Mystery Shark **19.00** Megastructures **20.00** Earth Shocks **21.00** Survival Investigated **22.00** The Deep **23.00** Earth Shocks **0.00** Survival Investigated

ANIMAL PLANET

12.00 Little Zoo That Could **13.00** Animal Park – Wild in Africa **13.30** Animal Park – Wild in Africa **14.00** The Crocodile Hunter Diaries **14.30** The Snake Buster **15.00** Miami Animal Police **16.00** Pet Rescue **16.30** Pet Rescue **17.00** Up with the Gibbons **17.30** Monkey Business **18.00** Animal Cops Houston **19.00** Animal Precinct **20.00** Animal Cops Houston **21.00** Killing for a Living **22.00** The Planet's Funniest Animals **22.30** The Planet's Funniest Animals **23.00** Animal Cops Houston **0.00** Animal Precinct **1.00** Wildlife SOS **1.30** Wildlife SOS **2.00** Miami Animal Police **3.00** Up with the Gibbons

DISCOVERY CHANNEL

12.00 A 4x4 is Born **12.30** Wheeler Dealers **13.00** Super Structures **14.00** Extreme

Machines **15.00** Firehouse USA **16.00** Rides **17.00** American Chopper **18.00** Brainiac **19.00** Dr G: Medical Examiner **20.00** FBI Files **21.00** Sensing Murder – Denmark **21.50** FBI Files **22.50** Forensic Detectives **23.50** Brainiac **0.50** Firehouse USA **1.45** 21st Century War Machines **2.40** Great Quakes

TRAVEL CHANNEL

12.00 The Independent Travellers' Guide **13.00** Bazaar **13.30** Flavours of Chile **14.00** Globe Trekker **15.00** Bazaar **15.30** The Thirsty Traveler **16.00** Earthwalkers **16.30** Earthwalkers **17.00** Opening Soon **17.30** Floyd Uncorked **18.00** Globe Trekker **19.00** Dream Destinations **19.30** First Class Italy **20.00** Casinos of the World **20.30** Opening Soon **21.00** Globe Trekker **22.00** The Thirsty Traveler **22.30** Earthwalkers **23.00** Grainger's World

MTV EUROPE

11.30 Just See MTV **13.00** Pimp My Ride **13.30** Wishlist **14.00** TRL **15.00** My Own **15.30** Just See MTV **16.30** This is the New Shit **17.00** The Base Chart **18.00** Pimp My Ride **18.30** Punk'd **19.00** Wonder Showzen **19.30** Andy Milonakis Show **20.00** Top 10 at Ten **21.00** Superrock **22.00** Headbangers Ball **23.00** Just See MTV

VH1 EUROPE

11.30 So 80's **12.00** VH1 Hits **15.30** So 80's **16.00** VH1 Viewers' Jukebox **17.00** Smells Like the 90s **18.00** VH1 Classic **18.30** Then & Now **19.00** All Access **19.30** Motormouth **20.00** Hogan Knows Best **20.30** Beavis & Butthead **21.00** VH1 Rocks **21.30** Flipside **22.00** Top 5 **22.30** Fabulous Life of **23.30** VH1 Hits

E! ENTERTAINMENT

11.30 Gastineau Girls **12.00** E! News **12.30** The Daily 10 **13.00** Child Star Confidential **13.30** 10 Ways **14.00** Eva Longoria: The Interview with Ryan Seacrest **15.00** THS Hugh Hefner: Girlfriends, Wives & Centerfolds **17.00** Girls of the Playboy Mansion **17.30** Girls of the Playboy Mansion **18.00** E! News **18.30** The Daily 10 **19.00** E! Entertainment Specials **20.00** 101 Incredible Celebrity Slimdowns **21.00** Sexiest Latin Lovers **22.00** Dr. 90210 **23.00** Girls of the Playboy Mansion **23.30** Girls of the Playboy Mansion **0.00** E! Entertainment Specials **1.00** 101 Incredible Celebrity Slimdowns **2.00** 101 Most Sensational Crimes of Fashion!

CARTOON NETWORK

11.30 Pet Alien **12.00** Atomic Betty **12.30** The Grim Adventures of Billy & Mandy **13.00** Ed, Edd n Eddy **13.30** Hi Hi Puffy Ami Yumi **14.00** Teenage Mutant Ninja Turtles **14.30** The Life & Times of Juniper Lee **15.00** Dexter's Laboratory **15.30** Codename: Kids Next Door **16.00** Tom & Jerry **16.30** World of Tosh **17.00** Foster's Home for Imaginary Friends **17.30** What's New Scooby-Doo? **18.00** Sabrina, The Animated Series **18.30** Teen Titans **19.00** Megas XLR **19.30** Megas XLR **20.00** Megas XLR **20.30** Megas XLR **21.00** Johnny Bravo **21.30** Ed, Edd n Eddy **22.00** Dexter's Laboratory **22.30** Powerpuff Girls **23.00** Johnny Bravo **23.30** Ed, Edd n Eddy **0.00** Skipper & Skeeto **1.00** Spaced Out **1.30** Spaced Out **2.00** Skipper & Skeeto

MGM

10.20 Nutcracker, the Motion Picture **11.45** White Lightning **13.25** North of Chiang Mai **15.05** Twelve Angry Men **17.00** The Blue Lightning **18.35** Thunder Road **20.05** Mr. North **21.40** Young Billy Young **23.10** Wisdom **1.00** Crazy Joe **2.35** Paris Blues

TCM

19.00 Skyjacked **20.40** Little Off Set **20.50** Ben-Hur **0.15** Hot Millions **2.00** Task Force

HALLMARK

10.45 The Scoundrel's Wife **12.30** The Mayor of Casterbridge **14.15** Cupid & Cate **16.00** Touched by an Angel **17.00** The Scoundrel's Wife **18.45** McLeod's Daughters **19.45** West Wing **20.45** Law & Order: Svú **21.30** Anne Rice's: The Feast Of All Saints **23.15** West Wing **0.00** Law & Order: Svú **0.45** Hostage Hotel **2.15** Out of Time

BBC FOOD

11.30 Jimmy's Farm **12.30** Off the Menu **13.00** The Way We Cooked **13.30** Coxon's Royal Feast **14.00** Can't Cook Won't Cook **14.30** Tamasin's Weekends **15.00** Dinner in a Box **15.30** Masterchef Goes Large **16.00** Great Food Bites **16.30** Friends for Dinner **17.00** Conrad's Kitchen: Access All Areas **17.30** Open Rhodes **18.00** Beyond River Cottage **18.30** Beyond River Cottage **19.00** Gondola On the Murray **19.30** Jenny Bristow Light **20.00** Eat This **20.30** The Hi Lo Club **21.00** Safari Chef **21.30** Masterchef Goes Large

» EKKI MISSA AF...

Jamie Oliver – með sínu nefi

Ný og fersk þáttaröð með vinsælasta sjónvarpskokki í heimi, Jamie Oliver, í essinu sínu, enda fær hann þar tækifæri til að gera það sem honum þykir allra skemmtilegast; að elda fyrir vini sína og vandamenn. Tónlistarmenn, fyrrisætur, töframenn og kokkar, allir fá þessir vinir Jamies að mæta í matarboð sem mun seint renna þeim úr minni. Auk þess fáum við að kynnast því hvernig Jamie kaupir inn í matinn, hverjar eftirlætis verslanir hans eru og hvernig halda á hönd fullkomna matarboð. Jamie Oliver í sinni einföldustu og bestu mynd.



» STÖÐ 2 KL. 20.05

» Sudoku vikunnar

#39

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 að leikið sé með tölur. Þrautin er leyst með rök-hugsun og útsjónarsemi.

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

Amlóði

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

Hálfdrættingur

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

Fullsterkur

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

Amlóði

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

Fullsterkur

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

Hálfdrættingur

LAUSNIR SUDOKUPRÁUTA SÍÐUSTU VIKU (#38)

Stór útsala

20-90%

afsláttur

Dæmi:

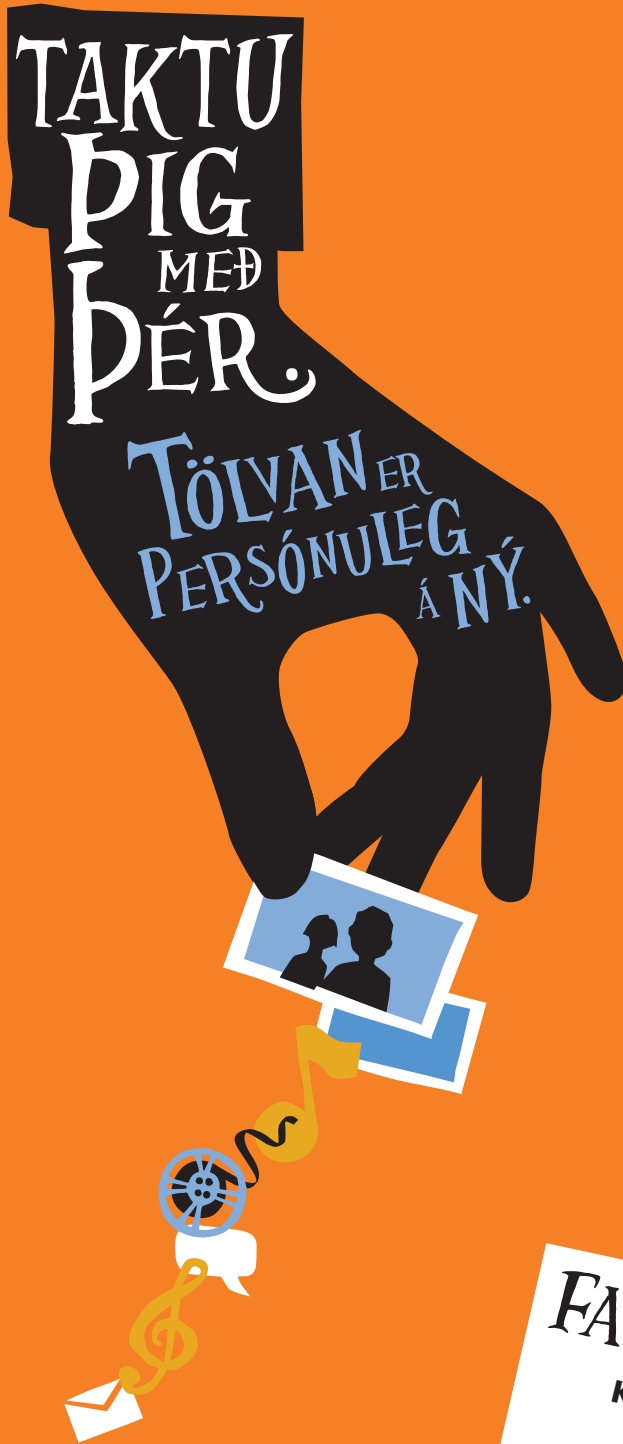
| | Útsöluverð frá | Verð áður | Afsláttur |
|-----------------------------|----------------|----------------|-----------|
| Gardínefni | 300 kr./mtr. | 1.500 kr./mtr. | -80% |
| Fataefni | 100 kr./mtr. | 1.000 kr./mtr. | -90% |
| Sængurverasett | 500 kr./stk. | 2.990 kr./stk. | -83% |
| Fermani handklæði 67x140 sm | 730 kr./stk. | 970 kr./stk. | -25% |

20% afsláttur af GARNI í Mjóddinni, Reykjavík



GARDÍNUBÚÐIN

Parabakka 3 • Mjóddinni • Reykjavík • Sími 553-5677
Skipagötu 18 • Akureyri • Sími 461-7878



FARTÖLVUHÁTIÐ
Komdu og skoðuðu
HP fartölvur
á fartölvuhátíðinni
í Kringlunni 18. - 20. ágúst

Hámarksafköst – Hámarksframmistaða



HP Compaq nx6325

- AMD Sempron 3500 örgjörvi
- 15" XGA skjár 1024x768
- 512MB vinnsluminni
- 80GB harður diskur
- DVD+/-RW geislaskrifari
- ATI Mobility Radeon skjákort með allt að 128MB
- Bíómetrískur fingrafaralesari

verð kr. 129.900



HP Pavilion dv1599

- Intel Pentium M 760, 2GHz örgjörvi
- 14" skjár WXGA 1280x768
- 1024MB DDR vinnsluminni
- 100GB harður diskur
- DVD+/-RW geislaskrifari
- Intel skjákort með allt að 128MB

verð kr. 155.900



HP Compaq nc6320

- Intel Core Duo T2400 örgjörvi
- 15" TFT skjár 1400x1050
- 512MB DDR2 vinnsluminni
- 80GB harður diskur SMART SATA
- 16X LightScribe DVD+/-RW Double Layer geislaskrifari
- Intel skjákort með allt að 128MB:
- Engar áhyggjur ábyrgð

verð kr. 199.900



HP Compaq nx9420

- * Intel Core Duo T2400 örgjörvi
- Intel Core Duo T2400 örgjörvi
- 17" TFT WSXGA breiðtjaldsskjár 1680x1050
- 1024MB vinnsluminni
- 80GB harður diskur
- DVD+/-RW SuperMulti Double Layer geislaskrifari
- ATI skjákort með allt að 256M

verð kr. 224.900

Verslaðu aðeins hjá viðurkenndum HP söluaðila:

Office 1 Superstore um land allt
Oddi skrifstofuvörur um land allt

Samhæfni, Reykjanesbæ

TRS, Selfossi

Kaupfélag Skagfirðinga, Sauðarkróki

Sími 550 4100

Sími 515 5000

Sími 421 7755

Sími 480 3300

Sími 550 4100

Tölvuþjónustan, Akranesi

Netheimar, Ísafirði

Eyjatölvur, Vestmannaeyjar

Bókabúð Þórarins Stefánssonar, Húsavík

Sími 575 9200

Sími 456 5006

Sími 481 3930

Sími 464 1234





NÁMSMENN MED BÖRN ÞURFA Á TRAUSTUM BAKHJARLI AÐ HALDA

SPRON NÁMSMENN

Þegar þú gerist félagi í SPRON
NÁMSMENN átt þú möguleika á eftirfarandi:

- FRÍU DEBETKORTI
- 150 FRÍUM DEBETKORTAFÆRSLUM Á ÁRI
- BÓKAÁVÍSUN SPRON (GILDIR Í GRIFFLI)
- DESEMBERUPPBÓT
- NÁMS- OG BÓKASTYRKJUM
- TÖLVUKAUPALÁNI*
- NÁMSLOKALÁNI*
- EGO-KREDITKORTI MEÐ 5.000 KR.
FERÐAÁVÍSUN OG 2.000 KR.
BENSÍNENDURGREIÐSLU**
- OG MÖRGU FLEIRU...

ALLIR SEM SKRÁ SIG Í
SPRON NÁMSMENN
FÁ FLOTTAN
FARTÖLVUBAKÞOKA
OG EINKAKLÚBBSKORT

ÞITT ER VALIÐ - KYNNTU ÞÉR MÁLIN Á SPRON.IS

 **spron**
NÁMSMENN