

tíska | tíðarandinn | heilsa | börn | pistlar | matur | stjörnuspa

birta

með rauða nefið



MATUR

» Desemberkaka
í jólalitunum

STOLT AF ÞVÍ AÐ
VERA DÓTTIR
ELLENAR

» Elísabet Eypórsdóttir

DAGUR
RAUÐA
NEFSINS
» Landssöfnun
UNICEF

SJÓNVARPSDAGSKRÁIN
1. - 7. desember

Jólakúlur 24 stk í pakka 790-

Borðlampi 3.990-
Góflampi 10.890-

20 kort í pakka 390-





Jólatré 1590-

Jólatré með kúlum 1590-

8 kort í pakka 390-

Fyrir þig og þá sem
þér þykir vænt um...



NEXT

KRINGLUNNI · 551 3200

L'



„Calsium, það er framtíðin fyrir mína húð!”

Jane Fonda, 68 ára.

Jane Fonda

É

A

L
PARIS

DERMO-EXPERTISE

AGE RE-PERFECT Pro-Calcium

Endurbyggir og styrkir húðina með calcium.

NÝJUNG Enduruppbyggjandi djúpnæring
Vinnur gegn slappri húð.
Styrkir þunna, veikbyggða húð.

78% kvennanna staðfestu árangur gegn slappri húð.

Vísindalega prófað á 51 konu.

Pro-Calcium er lífræn framsetning calcium,
sem húðin nær að draga beint til sín.

ÞVÍ ÞÚ ÁTT ÞAÐ SKILIÐ.

@ Allt um húð þína
eftir sextugt á
www.lorealparis.com



L'ORÉAL
PARIS
DERMO-EXPERTISE
AGE RE-PERFECT
Pro-Calcium

FRÁ 60 ÁRA ALDRI, NÆRING FYRIR ÞROSKAÐA HÚÐ.

L'ORÉAL
PARIS



Nýtt tákni um gæði

Ford Fiesta - einn mest seldi bíll í heimi

Kauptu Fiesta á jólatilboði

Jólin nálgast - gerðu bestu jólainnkaupin í Brimborg

► Jólin eru komin í Brimborg. Kynntu þér gott jólaverð á Fiesta. Kynntu þér góð jólakjör á bæði bílasamningi og rekstrarleigu. Lækkaðu mánaðargreiðslurnar. Fáðu lægri vexti. Lægra lántökugjald. Byrjaðu jólin í Brimborg – komdu í Brimborg.



Fiesta er einn vinsælasti bíll heims

Fáir bílar státa af jafn miklum vinsældum um allan heim og Ford Fiesta. Fiesta er nýtt tákni um fallega hönnun smábíla sem skartar því besta í búnaði frá stærri bílum. Öryggi Fiesta, aksturseiginleikarnir, sjálfskiptingin og glæsilegt útlit kalla á nýjan samanburð. Kynntu þér staðalbúnaðinn. Mundu eftir IPS öryggiskerfinu, EBD hemlajöfnuninni og IPS öryggispúðum við framsæti og í hliðum. Veldu Ford á jólatilboði Brimborgar.



Jólatilboð 1.690.000 kr.

Fiesta Trend 1.6i 5 dyra, sjálfskiptur*

Bílasamningur 20.670 kr. Rekstrarleiga 31.180 kr.

Verð án jólatilboðs 1.790.000 kr.

Við staðgreiðum gamla bílinn þinn**



Sérstakt jólatilboð á Ford



Jólapakkinn í ár

Verðmæti 100.000 krónur
í formi afsláttar á sjálfskiptum,
5 dyra Fiesta með kraftmikilli 1,6i vél.
Einnig 50% afsláttur af gæða
vetrardekkjum frá Pirelli eða Nokian.



Fiesta

Jólapakkinn í ár
Verðmæti 100.000 krónur
í formi afsláttar á sjálfskiptum,
5 dyra Fiesta með kraftmikilli 1,6i vél.
Einnig 50% afsláttur af gæða
vetrardekkjum frá Pirelli eða Nokian.



Jólatilboð Brimborgar

**JÓLIN NÁLGAST
OFURJÓLATILBOÐ Á FORD
KYNNTU PÉR GREIÐSLUKJÖRIN**



brimborg

Öruggur staður til að vera á

Brimborg Reykjavík: Bíldshöfða 6, sími 515 7000 | Brimborg Akureyri: Tryggvabraut 5, sími 462 2700 | www.ford.is

ÞAÐ VITA ALLIR...

... að svefn og hvíld skipta miklu máli til að halda góðri heilsu og vellíðan. Því er mikilvægt að hugað sé að því alla ævi að svefnpörfinni sé mætt en ekki síst núna yfir jólin. Sama gildir um hvíldina en nauðsynlegt er að gefa sér tíma til að slaka á í miðju jólaamstrinu.



GLÆSILEG

Rafmagnsrúm með lofthólfum sem leikur við líkamann og stuðlar að réttri stöðu hryggjasúlunnar



AMERÍSKT HÁGÆÐARÚM MEÐ 100 STILLINGUM

Rúm frá Comfortaire með sérhönnuðum lofthólfum og íburðarmiklu Rayon áklæði. Auk þess skartar hún WhisperFlo loftflæðikerfi með 100 stillingum sem er stjórnað með fjarstýringu. Þannig er hægt að aðlaga stifleika dýnnunar hvorum megin sem þú ert í rúminu.

Comfortaire



Tækninýjungar sem færa þér enn meiri þægindi
Nýjasta tækni í framleiðslu áklæða
Kemur í veg fyrir uppsöfnun svita frá líkamanum
Vinnur gegn bakteríum og örverum
Kemur í veg fyrir lykt
Má þvo á 60°C

ÍTÖLSK GÆÐI SEM FÆRA ÞÉR ENN MEIRI ÞÆGINDI

Engir tveir einstaklingar eru eins og með aldrinum breytast líkamar okkar. Þess vegna þarf gott rúm að geta veitt líkamanum stuðning á öllum aldurskeiðum lífsins. Með þetta að leiðarljósi hefur Manifattura Falomo þróað hágæðarúm sem eru byggð á áratuga rannsóknum og stanslausum prófunum.



ÍTÖLSK HÖNNUN

Fáguð ítölsk hönnun og fullkomin tækni sameinast í rafmagnsrúmunum frá Manifattura Falomo.



RÚM OG DÝNUR

Erum með mikið úrval af vönduðum rúmum og dýnum. Kíktu við og fáðu faglega aðstoð við valið.



JÓLATILBOÐ

BINARIA STÓLLINN

Binaria stóllinn hefur slegið í gegn um allan heim. Hentar jafnt fyrir vinnustaði og heimilið.



SVEFNSÓFAR

Vandaðir svefnsófar með heilsudýnu. Veldu því aðeins það besta fyrir þína gesti.



HÆGINDAHÚSGÖGN

Lúr býður mikið úrval af hægindahúsgögnum á sannkölluðu jólatilboði.



KÍKTU VIÐ OG SKOÐAÐU ÚRVALIÐ - VIÐ LEGGJUM ÁHERSLU Á PERSÓNULEGA OG FAGLEGA ÞJÓNUSTU



OPNUNARTÍMI:

MÁN - FÖS 10:00 - 18:00

LAU 11:00 - 16:00

SUN 13:00 - 16:00

LÚR - BETRI HVÍLD

HLÍÐASMÁRI 1 • 201 KÓPAVOGUR

SÍMI 554 6969 • FAX 554 3100

WWW.LUR.IS • LUR@LUR.IS

KOMDU VIÐ Í VERSLUN OKKAR Í SMÁRANUM. VIÐ ERUM STAÐSETT RÉTT FYRIR OFAN SMÁRALINDINA





BÚSÁHÖLD

GJAFAVARA

LJÓS

HÚSGÖGN

RAFTÆKI

Gildir laugardag og sunnudag

kl. 13:00

Regína Ósk syngur og áritar plötuna sína

kl. 14:00

Ronja Ræningjadóttir skemmtir börnunum

Kokkur/bakari frá Konditori Copenhagen eldar/bakar í sýningareldhúsinu
Lifandi tónlist allan daginn: píanó og harmonikka

Miele þvottavélaparið - kynning

AÐVENTUHELGI

INNRETTINGAR

HREINLÆTISTÆKI

TEXTÍLVARA

HURÐIR

**Ertu í vandræðum með hann... nú eða ömmu?
Erum með jólagjafahugmyndir fyrir alla fjölskylduna, kíktu við!**

kl. 15:00

Jónsi í Svörtum fötum flytur lagið

kl. 13:00-17:00

Boðið verður upp á jólaglögg

Rágjafar í jólagjafainnkaupum
Jólaföndur í málningardeildinni

Kaffi - kynning
Sængurverasérfræðingur

Magimix - kynning
Gluggatjaldasérfræðingur - ráðgjöf

NÝTT

HEFURÐU ÁHYGGJUR AF AÐ GLEYMA AÐ SLÖKKVA Á KERTUNUM Á AÐVENTUKRANSINUM?



SJÁLFSLÖKKVANDI AÐVENTUKRANSAKERTI:

Kertin eru þægileg í notkun:

- **Kertin eru á eldheldum pinnastand sem auðvelt er að stinga í kransinn.**
- **Pinninn er með göddum sem halda kertunum föstum.**
- **Pinnastandurinn úr gagnsæju, eldheldu efni.**
- **Eftir 15 klst. brennslu slekkur standurinn í kertinu.**





28



46



22



34

Petta helst

- 15 Fullveldisdagurinn 1. desember
- 16 Heitt og kalt
- 16 Aðventan
- 18 Brennsla Bjartmars Þórðarsonar
- 20 Athygli vakín með tónaflóði

Greinar og viðtöl

- 22 Rauða nefið
- 26 Þekktar samsæriskeningar
- 28 Elísabet Eyþórsdóttir: Stolt af því að vera dóttir Ellenar

Hann/hún

- 32 Brynhildur Björnsdóttir elur upp
- 34 Matur: Desemberkaka í jólalitunum
- 36 Matur handa næstu kynslóð
- 40 Birta gerir „meik-óver“
- 44 Tíska: Dásamlegir hátíðarkjólur
- 46 Tískufyrirmyndin Madonna
- 48 Stjörnuþá
- 48 Jóhanna Sveinsdóttir segir kynjasögur
- 50 Viðvörðun á vínflöskur
- 54 Uppruni hlutanna: Aðventuljós

Í hverju blaði

- 48 Krossgáta
- 51 Sjónvarp næstu viku
- 68 Sudoku

birta

1. – 7. desember 2006 nr. 48

ÚTGÁFUFLAG: 365 – prentmiðlar
 RITSTJÓRI: Kristín Eva Þórhallsdóttir
 kristineva@frettabladid.is
 ÁBYRGÐARMAÐUR: Steinunn Stefánsdóttir
 steinunn@frettabladid.is
 RITSTJÓRN OG AUGLÝSINGAR:
 Skaftahlíð 24, 105 Reykjavík, sími 550 5000
 DREIFING: Pósthúsið ehf., sími 585 8330

AUGLÝSINGAR:
 Anna Elínborg Gunnarsdóttir / aeg@365.is
 Sölustjóri / 550 5806 / 899 3632
 Erna Sigmundsdóttir / ernas@365.is
 Markaðsfulltrúi / 550 5863 / 821 2755
 Auður Harpa Andrésdóttir / audur.harpa@365.is
 Markaðsfulltrúi / 550 5828 / 892 8873

UMBROT: 365 – prentmiðlar
 Arnór Bogason, Kristín Agnarsdóttir
 og Völundur Jónsson
 PRENTVINNSLA: Ísafoldarprentsmiðja ehf.
 FORSÍÐUMYND: Valli
 NETFANG: birta@frettabladid.is
 Birtu er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu, Suðurnesjum, Akureyri, Akranesi, Borgarnesi, Selfossi og Hveragerði.

safretti® ARINN ÁN REYKS

Safretti eldstæðin eru byltingarkennd nýjung sem gerir öllum kleift að setja upp arinn á auðveldan hátt. Aðeins þarf að fæsta arinn á vegg, hella í hann eldsneyti og kveikja upp. Eldurinn brennur án reyks eða sótts og því er engin þörf fyrir stromp eða reykrör.



Safretti Riviera DU Glass
Ryðfritt stál og svart gler í baki



Safretti Riviera EN Glass
Ryðfritt stál og svart gler í baki



Cubico BL



Cubico XL



Passionata BB



Passionata HM - Horn



Ambiente HR



Ambiente HS



Ambiente BR



Ambiente BS

Eingöngu fáanlegt í EGG Smáratorgi



www.safretti.is

Texti: GUNNPÓRA GUNNARSDÓTTIR



*Er fyrr á himin röðull rann
og roða sló á jökulkinn
á þessum degi þjóðin fann
sitt þráða frelsi í annað sinn.
Sitt gæfuspor steig þjóðin þá,
Hin þunga braut nú léttast fer.
Þeim gimsteini aldrei glata má
er gafst oss fyrsta desember.*

Fullveldisdagurinn 1. desember

Á fullveldisdaginn verðum við venju fremur þjóðrækin í andanum. Fyllumst þakklæti til þeirra sem börðust fyrir frelsi þjóðarinnar og förum með nokkur ættjarðarkvæði í huganum. Það var enginn smá áfangi sem náðist þennan dag árið 1918 þegar við losnuðum undan yfirráðum Dana sem höfðu selt okkur maðkað mjöl og kúgað á ýmsa lund. Þann dag eignuðumst við líka fána sem með litum sínum minnir okkur á bláma heiðríkjunnar, tign jöklanna og ólgandi eldinn í iðrum jarðar.

1. desember er ótvírætt einn af þýðingarmestu dögum í sögu lands og þjóðar eins og skáldið Þorsteinn Jóhannsson orðaði svo vel.


| heitt & kalt |

Heitt


Hvorki heitt né kalt

Vjót stofuhita


Ískalt




GLERAUGU Áberandi og flott gleraugu sem draga athyglina að fallega andlitinu þínu.




CAPONE BRÆÐURNIR eru andstyggilega skemmtilegir á morgnana á X-FM. Ljáðu þeim eyra og þú munt sannfærast.



HROLLVEKJUR Þessi bylgja af hrollvekjum sem er búin að tröllríða kvikmyndahúsum er orðin frekar leiðinleg og pirrandi.



GNARLS BARKLEY eru orðnir frekar þreyttir. Reyndar fengum við nóg af þeim í sumar - við sáum bara ástæðu til þess að minna fólk á það.



DERHÚFUR Kaupir sér einhver derhúfur nú til dags? Þetta er alveg dautt.

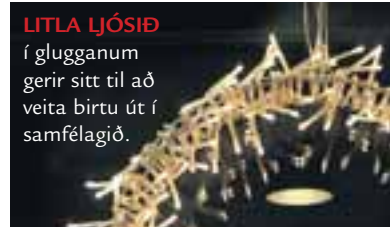
Tími laufabrauðsins

Aðventan er á næsta leiti með öllu sínu yndislega umstangi. Tími laufabrauðs og baksturs, jólakortaskrifa og skreytinga. Líka aðventustunda í kirkjum og litlu jóla í skólum. Þessi undirbúningstími fyrir komu jólanna getur verið svo gefandi ef við gleymum okkur ekki í of miklu fánýti og látum ekki stressið ná yfirhöndinni. Fyrsti í aðventu er núna á sunnudaginn. Þá veitum við birtu út í samfélagið með því að setja ljós í glugga og kveikjum á fyrsta kertinu í aðventukransinum, spámannskertinu. Íslendingar eru þjóð sem hefur gaman af skreytingum enda njóta ljósin sín vel á okkar landi þar sem skammdegið grúfir yfir á þessum árstíma.



GLUGGAPVOTTUR er eitt af því sem tilheyrir byrjun aðventu og þá er líka góður tími til að setja jólagardínurnar upp.

ÞAÐ ER SKEMMTILEGUR SIÐUR að baka eina smáköku-sort á hverjum sunnudegi í aðventu.



LITLA LJÓSIÐ í glugganum gerir sitt til að veita birtu út í samfélagið.

Aðventukrans við allra hæfi

Aðventukransar ættu að vera á hverju heimili þar sem þetta er góður og gegn siður og skemmtileg aðferð til að telja niður til jóla. Sumum vex í augum að gera aðventukrans og halda að það hljóti að fela í sér heilmikið föndur, greni og glimmer. En það er alls ekki rétt. Fjögur sprittkerti á diskum geta verið fínasti aðventukrans og fjögur falleg kerti á fati með einhverju skrauti ekki síðri. Þá er jólalegt að gera kertaholur í fjögur epli og stinga sprittkertum í, þannig færðu fínasta aðventukrans og einstaklega jólalegan. Og ekki má gleyma því hvað hann er náttúruvænn en á tímum umbúðaflóðsins eru náttúruæfni þakklátur kostur.



AÐVENTUÓNLEIKAR og hátíðlegar helgistundir í kirkjunum minna okkur á tilgang jólanna og fylla okkur friði.



Gerðu góðverk þegar þú kaupir jólagjöfina hjá okkur

Vodafone stendur fyrir átaki þessi jól þar sem tekið er á móti gömlum GSM sínum og þeim komið til bágstaddra í þróunarlöndum. Við treystum á að Íslendingar láti greipar sópa í skúffum, skápum og öðrum hirslum þar sem gamlir, þreyttir eða jafnvel ónýtir símar gætu leynst og skili þeim í einhverja af verslunum Vodafone.

Látum gott af okkur leiða um jólin

Vodafone gefur 1.000 kr. til góðgerðamála fyrir hvern GSM síma. Þú færð 1.000 kr. inneign upp í nýjan síma. Síminn verður sendur til þróunarlönda eða endurunninn.

Komdu við í verslun okkar eða hjá umboðsmanni, hringdu í 1414 eða smelltu þér á www.vodafone.is til að fá nánari upplýsingar.

gríptu augnablikið og lifðu núna



vodafone

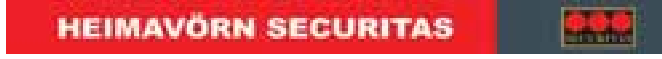


brennslan mín ...
Bjartmar Þórðarson

Nett elektrópopphóra og hnakki

Það er komið að honum Bjartmari Þórðarsyni að segja frá því hver eru uppáhaldslög hans. Þessa dagana er Bjartmar að leika í Footloose leikritinu, talsetja teiknimyndir og semja tónlist. „Tónlistin sem ég hlusta á er mjög fjölbreytt, allt frá djassi til þungarokks“, segir Bjartmar. „Ég er nett elektrópopphóra og hnakki inn við beinið, hlusta mikið á kröftuga danstónlist og misslæmt júropopp.“

- LAG 1**
Elize - Automatic. Hollenska poppdúkkan Elize tryllir evróuslið með þessum sjúklega vanabindandi hittara.
- LAG 2**
Rufus Wainwright - Cigarettes and Chocolate Milk. Hugljúf ballaða um sjálfseyðingarhvötina í okkur öllum.
- LAG 3**
Amy Winehouse - Rehab. Hún Amy syngur þennan ný-motownsmell um það að hún ætli sko ekki í meðferð. Ekki ég heldur.
- LAG 4**
Laibach - Tanz mit Laibach. Elektrórokk frá slóvenskum lærifæðrum Rammstein. Fer beint undir beltsstað.
- LAG 5**
Eurovision - Nomiza. Uppáhaldsjúróvísjónlagið mitt, keppti fyrir Kypur 2000. Eitt best samda lag sem ég hef heyrð.
- LAG 6**
Ebru Yasar - Yesellinerim. Hin tyrkneska Ebru nær þér út á gólfíð með þessum danshittara ef þú ert á annað borð á lífi. Það langvinsælasta í Istanbúl í dag.
- LAG 7**
Bass Hunter - Tetris. Ókei, ég er algjör hnakki. Teknóhnakkaskapur af bestu gerð. Vantar bara gulu Honduna.
- LAG 8**
Kim Wilde - The Second Time. Kim Wilde gat aldrei sungið en þessi early-eighties hittari er tær snilld. Hver hefur ekki gaman af ódýrum synthum?
- LAG 9**
Portishead - Numb. Angurvært þunglyndi sem hittir beint í hjartastað. Tær ninetiesklassík.
- LAG 10**
Dannii Minogue - Perfection. Pikupopp af bestu gerð frá vanmetnu Minogue-systurinni.



» birta mælir með ...

... **ÞJÓÐLÖG, NÝRRI PLÖTU RAGNHEIÐAR GRÖNDAL.** Platan hittir mann beint í hjartastað. Ljúf rödd Ragnheiðar passar einstaklega vel við tregablandin íslensk og vel þekkt þjóðlög í nýjum og fallegum búningi.



... **JÓLABÓNUS HUGLEIKS.** Leikfélagið Hugleikur hefur staðið fyrir skemmtidagskrá í Þjóðleikhúskjallaranum einu sinni í mánuði í haust og þeir sem þekkja til verka Hugleiks vita að þar er á ferðinni eitt frjóstasta sköpunarstaf í íslensku leikhúsi. Að ógleymdu hvað verkin eru oft myndin. Jólabónusinn verður fluttur þriðjudaginn 5. og fimmtudaginn 7. desember og þar er tryggt að verður bæði glaumur og gleði. Jólagleði Hugleiks er alltaf bóonus.

... **FALLEGU JÓLAKÚLUNUM FRÁ LENE BJERRE Í BÆJARLIND.** Þessar einstaklega rómantísku og óvenjulegu jólakúlur úr gleri og gulli fara vel á tré eða í glugga og ættu að gleðja safnara því það kemur ein ný á hverju ári.



... **ARTEMIS FOWL - EYJAN TÝNDA.** Fimmta bókin í flokkinum um glæpasnillinginn unga, Artemis Fowl. Í þetta skiptið þarf hann að fást við demóna sem vilja eyða öllu mannkyninu. Skemmtileg ævintýrabók fyrir þá sem hafa gaman af léttum fantasíum.

NÝTT

Heitt og gott

Það getur verið ansi hvítleitt hve kaffið, kakóið og teið kólnar fljótt, þegar maður situr að vinnu. Sérstaklega á veturna þegar maður er að hlýja sér með heitum drykk. Maður er ekki fyrr búinn að fá sér eitthvað gott í bollann en það er orðið að ísköldum svaladrykk sem enginn hefur lyst á lengur. Margir vinna við tölvur nú á tímum og þess vegna er það algjör snilld að fá sér svona bolla með USB tengi. Bollinn tengist við tölvuna og helst heitur eins lengi og maður vill. www.rjcp.org



**DÚ
GEFUR
STYRK!**

Við erum öll ein stór **geðveik** fjölskylda

Sparisjóðurinn og viðskiptavinir hans sameinast nú um að styrkja samtök sem vinna að úrbótum í geðheilbrigðismálum. Fjórði hver Íslendingur á við geðræn vandamál að stríða einhvern tíma á ævinni en með réttri meðhöndlun og stuðningi eru yfirgnæfandi líkur á að fólk nái bata.

Við bjóðum viðskiptavininum Sparisjóðsins að velja eitt af þeim átta félögum sem við höfum ákveðið að styrkja í ár. Þá mun Sparisjóðurinn greiða 1.000 kr. fyrir hvern þann viðskiptavin sem tekur þátt. Auk þess geta allir, viðskiptavinir og aðrir, lagt málefnið lið og bætt við upphæð að eigin vali. Farðu inn á www.spar.is eða komdu í næsta Sparisjóð og gefðu þinn styrk.

FILIP/BLA



 **SPARISJÓÐURINN**
– fyrir þig og þína



Birgir D. Sveinsson, kynnrir tónleikana.



Daði Þór Einarsson, stjórnandi Skólahljómsveitar Mosfellsbæjar.



Páll Helgason, stjórnandi Karlakórs Kjalnesinga.



Jón Magnús Jónsson sem kom boltanum af stað.

» ATHYGLI VAKIN MEÐ TÓN AFLÓÐI

Skólahljómsveit Mosfellsbæjar og Karlakór Kjalnesinga taka höndum saman á tónleikum sem fram fara 3. desember næstkomandi. Tónleikunum er ætlað að vekja athygli fólks á málefnum aldraðra í sveitarfélaginu.

Kynnrir á tónleikunum verður Birgir D. Sveinsson, en hann er flestum Mosfellingsum að góðu kunnur. Hann var um langt skeið skólastjóri Varmárskóla auk þess sem hann stofnaði og stjórnaði Skólahljómsveit Mosfellsbæjar í marga áratugi. Hann varð nýlega „löggilt gamalmenni“ eins og hann orðar það og því tók hann vel í þá hugmynd að kynna desembertónleika skólahljómsveitarinnar. „Upphaflega áttu tónleikarnir ekki að snúast um neitt sérstakt málefni. Þetta áttu bara að vera samstarfstonleikar hljómsveitarinnar og Karlakórs Kjalnesinga,“ segir Birgir. „Svo kom hann Jón Magnús Jónsson að máli við okkur og stakk upp á því að við myndum nota tónleikana til að vekja athygli á málefnum aldraðra. Faðir Jóns, Jón M. Guðmundsson, var oddviti í Mosfellsveit, og síðar bæ, í áratugi og er einn af fáum

heiðursborgurum Mosfellsbæjar. Hann dvelur nú á hjúkrunarheimili en þar sem ekkert pláss var fyrir hann í sveitarfélaginu er hann vistaður í Reykjavík.“

Einnig eru dæmi þess að fólk hafi verið sent í næsta lausa pláss, sama í hvaða bæjarfélagi það er, og hefur fólk endað á heimili í Stykkishólmi. „Það eru svona atvik sem hrintu þessu af stað og okkur langar að vekja athygli á þessu og gefa pólitíkusum tækifæri á því að segja hvað er í þipunum í þessum málum,“ segir Birgir og bætir við, „Það er kosningarár þannig að þeir eru allir til í að mæta og tala.“

Nýlega lýsti Sif Friðleifsdóttir heilbrigðisráðherra því yfir að tuttugu ný sjúkrahús fyrir aldraða yrðu opnuð í Mosfellsbæ og ættu þau að koma sér vel fyrir bæjarfélagið. Hvernig eða hvar þeim verður komið fyrir er óljóst en augljóst er að þetta er skref í rétta

átt. Sif mun mæta á tónleikana og halda tölu, ásamt Ragnheiði Ríkharðsdóttur, bæjarstjóra Mosfellsbæjar, og Grétu Aðalsteinsdóttur, formanni Félags aldraðra í Mosfellsbæ.

Tónleikarnir fara fram í Íþróttamiðstöðinni að Varmá og hefjast kl. 16. Efnisskráin er fjölbreytt og segir Daði Þór Einarsson, stjórnandi skólahljómsveitarinnar, að hún ætti að höfða til allra aldurshópa. „Fyrir hlé erum við með þekkt innlend og erlend lög sem henta fyrir hljómsveit og kór. Eftir hlé taka jólin völdin og þá vonumst við til að áhorfendur taki undir með okkur,“ segir Daði.

Aðgangseyrir er 1.000 krónur og eru allir velkomnir. Aldraðir er sérstaklega boðnir velkomnir en þeir fá ókeypis á tónleikana.

JÓLAFÖNDUR SEM TEKIÐ ER EFTIR

Panduro
HOBBY

FÖNDURKLÚBBUR

Panduro Hobby

Skráðu þig í föndurklúbbinn
á www.odd1.is
og við sendum þér upplýsingar
um nýjar vörur, námskeið,
tilboð og margt annað
skemmtilegt.



pandurohobby@odd1.is

SKRIFSTOFUVÖRUR

Höfðabakka 3 • Reykjavík
Sími 515 5105
Opið virka daga kl. 8-18

Glerárgötu 34 • Akureyri
Sími 515 5160
Opið virka daga kl. 8-18

Borgartúni 29 • Reykjavík
Sími 515 5170 • Opið virka daga
kl. 8-18 • laugardaga kl. 11-16

Oddi

RAUÐA NEFIÐ

» Rauða nefið er heiti á söfnun á vegum Barnahjálpar Sameinuðu þjóðanna, UNICEF á Íslandi, sem fer fram í dag, 1. desember. Samtökin leggja ríka áherslu á að fjárstuðningur skili sér beint til bágstaddra barna um heim allan og talið er að samtökin bjargi lífi um 2.5 milljóna barna árlega með bólusetningum.

Hugmyndin af rauða nefinu kom frá bresku góðgerðarsamtökunum Comic Relief sem stofnuð voru árið 1988 í Bretlandi. Stofnandi samtakanna, Richard Curtis, er þekktur grínisti sem meðal annars skrifaði sjónvarpsþættina Black Adder og Mr. Bean ásamt kvikmyndahandritunum að Four Weddings and a Funeral, Notting Hill, Bridget Jones og Love Actually. Hugmyndafræði Rauða nefinsins er að nota grín og gleði til að koma alvar-

HLÁTURINN LENGIR LÍFIÐ

legum boðskap til skila. Einnig að reyna gleðja bágstödd börn sem búa við neyð um leið og þeim er hjálpað til betra lífs. Í kvöld fer síðan söfnunin fram Íslandi í opinni dagskrá stöðvar 2. Þar stígur á stökk einvala lið íslenskra grínista með fjölbreyttri dagskrá þar sem gleði og hlátur er í fyrirrúmi. Markmið átaksins er að safna fé til styrktar starfi Barnahjálpar og um leið hvetja sem flesta til að gerast heimsforeldra.

DAGSKRÁIN

Í kvöld taka allir höndum saman í stórglæsilegri þriggja tíma langri beinni og opinni sjónvarpsdagskrá á Stöð 2. Þar kemur fram einvalalið leikara frá Spaugstofunni, Stelpunum, Strákunum, Tvíhöfða og Sigtinu og fleirum sem allir gefa vinnu sína í tilefni dagsins. Það verður mikið glens og gaman og eru allir hvattir til þess að kaupa sér rautt nef í tilefni dagsins. Gleðjast, gleðja aðra og á sama tíma veita bágstöddum börnum lið.

Allur kostnaður við útsendingu og upptöku á innlendu efni er greiddur af 365 miðlum og Saga film. Icelandair gefur allar ferðir með flugfélaginu. Íslensk almannatengsl sjá um kynningarmál Barnahjálpar að kostnaðarlausu. Reiknað er með að kostnaður við ferðalög til Afríku, upptökur erlendis, stjórnun verkefnisins, kynningarefni, nefin og annar tengdur kostnaður verði fjórar milljónir og er sá kostnaður greiddur með framlögum bakhjarla UNICEF: Baugi Group, FL Group, Fons, Glitni og Samskipum. Fyrirtæki geta tekið þátt með því að pantu rauðu nefin fyrir sína starfsmenn og hvatt þá til að gerast heimsforeldrar. En þátttaka almennings er mikilvæg. Með því að kaupa rautt nef í verslunum Bónuss, Esso og 10/11 og nýjan geisladisk Baggalúts, sem ber nafnið „Brostu“ getur almenningur lagt sitt af mörkum. Auk þess geta allir gerst heimsforeldrar.

Sjónvarpsdagskrá Rauða nefins hefst eftir Ísland í dag kl 19:40 í opinni dagskrá á Stöð 2 og er bein útsending frá Nasa við Austurvöll. Þá verður þátturinn X Factor líka sýndur í opinni dagskrá kl 20:30-21:30. Rauða nef dagskráin heldur svo áfram fram á rauða nótt, eða til 23:30.

Allar upplýsingar veitir Barnahjálpar Sameinuðu þjóðanna, UNICEF Ísland, í síma 5 62 62 62 eða á heimasíðunum www.unicef.is og www.rauttnef.is.

MARGRÉT ÖRNÓLFSDÓTTIR, TÓNLISTARKONA

Ég hef samið töluvert efni fyrir börn en í raun hef ég aldrei hugsað það sérstaklega þannig. Ég held að börn vilji alveg það sama og fullorðnir; spennu, húnur, djúpar tilfinningar og ævintýri. Rauða nefið er flott fyrirbæri því það vekur einmitt allar þessar tilfinningar og gerir gott í leiðinni.



BRYNDÍS GUÐMUNDSDÓTTIR, 9 ÁRA NEMI Í LANDAKOTSSKÓLA

Það er gott að geta glatt börnin með rauða nefinu. Öll börnin í heiminum ættu að fá að fara í skóla og leika sér. Því það besta við að vera barn er að leika sér.

Gefðu heimilinu persónlegan blæ með textílvörum frá Moltex



LÍNAN

H Ú S G Ö G N

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

HVAÐ NEFIN GETA GERT

1 NEF bólusetur eitt barn gegn sex helstu barna-sjúkdómum.

2 NEF veita móður og börnum malaríuflugna-net, en malaría er ein af helstu dánarorsökum barna í Afríku.

5 NEF útvega 66 A-vítamín skammta sem bæta ónæmiskerfi barna.

10 NEF greiða laun fyrir einn kennara í mánuð og stílabækur fyrir barn sem hefur verið bjargað úr vinnuþrælkun.

40 NEF hjálpa 80 börnum í flóttamannabúðum að sækja tímabundinn skóla. Fyrir 20 þúsund krónur er hægt að kaupa skólapakka (e. school-in-a-box) uppfullan af skóla- og kennslugögnum fyrir 80 nemendur og einn kennara.

100 NEF geta bjargað tveimur börnum frá því að deyja úr vannæringu í Síerra Leóne. Vannærdum barni er komið aftur til heilsu á 6-10 vikum með næringu í æð og næringar- ríku mat.

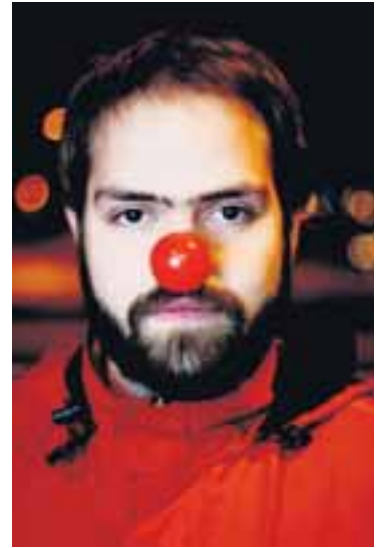
200 NEF 5000 börn fá bólusetningu gegn mænu- sótt. UNICEF vinnur ásamt samstarfsaðilum við að útrýma þessum hræðilega sjúkdómi sem lamar börn.

400 NEF gera kleift að byggja 200 salerni, þannig eykst hreinlæti og dregur úr sjúkdómum.

500 NEF veita fræðslu um hvernig beri að varast jarðsprengjur fyrir nærri 40 þúsund börn.

EYJÓLFUR ÞORKELSSON, LÆKNANEMI Í FOR- SVARI FYRIR BANGSASPÍTALANN SEM OPNAR Á NÝJU ÁRI

Rauða nefið vekur fólk til umhugsunar um stöðu barna og hvetur fólk til að leggja sitt af mörkum. Okkur ber skylda að tryggja börnum gott líf, fyrirbyggja, lækna og lina þjáningar þeirra. En við verðum að gera það á forsendum barnanna og það tekst ekki nema við setjum okkur í þeirra spor. Fyrsta skrefið er að gleðjast eins og börn. Rauðnefjadagurinn ætti að vera á hverjum degi! Á hverju ári deyta átta hundruð þúsund börn úr mislingum eingöngu, sjúkdómi sem má útrýma. Ég fyrirleit menn sem eyða peningum í her og vopn í stað þess að aðstoða börn í nauðum. Bangsaspítali lækna- nema sem verður opnaður í vor mun kenna börnum með leik að lækna séu góðir og vilji hjálpa þeim. Vonandi vekjum við líka athygli á því að bágstödd börn eru líka á Íslandi og þeim eigum við og samfélagið allt að hjálpa.



KATRÍN THEODÓRSDÓTTIR, HÆSTARÉTTARLÖGMÆÐUR OG LÖGFRÆÐING- UR FÉLAGS EINSTÆÐRA FORELDRA

Það er nauðsynlegt að minna okkur á velferð barnanna okkar með reglulegu millibili, en það er kominn tími til að við fullorðna fólkíð förum að hugsa á forsendum þeirra. Rauða nefið er góð aðferð því nefinu fylgir húmor og bros. Við verðum að fella niður múra milli stétta á Íslandi, einkum milli barna einstæðra foreldra, barna af erlendum uppruna, barna láglaunafólks og annarra barna. Eigum að efla menntun í landinu þar sem öll börn standa jafnfætis ... en byrjum á því að hlusta á börnin. Hin mismunandi staða barna um allan heim kallar á mis- munandi forgangsroðun. Í mörgum löndum heims verður rétturinn til lífs, frelsis og mannhelgi ekki tryggður nema með útrýmingu fátæktar meðan vandamál barna í öðrum heimshlutum leiða til þess að þau verði undir í samfélagi neysluhyggju.

UNICEF VEITIR:

- » yngstu börnunum góða byrjun í lífinu.
- » öllum börnum, jafnt stúlkum sem drengjum, góða grunnmenntun.
- » öllum börnum lífsnauðsynlegar bólu- setningar og A-vítamín bæti efni.
- » fræðslu til að fyrirbyggja HIV-smit, umönnun til smitaðra og sér til þess að börnum sem eru munaðarlaus af völdum alnæmis sé veittur stuðning- ur og umönnun.
- » verndandi umhverfi fyrir börn sem hafa lent í stríði, ofbeldi eða mis- notkun.



GEISLADISKURINN „BROSTU“ MEÐ BAGGALÚT er til styrktar átakinu og fæst í búðum Hagkaupa, BT og Skifunnar og kostar 990 kr.



KNUD HOLSCHER/d line PRÓFESSOR, ARKITEKT

Hann lauk námi í Arkitektaskóla Listaakademíunnar og varð prófessor þar 1968. Hann varð síðar meðeigandi í Arkitektastofunni KHR A/S arkitektar. Stofnaði síðan eigið fyrirtæki 1995, Knud Holscher Industrial Design (lönhönnun).

Hann hefur fengið mörg verðlaun og viðurkenningar í gegn um tíðina – nú síðast ID verðlaunin fyrir d line snyrtipilinn fyrir almenningsalerni, ásamt ID verðlaunin fyrir klassíska hönnun 1999.



d line
Heimsklassa hönnun

ASETA

BYGGINGAVÖRUR BYGGINGATÆKNI

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



ÞEKKTAR SAMSÆRISKENNINGAR

» Ekki er allt sem sýnist og það sem er á yfirborðinu er ekki endilega sannleikanum samkvæmt. Þetta sannaðist t.d. hér um árið þegar Bill Clinton hélt því fram, án þess að blikka augunum, að hann hefði aldrei gert neitt siðlaust með Monicu Lewinsky. Og þessu trúðu margir, þar til annað kom í ljós. Lygin getur fundið sér skálkaskjól, jafnvel á sjónvarpskjánum og þau sem þetta vita eru oft þau sömu og aðhyllast samsæriskeningar. Því hver veit hvað menn gera þegar við sjáum ekki til?



ELVIS PRESLEY LIFIR Ein frægasta samsæriskening heims er sú að Elvis Presley sé enn á lífi og fari huldu höfði. Hann er sagður hafa látist 16. ágúst árið 1977 og dánarorsökin er sögð vera of stór skammtur eiturylfja. Hins vegar má með sanni segja að ýmislegt í kringum dauða hans hafi verið afar sérkennilegt, sem rennir styrkum stöðum undir samsæriskeninguna. Sem dæmi má nefna, að þegar líkið af Elvis kom á sjúkrahúsið í Memphis Tennessee, hafði ein hjúkrunarkona þar á orði að þetta væri ekki kóngurinn þegar hún leit á það. Skömmu síðar komu dularfullir menn á svæðið og báðu hana um að skrifa undir skjal þar sem hún hét því að segja engum frá þessu. Nafnið ég legsteini kóngsins er stafað vitlaust og á hverjum degi stíga fram einstaklingar sem sverja við eigið líf að hafa séð söngvarann góðkunna einhversstaðar á förnun vegi.

CIA DRAP JOHN F. KENNEDY

Á þeim örlagaríka degi, 22. nóvember árið 1963, var John F. Kennedy myrtur í Dallas, Texas. Enn hefur ekki tekist að finna haldberar skýringar eða sannanir fyrir því hver stóð að baki verknaðinum, en algengasta skýring er sú að Lee Harvey Oswald hafi myrt hann. Vandinn er bara sá að Oswald var ráðinn af dögum tveimur dögum eftir morðið á JFK og fjölmargir trúa því að hann hafi einungis verið blórabögull, sem kennt var um glæp sem pólitískir andstæðingar Kennedy frömdu. Þar liggja KGB, mafían, FBI, CIA eða J. Edgar Hoover helst undir grun.



FERÐIN TIL TUNGLSINS VAR ALDREI FARIN

Það eru margir sem halda því fram að fyrsta landingin á tunglinu hafi aldrei átt sér stað. Áhangendur þessarar kenningar halda því fram að allt hafi þetta verið sviðsett og til sönnunar á máli sínu benda þeir m.a. á skugga á ljósmynd af Neil Armstrong sem er furðulegur miðað við hvar tunglið er staðsett í himinheimnum.

BRESKA LEYNILÖGREGLAN DRAP DÍÖNU PRINSESSU

Díana prinsessa og ástmaður hennar Dodi Al-Fayed létust í bílslysi í París þann 31. ágúst 1997. Dodi Al-Fayed eldri, heldur því fram að breska leynilögreglan hafi myrt þau samkvæmt fyrirætlum frá Buckingham höll. Engar sannanir hafa komið fram sem staðfesta þetta, en haft er eftir ýmsum embættismönnum að málið sé „skrítið“ ef svo mætti að orði komast. Málið er enn í rannsókn hjá frönsku lögreglunni.



HVER MYRTI MARILYN?

Þann 5. ágúst 1962 fannst þokkadísín Marilyn Monroe látin á heimili sínu aðeins 36 ára gömul. Dánarorsökin var sögð of stór skammtur af róandi lyfjum. Allt frá dauða hennar hefur verið til fólk sem trúir því ekk að uppgefin dánarorsök Marilyn sé sannleikur málsins en frægasta samsæriskeningin er sú að Kennedy bræður hafi látið ráða hana af dögum, enda átti hún að hafa verið í ástarsambandi/samböndum við þá bræður.

BUSH VISSI AF HRYÐJUVERKA-ÁRÁSUNUM ÞANN 11. SEPT-EMBER

Sumir trú á því að sjálfur Bandaríkjaforseti (ásamt nokkrum valdamiklum mönnum) hafi átt þátt í árásunum á tvíburaturnana þann 11. september. Hagsmunir hans af árásinni áttu m.a. að vera ástæða til að ráðast inn í Írak og Afganistan og virkja til þess heraflla landsins. Fólk hefur jafnvel haldið því fram að sprengjum hafi verið komið fyrir í turnunum (hvernig áttu þeir annars að hrynja svona hratt?). Flugvélnar áttu að hafa verið mannláusar og á sama tíma var aldrei flogið inn í Pentagon eins og haldið hefur verið fram.



HVER VAR KOBBI KVIÐRISTA?

Enn þann dag í dag er fólk að velta vöngum yfir því hver Kobbi kviðrista, eða Jack the Ribber, hafi raunverulega verið. Kobbi fór hamförum í húsasundum í London árið 1888 og myrta þar einar fimm vændiskonur á viðbjóðslegan hátt. Sumir telja sig hafa komist að því að Kobbi hafi í raun verið sonur Viktoríu drottningar. Aðrir telja að þarna hafi verið á ferðinni lækni hennar hátignar og enn aðrar kenningar segja að Kobbi hafi verið frímúrari, genginn af göflunum.

AREA 51 Það eru fleiri en Magnús Skarphéðinsson sem trú á að til séu geimverur. Area 51 ku vera staður í Nevada eyðimörkinni, þar sem Bandaríkjaher hefur aðsetur. Margir halda því fram að í aðsetri þessu geri sérfræðingar tilraunir á geimverum sem bæði eru lifandi og dauðar. En þar munu einnig fara fram reynsluflugferðir á fljúgandi diskum og öðrum ónafngreindum framandi farartækjum, svo fátt eitt sé nefnt.



NÝJA HEIMSSKIPULAGIÐ

The new world order eða Novus ordo mundi, kallast samtök annara samtaka og áhrifamikilla aðila, (t.d. frímúrara, Illuminati, Skull and Bones, Rothschild fjölskyldan, Rockefeller, Morgan, Kissinger o.fl.) sem saman stefna að heimsyfirráðum undir einni stjórn sem athafnar sig handan lýðræðis, dóms og laga. Merki Illuminati samtakanna er að

finna á eins dollara seðlinum, þannig að ef þú hefur einn við höndina núna geturðu kikið á það. Margir telja að Bush feðgarnir taki þátt í þessu samsæri, en þeir voru meðlimir í Skull and Bones, leynifélagi sem stofnað var í Yale háskóla. Í samtökum sem þessum eru oft mjög valdamiklir einstaklingar (stjórnáráðgjafar, dómarmenn, milljarðamæringar o.fl.) En það styrkir samsærissinna í trú sinni á að þessir menn spinni saman net sem nær yfir gjörvallan heiminn.

Hollustuna heim!

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



TILBOÐ 1	TILBOÐ 2	TILBOÐ 3
<p>Djúpstektar ræskur Original hot and sweet svínakjöt Snöggsteikt nautakjöt í ostrusösu Kínverskar eggjauður m/kjöklengi og grænmeti Hrisgrjón, súrsæt sósa, þrjónar og soya sósa</p>	<p>Djúpstektar ræskur Peking kjöklengiur m/kínaovoppum Wok steikt lambakjöt m/hvarfbauna-sósa Original hot and sweet svínakjöt Hrisgrjón súrsæt sósa, þrjónar og soya</p>	<p>Rifjaparty Konton svínaríf Hrisgrjón, þrjóna og soya poki af Maarud</p>
<p>1.345 á mann 2.590 fyrir tvo</p>	<p>1.445 á mann 2.590 fyrir tvo</p>	<p>1.250 á mann 2.590 fyrir tvo</p>

2 L COKE OG RÆKJUFLÖGUR FYLGOJA Í „TAKE AWAY“

BARNABOX



2 kjúklingaleggir franskar og kokteilsósa kinderegg
700 kr



ORIENTAL RESTAURANT • LAUGAVEGI 19

FRI HEIMSENDING

Lágmarkspöntun er kr. 1.900,- en kr. 4.000,- í Hálsarford, Ópið: mán-fimmtudaga 12-21:30, föstu og laugardaga 12-22:30 sunnudaga 17-21:30, www.indokina.is

ÞÖNTUNARSÍMI 552 2399

STOLT AF ÞVÍ AÐ VERA DÓTTIR ELLENAR

» Elísabet Eyþórsdóttir fæddist árið 1986, á þeim árum sem frægðarsól hljómsveitarinnar Mezzoforte skein sem skærast. Segja má að þar hafi bæst sólargeisli í fjölskyldu hljómborðsleikara sveitarinnar, en Elísabet er önnur af þremur dætrum þeirra hjóna Eyþórs Gunnarssonar hljómborðsleikara og Ellenar Kristjánsdóttur söngkonu. Máltækið segir að sjaldan falli eplið langt frá eikinni og á þetta vel við í tilfalli Elísabetar, en frá því hún man eftir sér hefur hún stefnt á að verða söngkona. Hún er líka rauðhærð eins og hún á kyn til.

Texti: MARGRÉT HUGRÚN GÚSTAVSDÓTTIR

Myndir: HÖRÐUR SVEINSSON

Förðun: ELÍN REYNISDÓTTIR

Víð Elísabet hittumst á kaffihúsi einn vætusaman dag í síðustu viku. Framkoma hennar ein-kennist af svolitilli feimni en nærvera hennar er ljúf og góð líkt og söng-röddin. Ég er viss um að þessi stelpa er það sem maður kallar hvers manns hugljúfi enda segist hún trúá á karmalögmálið. „Ef maður gefur gott af sér þá fær maður gott til baka.“

Við komum okkur fyrir í hljóðlátu horni og pöntum kaffi. Þetta er í fyrsta sinn sem hún fer í viðtal en fram til þessa hefur Elísabet ekki látið mikið fyrir sér fara opinberlega. Það mun þó fljótlega breytast því nýlega er kominn út geisladiskurinn Þriðja leiðin þar sem Elísabet syngur öll lögina nema eitt sem er sungið af móður hennar. Það var gítarleikarinn Börkur Hrafn Birgisson sem fékk Elísabetu til liðs við sig, en upphaflega var það Ellen sem átti að syngja inn á diskinn. „Svo hafði mamma ekki tíma til að gera þessa plötu og lagði til að ég kæmi í prufu. Ég var ferlega stressuð að fara í prufu til Barkar, en eftir smá tíma gleymdi ég öllu stressi og við smullum saman þar sem hann spilaði á gítarinn heima í stofu hjá sér og ég söng ljóðin hans Einars Más,“ segir Elísabet, en textarnir á plötunni eru allir samdir af Einari Má Guðmundssyni og koma fram í ljóðabókinni Ég stytta mér leið framhá dauðanum.

MEÐ ÖMMU Í ÚTVARPSHÚSINU

Hingað til hefur söngferill Elísabetar farið rólega af stað. Hún varð í þriðja sæti í söngvakeppni framhaldsskólanna fyrir fjórum árum og ásamt systurum sínum söng hún í einu lagi á Sálmaplötu Ellenar sem kom út árið 2004, en þegar hún var sjö ára mátti þó í fyrsta sinn heyra rödd hennar óma á öldum ljósvakans.

„Ég var oft með ömmu minni Ragnheiði Ástu, sem er mamma pabba míns, að flækjast í útvarpinu. Einhvern tíma vorum við þarna saman og þá var

ég beðin að syngja uppáhaldslagið mitt inn á band. Ég gerði það með glöðu geði, enda frekar athyglissjúk sem barn. Tók mig til og söng öll erindi Maístjörnu Halldórs Laxness af mikilli innlifun,“ segir Elísabet og hlær.

LEGGUR ÁHERSLU Á EINLÆGNI

Það er engum ofsögum sagt að í fjölskyldu Elísabetar snúist allt meira eða minna um tónlist og söng. Því er fjölskyldulífið oft ekki eins hefðbundið og gengur og gerist. „Fólk spyr mig til dæmis gjarna að því hvort það sé ekki alltaf rosalega gaman hjá okkur á jólnum. Heldur að við séum syngjandi allan sólarhringinn yfir hátíðarnar, en sannleikurinn er eiginlega sá að þá tókum við okkur frí frá söngnum. Hins vegar man ég vel eftir því hvað mér fannst alltaf gaman að keyra út í sveit með fjölskyldunni þegar ég var barn. Þá vorum við kannski að fara í sumarbústað og einhver byrjaði að syngja eitthvað lag sem endaði svo á rödduðum samsöng sem allir tóku þátt í,“ segir Elísabet og ég sé fyrir mér eitthvað sem gæti minnt á atriði úr dans- og söngvamynd frá Walt Disney.

Elísabet segir foreldra sína alltaf hafa staðið með henni í því sem hún hefur kosið að taka sér fyrir hendur. Til dæmis ákvað faðir hennar að styrkja hana til tónlistarnáms í FÍH, en Elísabet hafði alltaf verið mjög eirðarlaus í menntaskólanámi og hlakkaði til að því myndi ljúka. Hún fékk því að hefja tónlistarnámið áður en stúdentsprófið var yfirstaðið.

„Mamma og pabbi hvetja mig alltaf til að vera sjálfstæða og þau vilja að ég fari mína eigin leið. Ég leita reyndar ráða hjá þeim ef ég er óörugg með eitthvað og þá hefur það mest með tónlistarbransann að gera og það sem að honum snýr. En eitt besta ráðið sem mamma hefur gefið mér í sambandi við söng er að syngja alltaf beint frá hjartanu og vera einlæg. Hún leggur mikla áherslu á einlægni.“





EKKI BARA ORÐ Á BLAÐI

Það hefur löngum verið þekkt að listamenn sem hafa upplifað sársauka og gleði túlka tilfinningaskalann í gegnum sönginn og ná oft betri hlustun en það fólk sem hefur tæknilega færni en skortir tilfinningu. Textarnir á Þriðju leiðinni eru oft sorglegir og takast á við margbrotnar tilfinningar, eins og oft vill verða í ljóðum. Elísabet, sem er enn ung að árum, segist reyna að setja sig inn í tilfinninguna í textanum eftir fremsta megni og þá dregur hún oft fram minningar eða annað sem hjálpar henni við túlkunina. „Það sem ég reyndi að gera var að lesa og lifa mig svolítið inn í ljóðin. Einar Már talar til dæmis um sjálfan sig í fyrstu persónu í sumum ljóðanna, en ég breytti því samt ekki í kvenkyn heldur hélt þessu bara eins og það er. Enda finnst mér ég ekki vera að syngja dægurlagatexta í þessu tilfelli, heldur túlka ljóðin hans Einars. Það er alveg nauðsynlegt að reyna að skilja textana og setja tilfinningu í þá. Annars er maður bara að syngja einhver orð á blaði og útkoman verður aldrei jafn góð. Hvað varðar það að rifja upp tilfinningar sem ég hef sjálf gengið í gegnum þá get ég ekki sagt að ég hafi átt mjög dramatíska ævi. Í það minnsta hefur þessi dramatík aldrei aftrað mér í neinu,“ segir Elísabet en bætir því við að reyndar hafi hún misst ömmu sína sem var henni mjög kær. „Hún studdi mig mikið og vissi til dæmis alltaf að ég ætti eftir að verða söngkona, en þegar ég var lítil þá var ég mjög mikið hjá ömmum

mínun – og þá sérstaklega ömmu Sísí. Mamma og pabbi þurftu að ferðast mikið vegna vinnunnar og voru stundum mikið í útlöndum, en ég get samt ekki sagt að ég hafi fundið fyrir þessum aðskilnaði á neikvæðan hátt. Amma var alltaf svo mikill hluti af fjölskyldunni og mér fannst gott að vera hjá henni.“

STOLT AF ÞVÍ AÐ VERA DÓTTIR MÓÐUR MINNAR

Blús, djass og kántrí eru þær tónlistarstefnur sem höfða mest til Elísabetar og hafa gert um töluvert skeið. Hún hefur gaman af því að hlusta á tregablandna og tilfinningaríka túlkun þeirra Arethu Franklin og Billie Holiday og segir hana hafa mikil áhrif á það hvernig hún vegur og metur góðan söng. En þrátt fyrir þann aragrúa söngkvænna sem til eru í heiminum er það samt Ellen Kristjánsdóttir sem hún metur hvað mest og segir vera eina af sínum uppáhaldssöngkonum.

„Ég hef alltaf litið rosalega mikið upp til mömmu. Finnst hún alveg frábær.“ Elísabet kveðst alltaf hafa verið mjög mikil „mömmustelja“ og segist í raun vera það enn. „Mér fannst líf hennar alveg ótrúlega spennandi þegar ég var lítil og vildi alltaf vera með henni, hvert sem hún fór. Ég vildi meira að segja fá að klæða mig upp og mála mig áður en við fórum eitthvað út saman. Heimtaði að fá að setja á mig bláan augn-skugga og rauðan varalit til að vera flott þegar ég var úti að spóka mig með mömmu. Að fara með henni á tónleika þótti mér

mikill hápunktur, svo ekki sé minnst á að fá að njóta þess heiðurs að fá að fara baksviðs. Það var algjör toppur. Í raun er ég mjög stolt af því að vera dóttir hennar. Fólk hefur stoppað mig á götu og spurt hvort ég sé ekki dóttir Ellenar Kristjáns, þegar það sér svipinn með okkur og ég hef líka heyrt að við höfum líka söngródd. Þessu tek ég alltaf sem hrósi og hef mjög gaman af því að heyra svona athugasemdir.“

ENGAR BLEKKINGAR

Eftir að hafa alist upp með tónlistarfólki hefur Elísabet ekki þurft að ímynda sér hvernig það væri að lifa og starfa sem tónlistarmaður á Íslandi. „Ég veit að það getur stundum verið erfitt að vera listamaður hér á landi, en í minni fjölskyldu höfum við samt alltaf haft nóg til hnífs og skeiðar. Ég kviði því þess vegna ekki að þurfa að standa í einhverju basli. Ef ég kemst ekki af sem tónlistarmanneskja þá vinn ég bara einhverja aðra vinnu en verð samt áfram í tónlist af því það er það sem gefur mér gleði í lífinu. Ef ég verð hins vegar svo farsæl að geta lifað af tónlistinni þá myndi ég bara telja mig mjög heppna því það eru ekki margir sem lifa á því að gera það sem þeir elska mest.“

Eins og fyrr segir kveðst Elísabet trúa á lögmál orsaka og afleiðinga, eða karmalögmálið, í lífinu. Hún segir það því hafa verið farsælt mjög að hennar fyrsta stóra verkefni á vettvangi tónlistarinnar hafi verið samstarf við Bórk Hrafn Birgisson, en hún lítur mjög upp til hans sem tónlistarmanns. „Það má eiginlega kalla þetta ótrúlega vel heppnaða tónlistarlega „afmeyjun“. Ég er virkilega þakklát fyrir það að hafa fengið tækifæri að vinna með Berki. Hann er svo hæfileikaríkur og þægilegur maður. Svo kom hann alltaf fram við mig sem jafningja og það fannst mér ótrúlega gott að finna. Satt best að segja var ég að upplifa langþráðan draum rætast þegar við vorum að vinna saman í stúdíóinu. Ég fílaði mig alveg ótrúlega vel og naut þess sem við vorum að gera alveg í botn,“ segir Elísabet full af einlægni og ákafa og það leynir sér ekki að innra með henni býr mikil og sönn ástríða fyrir tónlist. Það verður því spennandi fyrir okkur að heyra frumraun þessarar ungu konu á sviði tónlistarinnar og fá að fylgjast með henni í framtíðinni, sem án efa verður björt og yfirfull af góðu karma.

FRÁ HÖFUÐI DA VINCI LYKILSINS

HRINGUR TANKADOS EFTIR DAN BROWN

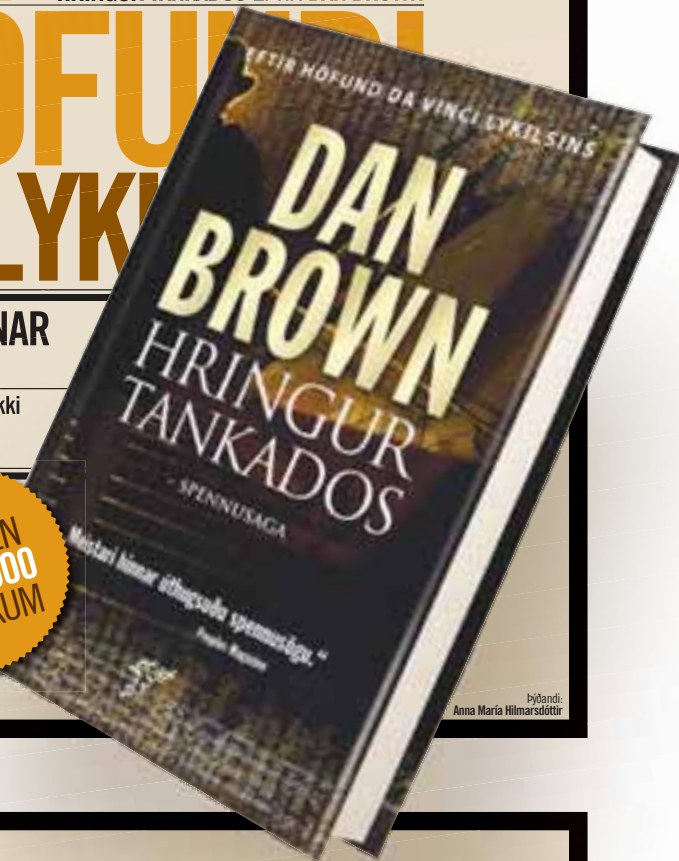
ÓUMDEILDUR MEISTARI HINNAR
ÚTHUGSUÐU SPENNUSÖGU

„Heimurinn sem Hringur Tankados lýsir er því miður ekki
fjarri raunveruleikanum.“

- MacDonnell Ulsch, forstjóri Öryggisráðs Bandaríkjanna



SELD Í
MEIRA EN
1.000.000
EINTÖKUM



höfundur:
Anna María Hilmarisdóttir

ÓSÝNILEGIR GLÆPIR EFTIR GUILLERMO MARTÍNES

24,8,16...31

Á METSÖLULISTUM UM ALLAN HEIM.
PLANETA BOKMENNTA-
VERÐLAUNIN Í ARGENTÍNU.

„Stærðfræði og morðgáta.
Þú færð ekki betri kokkeil.“
- Guardian




BJARTUR



Brynhildur Björnsdóttir
elur upp

Óskrifað blað

Dóttir mín er svo heppin að hafa fullt af jafnöldrum í kringum sig og þegar foreldrar og börn hittast er ósjálfrátt farið að bera saman og draga í dilka. „Já, er hún svona magapínubarn ...“ „Já, er hann ekki farinn að velta sér ennþá ...“ „Já, sumir sitja fyrst og velta sér svo, það er bara mismunandi.“

Í ungbarnaeftirlitinu er líka fylgst með því hvað barnið getur, tínt upp í sig, brosað, hjalað og talað, staðið, skriðið, gengið. Og einkunnasjúk móðir eins og ég frikar bara út. Ekki þó af áhyggjum af því að barnið mitt sé ekki fullkomið, því í mínum augum er hún það, heldur af því að ég sé að gera eitthvað vitlaust ef hún kann ekki að borða með skeið eða syngja stafrófið. Sögur af því sem ég gat eða gat ekki á sama aldri og öðrum börnum í fjölskyldunni sem voru altalandi eins árs eða stóðu ekki upp fyrir en á fimmtánda mánuði verða að mælikvörðum, ekki á barnið mitt heldur á mig sem foreldri. Ég er ekki nógu hvetjandi, við syngjum ekki nóg, hún fær ekki nógu fjölbreyttan mat, heima hjá okkur er enginn stigi svo hún getur ekki æft jafnvægisþyngni með því að reyna að þrilla upp tröppurnar. Kannski kemur þessi samanburðarárátta og ótti til af kenningunni um tabula rasa, að hvert barn fæðist sem óskrifað blað sem reynslan og lífið skrifa mörk sín á. Ef barnið er óskrifað blað og foreldrarnir eru þeir sem skrifa fyrstu síðurnar er nú eins gott að vanda sig. Barnið verður að fá hið fullkomna veganesti út í lífið, gróft hollustubrauð með tónlist og margföldunartöflu, lífrænan bókasafa og epli sem kennir siðfræði. Hveitibrauð með kæruleysi eða sjónvarpskaka eru falleinkunn fyrir foreldrana.

Í leiðbeiningalista sem ég fékk með mér heim úr fæðingarfræðslunni fyrir svona ári síðan var mömmunni bent á alls kyns sniðuga hluti eins og að gera stundum eitthvað fyrir sjálfa sig fyrstu vikurnar í lífi barnsins, reyna að fara út á hverjum degi, sofa þegar barnið sefur og láta sig heimilisþrífir litlu varða. Og ekki bera barnið sitt saman við önnur börn því öll börn eru einstök. Ég minni mig á þetta þegar ég er alveg að bugast yfir því að ég sé að krassa alls konar rugl og vitleysu á barnið mitt, eða það sem verra er, alls ekki neitt. Ég er líka búin að ákveða að það besta sem hægt er að gera fyrir barnið sitt sé að þykja nógu vænt um það og að bera það ekki saman við einn eða neinn. Skrifa alls konar fallega hluti á þetta óskrifada blað og fyrst og fremst ástarljóð, hvatningar-söngva og lofræður. Öll börn eiga rétt á því að vera elskuð, algerlega og án nokkurra skilmála. Það eru barnaréttindi og alveg örugglega það sem best skilar sér úti í lífinu þegar á hólminn er komið.



Jólahlaðborð fyrir börn

Hótel Ör verður með jólahlaðborð fyrir börnin næstu tvo sunnudaga, 3. og 10. desember. Krakkajólahlaðborðin hefjast klukkan 15 og veislustjóri er Bárður úr Stundinni okkar. Jólaveinninn kíkir síðan í heimsókn og gefur krökkunum pakka og dansar með þeim í kringum jólatréð.

Það er því alveg tilvalið fyrir alla fjölskylduna að skreppa í sunnudagsbíltúr austur fyrir fjall og koma sér í jólaskap.



Nýtt frá Te & Kaffi

Þú finnur kaffi við þitt hæfi frá Te & Kaffi í verslunum um land allt.

stundin - bragðið - stemmingin

NÝTT FYRIR JÓLIN



LLOV88302
Litir: brúnt
Verð:
27.995 kr.-



PET35253
Litir: svart
Verð:
15.995 kr.-



ARA61742
Litir: svart
Verð:
7.995 kr.-



EURAE240
Litir: svart
Verð:
9.995 kr.-



PET74201
Litir: svart
Verð:
15.995 kr.-



SPRBA319
Litir: svart
Verð:
13.995 kr.-



SPR3608
Litir: svart
Verð:
6.995 kr.-



EUR4172100
Litir: beis
Verð:
4.995 kr.-



SPR2406
Litir: svart
Verð:
22.995 kr.-



PET89259
Litir: brúnt
Verð:
26.995 kr.-



SPR732586
Litir: svart
Verð:
18.995 kr.-



SPRBA329
Litir: svart
Verð:
17.995 kr.-



IIO92653
Litir: svart
Verð:
22.995 kr.-

*BIRT MED FYRIRVARA UM VERÐBREYTINGAR, MYNDBRENGL OG STAFSETNINGARVILLUR

STEINAR WAAGE

SKÓVERSLUN

SMÁRALIND (551 8519) | KRINGLAN (568 9212)

*SENDUM Í PÓSTKRÖFU

Desemberkaka í jólalitunum

KAKA TIL AÐ FAGNA UPPHAFI JÓLAMÁNAÐAR. ENDA ER HÚN Í JÓLALITUNUM, HVÍT, RAUÐ OG GRÆN. ÍSKAKA Í ANDA FROSTS OG SNJÓS. FALLEG Á BORDI OG GÓÐ Í MAGA.

BOTN:
3 egg
125 g flórsykur
50 g hveiti
1 msk. kartöflumjöl
3 msk. kakó

½ l vanillús, mjúkur

KREM:
2 dl rjómi
2 msk. flórsykur
½ tsk. vanilludropar

jarðarber, skorin í tvennt
fersk mynta

Hrærið saman egg og sykur þar til létt og ljóst. Blandið þurrefnum saman við og hrærið vel. Smyrjið deigið á bökunarpappír, um 1 cm þykkt. Bakið við 180 gráður í um 10-12 mín. eða þar til brúnirnar á botninum fara að lyfta sér frá bökunarpappírnum. Takið úr ofninum og kælið. Losið botninn varlega frá pappírnum með góðum spaða. Smyrjið botninn með ísnum og rúllið kökunni varlega saman. Vefjið plastfilmu utan um kökuna, þétt og vel. Setjið í frysti í a.m.k. tvo tíma. Þeytið saman rjóma, sykur og vanilludropa. Smyrjið frosna kökuna með rjóma-kreminu þegar hún er tekin úr frystinum. Stingið aftur í frystinn í 10 mín. Skreytið með jarðarberjum og ferskri myntu, falletg að sigta örliðið kakó yfir hvítt kremið. Berið strax fram.



Nýr veitingastaður í hjarta miðbæjarins

*Góðar veitingar í fallegu og vinallegu umhverfi
í einu glæsilegasta húsi miðbæjarins.*



GEYSIR

Bistro & Bar

Aðalstræti 2, 101 Rvk. s. 5174300



Matur handa næstu kynslóð

Flestir sjá fyrir sér að einkabjálfarar, dansarar og fitness-drottningar hljóti að þurfa að passa mataræðið afar vel og megi aldrei bregða út af. Það er þó ekki alveg rétt. Með því að velja rétt og vera meðvitaður um hvað maður er að borða má leyfa sér ýmislegt. Þetta veit Yesmine Olsson, sem sameinar það að vera einkabjálfari, dansari, fitness-drottning og nýbökud móðir. Hún hefur nú ákveðið að deila vitneskju sinni með okkur hinum í bókinni Framandi og freistandi létt og litrík matreiðsla.

„Þetta eru upphaldsréttirnir mínir, sem ég hef breytt svo þeir passa betur inn í lífstílinn sem ég er í núna. Mér finnst afrískur og indverskur matur mjög góður en hann er ekki alltaf mjög hollur og inniheldur mikla fitu. Með því að skipta á hollu hráefni og óhollu er hægt að leyfa sér að borða ýmislegt án þess að stofna heilsunni og holdafarinu í hættu.“ Hún vill þó taka fram að þetta er alls ekki enn einn megrunarkúrinn. „Ég vil bara sýna fram á að það er hægt að búa til góðan mat án þess að hann þurfi að vera óhollur. Í þessari bók eru engar öfgar heldur bara uppskriftir að góðum mat settar fram á hollari hátt. Svo fylgja fróðleiksmolar hverjum rétti fyrir sig, ef það er til dæmis mangó í réttinum þá skrifa ég eitthvað skemmtilegt um mangó og svo framvegis.“ Hún vill taka fram hvað hún hafi verið heppin með samstarfsfólk. „Með svona gott fólk með mér gat ég gert nákvæmlega það sem mig langaði til að gera. Áslaug Snorradóttir tekur myndirnar og Blær Guðmundsdóttir sér um grafíkuna, kokkarnir.is elduðu réttina fyrir myndatökurnar og svo mætti lengi telja. Bókin er enn fallelgri og betri en ég þorði að láta mig dreyma um.“

Yesmine hefur lengi langað að skrifa bók. „Fyrst ætlaði ég að skrifa bók um þjálfun og mataræði. En ég hef alltaf haft mjög gaman af því að elda, einkum þó framandi mat og langaði líka að skrifa matreiðslubók. Ég var ekki alveg viss um hvernig ég ætti að fara að því að samræma þetta. Þegar ég varð ólétt fylltist ég af orku og sköpunargleði og fann að nú væri tíminn til að skrifa bókina. Það má segja að dóttir mín hafi verið upphafið að þessu öllu.“



Dóttir Yesmine og Arngríms Fannars Haraldssonar, Ronja Ísabel, fæddist 2. september og mamma hennar lætur hana ganga fyrir. „Hún er algerlega númer eitt og um leið og heyrst í henni þá hendi ég öllu öðru frá mér. Þrjár okkar sem komum að bókinni erum með lítil börn sem er skemmtileg tilviljun og kannski má bara segja að þetta sé matur handa næstu kynslóð.“

Súkkulaðikökur slá að minnsta kosti alltaf í gegn hjá börnunum og hér fylgir ein holl og góð uppskrift úr bókinni. Þeir sem vilja smakka ættu að kíkja í lðu á morgun milli tvö og fjögur þar sem Yesmine verður að kynna bókina og kökuna.



CHILISÚKKULAÐIKAKA MEÐ PISTASÍUHNETUM OG TRÖNUBERJUM

100 g suðusúkkulaði
½ dl pistasíuhnetur hakkaðar
½ dl möndlur hakkaðar
½ dl bran flakes
½ tsk. chili krydd (tæplega)
1 box trönuber eða hindber

Hakið hneturnar og geymið sirka eina matskeið af hvorri tegund til skrauts. Bræðið súkkulaðið ásamt hnetunum í vatnsbaði. Þegar súkkulaðið er bráðnað, setjið bran flakes saman við. Setjið á bökunarpappír og stráðið hnetunum sem teknar voru til hliðar yfir. Hægt er að móta litlar eða stórar kökur úr deiginu eða bara eina stóra sem er síðan brotin niður eftir smekk. Skreytið með berjum.

Ath! Afar gott er að bæta við uppskriftina handfylli af þurrkuðum trönuberjum sem hentar sérstaklega vel í kringum jólahátíðina.



Jólabrauð



Jólasaltkringlur



Ensk ávaxtakaka



Súkkulaðibitar



Prinsessukökur



Negulkökur



Lagkaka
Hræroð dökk
& hræroð ljós



Mini hafrættis



Lagkaka
Hræroð dökk
& hræroð ljós

Jólin að hætti Jóa Fel

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

Kleppsvegi 152
Smáralind

Mán. - föst. 7 - 18. Laug. - sun. 7 - 16.
Mán. - föst. 11 - 19. Laug. 11 - 18. Sun. 12 - 18.



VANDAÐAR VETRARVÖRUR

KYNNING



1



2



3



4



5

1. Next Kringlunni. 17.190 kr. 2. Kiss Kringlunni. 6.990 kr. 3. Next Kringlunni. 16.990 kr. 4. Companys Kringlunni. 5.990 kr. 5. GS skór Kringlunni. 14.990 kr. 6. Kiss Kringlunni. 5.990 kr. 7. Next Kringlunni. 20.490 kr. 8. Companys Kringlunni. 13.990 kr. 9. Companys Kringlunni. peysa 6.990 kr., skyrta 5.990 kr. 10. GS skór Kringlunni. 8.990 kr. 11. Next Kringlunni. 15.890 kr.



BIRTA GERIR „meik óver“

» Maður getur alltaf á sig blómum bætt, sagði Tóta litla tindilfætt í sönglaginu góða og það telur Birta vera orð að sönnu enda prófuðum við að senda Díönu Ósk Óskarsdóttur, 36 ára, tveggja barna móður í útlitsbreytingu. Með aðstoð stílista og snyrtifræðings gátum við svo aldeilis bætt nokkrum „blómum“ á Díönu Ósk.



SNILLINGAR! María Björg Tamimi snyrtifræðingur á snyrtistofunni Amira, Dána Ósk Óskarsdóttir og Birna Sif Magnúsdóttir stílisti.

María ákvað því að byrja á tvöfaldri húðhreinsun áður en lengra skyldi haldið. Fyrst tók hún Díönu í húðhreinsun sem miðar að því að koma jafnvægi á fituframleiðslu húðarinnar, en því næst var húðin djúphreinsuð. Eftir það fór Dána vikulega í ávaxtasýrumeðferð sem tók alls sjö skipti. Meðferðin hafði þau áhrif að svitaholur þéttust og

Birta fékk snyrtifræðinginn Maríu Björgu Tamimi til liðs við sig, en hún rekur snyrtistofuna Amiru í Bæjarlind 12 í Kópavogi. Fyrir meðferðina hafði Dána ekki sinnt húðinni rétt því hún var opin með fílapenslum, örllítið örött og litarhaftið fremur daufllegt.

ör og önnur lýti urðu minna áberandi, litarhaft húðarinnar varð fallegra og yfirbragðið jafnara. Einnig notaði Dána ávaxtasýrurnar heima og með því flýtti hún fyrir árangri meðferðarinnar. Í allar meðferðirnar notaði María gæðavörur frá comfort zone og útkoman varð sú að húðin batnaði verulega mikið.

Daginn fyrir myndatöku fór Dána í collagen meðferð, en slík meðferð virkar mjög styrkjandi á húðina; veitir djúpan raka, þéttir, dregur úr fínnum línnum og gefur ferskan gljáa. Til að setja punktinn yfir i-ið fór hún svo í litun og klippingu á hársnyrtistofuna Korner í Bæjarlind 14-16. María Björg litaði og mótaði augabrúnir Díönu í samræmi við andlitsfall hennar,



Dána Ósk Óskarsdóttir, sjö vikum fyrir útlitsbreytingu.



Til að bæta húðina var m.a. notast við ávaxtasýrumeðferð frá comfort zone.



Dána Ósk eftir útlitsbreytingu með aðstoð Maríu Bjargar og Birnu.

„GALLABUXUR OG BOLUR“ Bolur frá Sparkz, peysa frá Gallerí 17, Diesel gallabuxur frá Gallerí 17 og falleg brún leðurstígvél frá GS skóm.

Texti: MARGRÉT HUGRÚN
Myndir: STEFÁN KARLSSON

DROTTNINGARLEG
Kjól frá Sand í
Kringlunni, há,
svört leðurstígvél frá
Sand, hálsfesti, eyrna-
lokkar og armbönd
frá Kiss.

neglurnar voru snyrtar og svo fór hún í brúnkumeðferð til að fá á sig frískandi lit. Um var að ræða Natura sun brúnkumeðferð sem er handsprautað á líkamann, en á Amiru er hægt að velja um sjö mismunandi liti eftir því hvað hent- ar hverjum og einum. Síðast en ekki síst var Díana förðuð af Maríu með vörum frá Rifka. Birna Sif Magnúsdóttir tók svo rúnt um fata- verslanirnar og fann föt sem fara henni vel, en myndirnar segja að sjálfsögðu meira en öll orð.



HVERSDAGSLEG EN LÍKA SVOLÍTÍÐ FÍN Bolur frá Sparkz, peysa frá Company 's, leðurpils frá Oasis, leðurbelti frá Company 's, sokkar frá Cobra, skór frá GS skóm og skart frá Kiss.



**Gæddu lífið
litum eftir
þínu höfði
um jólin**

**Jólaaliturrinn
í ár
Big Apple Red**

Ómótstæðilegir litir og einstök gæði.

OPI Núkk Aðure
"Best Of Beauty"
verðlaun fyrir
naglaökkin:
"I'm Not Really A
Waitress" og
"Samman Sand"

O.P.I.



Glæsilegt og ómissandi

Svartur og drapplitaður eru tveir klassískir litir sem ganga við flest tilefni.

Mikið verður um þessa tvo liti í vetur og ættu því allir að geta fundið sér eitthvað við sitt hæfi.

Allt frá glæsilegum síðkjólum til skemmtilegra auka-hluta.

Ef þú vilt vera klassísk og glæsileg ættu þessir litir að höfða til þín.

ÞÆGINLEG OG MJÚK

Hneppt peysa frá Karen Millen

FALLEGT mittisbelti frá Wearhouse

HLÝ OG GÓÐ

Dásamlega falleg kápa frá Karen Millen.

SÆTUR rúllukraga bolur frá Wearhouse

RÚMGÓÐ OG FLOTT taska frá All Saints

GLÆSILEGUR OG RÓMANTÍSKUR

kjöll frá Karen Millen

HLÝJIR OG GÓÐIR leðurhanskar frá Wearhouse

SVÖRT KÁPA með fallegu mynstri frá Whistles skyldueign hvernar glæsi konu

ÖKKLASKÓR

Fallegir skór með slaufu frá Karen Millen

ÓMISSANDI kjöll frá Whistles

FLOTT

támjóstígvél ómissandi eign úr Shoe Studio

GLÆSILEG taska með dýramynstri úr Karen Millen





Whistles
í jólaaskapi

30%
afsláttur af
öllum vörum
1.-10. des.

Whistles er breskt merki sem sérhæfir sig
í einstökum og fágúðum stíl.

Whistles | Kringlunni | s. 517-5790 | www.whistles.co.uk

PRJÓNADUR Dásamlega fallegur svartur prjónakjöll úr Whistles.

GRÁR Mynstraður svartur og grár kjöll úr Whistles.

Dásamlegir hátíðarkjólar

Jólin nálgast óðfluga og jólaböllin og hlaðborðin með. Á þessum tíma er nauðsynlegt að eiga að minnsta kosti einn fallegan jólakjól. Úrvalið er mikið en vinsælasti kjöllinn í ár verður eflaust hinn svokallaði „babydoll“ kjöll sem er hvorki of stuttur né of síður. Hann er til í mörgum útfærslum í verslunum bæjarins hvort sem hann er bleikur og krúttlegur eða svartur og klassískur. Vinsælustu litirnir eru grár, hvítur, svartur og daufir litir í bland.

HVÍTUR Sætur kjöll úr Spúútnik.

HLÝRALAUS MEÐ SLAUFU Kvenlegur og glæsilegur fyrir jólaboðin. Fæst í Warehouse.

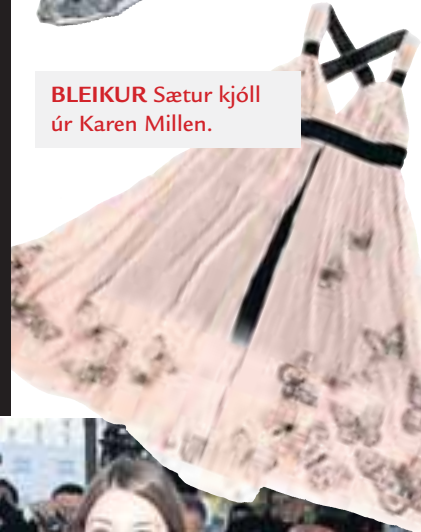
SVARTUR OG KLASSÍSKUR Kjöll sem gengur bæði hversdags og í jólaboðið. Fæst í All Saints.

RÓMANTÍSKUR Fallegur grár kjöll með svörtum blúndum úr Karen Millen.

SOFIA COPPOLA Hún á þá ófáa, babydoll kjólana og hér er hún í einum fallegum svörtum á rauða dreglinum. MYND:GETTY IMAGES



BLEIKUR Sætur kjöll úr Karen Millen.





Helgartilboð

Ullarkápa 16.990
Roma buxur 7.990

oasis

KRINGLAN | SMÁRALIND | DEBENHAMS

www.oasis-stores.com

Tískuíkon #6

MADONNA

Það er óhætt að fullyrða að engin kona hefur komist með tærnar þar sem Madonna hefur tískuhælana undanfarin tuttugu og fimm ár. Alveg frá því að hún komst fyrst í sviðsljósið árið 1982, hefur hún verið sannkölluð táknmynd tískunnar og er enn. Fyrsta „lúkkið“ sem Madonna gerði vinsælt voru víðar blúndu blússur sem hingu yfir berar axlir og óhemju mikið af skartgripum, til dæmis stórir kaþólskir krossar um hálsinn og armbönd sem náðu nánast upp að olnboga. Skömmu síðar kom hún fram á korseletti með knallstuttar ljósar krullur og dökkar og miklar augabrúnir. Það leið ekki á löngu þar til hún byrjaði að hneyksla með djarfri og óheftri framkomu, sem stundum þótti móðgun við siðgæði og kristna trú og þetta kórónaði hún með bókinni *Sex* sem kom út árið 1992, en í henni var Madonna að kanna eigin kynhneigðir á mjög opinskáan hátt. Með aldrinum, og barneignum, róaðist Madonna. Hún leitaði inn á við. Fann Kabbala trú, hóf að skrifa barnabækur, iðka jóga af kappi og leggja mannúðarmálum lið. Eftir tvö ár verður Madonna fimmtug, en hún virðist eldast eins og Dorian Gray, sem sagt – eldast ekki. Hún býr yfir óþrjótandi lífsþorsta sem lýsir sér m.a. í því hvernig hún endurskapar sjálfa sig reglulega. Það er varla til sú hárgreiðsla sem Madonna hefur ekki prófað, og hvað fatastíllinn varðar þá er það oft en ekki hún sem setur línurnar fyrir það sem koma skal. Til dæmis má nefna fatalínu sem hún hannaði í samstarfi við Hennes & Mauritz, en nú í haust hafa vegfarendur í flestum stórborgum erlendis fengið að sjá risa auglýsingar af Madonna í fötum eftir sjálfa sig. Madonna er án alls vafa, mesta tískufyrirmynd síðari hluta tuttugustu aldar og fyrsta áratugar þessarar. Og hver veit ... kannski heldur hún bara áfram?



Vönduð spariföt

í miklu úrvali



Gildir til 31. desember eða á meðan birgðir endast.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla



Jóhanna Sveinsdóttir
segir kynjasögur

Barbí og Spartakus

Þegar ég kveikti á sjónvarpinu eitt kvöldið ekki fyrir löngu síðan, blöstu við mér á skjánum smjöráðir strákar í boxer buxum. „Jei!“ hugsaði ég. „Naktir karlmenn.“ Ég hækkaði í sjónvarpinu, kúrði mig ofan í sófa og hóf að dæma hvern geldrenginn á fætur öðrum eftir ummáli, stærð og sætleika. Og ég skammaðist mín ekkert fyrir það, enda voru drengirnir að keppa í fegurð og biðu því berir á brókinni eftir dómi um hver yrði næsti Herra Ísland.

Þegar piltarnir örkuðu fram og til baka á sviðinu með Colgate hvítt bros, tónaða vöðva og kúkabrúna kroppa byrjaði ég að tístá af hlátri þar sem mér fannst þetta frekar hallærislegt sjóv. Mér fannst ég vera að horfa á bronssteypta spartakusa með strípur og velti fyrir mér hvort slíkar bronsstytur vöppuðu í alvöru um í hinu venjulega samfélagi.

Ég verð nú að viðurkenna að áhugi minn á Herra Ísland keppninni minnkaði töluvert að lokinni nærfatasýningu. Fljótlega var mér farið að standa á sama um hver yrði næsta Sykurhúðaða sætabrauð Íslands og fór að sinna öðrum verkefnum.

Daginn eftir keppnina miklu sat ég að snæðingi með félögum mínum í hádeginu þar sem rætt var um fegurðarsamkeppnir. „Mér finnst bara fánalegt hvað þessar keppnir móta einhverjar steríó- týpur um hvernig fólk á að líta út. Hver lítur svona út?“ spurði einn sessunauturinn og stakk upp í sig pastaskrúfu. Ég kippiti mér nú ekki upp við þessa algengu skoðun á fegurðarfólki enda hefur hún oft komið upp í kringum keppnir kvenna í fegurð. Það sem kom kannski helst á óvart var að þessi skoðun, í þetta skiptið, kom úr munni karlmanns. Og hann var hvorki ljótur, bitur, né samkynhneigður eins og loðir oft vafasamlega við þær konur sem setja sig upp á móti fegurðarsamkeppnum. Ég horfði því agndofa á sessunaut minn tryggja pastaskrúfunu og var virkilega hissa á því að strákur tæki næri sér að annar strákur sprangaði um brúnn á sviði í þröngri spíðó og hnyklaði vöðvana í árlegri kjöstykkjakeppni.

Strákum, alveg eins og stelpum, finnst upp að vissu marki niðrandi þegar einn úr þeirra röðum er valinn til að gegna hlutverki þess fallegasta. Það fer alveg jafn mikið í taugarnar á strákunum, eins og okkur stelpunum, að með fegurðarsamkeppnum sé ómeðvitað verið að búa til einhvers konar steríótýpu af hvoru kyni fyrir sig. Við stelpurnar erum kannski vanari því þar sem keppnir fyrir okkar kyn hafa verið við lýði áratugum saman. En þegar keppnir um Herra Ísland fara að verða meira áberandi, rísa strákar upp, fussa yfir brúnku-meðferðum í g-streng, bringuvaxi og vöðvahnyklun og spyrja sjálfa sig hvar þessa menn sé eiginlega að finna í samfélaginu.

Til hamingju strákar. Þið sem kvartið daglega undan því að skilja ekki konur, þá skiljið þið okkur allavega á þessu sviði. En ég get þó veitt ykkur þá huggun að flestum okkar skvísanna finnast þessar Spartakuskeppnir ákaflega bjánalegar. Og ég held í þá von að ykkur finnst það sama um Barbídukkukeppnirnar sem troðið er upp á okkur.

Til að minna okkur á að við erum alltaf fallegust einsog við erum varpa ég fram speki vikunnar; Líkamleg fegurð friðar ekki heiminn. Maður þarf ekki að sofa í ljósabekk til að hafa gaman af ferðalögum og lestri góðra bóka.

Hvað kveikir í okkur?

Gerð var bresk könnun meðal karla og kvenna á því hvað kveikti mest í fólk. Tekin voru saman tuttugu atriði um það helsta sem kveikir í okkur.

1. **Kossar**
2. Sokkar og sokkabönd
3. Þriggja daga *skegg*
4. Súkkulaði
5. **Hjúkkur**
6. Venjulega stelpa í næsta húsi
7. Ást
8. Vera sagt hversu gott það er
9. **Daður** með smáskilaboðum
10. Hetjur, aðallega **löggu** og **slökkviliðsmenn**
11. Sjá **glitta** í nærbuxur
12. Þeyttur rjómi
13. Innra lærið
14. **Mótorhjól**
15. Brjóstahaldarahlýri



16. Nudd
17. Þegar **augnsambandi** er haldið **aðeins** of lengi
18. Frumkvæði
19. Hlátur
20. Falleg og **stinn** karlmannsbók

stjörnuþá

★ ★ ★
1. - 7. desember

HRÚTUR 20. MARS – 19. APRÍL

Undanfarið hefur þú reynst góður vinur í raunum annarra. Fyrir vikið hafa eigin vandamál setið á hakanum. Fljótt mun greiðinn verða launaður af góðum vinum.



NAUT 20. APRÍL – 20. MAÍ

Nautið verður á ferð og flugi í desembermánuði. Nautið ætti að njóta þessa ástands enda ekki oft sem hægláta nautið nennir að þeytast svo mikið.



TVÍBURI 21. MAÍ – 20. JÚNÍ

Mikil vinna er framundan í desember hjá tvíburanum en hann ætti þó ekki að láta það á sig fá. Dugnaðurinn fer ekki fram hjá neinum og umbunin verður eftir því.



KRABBI 21. JÚNÍ – 22. JÚLÍ

Loksins, loksins, er krabbinn kominn á rétt ról og tilbúinn að sletta úr klaufunum. Nýjar ástir myndast og vínattubönd styrkjast. Njóttu þess sem koma skal.



LJÓN 23. JÚLÍ – 22. ÁGÚST

Innsæi ljónsins segir að best sé að halda leyndarmálum og fréttum út af fyrir sig. Á innsæi skaltu hlusta kæra ljón, treystu á sjálf þig og farðu eigin leiðir.



MEYJA 23. ÁGÚST – 21. SEPT.

Hafi meyjarnar verið að reyna að kaupa eða selja fasteign en ekkert gengið þá munu fljótt verða breytingar á því. Meyjan þarf að vera tilbúin til að taka ákvörðun með engum fyrirvara.



VOG 22. SEPT. – 22. OKT.

Sambönd verða í brennidepli hjá voginni það sem eftir lifir mánaðar. Best er að taka upp viðkvæm málefni strax áður en sprengjan springur og allt fer í háaloft.



SPORDDREKI 23. OKT. – 21. NÓV.

Stórar ákvarðanir biða sporðdrekans sem tengjast fjölskyldu, búsetu, atvinnu eða öðru jafn stóru. Sporðdrekin vill festa eina eða tvær rætur og ætti ekki að hræðast það.



BOGMAÐUR 22. NÓV. – 21. DES.

Bogmaðurinn hefur hér tækifæri til að koma lífi sínu í þær skorður sem hann helst óskar sér. Bogmaðurinn ætti að láta neikvæðar dylgjur annarra sem vind um eyru bjóta.



STEINGEIT 22. DES. – 19. JAN.

Út vikuna hefur steingeitin völd til að gera allt sem hún óskar sér. Samfæringskraftur steingeitarinnar er mikill og því á hún auðvelt með að fá aðra með sér í lið.



VATNSBERI 20. JAN. – 18. FEB.

Vatnsberinn ætti að halda vel um bodduna í byrjun mánaðar. Nokkuð verður um óvænt útgjöld þennan jólamánuðinn og því ekki skynsamlegt að eyða í óþarfa.



FISKAR 19. FEB. – 20. MARS

Áætlanir og verkefni komast loks á fljúgandi ferð, fiskunum til mikillar gleði. Fiskunum munu berast margar ánægjulegar og góðar fréttir.





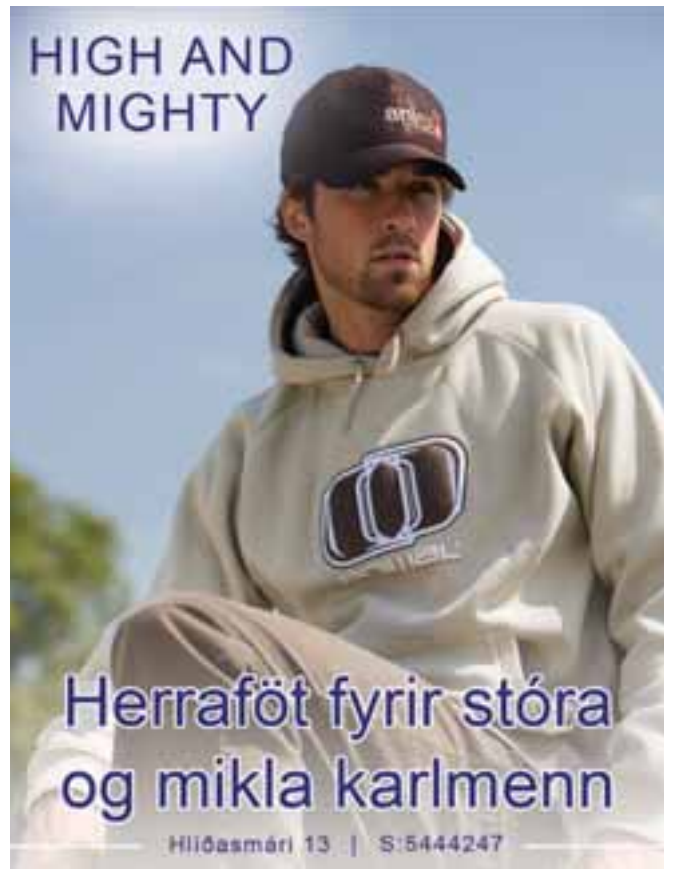
Sparipeysur

Peysur, bolir
og toppar
við öll
tækifæri,
mikið úrval!

Diza

Laugavegur 44 • Sí: 561-4000 • www.diza.is

HIGH AND MIGHTY



Herraföt fyrir stóra
og mikla karlmenn

Hlíðasmári 13 | Sí: 5444247



igma
verslun

IGMA ER FLUTT OG HEFUR
OPNAÐ NÝJA OG GLÆSI-
LEGA VERSLUN UNDIR
NAFNINU MINERVA.

VERIÐ VELKOMIN Í FAXAFENIÐ
ÓPIÐ MÁN-FÖS KL. 11-18
OG LAU KL. 11-16
SÍMI: 553 1144

MINERVA

Prinsessan

Verslun/mjódd • 5674727 • www.prinsessan.is



Stelpujólakjólur og skór
Dömkjólur og drengjaspariföt



Hjartamagnyl einu sinni á dag

Vægur skammtur af magnyl, svokallað hjartamagnyl eða barnamagnyl, getur komið í veg fyrir hjartaáfall. Magnylið er blóðþynnandi og hindrar að blóðkekkir myndist sem geta svo stíflað kransæðar.

Mælt er með einni töflu á dag en hafa skal samráð við lækni áður en byrjað er á reglulegri notkun.

Viðvörðun á vínflöskur

Þrjár milljónir Evrópubúa lifa við einhvers konar heilsuleysi og sjúkdóma sökum áfengisneyslu móður á meðgöngu. Á hverju ári eykst þessi tala um 45 þúsund manns. Þetta kom fram á alþjóðlegri ráð-



stefnu sérfræðinga um áfengisvandann í Finnlandi á dögnum. Þar kom einnig fram að sérfræðingar telja að neysla á meðgöngu sé aðalástæða félagslegra og geðrænna vandamála barna í Evrópu. Áfengið fer beint í fóstrið gegnum fylgjuna og getur skaðað fóstrið, valdið fósturláti og valdið barninu sjúkdómum síðar á lífsleiðinni. Nú vill Frakkland setja viðvörðun við drykkju á meðgöngu á vínflöskur, eins og á sigarettupökkum. Í fyrra byrjuðu síðan franskir skólar að fræða nemendur um hættuna á áfengisneyslu á meðgöngu. Í Frakklandi neyta um fjórutíu prósent kvenna áfengis á meðgöngu og bara einn fjórði lækna hvetur barnshafandi konur til að hætta að drekka. Þetta vandamál er mun minna á Norðurlöndunum og á Íslandi en þó gætum við séð þessa viðvörðun á vínflöskum hér á landi þegar fram líða stundir.



Töff skart, töskur, beltí, snyrtivörur, hárskraut, sokkar, húfur, vettlingar, treflar og margt sniðugt fyrir jólasveinana

**Jóla-
gjafirnar
fást í
Twizzt**

Twizzt skart og fylgihlutir
Firði Hafnarfirði og Glæsibæ

Hress og hraust í ræktina og vinnu með *Lifestream* Spirulina!

Daði R. Kristleifsson, 18 ára
Lifestream Spirulina gefur mér
mjög mikla orku en ég finn ótrúlega
mikinn mun þegar ég tek það inn.
Þó svo að ég borði mjög hollt fæði er
það Spirulina sem gerir mér kleift
að hafa orku í allt sem þarf að gera
en ég er í skóla, vinnu, líkamsrækt
og æfi fótbolti. Hef miklu meiri
úthald og er hressari á morgnana.

Lífrænt Fjölvítamín

29 vítamín og steinefni · 18 aminosýrur · Bláðgræna · Omega
GLA fitusýrur · SOD eitt öflugasta andoxunarensím líkamans
Eingöngu lífræn næringarefni tryggja betri upptöku og nýtingu í líkanum.

Greinilegur munur eftir
nokkra daga inntöku

Aukið úthald, þrek og betri líðan

Til að fá jafnmikið af nokkrum völdum næringarefnum og í dagskammti
af Lifestream Spirulina þarf að borða:

- 7 gulrætur (betakarótín)
- 1 skál af fersku spinati (járni)
- 1 skál af hiðishrisgrjónum (kalíum)
- 1 glas af mjólk (kalk)
- 125gr. nautakjöt (prótín + B12 vítamín)
- 30gr. hveitigrassafa (bláðgræna)
- 1 hylki Kvöldvorósalía (GLA fitusýrur)

Styrkir þjótt líkamann gegn kvefi og flensu

WHO Alþjóðlega Heilbrigðisstofnunin telur hágæða Spirulina ákjósanlegan
næringarauka fyrir börn og fullorðna. Mörg hundruð rannsóknir hafa verið gerðar á
Spirulina og fjöldi þeirra hefur birst í virtum visindaritum. Lifestream Spirulina eflir
einbeitingu, gefur orku, dregur úr pirringi, sleni og sætindabörf.
Gott fyrir alla sem eru í vinnu, námi og vilja halda línunum í lagi.

Súrefnistæmir umbúðirnar til að vernda næringarefnin.

Lifestream þörunarnir eru ómengaðir vegna þess að þeir eru ræktaðir í
ferskvatni eftir ströngum gæðastaðli. ISO9001 · ISO14001



NÓATÚN

H A M R A B O R G

NÓATÚN

H A M R A B O R G

NÓATÚN

H A M R A B O R G

***Mikið úrval af
jólagjöfum fyrir
yngstu börnin.***



Hamraborg 7

www.modurast.is Sími 564 1451



**Börn óska eftir
styrktarforeldrum**

Við veitum munaðarlausum
börnum heimili til frambúðar.

Vertu með í að búa börnum
betri framtíð og gerstu
styrktaraðili hjá
SOS-barnaporpunum.



SOS-barnaporpin

Sími: 564 2910 - www.sos.is



Vorum að taka upp nýjar vörur
frá Vanity Fair

Frábær verð og gæði - Persónuleg þjónusta

Opnunartími
Mán - fös 11-18
Lau 11-14

Vanity Fair



Hamraborg 7 Kópavogi Sími 544 4088



Blóm og
gjafavara
í miklu
úrvali

18 RAUÐAR RÓSIR
SIA • BROSTE • CULT DESIGN
LEONARD • BYNO
Hamraborg 3 • Sími 554 4818



Ævintýralegar fiskbúðir

- Hamraborg 14a
- Skipholt 70
- Höfðabakka 1
- Sundlaugavegi 12
- Háaleitisbraut 58-60
- Vegamótum (Nesvegi 100)

Ferskar Ítalskar
kaffibaunir
fyrir vandláta

mölum á staðnum



BONOMI
KAFFI

KAFFIHÚS - TAKE AWAY

Glæsileg ítölsk gjafavara, kaffibollar,
morgunverðasett og margt fleira.



PROFESSIONAL

Hágæða ítalskar kaffivélar frá Quick Mill fyrir
heimil, fyrirtæki og stofnanir.
Alvöru espresso með þykki kaffifroðu eða
mildara, alveg eins og þú vilt, nákvæmlega
eins og á bestu kaffihúsunum.



KAFFIBÚÐIN

Hamraborg 1, sími 5546054, www.kaffibudin.is

Uppruni
hlutanna

Aðventuljós

- hefðin sem við gerðum að okkar eigin

Aðventuljósín, sem skreyta hvern glugga á aðventunni, eiga rætur sínar að rekja til fornra gyðingaljósa. Talan sjö er heilög tala og voru sjö arma kertastjakar notaðir til að skreyta musteri. Stjakarnir sjálfir áttu að tákna brennandi runnann eins og hann birtist Móse í Gamla testamentinu.

Tilurð þeirra hér á Íslandi er ekki jafn heilög. Samkvæmt grein Árna Björnssonar á Vísindavefnum var það kaupmaðurinn Gunnar Ásgeirsson sem fyrstur allra kom með ljósín til landsins. Árið 1964 var hann í verslunarferð í Svíþjóð og fann þar sjö arma ljósaskreytingar sem honum fannst tilvaldar sem gjafir fyrir gamlar frænkur sínar. Ljósín vöktu mikla lukku og tveimur árum síðar var hann farinn að flytja þau inn og selja grimmt.

Svíar voru mun lengur að kveikja á aðventuljósunum og það var ekki fyrr en um 1980 að þau urðu vinsæl þarlendis. Á Íslandi hafa hins vegar ekki verið jól án aðventuljósa í þrjátíu ár. Má ætla að ljósín hafi snert streng í þjóðarsálinni sem fyrir var, streng sem fastur var í kerti í gluggakistu, kerti sem aðeins fékk að loga á jólanótt. Gott ef þetta kerti vísaði ekki afvegaleiddum sjómönnum leiðina heim, samkvæmt þjóðsögunni. Engin furða að ljósín fái að loga. Ef eitt ljós getur bjargað lífi heillar áhafnar, ímyndið ykkur hverju sjö ljós geta áorkað.



Íslendingar þurfa líka að fylgjast með!

REYKJAVIK.COM

REYKJAVIKMAG

Íslendingar og útlendingar fá allar **upplýsingar á ensku** um allt það sem **heimsborgin Reykjavík** státar af á hverjum tíma.; **menningarviðburðir**, tónleikar, **skemmtistaðir**, veitingastaðir, söfn, gallerí, **tíska**, verslanir og **næturlíf**.

Wine on Ice:

Ískaldur og skemmtilegur drykkur

Nýjungar á íslenska áfengismarkaðinum eru yfirleitt fólgnar í því að nýjar tegundir og árgangar af vínnum koma fram á sjónarsviðið. Í sterkum vínnum eru það einna helst mismunandi "skot" sem koma á markað og blanda af sterku áfengi og gosi sem svo vinælar eru, sérstaklega meðal yngra fólks.

Nú er komið á markaðinn hér á landi alger nýjung sem ber heitið W.O.I. Skammtstöfunin stendur fyrir "Wine on Ice" sem gefur til kynna að drykkisins sé best að neyta þegar hann er ískaldur. W.O.I er þýskur drykkur, blanda til helminga af hvítvíni og sítrónusafa. Blanda sem getur af sér afskaplega ferskan og skemmtilegan drykk sem ekki er bara gott að sötra heldur hentar einnig ágætlega með léttum réttum og jafnvel sem fordrykkur. Það sem kemur einna mest á óvart er hve "eldra" fólk hefur tekið þessum drykk vel og eru margir sem kjósa hann fremur en t.d. bjór.

Í samanburði við gosblandað sterkt áfengi má því segja Meira, sterkara, ódýrara og..... færri kalóríur! Drykkurinn fæst í 350 ml. dósum og er 6,5% að styrkleika.

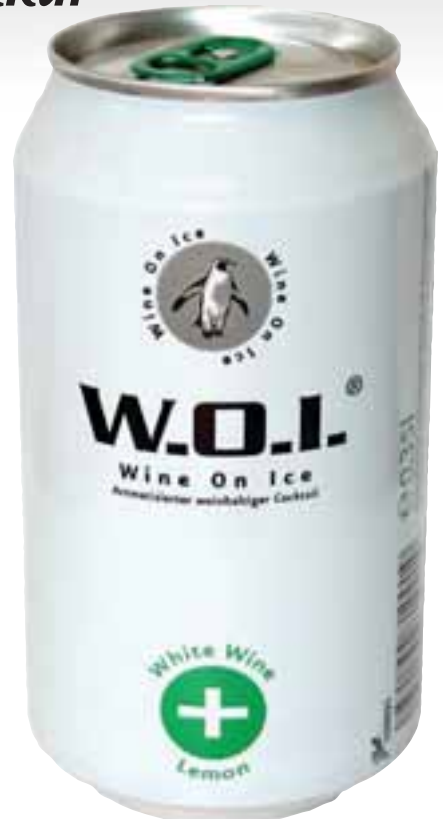
Verð í vínbúðum 274 kr.




"Skemmtilegur svaldrykkir, freyðir á tungu.
Sítrónuferskleiki og sæmilega langt eftirbragð."

Einar Thoroddsen

"Kom mér á óvart hversu ferskt þetta var, fínt fyrir unga fólk (sem komið er á aldur)."

Smakkarinn.is



		64		BRÁK	VAFI	↙	GLJÁI	GYLTA	HRÆÐSLA	ÞRÓUNAR-STIG SKORDÝRA			
		MP & BH					FYRSTUR						
		→											
		ÁA					ERLENDIS				NÚLL	↓	JARÐEFNI
		JARÐRÍKIS					ÁFENGUR DRÝKKUR						
	SETIS	BAUG				5		BOTNVARPA					
		ÞYRPIŊ						EINS UM R					
KLETTUR					LÚTIL AUSA					4	TVEIR EINS		
					VÍSDÓMUR						TEYGUR		
TILVERA				SPARSÖM			3		SJÚKDÓMUR				
				KEYRSLA					ÞEKKJA LEIÐ				
TÍÐ						LYFTIDUFT				BLUND			
						ANDVARI				LEÐJA			
EINN		HÖKU-TOPPUR						ENGI					VEITT EFTIRFÖR
		MÁ TIL						ÁVÖXTUR					
SJÓ			SJÁÐU	1			EFNA-SAMBAND					ÖRN	
			ANGAN										
SMÁU	HEITI						MÆLIKVARDI Á ÞRÝSTING						
	Á FÆTI						ÍÞRÓTTA-FÉLAG						
↘					KRAFTUR				PLANTA	2			
BRAGAR-HÁTTUR						OFN							



LEYSTU KROSSGÁTUNA!

ÞÚ GÆTIR UNNIÐ HEIMILDAR-MYNDINA "ÞETTA ER EKKERT MÁL" UM GOÐSÖGNINA JÓN PÁL Á DVD!

Þú sendir SMS skeytið JA SVAR LAUSNARORÐIÐ á númerið 1900!
 Dæmi hvernig SMS gæti lítið út ef svarið er Jón.
 Þá sendir þú SMS-ið JA SVAR JON.

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

Imodium®

(lóperamíð)



Við bráðum niðurgangi

Fæst án lyfseðils

Imodium® (lóperamíð), töflur, mixtúra.

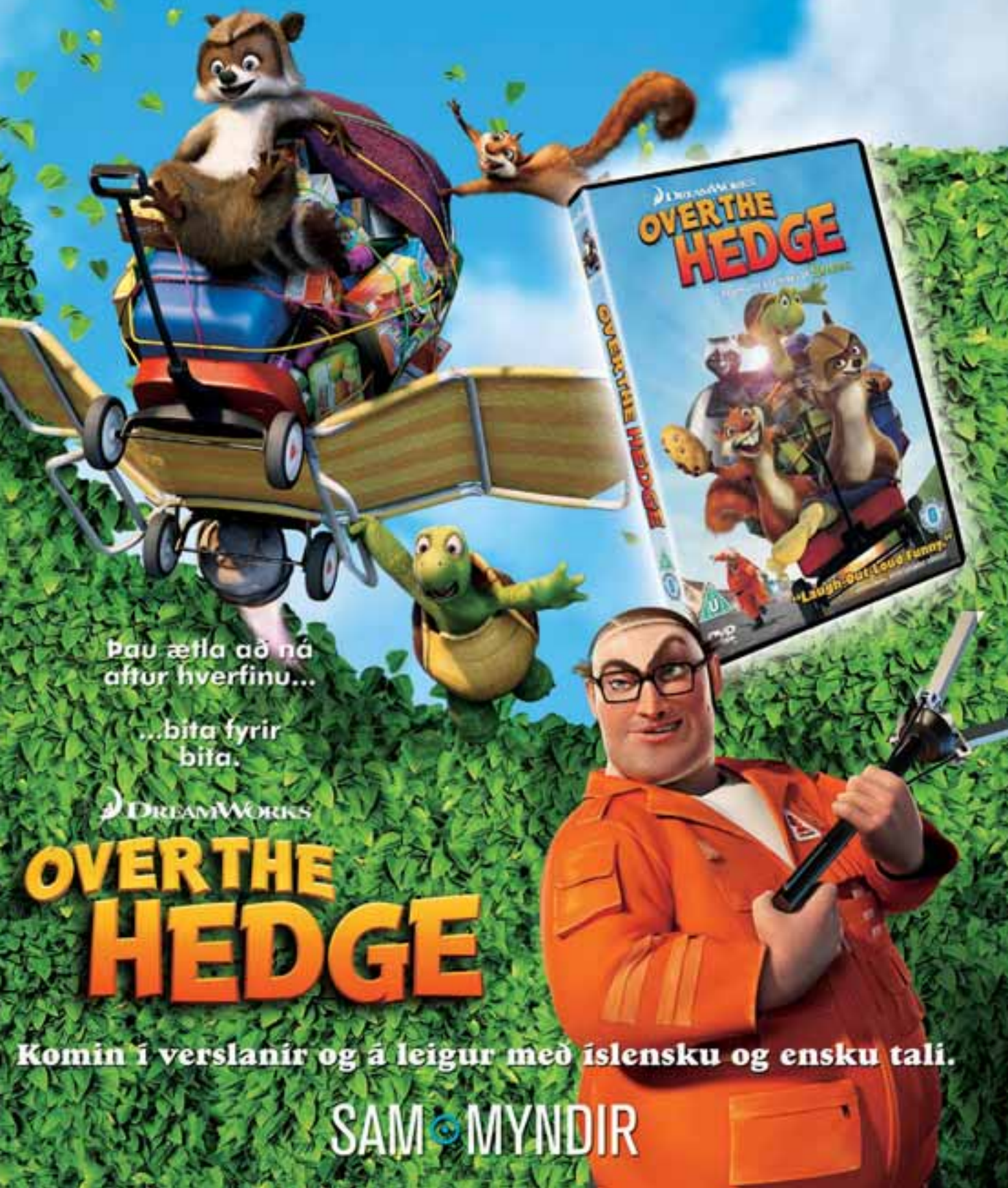
Ábendingar: Bráður niðurgangur (skammtímameðferð). Langvarandi alvarlegur niðurgangur, þ.m.t. niðurgangur vegna of hraðrar tæmingar s.s. hjá sjúklingum með dausgarnaraufun eða heilkenni sturtæmingar maga. **Skammtar og lyfjagjöf:** *Bráður niðurgangur:* Byrja skal meðferðina með 2 töflum (4 mg) (eða 20 ml af mixtúru), en skömmtun er síðan 1 tafla (2 mg) (eða 10 ml af mixtúru) efiur hverja hægðalosun með niðurgangi, þó ekki þéttar en á 2-3 klst. fresti. Sólarhringsskammtur á ekki að fara yfir 8 töflur (16 mg) (eða 80 ml af mixtúru). *Langvarandi niðurgangur:* Skömmtun er í upphafi 2 töflur (4 mg) (eða 20 ml af mixtúru). Skömmtun er síðan einstaklingsbundin á bilinu 1-8 töflur (2-16 mg) (10-80 ml af mixtúru) á sólarhring. Viðhaldsskömmtum verður að

halda í lágmarki og er oftast nóg að gefa 1-2 skammta á dag. Sólarhringsskammtur á ekki að fara yfir 8 töflur (16 mg). Ekki þarf að stilla skammta fyrir aldráða eða sjúklinga með skerta nýrnastarfsemi. *Börn 8 ára og eldri:* Skömmtun er einstaklingsbundin, 2-12 mg á dag. Lyfið er ekki ætlað börnum yngri en 8 ára. **Sérstök varnadarorð og varúðarreglur við notkun:** Við langvinna bólgu-sjúkdöma í þörmum getur lyfið dulið einkenni um skyndilega versnun. Lyfið hefur einungis áhrif á sjúkdómseinkenni. Ef sjúklingur hefur háan hita eða blóð í hægðum og ef meðferð á að vera langvarandi, þarf að finna og meðhöndla undirliggjandi orsök eins og kostur er. Imodium meðferð skal stöðva við merki um hægðatregðu eða önnur merki um ófullnægjandi þarmahreyfingar. Sjáist klínískur bati ekki innan tveggja

sólarhringa við bráðan niðurgang, á að hætta gjöf Imodium og þuga aðra meðferð. Hjá alnæmissjúklingum á meðferð með Imodium á að stöðva meðferð við fyrstu merki um þanninn kvíð. Tilkynnt hefur verið um einstaka tilvik eitrunarstörrisils hjá alnæmissjúklingum með ristilbólgu af völdum sykingar, bæði veiru- og bakteríusykingar, sem fengu meðferð með lóperamíð hýdróklóríði. Imodium á að nota með varúð hjá sjúklingum með skerta lifrarstarfsemi vegna skert umbrots við fyrstu umferð gegnum lifur. Fylgjast á sérlega vel með þessum sjúklingum með tilliti til hugsanlegra eiturráfrifa á miðtaugakerfi. Engar upplýsingar eru þó fyrirliggjandi um lyfjahlvörf. **Umboð á Íslandi:** Vistor hf., Hörgatún 2, 210 Garðabær. **Lesið vandlega fylgiseðil sem fylgir með lyfinu.**

FRÁ FRAMLEIÐENDUM SHREK & MADAGASCAR

Bruce Willis Garry Shandling Avril Lavigne Steve Carell William Shatner Wanda Sykes Nick Nolte



Þau ætla að ná
aftur hverfinu...

...bita fyrir
bifa.

DREAMWORKS

OVER THE HEDGE

Komin í verslanir og á leigur með íslensku og ensku tali.

SAM MYNDIR

SKEMMTIDAGSKRÁ TIL STYRKAR BÁGSTÖDDUM BÖRNUM

Þessa dagana stendur UNICEF fyrir degi rauða nefnsins sem mun ná hámarki með skemmtidagskrá þann 1. desember í opinni dagskrá á stöð 2 kl. 19.40. UNICEF ætlar að hvetja alla Íslendinga til að gerast heimsforeldrar og með því að ganga í lið við UNICEF getur fólk glatt fátæk börn um heim allan. Dagskráin mun standa til 23.35 og munu landsþekktir einstaklingar stíga á stökk og skemmta landanum með gríni og söng og í leiðinni hvetja alla til að styrkja bágstödd börn. Meðal þeirra eru Edda Björgvins, Óskar Jónasson, Ólafía Hrönn, leikarnir úr Sigtinu, Búbarnir og Spaugstofan, Lay Low, Bryndís Ásmundsdóttir og Halla Vilhjálmisdóttir og fleiri góðir. Þáttastjórnendur eru Sveppi og Ilmur Kristjánsdóttir. Ilmur lofar góðum þætti. „Ég hlakka mjög mikið til að stjórna þættinum með Sveppa. Þarna verður einvalið grínista og skemmtikrafta að skemmta landanum og

einnig sýnum við myndskreið frá ferðum Íslendinga til Afríku. Þannig að það verður fín lína á milli hláturs og gráts.“ Ilmur bendir á að framvegis verði Dagur rauða nefnsins árlegur viðburður á Íslandi. Aðspurð hvort Ilmur sé sjálf heimsforeldri er hún ekki lengi að svara. „Ég er löngu búin að gerast heimsforeldri og hvet alla til að gera hið sama.“ Leikstjóri þáttarins er Silja Hauksdóttir.



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

An advertisement for the movie 'Skolad í Burtu'. It features cartoon characters from the movie, including a yellow alien-like character with large eyes and a character holding a red ball. A mobile phone is shown with a text message on the screen that says 'SMS LEIKUR'. The text '9 HVER VINNUR!' is in a blue circle. The DreamWorks & Aardman logo is at the top right. The title 'Skolad í Burtu' is in large blue letters. Below the title, it says 'SENDU SMS SKEYTID JA SBB Á NÚMERID 1900 OG ÞÚ GÆTIR UNNID BIÓMÍÐA!' and 'VINNINGAR ERU BIÓMÍÐAR, DVD MYNDIR, TÖLVULEIKIR OG MARGT FLÉIR'. Logos for 'BÍÓ' and 'SAMBÍÓN' are at the bottom right. A small text at the bottom says 'Vinningar verða afhendir hjá BT Smáralind. Kópavogi. Með því að taka þátt ertu kominn í SMS klúbb. 99 kr/skeytið.'



SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN



SIRKUS TV



▶ **17.03 The Simpsons**
STÖÐ 2



▶ **21.45 Sirkus Rvk** SIRKUS



▶ **22.15 Kill Bill** STÖÐ 2
BÍO



▶ **16.20 Beverly Hills 90210** SKJÁR EINN



▶ **23.00 Hedwig**
SJÓNVARPIÐ

17.00 Jóladagatalið - Stjórnustrákur

17.15 Leiðarljós

18.00 Táknmálsfréttir

18.10 Snillingarnir (12:18)

18.35 Safnamýsna (4:6)
Finnur brúðumyndaflokkur.

18.45 Jóladagatalið - Stjórnustrákur Ævintýri eftir Sigrúnu Eldjárn. Leikstjóri er Kári Halldór og aðalhlutverk leika Guðfinna Rúnarsdóttir, Kristjana Pálsdóttir og Sigurþór Albert Heimisson. Dagskrárgerð: Jón Egill Bergþórsson. e.

19.00 Fréttir, íþróttir og veður

19.35 Kastljós

20.10 Síðustu orð Hreggviðs Stuttmynd frá 2004 eftir Grím Hákonarson. Morgunblaðið stendur á tímamótum og þrýst er á ritstjóra þess, Sturlaug Jóhannesson, að færa blaðið nær nútímanum. En þegar ófga-hægrimaðurinn Hreggviður ris upp frá dauðum til að andmæla ritstjórnarstefnunni vandast málið. Meðal leikenda eru Þorsteinn Gunnarsson, Guðrún Gísladóttir, Ívar Örn Sverrisson, Þorsteinn Guðmundsson og Þorvarður Helgason. Framleiðandi: Boris Film.

20.35 Todmobile á tónleikum Bein útsending frá útgáfu-tónleikum hljómsveitarinnar Todmobile í myndveri Sjónvarpsins. Stjörn útsendingar: Egill Eðvarðsson.

21.25 Bergkristall Þýsk bíómynd frá 2004 um tvo krakka sem reyna að sameina foreldra sína með því að láta sig hverfa á fjöllum á aðfangadagskvöld. Leikstjóri er Joseph Vilmaier og meðal leikenda eru Dana Vávrová, Daniel Morgenroth og François Göske.

23.00 Hedwig og reiða restin

0.30 Höldum lífi

0.55 28 dagar

2.35 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

6.58 Ísland í bítið

9.00 Bold and the Beautiful

9.20 Í finu formi 2005

9.35 Oprah

10.20 Ísland í bítið (e)

12.00 Hádegisfréttir

12.40 Neighbours

13.05 Valentína

13.50 Valentína

14.35 Jamie Oliver - með sínu nafi (8:26)

15.00 Extreme Makeover: Home Edition (19:25)

15.50 Nýja vonda nornin

16.13 Hestaklúbburinn

16.38 Skrímslaspilið

17.03 Simpsons

17.28 Bold and the Beautiful

17.53 Neighbours

18.18 Íþróttir og veður

18.30 Fréttir, íþróttir og veður

19.00 Ísland í dag

19.40 Dagur rauða nefnsins

20.30 X-Factor Stærsti sjónvarpsviðburður í sögu Stöðvar 2. X-Factor er einstök sönghæfi-leikakeppni þar sem keppendur eru á öllum aldri, allt frá sextán ára og upp úr. Einstaklingar og hópar taka þátt í keppninni og reyna að sannfæra dómara Einar Bárðarson, Elly og Pál Óskar um að þeir eigi erindi í sjálfa úrslitakeppnina sem fram fer í Smáralindinni.

21.25 Dagur rauða nefnsins Bein útsending sem haldin er vegna söfnunarártaks UNICEF á Íslandi handa bággstöddum börnum í Afríku.

23.35 Six Days, Seven Nights

1.15 Garage Days

2.55 Simpsons

3.20 Ísland í bítið e

4.55 Fréttir og Ísland í dag

6.30 Tónlistarmyndbönd frá Popp TÍVÍ

1.12 2006 Föstudagur

7.00 6 til sjö (e)

8.00 Rachael Ray (e)

8.45 Sigtíð (e)

15.00 The King of Queens (e)

15.30 Queer Eye for the Straight Guy (e)

16.20 Beverly Hills 90210

17.05 Rachael Ray

18.00 6 til sjö

19.00 Everybody Loves Raymond (e)

19.30 Toppskífan Glænýr tónlistarþáttur þar sem söngstjarnan Heiða kynnir vinsælustu tónlistina á Íslandi í dag og fær til sín góða gesti.

20.10 Trailer Park Boys Þættir um vinina Ricky og Julian sem hafa oft en ekki villst út af beinu brautinni í lífinu.

20.35 Parental Control Stefnumótþáttur með skemmtilegri fléttu. Thomas, kærasti Alexandríu, er ruddalegur rokkari sem leggur það í vana sinn að pissa á almannaferi.

21.00 The Biggest Loser Bandarísk raunveruleikasæria þar sem fitubollur berjast við bumbuna. Fimm fitubollur eru eftir og taka nú þátt í sérstaklega erfiðri keppni.

21.55 Law & Order: Criminal Intent - Lokabáttur Bandarískir þættir um störf Stórmálasveitar New York borgar og leit hennar að glæpamönnum.

22.50 Everybody Loves Raymond

23.20 Masters of Horror

0.10 Sigtíð (e)

0.40 C.S.I.: Miami (e)

1.35 Close to Home (e)

2.30 Beverly Hills 90210 (e)

3.15 C.S.I.: New York (e)

4.10 Tvöfaldur Jay Leno (e)

5.40 Óstöðvandi tónlist

18.00 Entertainment Tonight e.

18.30 Fréttir NFS

19.00 Ísland í dag

20.00 Wildfire (e) Hin átján ára Kris Furrillo er vandræðauglingur sem fær annað tækifæri í lífinu.

20.45 The Hills (e) Lauren úr Laguna Beach þáttunum er flutt til L.A. og er á leiðinni í skóla. Með skólanum hefur hún ráðið sig í vinnu hjá hinu vinsæla tímariti Teen Vogue.

21.15 Till Death Do Us Part: Carmen (e) Það virðist vera sem nýjasta æðið hjá hjónum í Hollywood sé að gera raunveruleikabætti þar sem hjónakornin opinbera ást sína og gera í því að sýna áhorfendum hversu hamingjusöm þau eru. En einhver álög virðast þó vera á slíkum þáttum þar sem öll þörin virðast skilja um leið og tókum lýkur.

21.45 Sirkus Rvk (e) Ásgeir Kolbeinsson er snúinn aftur með nýjan og betri þátt ásamt nýjum þáttastjórnendum. Ásgeir og co. fylgjast með því sem er að gerast í menningarlífi Reykjavíkur. Áhersla er lögð á nýja staði, spennandi uppkomur, opnanir og frumsýningar; það nýjasta í tiskunni, tónlist, kvikmyndum og almennt í afþreyingarlífinu.

22.15 South Park (e) Þeir eru komnir aftur á skjáinn. 8. serían um Cartman, Kenny, Kyle, Stan og lífið í South Park en þar er alltaf eitthvað furðulegt í gangi.

22.45 Chappelle's Show (e) Grínþættir sem hafa gert allt viltlaust í Bandaríkjunum. Grínistinn Dave Chappelle lætur allt flakka í þessum þáttum og er engum hlíft.

23.15 Pepper Dennis (e)

0.00 X-Files (e)

0.45 The Player (e)

1.30 Entertainment Tonight e.

2.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

NEW SURGI WAX
NEW SURGI HAIR REMOVER
NEW SURGI PROFESSIONAL SKIN CARE
NEW SURGI INVEBLEAM

NÝTT ÚTLIT

ONE TOUCH

Vaxið passar í One Touch tækin



SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN



SIRKUS TV



▶ **19.10 Christine STÖÐ 2**



▶ **00.00 X-Files Sirkus**



▶ **14.00 A Muppet Christmas STÖÐ 2 BÍO**



▶ **22.30 Family Man SKJÁR EINN**



▶ **20.50 The Majestic SJÓNVARPIÐ**

8.00 Morgunstundin okkar
8.01 Fyndin og furðuleg dýr
8.06 Bú! (16:26)
8.17 Lubbi læknir (39:52)
8.29 Snillingarnir (12:28)
8.55 Sigga liggja lá (38:52)
9.05 Tsitsi (2:5)
9.15 Trillurnar (8:26)
9.39 Matta föstra og ímynduð vinir hennar (22:26)
10.02 Spæjarar (46:52)
10.25 Jólادagatalið - Stjórnustrákur
10.35 Stundin okkar
11.05 Kastljós
11.35 Himalajafjöll (6:6)
12.30 HM í fimleikum
16.10 Íslandsmótið í handbolta
17.45 Táknálsfréttir
17.55 Hope og Faith (72:73)
18.15 Fjölskylda mín (12:13)
18.45 Jólادagatalið - Stjórnustrákur
18.54 Lottó
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.40 Jón Ólafs
 Tónlistarmaðurinn Jón Ólafsson fær til sín góða gesti. Útsendingu stjórnar Jón Egill Bergþórsson.
20.20 Spaugstofan Karl Ágúst, Pálmi, Sigurður, Randver og Örn bregða á leik. Stjórn upptöku: Björn Emilsson. Textað á síðu 888 í Textavarp.
20.50 Bíóhöllin (The Majestic)
 Bandarísk bíómynd frá 2001. Myndin gerist árið 1951 og segir frá handritshöfund á svarta listanum í Hollywood. Hann missir minnið í bílslysi og sest að í niðurniddu kvikmyndahúsi í smábæ. Leikstjóri er Frank Darabont og meðal leikenda eru Jim Carrey, Bob Balaban, Jeffrey DeMunn, Hal Holbrook, Laurie Holden og Martin Landau.
23.20 Maðurkur í mysunni
0.55 Hættuleg kælivera
2.35 Útvarpsfréttir í dagskrárlök

7.00 Addi Panda
7.05 Addi Panda
7.10 Kærleiksbirnir (e)
7.20 Ruff's Patch
7.30 Gordon the Garden Gnome
7.40 Pocoyo
7.45 Animaniacs
8.05 Grallararnir
8.30 Justice League Unlimited
8.55 Kalli kanína og félagar
9.05 Kalli kanína og félagar
9.10 Kalli kanína og félagar
9.15 Tracey McBean
9.25 S Club 7
9.50 Búbbarnir (15:21)
10.15 Home Alone
12.00 Hádegisfréttir
12.55 Bold and the Beautiful
13.15 Bold and the Beautiful
13.35 Bold and the Beautiful
13.55 Bold and the Beautiful
14.15 Bold and the Beautiful
14.40 X-Factor
15.35 Derren Brown: Hugabrellur (6:6)
16.00 Eldsnögg með Jóa Fel
16.30 Sjálfstætt fólk
17.10 60 mínútur
17.45 Martha
18.30 Fréttir, íþróttir og veður
19.00 Íþróttir og veður
19.05 Lottó
19.10 The New Adventures of Old Christine - NYTT (5:13) (Ny ævintýri gömlu Christine)
19.35 Fóstbræður (7:8) (e)
20.00 Fóstbræður (8:8) (e)
20.30 Princess Diaries 2: The Royal Engagement (Dagbækur prinsessu: Konunglegt brúðkaup)
22.25 The Village (Porpið)
0.10 One True Thing
2.15 Femme Fatale (Stranglega bönnuð börnum)
4.05 Magnús
5.35 Fréttir Stöðvar 2 endursýndar frá því fyrir í kvöld.
6.15 Tónlistarmyndbönd frá Popp TÍVÍ

2.12 2006 Laugardagur
11.10 2006 World Pool Masters (e)
12.00 Rachael Ray (e)
13.40 Frægir í form (e)
14.30 The Biggest Loser (e)
15.25 Sons & Daughters (e)
15.50 Trailer Park Boys (e)
16.15 Parental Control (e)
16.40 Casino (e)
18.25 Rachael Ray (e)
19.15 Game tívi (e)
19.45 The Office (e)
20.10 What I Like About You
 Gamanseria um tvær ólíkar systur sem búa saman í New York.
20.35 Sons & Daughters
 Bandarísk gamanseria um skrautlega fjölskyldu.
21.00 Casino
 Bandarísk raunveruleikasería þar sem fylgst er með því sem gerist bak við fjöldin í spilaftívi í syndaborginni Las Vegas.
21.45 Battlestar Galactica
 Framtíðarþáttaröð sem á dyggan hóp aðdáenda. Í þáttunum er fylgst með klassískri baráttu góðs og ills eftir að hinir illskeyttu Cylons réðust á jarðarbúa og tortímu milljörðum manna.
22.30 Family Man
 Rómantísk gamanmynd frá árinu 2000 um mann sem lífir hratt í fjármálaheiminum en á ekkert líf fyrir utan vinnuna. Á júlunum fær hann óvænt tækifæri til að endurskoða líf sitt. Hann vaknar við hlið konunnar sem hann hafði næstum því gíft þrettán árum áður og fær að upplifa hvernig líf hans væri ef hann hefði gíft henni.
0.35 Brotherhood (e)
1.20 Masters of Horror (e)
2.10 Law & Order: Criminal Intent - lokapáttur (e)
3.00 Conviction (e)
3.45 Tvöfaldur Jay Leno (e)
5.15 Östöðvandi tónlist

18.00 Seinfeld
18.30 Fréttir NFS
19.00 Seinfeld
 Jerry, George, Elaine og Kramer halda upp-teknum hætti í einum vinsælasta gamanþætti allra tíma.
19.30 Sirkus Rvk (e) Ásgeir Kolbeinsson er snúinn aftur með nýjan og betri þátt ásamt nýjum þáttastjórnendum. Ásgeir og co. fylgjast með því sem er að gerast í menningarlífi Reykjavíkur. Áhersla er lögð á nýja staði, spennandi uppákomur, opnanir og frumsýningar; það nýjasta í tiskunni, tónlist, kvikmyndum og almennt í afþreyingarlífinu.
20.00 South Park (e) Þeir eru komnir aftur á skjáinn. 8. serían um Cartman, Kenny, Kyle, Stan og líffíð í South Park en þar er alltaf eitthvað furðulegt í gangi. Ötrúlega vinsælir teiknimyndarþættir eftir þá Trey Parker og Matt Stone.
20.30 Tekinn (e)
 Skemmtikrafturinn og sjónvarpstjarnan Auðunn Blöndal stjórnar þættinum Tekinn, þætti sem er í anda Punk' d með Ashton Kutcher. Auðið hrekkir þjóðþekktasta einstaklinga og tekur allt saman upp á faldar myndavélar.
21.00 So You Think You Can Dance 2 (e) Dansinn hefst á ný ... Frá framleiðendum American Idol kemur raunveruleikabátturinn So You Think You Can Dance þar sem leitað er að besta dansara Bandaríkjanna.
21.50 So You Think You Can Dance 2 (e) Keppnin harðnar enn og nú verður keppendum fækkað úr sex í fjóra.
22.40 Chappelle's Show (e) Grínþættir sem hafa gert allt vitlaust í Bandaríkjunum.
23.10 Vanished (7:13) (e)
0.00 X-Files (e)
0.45 24 (23:24) (e)
1.30 Entertainment Tonight (e)
2.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV



Olivia

Því þú átt skilið það besta.

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



7.50 X-Games 2006 - þáttur 3
8.45 Ensku mörkin
9.15 Spænsku mörkin
10.00 Ameríski fótboltinn
10.30 NBA 2005/2006 - Regular Season
12.30 Meistaradeild Evrópu
14.10 Meistaradeildin með Guðna Bergs
14.50 Meistaradeild Evrópu í handbol
16.35 Mourinho's Ultimate
17.25 PGA golfmótið - fréttáþáttur
18.20 Spænski boltinn - upp-hitun
18.50 Spænski boltinn (Spænski boltinn 06/07) Bein útsending frá leik í spænska boltanum.
20.50 Spænski boltinn (Spænski boltinn 06/07) Bein útsending frá leik í spænska boltanum.
22.50 Hnefaleikar (Box - Ricky Hatton vs. Carlos Maussa) Útsending frá bardaga Ricky Hatton og Carlos Maussa er þeir mættust á síðasta ári.
0.05 Box - Wladimir Klitschko vs. C
1.05 Hnefaleikar
2.00 Box - Winky Wright - Ike Quartey

BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

6.00 Runaway Jury (Spilltur kvíðómur) Bönnuð börnum.
8.05 It's a Very Merry Muppet Christmas (Jólasýningin)
10.00 On the Line (Á línunni)
12.00 Win A Date with Ted Hamilton!
14.00 It's a Very Merry Muppet Christmas (Jólasýningin)
16.00 On the Line (Á línunni)
18.00 Win A Date with Ted Hamilton! (Stefnumót með stór-stjörnu!)
20.00 Runaway Jury (Spilltur kvíðómur) Bönnuð börnum.
22.05 Who is Cletis Tout? (Hver er Cletis Tout?) Bönnuð börnum.
0.00 Bad Boys II (Pörupiltar 2) Stranglega bönnuð börnum.
2.25 Invincible
4.00 Who is Cletis Tout? (Hver er Cletis Tout?) Bönnuð börnum.

SKJÁR SPORT

2.12 2006 Laugardagur
10.50 Prumuskot (e)
11.45 Upphitun (e)
12.15 Arsenal - Tottenham (b)
14.40 Á vellinum með Snorra Má
14.50 Wigan - Liverpool (b Á vellinum með Snorra Má
17.05 Middlesbrough - Man. Utd. (beint)
19.20 Roma - Atalanta (beint)
21.30 Reading - Bolton (frá í dag)
23.30 Portsmouth - Aston Villa (frá í dag)

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

N4 SIÓN V NORÐURL

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

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

11.15 Biathlon: World Cup in Oestersund **12.45** Nordiccombined skiing: World Cup in Lillehammer, Norway **13.30** Luge: World Cup in Park City **14.00** Ski jumping: World Cup in Lillehammer, Norway **15.00** Ski jumping: World Cup in Lillehammer, Norway **16.45** Bowls: Scottish International Open in Perth **18.00** Alpine skiing: World Cup in Beaver Creek **19.00** Luge: World Cup in Park City **19.30** Alpine skiing: World Cup in Lake Louise **21.00** Alpine skiing: World Cup in Beaver Creek **22.00** All Sports: Watts Prime **22.45** Rally: World Championship in United Kingdom **23.15** News: Eurosportnews Report **23.30** Fight sport: Pride FC

BBC PRIME

11.00 Strictly Come Dancing **12.15** Strictly Come Dancing: Results Show **12.45** Radical Heights **13.00** Two Thousand Acres of Sky **14.00** Popcorn **15.00** Wildlife **16.30** The Elephant Trilogy **17.00** EastEnders **17.30** EastEnders **18.00** Home Front in the Garden **18.30** Home From Home **19.00** Superhomes **20.00** The Catherine Tate Show **23.00** EastEnders **0.00** The Catherine Tate Show

NATIONAL GEOGRAPHIC

8.00 Mosquito Hell **9.00** Hunter Hunted **10.00** The Sea Hunters **13.00** Megastructures **14.00** Roman Technology Investigated **15.00** Seconds From Disaster **18.00** Cousteau's Ocean Adventures **19.00** I Didn't Know That **19.30** I Didn't Know That **20.00** Crash Scene Investigation **21.00** The Thirty-Nine Steps **23.00** Bin Laden's Spy In America **0.00** Inside 9/11

ANIMAL PLANET

11.30 Animals A-Z **12.00** Extreme Animals **13.00** Animal Cops Houston **14.00** Monkey Business **15.00** Meerkat Manor **16.00** Orphans of a Fading Forest **17.00** Little Zoo That Could **18.00** Face to Face with the Polar Bear **19.00** And Man Invented Animals **21.00** Animal Battlegrounds **22.00** Extreme Animals **23.00** The Planet's Funniest Animals **23.30** The Planet's Funniest Animals **0.00** Face to Face with the Polar Bear

DISCOVERY CHANNEL

11.30 A Racing Car is Born **12.00** Wheeler Dealers **12.30** Wheeler Dealers **13.00** Test Case **14.00** Repeat of Viewers' Choice **16.00** How Do They Do It? **17.00** Ray Mears' Bushcraft **18.00** Versailles Uncovered **19.00** Man Made **20.00** American Chopper **21.00** American Hotrod **22.00** Rides **23.00** I Shouldn't Be Alive **0.00** Dr G

TRAVEL CHANNEL

11.30 Distant Shores **12.00** Earthwalkers **13.00** First Class Italy **13.30** Roar of the Wild **14.00** Grainger's World **15.00** Dream Destinations **15.30** The Thirsty Traveler **16.00** Casinos of the World

16.30 World Travel Market **17.00** Yatra - Indian Travels **18.00** Globe Trekker **19.00** Flavours of Chile **19.30** Opening Soon **20.00** Don't Forget Your Passport **21.00** Globe Trekker **22.00** Casinos of the World **22.30** The Thirsty Traveler **23.00** Ian Wright Live **23.30** Urbanation **0.00** Don't Forget Your Passport

MTV EUROPE

11.00 Staying Alive: Transit **13.00** Staying Alive Weekend Music Mix **13.30** Staying Alive: This is Not A Commercial **14.00** Staying Alive Weekend Music Mix **14.30** Staying Alive: 48Fest **15.00** TRL **16.00** MTV Making the Movie **16.30** Just See MTV **17.30** The Hills **18.00** European Top 20 **19.00** The Fabulous Life Of **20.00** Call to Greatness **20.30** Pimp My Ride International **21.00** Top 10 at Ten **22.00** Celebrity Deathmatch **23.00** Return of the Boyband **23.00** So 90's **0.30** Just See MTV

VH1 EUROPE

12.00 Smells Like the 90s **12.30** So 80s **13.00** Power Ballads Weekend Music Mix **17.00** VH1 Viewers' Jukebox **17.30** VH1 Viewers' Jukebox **18.00** Hogan Knows Best **18.30** Cribs **19.00** All Access **20.00** I Want a Famous Face **22.00** Viva la Disco **0.00** Flipside

E! ENTERTAINMENT

11.05 101 Best Kept Hollywood Secrets **12.00** E! News **12.30** The Daily 10 **13.00** 101 Most Awesome Moments in Entertainment **17.35** Gone Bad **18.00** E! News Weekend **19.00** Tyra Banks THS **20.00** Naomi Campbell THS **21.00** Girls of the Playboy Mansion **22.00** Sexiest Rock Stars **23.00** Naked Wild On **23.30** Naked Wild On **0.00** Tyra Banks THS

CARTOON NETWORK

11.30 Justice League **12.00** Cow & Chicken **12.30** Courage the Cowardly Dog **13.00** Dexter's Laboratory **13.30** Cramp Twins **14.00** Ed, Edd n Eddy **14.30** The Grim Adventures of Billy & Mandy **15.00** Camp Lazlo **15.30** Teen Titans **16.00** Foster's Home for Imaginary Friends **16.30** Robotboy **17.00** Codename: Kids Next Door **17.30** World of Tosh **18.00** Foster's Home for Imaginary Friends **18.30** What's New Scooby-Doo? **19.00** Sabrina, The Animated Series **19.30** Dastardly and Muttley **20.00** Samurai Jack **22.00** Johnny Bravo **22.30** Ed, Edd n Eddy **23.00** Dexter's Laboratory **23.30** The Powerpuff Girls **0.00** Johnny Bravo

MGM

11.40 Grow Old Along with Me **13.10** Captive Hearts **14.50** Love Bites **16.25** Moving Target **18.00** Winners Take All **19.40** The Horse Soldiers **21.35** Walls Of Glass **23.00** Brannigan

TCM

20.00 The Formula **21.55** The Carey Treatment **23.35** The V.I.P.S **1.30** Gaslight

HALLMARK

11.45 Wounded Heart **13.30** Anastasia: The Mystery of Anna **15.15** The Man from Left Field **17.00** Stone Undercover **18.45** Midsomer Murders **20.30** Doc Martin **21.30** Mary Higgins Clark's: Loves Music, Loves To Dance **23.15** Getting Out

BBC FOOD

11.30 Ainsley's Barbecue Bible **12.00** Tamasin's Great British Classics **12.30** Return To Tuscany **13.00** Rocco's Dolce Vita **13.30** Giorgio Locatelli - Pure Italian **14.00** Chef at Large **14.30** Chef at Large **15.00** Off the Menu **15.30** Ready Steady Cook **16.00** New Scandinavian Cooking **16.30** Stately Suppers **17.00** Heat in the Kitchen **17.30** Neil Perry Fresh and Fast **18.00** Neil Perry Rockpool Sessions **18.30** Food Source New Zealand **19.00** Full On Food **20.00** French Leave **20.30** made to order **21.00** The Hairy Bikers Cookbook **21.30** Organic Organic **22.00** Diet Trials **22.30** Gary Rhodes' Cookery Year

DR 1

12.10 Hammerslag **12.40** Perfekte hustrur **13.30** Mr. Nice Guy **14.30** Hjerteflimmer **15.00** Boogie Listen **16.00** Absalons Hemmelighed **16.40** Frø søndagen **16.50** Held og Lotto **17.00** Julefangango **17.30** TV Avisen med vejret **18.00** SportNyt **18.30** Absalons Hemmelighed **19.00** Matador **20.05** Kriminalkommisær Barnaby **21.40** P3 Guld **23.10** Manden uden fortid **0.45** Boogie Listen

NRK 1

11.10 V-cup skiskyting: Sprint menn **12.40** V-cup kombinert: 15 km langrenn **13.40** V-cup skøyter: Sprint kvinner og menn **14.40** Sport i dag **14.50** V-cup hopp **15.50** Sport i dag **16.05** V-cup hopp **16.45** Sport i dag **17.00** Jul i Svingen **17.30** Amigo **18.00** Lørdagsrevyen **18.45** Lotto-trekning **18.55** Elsa Lystad - 50 år med lystige typer **19.55** Test kjærligheten **21.30** Med hjertet på rette staden **22.15** Kveldsnytt **22.30** Ukjent kode

ST 1

11.00 Världscupen: Skidskytte Östersund **13.30** Naturmollorna **14.00** Uppdrag Granskning **15.00** Mästerverket **16.00** Doobidoo **17.00** Emil i Lönneberga **17.30** Julkalender: LasseMajas detektivbyrå **17.45** Loranga, Masarin och Dartanjang **18.00** Världarnas bok **18.30** Rapport **18.45** Sportnytt **19.00** På spåret **20.00** Brottskod: Försvunnen **20.45** Hos Jilde **21.15** Bingo Royale **22.00** Rapport **22.05** Småtjuvar emellan **23.40** Vårt bägstynga sinne **0.10** Sändning från SVT24

» EKKI MISSA AF ...

The Village (Porpið)

Magnþrúningin sálfræðihrollvekja frá M. Night Shyamalan, sem gerði Sixth Sense og Signs. Íbúar í litlu afskekktu þorpi hafa átt í dulrænu sambandi við ómennskar verur sem sagðar eru búa í nærliggjandi skógi. En þegar ógnvekjandi atburðir fara að eiga sér stað fer þorpsbúana að gruna að ekki sé allt með felldu, að sambandið við skógarbúana sé í hættu og gæti leitt eitthvað skelfilegt af sér. Aðalhlutverk: William Hurt, Joaquin Phoenix, Bryce Dallas Howard, Adrien Brody og Sigourney Weaver.



STÖÐ 2 KL. 22.25.



SIRKUS

Lífstílsþátturinn Sirkus RVK

Tíska - Matur - Uppákomur - Tónlist - Afþreying - Heilsa og spennandi fólk



Ragnhildur

Sgeir Kolbeins

Helena

Eva Dögg

VATIKANID

SIRKUS RVK

MIDVIKUDAGA KL21:00



SIRKUS TV

90% HEIMILA NÁ SIRKUS TV Á ADSL KERFINU, BREIÐBANDINU, DIGITAL ÍSLAND EN EINNIG ER HÆGT AD NÁ SIRKUS TV MED VENJULEGU UHF LOFTNETI

www.minnsirkus.is/sirkustv

SIRKUS
06/07

SO YOU THINK YOU CAN DANCE

MÁNUDAG KL 21:30

Dansinn heldur áfram og baráttan
harðnar í hverjum þætti. Hver verður
sendur heim næst?



SIRKUS TV

90% HEIMILA NÁ SIRKUS TV Á ADSL KERFINU, BREIBBANDINU, DIGITAL ÍSLAND EN EINNIG ER HÆGT AÐ NÁ SIRKUS TV MEÐ VENJULEGU UHF LOFTNETI



SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN



SIRKUS TV



▶ **19.45 sjálfstætt Fólk**
STÖÐ 2



▶ **04.00 After The Sunset**
STÖÐ 2 BÍÓ



▶ **19.10 Battleship Galatica** SKJÁR EINN



▶ **10.55 Jón Ólafs**
SJÓNVARPIÐ



▶ **21.50 NFL Leikur** SÝN

8.00 Morgunstundin okkar
8.01 Sammi brunavörður (14:26) **8.11** Geirharður bojng bojng (26:26) **8.31** Hopp og hi Sessamí (30:52) **8.55** Karl Sundlöv (1:4) **9.00** Stjáni (60:65) **9.25** Sigildar teiknimyndir (12:42) **9.33** Herkúles (12:28) **9.54** Tobbi tvisvar (36:52) **10.17** Allt um dýrin (9:25) **10.45** Jóladagatalið - Stjórnustrákur **10.55** Jón Ólafs **11.35** Spaugstofan **12.00** Lífið fyrir fæðingu (1:2) **12.50** Lífið fyrir fæðingu (2:2) **13.50** Hvað veistu? **14.20** Veronica Villareal **15.20** Dætur sléttunnar **16.20** Tíu fingur (7:12) **17.20** Nærmynd **17.50** Tánmálsfréttir **18.00** Stundin okkar (10:30)

18.30 Geimálfurinn Gígur (5:10)
18.40 Hrefna og Ingvi (7:13) (Viivi & Leevi) Finniskir brúðupættir. e.

18.45 Jóladagatalið - Stjórnustrákur

19.00 Fréttir, íþróttir og veður **19.35** Kastljós

20.10 Tíu fingur (8:12) Þáttaröð um íslenska einleikara. Gestur þáttarins er Auður Hafsteinsdóttir fíðluleikari.

21.10 Örninn (6:8) (Örnen) Danskur spennumyndaflokkur um hálfíslenskan rannsóknarlögreglumann í Kaupmannahöfn.

22.10 Helgarsportíð

22.35 Ég heiti Dina (Jag är Dina) Sænsk bímynd frá 2002. Myndin gerist í Norður-Noregi um 1860 og segir frá telpu sem verður móður sinni að bana, er send í fóstur og á viðburðarika ævi. Leikstjóri er Ole Bornedal og meðal leikendna eru Maria Bonnevie, Gérard Depardieu, Christopher Eccleston og Pernilla August. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna.

23.55 Kastljós **0.50** Útvarpsfréttir í dagskrárlök

7.00 Myrkfælnu draugarnir (59:90)
7.10 Barney
7.35 Pocoyo
7.45 Stubbarnir
8.10 Doddi litli og Eymastór
8.20 Kallí og Lóla
8.30 Könnuðurinn Dóra
8.55 Grallarnir
9.15 Codename: Kids Next Door
9.40 Kallí litli kanína og vinir hans
10.00 Ævintýri Jonna Quests
10.25 Sabrína - Unglingsnornin
10.50 Bratz
11.15 Galdrastelpumar (14:26)
11.35 Ljónagrin
12.00 Hádegisfréttir
12.20 Sílfur Egils
13.55 Neighbours **14.15** Neighbours **14.35** Neighbours **14.55** Neighbours **15.15** Neighbours
15.40 Í sjöunda himni með Hemma Gunn
16.45 Beauty and the Geek (5:7)
17.45 Martha

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

19.10 Kompás Íslenskur fréttaskýringarþáttur í umsjá Jóhannesar Kr. Kristjánssonar.

19.45 Sjálfstætt fólk (Sjálfstætt fólk 2006-2007)

20.20 Commander In Chief (9:18)

21.05 Numbers (7:24) (Tölur)

21.50 Thief (2:6) (Þjófur) (2:6) **22.40** 60 mínútur (60 Minutes)

23.25 X-Factor **0.20** Proof **1.10** Proof **1.55** Proof **2.45** Proof

3.35 Murder Investigation Team (1:4) (Bönnuð börnum)

4.50 Missing (4:18)

5.30 Sjálfstætt fólk

6.00 Fréttir Stöðvar 2

endursýndar frá því fyrir í kvöld. **6.40** Tónlistarmyndbönd frá Popp TÍVÍ

11.20 Toppskífan (e)
12.00 2006 World Pool Masters
12.50 Love, Inc. (e)
13.20 Out of Practice (e)
13.50 Dýravínir (e)
14.20 One Tree Hill (e)
15.05 Queer Eye for the Straight Guy (e)
16.00 America's Next Top Model VI (e)
17.00 Innlit / útlit (e)
17.50 How to Look Good Naked (e)
18.15 Rachael Ray (e)
19.10 Battlestar Galactica - Ný þáttaröð e.

20.00 Dýravínir Gríðarlegur fjöldi Íslendinga á gæludýr, hvort sem um er ræða fiska, hunda, ketti, kanínur eða köngulær.

20.30 Frægir í form Ný, íslensk þáttaröð þar sem þekktir einstaklingar, sem vilja bæta líf sitt og hækka lífaldur, fara í strangar æfingabúðir undir eftirliti læknis og einkaþjálfara. Fólkið er misvel á sig komið en allir hafa eitthvað sem þeir vilja laga. Við fylgjumst með því takast á við sig sjálf með öllu því erfiði sem fylgir.

21.30 C.S.I.: New York Bandarísk sakamálaferia um Mac Taylor og félagi hans í rannsóknardeild lögreglunnar í New York.

22.30 Brotherhood Dramatísk og spennandi þáttaröð um bræðurna Tommy og Mike Caffee. Annar er emilegur stjórnmálamaður en hinn forhertur glæpamaður. Caffee-fjólaskýldan fær óvænta heimsókn og bræðurnir verða að taka höndum saman.

23.30 Conviction - lokaþáttur

0.20 Law & Order (e)

1.10 The L Word (e)

2.10 Óstöðvandi tónlist

15.45 Tekinn (e)
16.15 Till Death Do Us Part: Carmen (e)
16.45 The Hills (e)
17.15 The Player (e)
18.00 Seinfeld
18.30 Fréttir NFS
19.10 Seinfeld
19.35 Four Kings - NÝTT (e) Höfundurinn gamanþættir frá drepundum Will & Grace þar sem fylgst er með fjórum æskuvinum sem ákveða að flytja saman í íbúð í New York.

20.00 Tekinn (e)
20.30 Till Death Do Us Part: Carmen Það virðist vera sem nýjasta æðið hjá hjónum í Hollywood sé að gera raunveru-leikþætti þar sem hjónakornin opinbera ást sína og gera í því að sýna áhorfendum hversu hamingjusöm þau eru.

21.00 Vanished (8:13) (Vanished) Jeffrey Collins er þingmaður á hraðri uppleið. Hann er giftur hinni ungu og fallgu Söru sem sinnir góðgerðarmálum af miklum hug.

21.50 Weeds (8:12) Önnur serían um húsmóðurina Nancy sem er einn heitasti eiturlyfjasalinn í úthverfum Los Angeles borgar. Eftir að eiginmaður hennar deyr snögglega lendir Nancy í miklum fjárhagsörðugleikum.

22.20 Rescue Me (e) Þriðja serían um Tommy Gavin og félagi hans á slökkvistöð númer 62. Frábærir þættir um hóp slökkviliðsmanna í New York borg þar sem alltaf er eitthvað í gangi.

23.05 My Name is Earl (e)

23.30 Ghost Whisperer (e)

0.15 Pepper Dennis (e)

1.00 Sirkus Rvk (e)

1.30 Entertainment Tonight (e)

2.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

NÝTT ÚTLIT

OXIÐ PASSAR Í ONE TOUCH TÆKIN



BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

9.55 Gillette Sportpakinn
10.25 Meistaradeild Evrópu í handbol
11.40 Box - Winky Wright - Ike Quartey
13.10 Spænski boltinn
14.50 Meistaradeild Evrópu - fréttapáttur
15.20 Ameríski fótboltinn
15.50 Spænski boltinn
17.50 Spænski boltinn
19.50 Spænski boltinn Útsending frá leik í spænska boltanum.
21.50 NFL - ameríska ruðningsdeildin (New York Giants - Dallas) Útsending frá leik í NFL-deildinni í ruðningi.

8.00 The Guys (Strákarnir) Leyfð öllum aldurshópum.
10.00 The Legend of Johnny Lingo (Goðsögnin um Johnny Lingo) Leyfð öllum aldurshópum.
12.00 Mean Girls (Vondar stelpur) Leyfð öllum aldurshópum.
16.00 The Guys (Strákarnir) Leyfð öllum aldurshópum.
18.00 The Legend of Johnny Lingo (Goðsögnin um Johnny Lingo) Leyfð öllum aldurshópum.
20.00 Mean Girls (Vondar stelpur) Leyfð öllum aldurshópum.
22.00 After the Sunset (Eftir sólarlagið) Bönnuð börnum.
0.00 Foyle's War 2 (Stríðsvöllur Foyles 2) Bönnuð börnum
2.00 The Skulls 3 (Hauskúpurarnar 3) Bönnuð börnum.
4.00 After the Sunset (Eftir sólarlagið) Bönnuð börnum

SKJÁR SPORT

3.12 2006 Sunnudagur
12.00 Að leikslökum (beint)
13.00 Arsenal - Tottenham (frá 2. des)
14.55 Að leikslökum (e)
15.50 Everton - West Ham (b)
18.00 Prumuskot (e)
19.00 Roma - Atalanta (2. des)
21.00 Blackburn - Fulham (2. des)
23.00 Sheff. Utd. - Charlton (frá 2. des)

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

N4 SIÓN V NORÐURL

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

» EKKI MISSA AF ...

Till Death Do Us Part

Það virðist vera sem nýjasta æðid hjá hjónum í Hollywood sé að gera raunveruleikabætti þar sem hjónakornin opinbera ást sína og gera allt sem í þeirra valdi stendur til að sýna fram á hversu hamingjusöm þau eru og heppin í lífinu. En einhver álög virðast þó vera á slíkum þáttum þar sem öll þörin virðast skilja jafnarðan og slókt er á tókuvélunum. Carmen Electra og Dave Navarro, dómarar úr Rock Star og fyrrverandi gítarleikari Jane's Addiction eru þar engin undantekning. Í þessum þáttum fáum við að fylgjast með undirbúningi brúðkaups þeirra og lífinu í kjölfarið. Sambandið er í sjö þætti, sem er bara býsna langt samband í Hollywood ekki satt?



SIRKUS KL. 20.30.

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

11.45 Biathlon: World Cup in Oestersund **12.50** Ski jumping: World Cup in Trondheim, Norway **12.45** Ski jumping: World Cup in Lillehammer, Norway **14.30** Nordic combined skiing: World Cup in Lillehammer, Norway **15.00** Biathlon: World Cup in Oestersund **15.30** Biathlon: World Cup in Oestersund **16.00** Ski jumping: World Cup in Lillehammer, Norway **16.45** Alpine skiing: World Cup in Beaver Creek **18.00** Alpine skiing: World Cup in Lake Louise **19.30** Alpine skiing: World Cup in Beaver Creek **20.30** Winter Sports: Winterpark Weekend **21.00** Boxing: WBA Vacant World Title in Bolton **22.30** Rally: World Championship in United Kingdom **23.00** News: Eurosportnews Report **23.15** Biathlon: World Cup in Oestersund **23.45** Biathlon: World Cup in Oestersund **0.15** News: Eurosportnews Report

BBC PRIME

11.30 Wildlife **12.00** Wildlife **12.30** The Elephant Trilogy **13.00** Two Thousand Acres of Sky **14.00** Popcorn **15.00** Home Front in the Garden **15.30** Home From Home **16.00** Superhomes **17.00** EastEnders **17.30** EastEnders **18.00** Great Railway Journeys of the World **19.00** Days that Shook the World **20.00** Human Instinct **21.00** SAS Survival Secrets **22.00** Spooks **23.00** EastEnders **23.30** EastEnders **0.00** Great Railway Journeys of the World

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.00 World's Deadliest Sea Disasters **12.00** Megastructures **13.00** I Didn't Know That **14.00** Seconds From Disaster **15.00** Two Men Went to War **17.00** Dambusters **18.00** Unlocking da Vinci's Code **19.00** Battle of the Arctic Giants **20.00** Megastructures **21.00** America's Hardest **22.00** Band of Brothers **23.15** I Didn't Know That **23.45** I Didn't Know That **0.15** Megastructures

ANIMAL PLANET

11.00 Raising Baby Seal **12.00** Lion Battlefield **13.00** Great Savannah Race **14.00** Wild South America **15.00** Search for Tigers **15.30** Animals A-Z **16.00** Horsetails **16.30** A Stable Life **17.00** Meerkat Manor **17.30** Meerkat Manor **18.00** Chimpanzee Diary **18.30** Chimpanzee Diary **19.00** Cousins **20.00** Animal Cops Houston **21.00** Miami Animal Police **22.00** Lion Battlefield **23.00** The Planet's Funniest Animals **23.30** The Planet's Funniest Animals **0.00** Cousins

DISCOVERY CHANNEL

12.00 American Hotrod **13.00** Test Case **13.30** Test Case **14.00** Industrial Revelations **15.00** Man Made Marvels Asia **16.00** How Do They Do It? **17.00** Deadliest Catch **18.00** American Hotrod **19.00** American Chopper **20.00** Mythbusters **21.00** Viewers' Choice **23.00** Man Made Marvels Asia **0.00** Perfect Disaster

TRAVEL CHANNEL

11.30 Dream Destinations **12.00** Yatra - Indian Travels **12.30** Yatra - Indian Travels **13.00** World Class **13.30** World Travel Market **14.00**

Planet Food **15.00** Opening Soon **15.30** Africa Trek **16.00** Roar of the Wild **16.30** Treks in a Wild World **17.00** Earthwalkers **17.30** Earthwalkers **18.00** Don't Forget Your Passport **19.00** First Class Italy **19.30** Roar of the Wild **20.00** Globe Trekker **21.00** Globe Trekker **22.00** Tall Ship Chronicles **23.00** The Independent Travellers' Guide **0.00** X-quest

MTV EUROPE

11.00 Meeting Mandala **12.00** Staying Alive: This is Not A Commercial **12.30** Staying Alive Weekend Music Mix **13.30** Staying Alive: Transit **15.00** TRL **16.00** Making the Video **16.30** Just See MTV **17.30** My Super Sweet 16 **18.00** World Chart Express **19.00** Dance Floor **20.00** The Adventures of Chico & Guapo **20.30** Where My Dogs At? **21.00** Top 10 at Ten **22.00** MTV Live **22.30** MTV Live **23.00** Celebrity Deathmatch **23.30** Beavis & Butthead **0.00** Just See MTV

VH1 EUROPE

11.00 Making the Video **11.30** MTV at the Movies **12.00** VH1 Weekly Album Chart **13.00** Power Ballads Weekend Music Mix **17.00** VH1 Viewers' Jukebox **17.30** VH1 Viewers' Jukebox **18.00** Making the Video **18.30** Hogan Knows Best **19.00** Unplugged **20.00** I Want a Famous Face **21.00** 70s Sunday **22.00** Supergroup **23.00** VH1 Weekly Album Chart **0.00** VH1 Hits **5.00** VH1 Hits

E! ENTERTAINMENT

11.05 Network Star Confidential **11.30** Child Star Confidential **12.00** E! News Weekend **13.00** Beyonce Revealed **14.50** Supermodels: Beyond Skin Deep **16.40** Naomi Campbell **17.35** Gone Bad **18.00** E! News Weekend **19.00** Tyra Banks: The Interview With Ryan Seacrest **20.00** Tyra Banks **21.00** Girls of the Playboy Mansion **22.00** Sexiest Bad Girls **23.00** Naked Wild On **0.00** Tyra Banks: The Interview With Ryan Seacrest **0.55** Tyra Banks **1.50** Girls of the Playboy Mansion **2.20** 101 Best Kept Hollywood Secrets **5.00** Country Divas **THS**

CARTOON NETWORK

11.30 Justice League **12.00** Cow & Chicken **12.30** Courage the Cowardly Dog **13.00** Dexter's Laboratory **13.30** Cramp Twins **14.00** Ed, Edd n Eddy **14.30** The Grim Adventures of Billy & Mandy **15.00** Camp Lazlo **15.30** Teen Titans **16.00** Foster's Home for Imaginary Friends **16.30** Robotboy **17.00** Codename: Kids Next Door **17.30** World of Tosh **18.00** Foster's Home for Imaginary Friends **18.30** What's New Scooby-Doo? **19.00** Sabrina, the Animated Series **19.30** Dastardly and Muttley **20.00** Transformers Energon **22.00** Johnny Bravo **22.30** Ed, Edd n Eddy **23.00** Dexter's Laboratory **23.30** The Powerpuff Girls **0.00** Johnny Bravo

MG M

11.20 Kings of the Sun **13.05** Caveman **14.35** The Organization **16.20** The Hospital **18.00** The Horse Soldiers **19.55** The Favor **21.30** Order of Death **23.15** Holiday Heart **0.50** Where's Poppa?

TCM
20.00 Wise Guys **21.30** The Power **23.20** Northwest Passage **1.25** Across the Pacific

HALLMARK

11.45 Mrs. Lambert Remembers Love **13.30** Anastasia: The Mystery of Anna **15.15** A Case Of Deadly Force **17.00** Waking up Wally **18.45** Taking Liberty **20.30** Doc Martin **21.30** Blind Faith **23.30** Redeemer

BBC FOOD

11.30 Neil Perry Fresh and Fast **12.00** Neil Perry Rockpool Sessions **12.30** Food Source New Zealand **13.00** Full On Food **14.00** French Leave **14.30** made to order **15.00** The Hairy Organic Cookbooks **15.30** Organic Organic **16.00** Diet Trials **16.30** Gary Rhodes' Cookery Year **17.00** Return To Tuscany **17.30** Rocco's Dolce Vita **18.00** Giorgio Locatelli - Pure Italian **18.30** United States of Reza **19.00** A Cook On The Wild Side **19.30** The Cookworks **20.00** Wild and Fresh **20.30** The Italian Kitchen **21.00** Tamasin's Great British Classics **21.30** Ready Steady Cook **22.00** Rick Stein's Food Heroes **22.30** Tamasin's Great British Classics

DR 1

11.55 Attention Mobning **13.00** Gudstjeneste í DR Kirken **13.55** Min far er min mor **14.45** Absalons Hemmelighed **15.15** HåndboldSøndag: GOG Svendborg TGI Gudme - Ciudad Real **17.00** Julefandango **17.30** TV Avisen med Sport og Vejret **18.00** Disney Sjov **18.30** Absalons Hemmelighed **19.00** DR1 Dokumentaren - Ej blot til lyst **20.00** TV Avisen **20.15** Søndag **20.45** SøndagsSporten **21.00** Levende mirakler **21.50** Columbus

NRK 1

11.40 V-cup skiskyting: Jakststart menn **12.30** V-cup hopp **13.55** V-cup kombinert: Høydepunkter fra stafetten **15.50** V-cup hopp **14.30** Snøbrett: The Arctic Challenge - Air & Style **15.00** Sport i dag **15.10** Det tause folkets stille død **16.00** 12 bud **16.30** Åpen himmel: Adventsgudstjeneste fra Ishavskatedralen **17.00** Jul i Sveigen **17.30** Newton **18.00** Søndagsrevyen **18.45** Sportsrevyen **19.15** Kvitt eller dobbelt **20.15** En folkefiende **21.40** Muhammad Yunus - Dei fattige kvinners banksjef **22.10** Kveldsnytt **22.25** Rally-VM 2006: VM-runde fra Wales **23.15** Nytt på nytt **23.45** Usett: Høy på landet **0.10** Ungkarsreiret

ST 1

11.55 Hos Jilde **12.25** På spåret **13.25** Kobra **13.55** Great thinkers of our time **14.25** Les petits animaux sauvages **14.30** Jeunes à Marseille **14.40** Bajo el cielo de Madrid **14.45** Anima más **14.50** Les petits animaux sauvages **14.55** Världen **15.55** Makalösa monument **16.25** Om barn och böcker **16.55** Anslagstavlans **17.00** Anki och Pytte **17.30** Julkalender: LasseMajas detektivbyrå **17.45** Tillbaka till Vintergatan **18.15** Planet Sketch **18.30** Rapport **19.00** Måklarna **19.30** Sportspegeln **20.15** Agenda **21.10** Orden med Anna Charlotta **21.40** Vetenskap - universum i provör **21.30** Rapport **22.20** Cuppen **23.20** Brottskod: Försvunnen



SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN

SIRKUS TV



▶ **14.35 George Lopez**
STÖÐ 2



▶ **20.00 One Tree Hill**
SKJÁR EINN



▶ **22.25 Ensku Mörkin**
SJÓNVARPIÐ



▶ **23.20 Spaugstofan**
SJÓNVARPIÐ



▶ **19.50 Man. Utd-Watford**
SKJÁR SPORT

15.40 Helgarsportið

17.00 Ensku mörkin

16.05 Jóladagatalið - Stjómustrákur

17.10 Leiðarljós

17.50 Táknmálsfréttir

17.59 Myndasafnið

18.00 Fyndin og furðuleg dýr (3:26)

18.05 Lubbi læknir (39:52)

18.20 Ástfangnar stelpur (1:13)

18.45 Jóladagatalið - Stjómustrákur Ævintýri eftir Sigrúnu Eldjám. Leikstjóri er Kári Halldór og aðalhlutverk leika Guðfinna Rúnarsdóttir, Kristjana Pálsdóttir og Sigurþór Albert Heimisson. Dagskrágerð: Jón Egill Bergþórsson. e.

19.00 Fréttir, íþróttir og veður

19.35 Kastljós

20.10 Aldamótabörn (2:4) (Child of Our Time) Breskur heimildamyndaflokkur þar sem fylgst er með nokkrum börnum sem fæddust árið 2000 og fjallað um áhrif erfða og uppeldis á þroska þeirra.

21.15 Glæpahneigð (21:22) (Criminal Minds) Bandarísk þáttaröð um sérsviit lögreglumanna sem hefur þann starfa að rýna í persónuleika hættulegra glæpamanna til þess að reyna að sjá fyrir og koma í veg fyrir frekari illvirki þeirra. Meðal leikenda eru Mandy Patinkin, Thomas Gibson, Lola Glaudini og Shemar Moore.

22.00 Tíufréttir

22.25 Ensku mörkin Síndir verða valdir kafkar úr leikjum síðustu umferðar í enska fótboltanum. e.

23.20 Spaugstofan

23.45 Kastljós

0.25 Dagskrárlök

6.58 Ísland í bitíð

9.00 Bold and the Beautiful

9.20 Í finu formi 2005

9.35 Oprah

10.20 Ísland í bitíð (e)

12.00 Hádegisfréttir

12.40 Neighbours

13.05 Valentina

13.50 Sisters

14.35 George Lopez (20:24)

15.00 Listen Up (4:22)

15.25 Ljónagrín

15.50 Tvíburasysturnar (1:22)

16.13 Skrimslaspilið (31:49)

16.38 Títeuf

17.03 Smá skrítnir foreldrar

17.28 Bold and the Beautiful

17.53 Neighbours

18.18 Íþróttir og veður.

18.30 Fréttir, íþróttir og veður Fréttir, íþróttir og veður frá fréttastofu NFS í samtengdri og opinni dagskrá Stöðvar 2 og Sírkuss.

19.00 Ísland í dag

19.40 Jamie Oliver - með sínu nefi (9:26) (Oliver's Twist) Ný og fersk þáttaröð með vinsælasta sjónvarpskokki í heimi, Jamie Oliver, í essinu sínu.

20.05 Extreme Makeover: Home Edition (20:25)

20.50 The Curse of King Tut's Tomb (Bölvun Tútankamons) Framhaldsmynd í tveimur hlutum sem er í anda gömlu þrjú bíó ævintýramyndanna og jafnvel enn frekar Indiana Jones myndanna vinsælu.

22.20 Grey's Anatomy (4:22) (Læknalíf) (4:11)

23.05 Prison Break (7:22) (Bönnuð börnum)

1.25 NCIS (21:24) (Bönnuð börnum)

2.10 The Inside (13:13) (Stranglega bönnuð börnum)

2.55 Grey's Anatomy (4:22)

3.40 Ísland í bitíð. e.

5.15 Fréttir og Ísland í dag

6.25 Tónlistarmyndbönd frá Popp TÍVÍ

7.00 6 til sjö (e)

8.00 Rachael Ray (e)

8.50 Venni Páer - NÝTT! (e)

15.30 What I Like About You e.

15.55 Game tívi (e)

16.20 Beverly Hills 90210

17.05 Rachael Ray

18.00 6 til sjö

19.00 Everybody Loves

Raymond (e) Bandarísk gaman-sería.

19.30 Just Deal Bandarísk unglingsgería um þrjá ólíka vini. Dylan er fjórugur fótboltastrákur og yngri bróðir helstu íþróttastjórnu skólans, Jermaine er gáfnaljós sem stefnir á að komast í Harvard-háskóla og Ash er nýja stelpa í hverfinu.

20.00 One Tree Hill Bandarísk unglingsgería þar sem húmor, dramatík og bullandi rómantík fara saman. Nathan fær óvænti tíðindi og það dregur til tíðinda hjá Payton og Derek.

21.00 Survivor: Cook Islands Raunveruleikasería sem nú fer fram í þrettánda sinn. Á þessu sinni fer keppnin fram á Cook Islands í Kyrrahafi þar sem keppendur þurfa að þrauka við erfiðar aðstæður og takast á við skemmtilegar þrautir. Nú eru bara átta keppendur eftir og spennan magnast. Engum er treystandi og ýmislegt á eftir að koma á óvart.

22.00 Law & Order Bandarískur þáttur um störf rannsóknarlögreglumanna og saksóknara í New York. Verðbréfasali er myrtur og böndin berast að tengdamóður hans, sem er stórt nafn á snyrtivörumarkaðnum og gerir allt til að vernda ímynd fyrirtækis síns.

22.50 Everybody Loves Raymond

23.20 Jay Lenó

0.05 C.S.I.: New York (e)

1.05 Casino (e)

1.55 Beverly Hills 90210 (e)

2.40 Óstöðvandi tónlist

18.00 Insider (e)

18.30 Fréttir NFS

19.00 Ísland í dag

19.30 Seinfeld

20.00 Entertainment

Tonight Í gegnum árin hefur Entertainment Tonight fjallað um allt það sem er að gerast í skemmtanabransanum og átt einkaviðtöl við fræga stjórnu. Nýjum fréttum af fræga fólkinu, kvikmyndum, sjónvarpi, tónlist, tísku og alls kyns uppakomum sem gerast í bransanum eru gerð góð skil í þessum frægu þáttum.

20.30 My Name is Earl (e) Sírkus endursýnir þessa vinsælu þætti sem hafa slegið í gegn út um heim allan.

21.00 Tekinn Skemmtikrafturinn og sjónvarpstjarnan Auðunn Blöndal stjórna þættinum Tekinn, þætti sem er í anda Punk'd með Ashton Kutcher.

21.30 So You Think You Can Dance 2 Dansinn hefst á ný ... Frá framleiðendum American Idol kemur raunveruleikabátturinn So You Think You Can Dance þar sem leitað er að besta dansara Bandaríkjanna. Dómaramir ferðast víða um Bandaríkin en aðeins þeir 50 bestu fá að fara til Hollywood þar sem niður-skurðurinn heldur áfram.

22.20 Weeds (8:12) (e) Önnur serían um húsmóðurina Nancy sem er einn heitasti eiturlyfsalinn í úthverfum Los Angeles borgar. Eftir að eiginmaður hennar deyr snöglega lendir Nancy í miklum fjárhagsörðugleikum.

22.50 Insider

23.15 24 (23:24) (e)

0.00 Seinfeld

0.25 Entertainment Tonight e.

0.50 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

Eru fæturnir þreyttir eftir daginn?

Fótavörurnar frá Scholl leysa málið



Brakandi ís-gel
Frískandi og kælandi ís-gel sem eykur vellíðan fyrir þreytta fætur. Það brakar og brestur í ís-gelinu þegar það bráðnar inn í húðina og þreytan hverfur eins og dögg fyrir sólu.



Djúpnæring með sokkpari
Frábær næring fyrir fæturna. Kreminu er nuddað vel inn í húðina, sérstaklega svæðið undir iljunum. Sérstakir sokkar sem fylgja auka áhrif meðferðarinnar og þú finnur muninn daginn eftir.



Skrúbbsápa í sturtuna og rakakrem
Kornasápa til að fjarlægja dauða húð á fótasvæðinu. Inniheldur Jojoba og viðheldur réttu rakastigi fótanna í 24 klst.

Fæst í apótekum



SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN

SIRKUS TV



▶ **01.55 Amazon Women**
STÖÐ 2



▶ **16.10 Moonlight Mile**
STÖÐ 2 BÍÓ



▶ **23.20 Jay Leno** SKJÁR
EINN



▶ **19.55 Tottenham - Middlesbrough** SKJÁR
SPORT



▶ **19.30 Barcelona - Bremen** SÝN

17.00 Jóladagatalið - Stjórnustrákur
17.10 Leiðarljós
17.50 Táknmálfréttir
17.55 Magga og furðudýrið (13:26)
18.20 Kappflugið í himingeimnum (13:26)

18.45 Jóladagatalið - Stjórnustrákur Ævintýri eftir Sigrúnu Eldjárn. Leikstjóri er Kári Halldór og aðallutverk leika Guðfinna Rúnarsdóttir, Kristjana Pálsdóttir og Sigurþór Albert Heimisson.

19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.35 Kattljós

20.15 Veronica Mars (14:22) (Veronica Mars II) Bandarísk spennubáttaröð um unga konu sem tekur til við að fletta ofan af glæpamönnum eftir að besta vinkona hennar er myrt og pabbi hennar missir vinnuna. Meðal leikenda eru Kristen Bell, Percy Daggs, Teddy Dunn, Jason Dohring, Ryan Hansen, Francis Capra, Tessa Thompson og Enrico Colantoni.

21.00 Svona var það (21:22) (That 70's Show) Bandarísk gamanþáttaröð um ungt fólk á áttunda áratugnum. Meðal leikenda eru Mila Kunis, Wilmer Valderama, Danny Masterson og Laura Prepon.

21.25 Þrjú blaðamenn leita rithöfundar (Tre reportere söker en forfatter: Orhan Pamuk) Norskur þáttur um Tyrkjan Orhan Pamuk sem hlaut Nóbelsverðlaunin í bókmenntum í ár.

22.00 Tíufréttir
22.25 Rose og Maloney (3:3) (Rose and Maloney) Bresk þáttaröð um rannsóknarlögreglukonuna Rose og félagan hennar Maloney sem glíma við dularfull sakamáli.

23.35 Örninn (6:8)
0.35 Kastljós
1.15 Dagskrárlok

6.58 Ísland í bitíð
9.00 Bold and the Beautiful
9.20 Í finu formi 2005
9.35 Martha
10.20 Ísland í bitíð (e)
12.00 Hádegisfréttir
12.40 Neighbours
13.05 Valentina
13.50 Silfur Egils
15.25 Meistarinn (22:22) (e)
16.10 Mr. Bean
16.30 Nornafélagið
17.15 Véla-Villi
17.28 Bold and the Beautiful
17.53 Neighbours
18.18 Íþróttir og veður

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

19.00 Ísland í dag
19.40 Simpsons (10:21) (Simpson-fjölskyldan) Sextánda og nýjasta þáttaröðin í þessum langlifasta gamanþætti bandarískrar sjónvarpsögu.

20.05 Amazing Race (Kapphlaupið mikla)

20.55 The Curse of King Tut's Tomb (Bölvun Tütankamons) Seinni hluti framhaldsmyndar í tveimur hlutum sem er í anda gömlu þrjú bíó ævintýramyndanna og jafnvel ennfrekar Indiana Jones myndanna vinsælu.

22.20 Prison Break (8:22) (Flóttinn)(8:14) Övæntir erfiðleikar verða á vegi Sucre eftir að hann reynir að næla í alla peningana.

23.05 Thief (2:6) (Bönnuð börnum)
23.50 Numbers (7:24)
0.35 Eye Ball (Ballen í øyet)
1.55 Amazon Women on the Moon (e) (Bönnuð börnum)
3.20 Simpsons (10:21)
3.45 Ísland í bitíð. e.
5.20 Fréttir og Ísland í dag
6.30 Tónlistarmyndbönd frá Popp Tívi

5.12 2006 Þriðjudagur
7.00 6 til sjö (e)
8.00 Rachael Ray (e)
8.50 Innlit / útlit (e)
15.00 Just Deal (e)
15.30 One Tree Hill (e)
16.20 Beverly Hills 90210
17.05 Rachael Ray
18.00 6 til sjö
19.00 Everybody Loves Raymond (e) Bandarísk gaman-sería.

19.30 Out of Practice (e) Bráðfyndin gaman-sería.
20.00 Queer Eye for the Straight Guy Fimm samkynhneigðar tiskulöggur þefa uppi lúðalega gaura og breyta þeim í flotta fyra. Allt er tekið í gegn og lífi viðkomandi snúið á hvolf. Fataskápurinn er endurnýjaður, flikkað upp á hárgreiðsluna, íbúðin endurskipulögð og gaurum kennt að búa til rómantíska stemningu.

21.00 Innlit / útlit Hönnunar- og lífsstílsþáttur þar sem Þórunn, Nadia og Amar Gauti koma víða við og skoða hús, hibiylí og flotta hönnun. Áhorfendur fá tækifæri til að taka þátt í fjörinu því Þórunn mun m.a. heimsækja fólk sem vill breyta og bæta á heimilinu. Nadia sýnir áhorfendum hvernig þeir geta gert hlutina sjálfir og benda á einfaldar lausnir.

22.00 Close to Home Lögræðidrama af bestu gerð. Annabeth Chase er ungur saksóknari sem vill ólm fá öll erfiðustu glæpamálin og hlífir sér hvergi. Eiginkona valdamikils kaupslumans er myrt og böndin berast að eiginmanni hennar og tengdafaður.

22.50 Everybody Loves Raymond Bráðfyndin gaman-sería.
23.20 Jay Leno
0.05 Survivor: Cook Islands. e.
1.05 Beverly Hills 90210. e.
1.50 Östöðvandi tónlist

18.00 Insider (e)
18.30 Fréttir NFS
19.00 Ísland í dag
19.30 Seinfeld Jerry, George, Elaine og Kramer halda upp-teknum hætti í einum vinsælasta gamanþætti allra tíma.

20.00 Entertainment Tonight Í gegnum árin hefur Entertainment Tonight fjallað um allt það sem er að gerast í skemmtanabransanum og átt einkaviðtöl við frægar stjörnur. Nýjum fréttum af fræga fólkinu, kvikmyndum, sjónvarpi, tónlist, tísku og alls kyns uppkomum sem gerast í bransanum eru gerð góð skil í þessum frægu þáttum.

20.30 The Hills Lauren úr Laguna Beach þáttunum er flutt til L.A. og er á leiðinni í skóla. Með skólanum hefur hún ráðið sig í vinnu hjá hinu vinsæla tímariti Teen Vogue.

21.00 Rescue Me Þriðja serían um Tommy Gavin og félagan hans á slökkvistöð númer 62. Frábærir þættir um hóp slökkviliðsmanna í New York borg þar sem alltaf er eitthvað í gangi. Ef það eru ekki vandamál í vinnunni þá er það einkalífíð sem angrar þá.

22.00 24 (24:24) Bönnuð börnum.

22.45 Insider Í heimi fræga fólksins eru góð sambönd allt sem skiptir máli. Og þar er enginn með betri sambönd en The Insider. Í þessum þáttum fara stjórnumurnir með okkur í innsta hring stjarnanna þar sem við fáum að sjá einkaviðtöl, nýjustu upplýsingarnar og sannleikann á bakvið heitasta slúðrið í Hollywood.

23.10 Four Kings - NÝTT (e)
23.35 Seinfeld
0.00 Entertainment Tonight (e)
0.25 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

Babyliss jólagjafir fyrir alla....

Babyliss hárbólásarar

Babyliss Men hárklippisett

Babyliss ceramic sléttujárn

Babyliss Krullujárn

BaByliss



SJÓNVARPIÐ



SIRKUS TV



00.35 Narc STÖÐ 2



02.00 Cheech and Chong STÖÐ 2 BÍÓ



15.50 Venni Páer SKJÁR EINN



22.40 Boffo SJÓNVARPIÐ



19.30 Man. Utd-Benfica SÝN

17.00 Jóladagatalið - Stjórnustrákur
17.10 Leiðarljós
17.55 Táknmálsfréttir
18.05 Disneystundin
18.06 Síðildar teiknimyndir (12:42)
18.15 Herkúles (12:28)
18.45 Jóladagatalið - Stjórnustrákur /Evinýri eftir Sigrúnu Eldjárn. Leikstjóri er Kári Halldór og aðalhlutverk leika Guðfinna Rúnarsdóttir, Kristjana Pálsdóttir og Sigurþór Albert Heimisson.
18.54 Víkingalottó
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.35 Kastljós
20.15 Bráðavaktin (16:22) (ER XII) Bandarísk þáttaröð sem gerist á bráðamóttöku sjúkrahúss í stórborg. Aðalhlutverk Laura Innes, Mekhi Phifer, Goran Visnjic, Maura Tierney, Parminder Nagra, Linda Cardellini, Shane West og Scott Grimes.
21.00 Nægtaborð Nigellu (2:13) (Nigella Feasts) Bresk matreiðsluþáttaröð þar sem eldhúsgjöfan Nigella Lawson snarar fram girnilegum krásum.
21.35 Úlfabytur í Úthverfi (2:8) (Suburban Shootout) Breskur gamanmyndaflokkur um konurarnir í smábænum Little Stempington sem drepa ekki tímann.
22.00 Tíufréttir
22.25 Íþróttakvöld
22.40 Smellir og skellir frá Hollywood (Boffo! Tinseltown's Bombs and Blockbusters) Heimildamynd um kvikmynda-iðnaðinn þar sem margt af þekktasta kvikmyndafólki samtímans veltir því fyrir sér hvað gerir bíómyndir vænlegar til vinsældra eða líklegar til að falla og hvort tilviljun ein geti ráðið þar úrslitum.
23.55 Kastljós
0.35 Dagskrárlök

6.58 Ísland í bitíð
9.00 Bold and the Beautiful
9.20 Í finu formi 2005
9.35 Oprah (78:145)
10.20 Ísland í bitíð (e)
12.00 Hádegisfréttir
12.40 Neighbours
13.05 Valentina
13.50 Amazing Race
14.35 How I Met Your Mother
15.00 Osbournes 3 (2:10)
15.25 Oliver Beene (9:14) (e)
15.50 Sabrina - Unglingsnornin
16.13 Shoebox Zoo
16.38 Cubix
17.03 Könnuðurinn Dóra
17.28 Bold and the Beautiful
17.53 Neighbours
18.18 Íþróttir og veður
18.30 Fréttir, íþróttir og veður
19.00 Ísland í dag
19.40 Simpsons (11:21) (Simpson-fjölskyldan) Sextánda og nýjasta þáttaröðin í þessum langlifasta gamanþætti bandarískrar sjónvarpsstögu. Simpson-fjölskyldan er sóm við sig og hefur ef eitthvað er aldrei verið uppátækjasamari. (11:21) Bæjarbúum til mikillar gremju er Springfield-jökullinn nánast horfinn og skellir Lisa skuldinni á gróðurhúsaáhrifin.
20.05 Eldsnögg með Jóa Fel
20.40 Oprah Spánnýr spjall-þáttur með valdamestu og vinsælustu sjónvarpskonu í heimi.
21.30 Afterlife (1:8) (Framhaldslíf) Alison Mundy er enn að jafna sig eftir að hafa verið í dá.
22.20 Strong Medicine (14:22) (Samkvæmt læknisráði)
23.05 Grey's Anatomy (4:22)
23.50 The Closer - NYTT (2:15)
0.35 Narc (Stranglega bönnuð börnum)
2.0 Afterlife (1:6) (Bönnuð börnum)
3.10 Afterlife (1:8) (Bönnuð börnum)
4.00 Ísland í bitíð. e.
5.35 Fréttir og Ísland í dag
6.45 Tónlistarmyndbönd frá Popp TVÍ

5.12 2006 Þriðjudagur
7.00 6 til sjó (e)
8.00 Rachael Ray (e)
8.50 Innlit / útlit (e)
15.00 Just Deal (e)
15.30 One Tree Hill (e)
16.20 Beverly Hills 90210
17.05 Rachael Ray
18.00 6 til sjó
19.00 Everybody Loves Raymond (e) Bandarísk gaman-sería.
19.13 Out of Practice (e) Bráðfyndin gamanseria.
20.00 Queer Eye for the Straight Guy Fimm samkynhneigðar tiskulöggr þefa uppi lúðalega gaura og breyta þeim í flotta fyra. Allt er tekið í gegn og lífi viðkomandi snúið á hvolf.
21.00 Innlit / útlit Hönnunar- og lífsstílsþáttur þar sem Þórunn, Nadia og Arnar Gauti koma víða við og skoða hús, hibiýli og flotta hönnun. Áhorfendur fá tækifæri til að taka þátt í fjörinu því Þórunn mun m.a. heimsækja fólk sem vill breyta og bæta á heimilinu. Nadia sýnir áhorfendum hvernig þeir geta gert hlutina sjálfir og benda á einfaldar lausnir á meðan Arnar Gauti sér um allt sem viðkemur hönnun, jafnt nýrri sem eldri. Þetta er áttunda árið sem þátturinn er á dagskrá og hann batnar með hverju ári.
22.00 Close to Home Lögræðidrama af bestu gerð. Annabeth Chase er ungur saksóknari sem vill ólm fá öll erfiðustu glæpamálin og hlífir sér hvergi. Eiginkona valdamikils kaupsluslumanns er myrt og böndin berast að eiginmanni hennar og tengdaföður.
22.50 Everybody Loves Raymond
23.20 Jay Leno
0.05 Survivor: Cook Islands e.
1.05 Beverly Hills 90210 (e)
1.50 Óstöðvandi tónlist

12.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV
18.00 Insider (e)
18.30 Fréttir NFS
19.00 Ísland í dag
19.30 Seinfeld
20.00 Entertainment Tonight Í gegnum árin hefur Entertainment Tonight fjallað um allt það sem er að gerast í skemmtanabransanum og átt einkaviðtöl við frægur stjörnur.
20.30 South Park Þeir eru komnir aftur á skjáinn. 8. serían um Cartman, Kenny, Kyle, Stan og lífið í South Park en þar er alltaf eitthvað furðulegt í gangi.
21.00 Sirkus Rvk Ásgeir Kolbeinsson er snúinn aftur með nýjan og betri þátt ásamt nýjum þáttastjórnendum. Ásgeir og co. fylgjast með því sem er að gerast í menningarlífi Reykjavíkur. Áhersla er lögð á nýja staði, spennandi uppkomur, opnanir og frumsýningar.
21.30 Ghost Whisperer 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, en stundum getur það reynst erfitt þar sem ekki trúna allir því sem þeim er sagt.
22.20 Pepper Dennis Pepper Dennis er metnaðarfull fréttakona sem þráir ekkert heitar en að verða fréttapular í vinsælasta fréttatíma Chicago borgar.
23.10 Insider
23.35 Rescue Me (e)
0.25 Weeds (8:12) (e)
0.55 Seinfeld
1.20 Entertainment Tonight e.
1.45 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

9. HVER VINNUR!

Sendu SMS skeytið BTC OHB á 1900 og þú gætir unnið eintak!

Aðalvinningur er DVD spilar og Over the Hedge á DVD
 Aukavinningar eru Over the Hedge á DVD, tölvuleikir, fleiri DVD myndir og margt fleira!

Vinningar verða afhendir hjá BT Smáralind. Kópavogi. Með því að taka þátt eru kominn í SMS klúbb. 149 kr/skeytið.



7.00 Meistaradeildin með Guðna Bergs
7.40 Meistaradeildin með Guðna Bergs
8.20 Meistaradeildin með Guðna Bergs
9.00 Meistaradeildin með Guðna Bergs
16.10 Meistaradeild Evrópu - endurs.
17.50 Meistaradeildin með Guðna Bergs
18.30 Ensku mörkin Farið yfir allt það helsta sem gerðist í liðinni umferð í ensku 1. deildinni í knattspyrnu. Mörg félöganna í deildinni eru með íslenska leikmenn á sínum snærum og því kærkomið að fá tækifæri til þess að fylgjast með tilþrífum þeirra í hverri einustu umferð.
19.00 Meistaradeildin með Guðna Bergs - Upphitun (Meistaradeildin - upphitun) Heimir Karls og Guðni Bergs hita upp fyrir alla leiki kvöldsins í Meistaradeild Evrópu. Sýn verður með þrjá leiki í beinni útsendingu í kvöld á Sýn, Sýn Extra og Sýn Extra 2. Heimir og Guðni fá góða gesti í heimsókn, bæði þrautreynda knattspyrnumenn sem og íþróttafréttamenn Sýnar sem tilkynna byrjunarliðin í sjónvarpsleikjum kvöldsins.
19.30 Meistaradeild Evrópu (Man. Utd. - Benfica) Útsending frá leik í riðlakeppni Meistaradeildar Evrópu í knattspyrnu.
21.40 Meistaradeildin með Guðna Bergs



6.00 All Dogs Go to Heaven 2
8.00 Chasing Beauties (Kvennarauinir) Bönnuð börnun.
10.00 Blue Sky (Heiður himinn)
12.00 Beauty Shop
14.00 All Dogs Go to Heaven 2
16.00 Chasing Beauties (Kvennarauinir) Bönnuð börnun.
18.00 Blue Sky (Heiður himinn)
20.00 Beauty Shop
22.00 In America (Í Ameríku) Bönnuð börnun.
0.00 Van Wilder Stranglea bönnuð börnun.
2.00 Cheech and Chong's Next Movie (Meistaraverk Cheech og Chong) Stranglea bönnuð börnun.
4.00 In America (Í Ameríku) Bönnuð börnun.



6.12 2006 Miðvikudagur
7.00 Að leikslokum (e)
13.30 Tottenham - Middlesbrough (frá 5. des)
15.30 Man. City - Watford (frá 4. des)
17.30 Wigan - Liverpool (frá 2. des)
19.35 Newcastle - Reading (b) Bein útsending frá leik Newcastle og Reading.
22.00 West Ham - Wigan (frá í kvöld)
0.00 Sheff. Utd - Charlton (frá 2. des)



Dagskrá allan sólarhringinn.



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



EUROSPORT
11.30 Rowing: Asian Games in Doha, Qatar **13.00** Artistic gymnastics: Asian Games in Doha, Qatar **15.30** Boxing: International contest in Hamburg **16.45** Football: Asian Games in Doha, Qatar **19.45** Sailing: Inside Alinghi **19.50** All Sports: Wednesday Selection **20.00** Equestrianism: Show Jumping - Spruce Meadows in Calgary **21.00** Equestrianism: International Masters in Brussels **22.00** Sailing: Star World Championship in San Francisco **22.30** Polo: British Polo Championship in Ascot **23.00** Fight Sport: Shooto

BBC PRIME
12.00 Absolutely Fabulous **12.30** The Good Life **13.00** Popcorn **14.00** Holby City **15.00** Big Strong Boys **15.30** Location, Location, Location **16.30** To Buy or Not to Buy **17.00** Keeping Up Appearances **17.30** The Good Life **18.00** The Naked Chef **19.00** As Time Goes By **20.00** Dalziel and Pascoe **21.00** The Kumars at Number 42 **21.30** 3 Non-Blondes **22.00** Spooks **23.00** The Good Life **23.30** Dalziel and Pascoe

NATIONAL GEOGRAPHIC
11.00 Hollywood Science **12.00** Secret Bible **13.00** Dangerous Encounters **14.00** Seconds From Disaster **15.00** Secret Bible **16.00** Air Crash Investigation **17.00** Hollywood Science **18.00** Mad Labs **18.30** I Didn't Know That **19.00** Pests from Hell **20.00** Unlocking da Vinci's Code **21.00** Air Crash Investigation **22.00** Sleepwalking Murders **23.00** Megastructures **0.00** Air Crash Investigation

ANIMAL PLANET
11.30 Animals A-Z **12.00** Going Ape **13.00** Amazon Super River **14.00** Wild India **15.00** Crocodile Hunter **16.00** Miami Animal Police **17.00** Wildlife SOS **18.00** Animals A-Z **18.30** Monkey Business **19.00** Jungle **20.00** Life of Mammals **21.00** Animal Cops Houston **22.00** Ultimate Killers **22.30** Predator's Prey **23.00** The Planet's Funniest Animals **0.00** Jungle

DISCOVERY CHANNEL
11.00 Firehouse USA **12.00** American Chopper **13.00** A 4x4 is Born **13.30** Wheeler Dealers **14.00** Super Structures **15.00** Extreme Machines **16.00** Firehouse USA **17.00** Rides **18.00** American Chopper **19.00** Mythbusters **20.00** Perfect Disaster **21.00** I Shouldn't Be Alive **22.00** A Haunting **23.00** FBI Files **0.00** Forensic Detectives

TRAVEL CHANNEL
11.30 Riding Route 66 **12.00** Don't Forget Your Passport **13.00** The Thirsty Traveler **14.00** Globe Trekker **15.00** Earthwalkers **15.30** Globe Guides **16.00** Travel 2006 **16.30** Flavours of Chile **17.00** Globe Trekker Specials **18.00** Exploring Horizons **19.00** World Class **19.30** Riding Eastern Europe **20.00** Grainger's World **21.00** Globe

Trekker **22.00** The Thirsty Traveler **22.30** Earthwalkers **23.00** Riding Route 66 **23.30** Opening Soon **0.00** Alby Mangels - Adventure Bound

MTV EUROPE
12.00 Laguna Beach **12.30** Just See MTV **14.00** Pimp My Ride **14.30** Wishlist **15.00** TRL **16.00** My Super Sweet 16 **17.00** Just See MTV **17.30** This Is the New Sh*t **18.00** Hit List UK **19.00** MTV Making the Movie **19.30** Making the Video **20.00** Laguna Beach **20.30** 8th & Ocean **21.00** Top 10 at Ten **22.00** Wondershowzen **22.30** Call to Greatness **23.00** The Lick **23.30** Lick Shots **0.00** Just See MTV

VH1 EUROPE
11.00 Fabulous Life of **12.00** Smells Like the 90s **12.30** So 80s **13.00** VH1 Hits **16.30** So 80s **17.00** VH1 Viewers' Jukebox **18.00** Smells Like the 90s **19.00** VH1 Classic **19.30** Then & Now **20.00** Motomouth **20.30** MTV at the Movies **21.00** The Osbournes **21.30** Beavis & Butt-head **22.00** VH1 Rocks **22.30** Flipside **23.00** Top 5 **23.30** VH1 Hits

E! ENTERTAINMENT
11.05 Sexiest Bad Girls **12.00** E! News **12.30** The Daily 10 **13.00** 101 Best Kept Hollywood Secrets **17.35** Casino Royale Behind the Scenes **18.00** E! News **18.30** The Daily 10 **19.00** Hilary Swank THS **20.00** 101 Craziest TV Moments **21.00** Girls of the Playboy Mansion **22.00** Dr. 90210 **23.00** Sexiest Bad Girls **0.00** Hilary Swank THS

CARTOON NETWORK
11.30 Droopy: Master Detective **12.00** Cow & Chicken **12.30** Pet Alien **13.00** Atomic Betty **13.30** Cramp Twins **14.00** Ed, Edd n Eddy **14.30** Battle B-Daman **15.00** The Powerpuff Girls **15.30** Yu-gi-oh GX **16.00** My Gym Partner's a Monkey **16.30** Robotboy **17.00** Codename: Kids Next Door **17.30** World of Tosh **18.00** Charlie Brown Specials **18.30** The Scooby Doo Show **19.00** Sabrina, The Animated Series **19.30** Tom & Jerry **20.00** Batman of the Future **22.00** Johnny Bravo **22.30** Ed, Edd n Eddy **23.00** Dexter's Laboratory **23.30** The Powerpuff Girls **0.00** Johnny Bravo

MGM
11.15 Play Dirty **13.10** Have You Seen My Son? **14.40** Running from the Guns **16.05** The Horse Soldiers **18.00** The 60's **20.05** Charlie Chan and the Curse of the Dragon Queen **21.40** Heat **23.20** A Man of Passion

TCM
20.00 Demon Seed **21.35** Wild Rovers **23.45** David Copperfield **1.55** Riff-Raff

HALLMARK
11.00 Early Edition Iv **12.00** Finding Buck McHenry **13.45** The Legend of Sleepy Hollow **15.15** Harvest

17.00 Ford: The Man and the Machine **18.45** Early Edition Iv **19.30** Early Edition Iv **21.30** Law & Order **22.30** Sworn to Vengeance

BBC FOOD
11.30 Heat in the Kitchen **12.00** Neil Perry Fresh and Fast **12.30** Neil Perry Rockpool Sessions **13.00** Orgasmic Organic **13.30** Diet Trials **14.00** Beauty and the Feast **14.30** Chef **15.00** Chef at Home **15.30** French Leave **16.00** New Scandinavian Cooking **17.00** Great Food Bites **17.30** Jimmy's Farm **18.30** Ever Wondered About Food **19.00** French Leave **19.30** Coxon's Sporting Feast **20.00** Return To Tuscany **20.30** Rocco's Dolce Vita **21.00** Giorgio Locatelli - Pure Italian **21.30** Jancis Robinson's Wine Course **22.00** New Scandinavian Cooking

DR 1
11.35 Dagens Danmark **12.00** Smagsdommerne **12.50** DR-Explorér **13.20** Fantastiske fortællinger **13.50** Nyheder på tegnsprog **14.00** TV Avisen med vejret **14.10** Dawsons Creek **15.00** Svada **15.30** Pigebandet Frank **16.00** Absalons Hemmelighed **16.30** Absalon Live **17.00** Julefandango **17.30** TV Avisen med Sport og Vejret **17.55** Dagens Danmark **18.25** TV Avisen **18.30** Absalons Hemmelighed **19.00** Sportis **19.30** Ildsjæle **20.00** TV Avisen **20.25** Profilen **20.50** SportNyt **21.00** Jetlag **22.20** Onsdags Lotto **22.25** Tavi - ånden der steg op fra havet **23.15** Når livet går i stykker

NRK 1
11.40 Fra Hordaland og Sogn og Fjordane **12.00** Siste nytt **12.05** Distriktsnyheter **12.20** Fra Aust- og Vest-Agder **12.40** Fra Buskerud, Telemark og Vestfold **13.00** Siste nytt **13.05** Distriktsnyheter **13.20** Fra Oslo og Akershus **13.40** Fra Vstfold **14.00** Siste nytt **14.05** lan tar regien **14.32** Kim Possible **15.00** Siste nytt **15.05** Amigo **15.30** Fabrikken **16.00** Siste nytt **16.10** Oddasat - Nyheter på samisk **16.25** Fra loft og kjeller **16.55** Nyheter på tegnskrift **17.00** Jul i Svingen **17.25** Peo **17.40** Distriktsnyheter **18.00** Dagsrevyen **18.30** Forbrukerinspektøren **18.55** Berufsilsens fargerike **19.25** Redaksjon EN **19.55** Distriktsnyheter **20.00** Dagsrevyen **21** **20.40** Vikinglotto **20.45** House **21.30** Den nordiske mannen **22.00** Kveldsnytt **22.10** Lydverket **22.55** Den tredje vakten **23.35** Farlige forklaringer

ST 1
11.05 Doobidoo **12.05** Sverige! **12.50** Vad hände med Baby Jane? **15.00** Rapport **15.10** Gomorron Sverige **16.00** Plus **16.30** Krokodill **17.00** Meg och Mog **17.10** Kom hem igen **17.15** Dra mig baklänges **17.30** Julkalender: LasseMajas detektivbyrå **17.45** Tracey McBean **18.00** Kärleksagentera **18.30** Rapport **19.00** Natumollona **19.30** Mitt i naturen **20.00** Entourage **20.25** Uppståndelsen **22.00** Rapport **22.10** Kulturrhyeterna **22.20** Mästerverket **23.20** Sändning från SVT24

» EKKI MISSA AF ...

Eldsöttugt með Jóa Fel



Aóventan er hafin og þá eru bakaramestarar eins og Jóa Fel farnir að leiða huggann að jólabakstrinum og þá einkum og sér í lagi jólabakstrinum. Í þætti kvöldsins ætla hann að kenna okkur að búa til einn af sínum eftirlætis konfektmolum og ekki nóg með það heldur ætla hann einnig að fá annan konfektgerðarameistara sér til aðstoðar, Hafliða úr Mosfellsbakarí, og saman ætla þeir að búa til gömsætan jólalegan eftirrétt, en þess má geta að báðir lögðu þeir til uppskrifur fyrir nýju eftirréttabók Hagkaupa.

STÖÐ 2 KL. 20.05.



SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN



SIRKUS TV



▶ **19.40 Búbbarnir STÖÐ 2**



▶ **22.00 Chappelle Show**
SIRKUS



▶ **22.00 Manchurian Candidate STÖÐ 2 BÍÓ**



▶ **20.00 The Office SKJÁR EINN**



▶ **22.25 The Sopranos**
SJÓNVARPIÐ

7.55 EM í sundi
10.30 Hlé
16.05 Íþróttakvöld
16.25 EM í sundi
17.00 Jóladaðgatalið - Stjörnustrákur
17.05 EM í sundi
18.10 Tákn málsfréttir
18.20 Stundin okkar

18.45 Jóladaðgatalið - Stjörnustrákur Ævintýri eftir Sigrúnu Eldjárn. Leikstjóri er Kári Halldór og aðalhlutverk leika Guðfinna Rúnarsdóttir, Kristjana Pálsdóttir og Sigurpór Albert Heimisson.

19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.35 Kastljós

20.25 Martin lækni (6:8) (Doc Martin II) Breskur gamanmyndaflokkur um lækinn Martin Ellingham sem býr og starfar í smábæ. Meðal leikendna eru Martin Clunes, Caroline Catz, Stephanie Cole, Lucy Punch og Ian McNeice. Þættirnir hlutu bresku gamanþáttaverðlaunin, British Comedy Awards.

21.15 Sporlaust (1:24) (Without a Trace IV) Bandarísk spennubátaröð um sveit innan Alríkislögreglunnar sem leitar að týndu fólki. Aðalhlutverk leika Anthony LaPaglia, Poppy Montgomery, Marianne Jean-Baptiste, Enrique Murciano og Eric Close. Atríði í þáttum eru ekki við hæfi barna.

22.00 Tíufréttir

22.25 Soprano-fjölskyldan (The Sopranos VI) Myndaflokkur um mafíósann Tony Soprano og fjölskyldu hans. Aðalhlutverk leika James Gandolfini, Edie Falco, Jamie Lynn Sieglar, Steve Van Zandt, Michael Imperioli, Dominic Chianese, Steve Buscemi og Lorraine Bracco.

23.20 Aðþrengdar eiginkonur (44:47)

0.05 Kastljós

0.55 Dagskrárlök

6.58 Ísland í bitíð
9.00 Bold and the Beautiful
9.20 Í finu formi 2005
9.35 Martha
10.20 Ísland í bitíð (e)
12.00 Hádegisfréttir
12.40 Neighbours
13.05 Valentína
13.50 Valentína
14.35 William and Mary (4:6)
15.20 Two and a Half Men
15.50 Jimmy Neutron
16.13 Leðurblökumaðurinn
16.38 Ofurhundurinn
17.03 Myrkfælnu draugarnir. e.
17.18 Fifi
17.28 Bold and the Beautiful
17.53 Neighbours
18.18 Íþróttir og veður

18.30 Fréttir, íþróttir og veður

19.00 Ísland í dag

19.40 Búbbarnir (16:21) Búbbarnir eru mættir til leiks og hafa sölsað íslenska fjölmiðla undir sig með látum. Hér eru á ferðinni fyrstu íslensku brúðugrínþættirnir, taumlaust fjór fyrir alla fjölskylduna. Búbbarnir eru kynlegar brúður og þættirnir gerast á sjónvarpsstöð þar sem skrautlegar uppákomur eru daglegt brauð.

20.05 Í sjöunda himni með Hemma Gunn

21.10 The Closer - NÝTT (3:15)

21.55 Entourage (14:14) (Viðhengi)

22.25 Arrested Development (Tómir asnar)

22.50 Svæsnustu eyðsluseggir í Hollywood (Extreme: Celebrity Debts)

23.35 Grey's Anatomy (23:36)

0.20 King Arthur (Stranglega bönnuð börnum)

2.20 The Closer - NÝTT (3:15) (Bönnuð börnum)

3.05 Svæsnustu eyðsluseggir í Hollywood.

3.50 Ísland í bitíð. e.

5.25 Fréttir og Ísland í dag

6.35 Tónlistarmyndbönd frá Popp TÍVÍ

7.12 2006 Fimmtudagur
7.00 6 til sjö (e)
8.00 Rachael Ray (e)
8.50 Frægir í form (e)
15.55 Love, Inc. (e)
16.20 Beverly Hills 90210
17.05 Rachael Ray
18.00 6 til sjö

19.00 Everybody Loves Raymond (e) Bandarísk gaman-sería.

19.30 Game tívi Sverrir Bergmann og Ólafur Þór Jéolson fjalla um allt það nýjasta í tækni, tölvum og tölvuleikjum. Skemmtileg umfjöllun um nýjustu leikina og leikjartölvurnar.

20.00 The Office Bandarísk gamanseria sem nýverið hlaut Emmy-verðlaunin sem besta gamanseria. Michael kemst að því að Jim er skotinn í Pam og getur ekki þagað yfir leyndarmálinu þrátt fyrir ákafar tilraunir Jims til að þagga niður í honum.

20.30 Venni Páer Ný, íslensk gamanseria þar sem ýmsir kostulegir karakterar koma við sögu. Venni Páer er einkapjálfafrí með háleit markmið. Hann ætlar að gera kennslumyndband fyrir aðra einkapjálfa. Venni gefur Pálmari góð ráð til þess að verða sér úti um kúnna og segir honum söguna af því hvernig hann og Bjóssi kynntust.

21.00 The King of Queens Bandarískir gamanþættir um sendibílstjórnann Doug Heffernan, Carrie eiginkonu hans og Arthur, hinn stórfurðulega tengdaföður hans.

21.30 Sigtíð

22.00 C.S.I: Miami

23.00 Everybody Loves Raymond

23.30 Jay Leno

0.15 America's Next Top Model VI (e)

1.15 Beverly Hills 90210 (e)

2.00 2006 World Pool Masters (e)

2.50 Óstöðvandi tónlist

12.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

18.00 Insider (e)

18.30 Fréttir NFS

19.00 Ísland í dag

19.30 Seinfeld

20.00 Entertainment Tonight Í gegnum árin hefur Entertainment Tonight fjallað um allt það sem er að gerast í skemmtanabransanum og tekið einkaviðtöl við frægar stjörnur.

20.30 Four Kings - NÝTT Dreppfyndnir gamanþættir frá höfundum Will & Grace þar sem fylgst er með fjórum æskuvinum sem ákveða að flytja saman í íbúð í New York. Vinirnir eru allir á þrítugsaldrinum.

21.00 The Player Þrettán karlmenn berjast um hylli ofurskuttunnar Dawn Olivieri í þessum þáttum þar sem einn mun standa uppi sem sigurvegari.

22.00 Chappelle's Show Grínþættir sem hafa gert allt vitlaust í Bandaríkjunum.

Grínistinn Dave Chappelle lætur allt flakka í þessum þáttum og er engum hlíft. Hvort sem það eru bíómýndir, leikarar, trúarhópar eða kynþættir þá hikar Chappelle ekki við að gera grín af því sem honum dettur í hug. Þátturinn samanstendur af mörgum grínatriðum sem sjálfur Chappelle hefur skapað með sínum djarfa húmor.

22.30 X-Files (Ráðgátur) Sirkus sýnir X-files frá byrjun! Einhverjir mest spennandi þættir sem gerðir hafa verið eru komnir aftur í sjónvarpið. Mulder og Scully rannsaka dularfullt mál sem einfaldlega eru ekki af þessum heimi.

23.15 Insider

23.40 Vanished (8:13) (e)

0.25 Ghost Whisperer (e)

1.10 Seinfeld

1.35 Entertainment Tonight. e.

2.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

HÁTÍÐARVÍNÍÐ: TOMMASI RIPASSO

Hlaut Gyllta glasið hjá Vínþjónasamtökunum

Tommasi Ripasso er vín sem slegið hefur í gegn á undanföllum árum. Það er oft nefnt "Baby Amarone" þar sem að það er látið gerjast á þurrkuðum og pressuðum vínþrúgum sem notaðar hafa verið í gerð Amarone vína. Þessi aðferð er einungis notuð þegar sérstaklega árar vel í Venetó.

Tommasi Ripasso hefur sópað að sér verðlaunum á margskonar uppákomum víða um heim. Nýjustu verðlaunin eru Gyllta glasið 2006 sem Vínþjónasamtökin veittu í lok október þeim vínum

sem þóttu skara fram úr í vínbúðum hérlendis í verðflokknum 1.500 - 2.000 kr. Var Tommasi Ripasso eitt af fimm rauðvínunum sem hlaut Gyllta glasið.

Í Decanter, sem er virt tímarit sem sérhæfir sig í léttvínunum, fékk Tommasi Ripasso fjórar stjörnur af fimm mögulegum og þess má geta að þetta vín er nú framreitt á viðskiptafarrými British Airways. Hér er á ferðinni afar gott vín sem allir ættu að prófa. Viðeigandi með flestu rauðu kjöti og gengur afar vel með villibráð.

Verð í vínbúðum 1.850 kr.



» Sudoku vikunnar

#54

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. Prautin er leyst með rök-hugsun og útsjónarsemi.

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

Amlóði

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

Fullsterkur

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

Hálfdrættingur

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

Amlóði

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

Fullsterkur

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

Hálfdrættingur

LAUSNIR SUDOKUPRAUTA SÍÐUSTU VIKU (#53)

"Frábært dæmi
um varir með
nægan raka."



Nýr varalitur
DR. GLAMOUR
Endist allan daginn

BOURJOIS
— PARIS —

www.bourjois.com

Elskaðu neglurnar þínar



STERKAR NEGLUR

Sterkar neglur, stöðugar neglur og neglur sem eru í jafnvægi glíma við eitt vandamál - þær geta orðið of harðar. NailSpa Manicure býður upp á öflugna meðferð fyrir allar gerðir af nöglum og einnig vernd við að halda náttúrulegri fegurð naglanna. Ennfremur býður NailSpa Manicure upp á fullkominn grunn fyrir sterkar og stöðugar neglur sem skortir oft raka.



Smooth Cuticle Remover Gel

Gel sem fjarlægir naglabönd. Ilmmeðferð með lótusblómi + aloe vera. Aloe vera heldur þeim mjúkungum og sléttum og ver gegn ertingu og roða.



Sugar Almond Nail Peeling

Nærandi naglamaski. Ilmmeðferð með lótusblómi og mörndlum. Gagnleg naglameðferð og fullkomin hreinsun samtímis: Finustu kristallar mörndlusykurs hreinsa neglur og naglabönd, hrein mörndluolía veitir húð og nöglum vítamín og nærandi fitusýrur og skilur eftir frábæra marspanykt. Er undanfari þeirrar meðferðar sem á eftir kemur.



BROTHÆTTAR NEGLUR

Brothætt nögl er bitlaus og hefur oft glærar rákir langsum og táknrænan lóðréttan klofning sem aðskilur ólík lög naglarinnar. Náttúrulegt vax úr mangó og karite, rósavatn og nýr keratín rakagjafi úr sjónum dekra við neglurnar með einstakri samsetningu virkra innihaldsefna í naglasnyrtivörum.



Nagalakkahreinsir Án acetone



Nail Grow Cream

Ilmmeðferð með rós + shea butter + ceramium + mangósmjöri + rósavatni. Virkt rakagefandi krem með feitu shea butter fyrir neglur undir álagi, brothættar neglur og þær sem klofna. Eykur teygjanleika naglanna og stuðlar að auknum vexti.



LINAR NEGLUR

Lin nögl er slétt og glansandi og ljós eða hvít á lit þar sem hún stendur fram af fingrinum. Hún virðist oft vera flöt séð frá hlið eða jafnvel skeiðarlaga. Naglplatan er fitug og línan á milli naglplötunnar og þess sem stendur framaf - naglamótin - eru óreglulega löguð.



Nagalakkahreinsir Án acetone



Nail Grow Pen

Naglavaxtarserum Þessi hágæða næringarblanda með drottningarhunnangi, sýruhvata og lofnarblómi leiðir í ljós styrkjandi, uppbyggjandi og rakagefandi áhrif djúpt í grunni naglarinnar og styrkir þannig stöðugan vöxt naglarinnar.

NailSpa er fyrsta byltingarkennda varan sem sameinar framúrskarandi naglaumhirðu og þekkingu á ilmmeðferð. Þessi einstaka blanda sérfræðiþekkingar, verðmætrar samsetningar virkra efna og upplifunar á frábærum ilmi, ilmkjarnaolíu og áferð sem sléttir, breytir handsnyrtingu í vellíðan sem gerir þig fullkomlega ánægða.

Anti - Aging Ridge Filler

Ilmmeðferð með lótusblómi + hvítu tei + aloe vera
Grunnlag til verndar til að slétta ójöfnur og rákir í nöglinni. Innihaldsefni gegn öldrun vernda gegn rakatapi og auka mótstöðuafnaglarinnar.



Mango Nail Serum - Öflugt naglaserum.

Blanda fyrir neglur með framandi ilmi itkatrés og mangó fyrir öflugna naglasnyrtingu og örvin á vexti nagla. Lótusblómakraftur hreinsar húðina og verndar sprungin naglabönd. Ilmkjarnaolíur sem og endurnærandi og nærandi innihaldsefni halda teygjanleika naglanna og gera þær um leið sterkari.



Coco Mango Nail Butter

Öflugt naglakrem
Ilmmeðferð með lótusblómi + grænu tei.
Mangósmyör, shea butter, jojoba olía. Feit, kraftmikil naglameðferð fyrir neglur sem hafa verið undir álagi. Frábær kókosnetu-mangóilmur. Verndar gegn ofþornun og sprungum í naglaböndum.



Biotin Nail Hardener

Naglaherðir fyrir jafnvægi
Ilmmeðferð með rós + biotin
Bætir upp skort í næringarefnum í brothættum nöglum og stuðlar að stöðugum vexti nagla með fegrunarvítamíns biotin. Með fjölda fitusýra, kemur rósaberjaolíu jafnvægi á náttúrulegt fituinnihald naglanna og dregur úr tapi á mikilvægum raka.



NailSpa Control fyrir linar neglur býður upp á valdar vörur fyrir sérstakar þarfir og ákjósanlegan stuðning fyrir þessa gerð af nöglum: styrkjandi, sem örvar vöxt nagla og veitir hæfilega mikinn raka. Mjög áhrifarík náttúruleg virk innihaldsefni eins og drottningarhunnangs- og lofnarblómskraftur koma nöglunum í jafnvægi og veita mikilvæg styrkjandi næringarefni.



alessandro
INTERNATIONAL



Aðeins fáanlegt á snyrtistofum um land allt.

GÍTARPAKKI
29.900,-



**GUITARS
& BASSES**



**ALLT SEM VERDANDI
ROKKSTJARNA
DARFNAST
- Í EINUM PAKKA!**



**ESP-10
GÍTARMAGNARI**



GÍTARTASKA



KAPALL



**GÍTARÓL OG
NEGLUR**



TÓNSTILLIR

**VAL UM 3 GÍTARPAKKA
OG BASSAPAKKA Á 31.900,-**



 **TÓNASTÖÐIN**
Allt fyrir tónlistarmanninn

Galleri List
einstakar gjafir



eitthvað alveg
einstakt



Galleri List
Skiopholt 50d • sími: 581 4020
www.galleriilist.is



PIET HEIN
„Kertastjaki/Superelliptic gler“



GEORG JENSEN
„UFO“



GEORG JENSEN
„Bloom“



GEORG JENSEN
„Season“



GEORG JENSEN
„Swing“



STELTON
„4-ljós“



PIET HEIN
„Stakir kertastjakar“

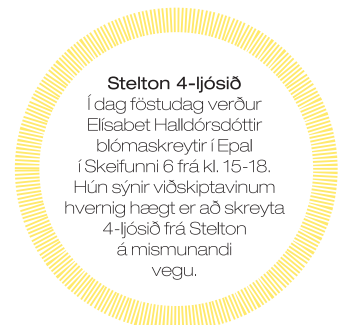
Hin upprunalegu ljós



PIET HEIN
„Stóri Björn“



Epal hf. / Skeifan 6 / Sími 568 7733 / epal@epal.is / www.epal.is



Stelton 4-ljósið
Í dag föstudag verður
Elisabet Halldórsdóttir
blómaskreytir í Epal
í Skeifunni 6 frá kl. 15-18.
Hún sýnir viðskiptavinum
hvernig hægt er að skreyta
4-ljósið frá Stelton
á mismunandi
vegu.



GEORG JENSEN
„Arne Jacobsen/Kertastjaki“

LASSEN-TABLEWARE
„Gemini“



ÁRÍÐANDI!

EKKI GLEÝMA AÐ SKOÐA BESTU RÚMIN ÁÐUR EN ÞÚ TEKUR ÁKVÖRÐUN



Komdu í Epal
í dag og njóttu ráðgjafar
sérfræðinga okkar við val á
vönduðum rúmum.



HÆGT AÐ ÞVO...



... OG SNÚA



MÝKRI UNDIR ÖXLUM



STYRKTIKANTAR



GROHE



Vatn og vellíðan





GÆÐI Á LÆGRA VERÐI

Jólatilboðin í

Queen rúm
með botni
og löppum
Aðeins
kr. 10.432,-
á mánuði í 12 mánuði
vaxtalaust.

King rúm
með botni
og löppum
Aðeins
kr. 12.319,-
á mánuði í 12 mánuði
vaxtalaust.

CH / RO

Temprakon hitajöfnunarsængin



Sængin sem breytir öllu

Nýjar dúnsængur með byltingakenndu efni sem heitir Outlast®. Efnið var upphaflega þróað fyrir búninga geimfara NASA, geimvísindastofnunar Bandaríkjanna, og veitir einstaka hitajöfnun yfir nóttina. Þegar líkaminn hitnar undir sænginni draga þúsundir Thermocules® (hitafrumur) í sig umframhitann og viðhalda þannig réttu hitastigi undir sænginni. Þegar líkamshiti lækkar síðan aftur, eftir að maður sofnar, losar sængin hitann aftur til baka til líkamans. Þetta ferli tryggir að sama, rétta, hitastigið helst allan tímann sem þú ert undir sænginni. Sængin er fyllt með 100% hreinum hvítum gæsadún frá Síberíu þar sem frost fer í -50°C.

Fæst
aðeins
í Betra Bak



+ TEMPUR
inniskór



+ TEMPUR
heilsukoddar



TempraKON®
hitajöfnunarsængur

www.betrabak.is

fullum gangi!

Jólatilboð á GravityZero stillanlegum rúmmum með Tempur Pedic heilsudýnni



Komdu í verslun okkar að Faxafeni 5 og við hjálpum þér að finna rétta rúmið fyrir þig á jólatilboði!



TEMPUR Heilsukoddar
Jólagjöfin í ár

Yfir 30.000 sjúkráþjálfarar, kírópraktorar og læknar um heim allan mæla með Tempur Pedic, þ.á.m. á Íslandi.



Carole
teppasett



elegante
sængurver



TEMPUR
barnakoddar

**Betra
BAK**

Faxafeni 5 • Reykjavík • Sími 588 8477 • betrabak@betrabak.is • www.betrabak.is
Opíð virka daga frá kl. 10-18 og laugardaga frá kl. 11-16



Svefn & heilsa

★★★★★

www.svefn.is

SOFÐU VEL UM JÓLIN • JÓLATILBOÐ

Eitt með öllu



Hjónarúm með

okkar bestu **IQ-CARE** heilsudýnu
Dæmi: 180 x 200 cm kr. **399.900** stgr.



JÓLAPAKKI

að verðmæti kr. 31.580 fylgir
öllum stillanlegum hjónarúmum
2 **IQ-CARE** heilsukoddar
2 hlífðardýnur og 2 lök

Loftrúm án rafmagns

SWISSFLEX

50 ára reynsla



Einstök fjöðrun



Hjónarúm með

okkar bestu **IQ-CARE** heilsudýnu
Dæmi: 180 x 200 cm kr. **279.900** stgr.

IQ-CARE

HELSUKODDAR

Verð medium
kr. **6.990**



Konfektikassi fylgir
hverjum seldum
heilsukodda

Vinsælasta jólagjöfin

Mest selda stillanlega rúmið

Frábær reynsla



PROFLEX

Hjónarúm með

okkar bestu **IQ-CARE** heilsudýnu
Dæmi: 180 x 200 cm kr. **229.900** stgr.

IQ-CARE

HELSUDÝNUR

iq-care.com



Queen rúm kr. **129.900**

King rúm kr. **159.900**

Prýstijöfnun er lykilordið

Frí heimsending og uppsetning á stillanlegum rúmum. Frí heimsending á öllum heilsudýnum.
Gildir á höfuðborgarsvæðinu og Akureyri og nágrenni. Safnsendingar sjá www.svefn.is



www.charold.com



Eikarhúsgögn
ChristianHarold



JÓLAPAKKI

fylgir öllum heilsurúmum
Dæmi: Queen kr. **22.180**
Dæmi: King kr. **24.680**
Pífa, hlífðardýna og 2 lök



Chiropractic®



UPFREE

Sú besta

samkvæmt stærstu
samtökum kírópraktora í heimi