

| tíska | heilsa | hönnun | jól | pistlar | matur | tíðarandinn | kórar | stjörnuþá |

birta
fækkar fötum

*Vala Matt, Kolfinna
& Magga Stína*

GEFA FÖTIN SÍN

MATUR » Aðventusnarl

JÓLABIRTA
» Í miðju blaðsins

INGUNN SNÆDAL

» Ef maður feikar þá
nær maður engu

SJÓNVARPSDAGSKRÁIN
8. – 14. desember

Jakki 13.190-



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





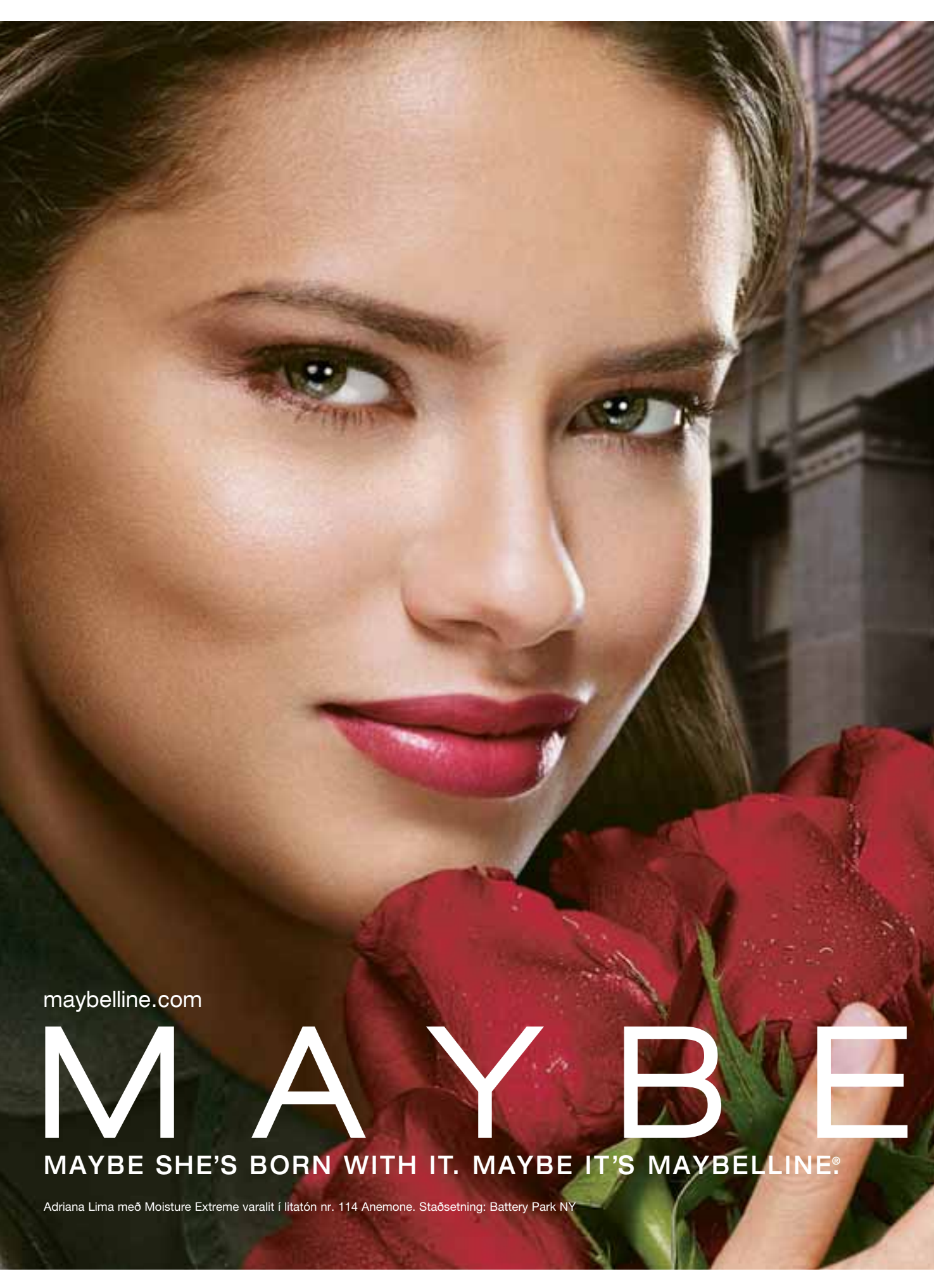
Jakki 11.290-
Buxur 7.390-

Jakki 11.190-
Pils 6.790-



NEXT

KRINGLUNNI · 551 3200



maybelline.com

MAYBE

MAYBE SHE'S BORN WITH IT. MAYBE IT'S MAYBELLINE.®

Adriana Lima með Moisture Extreme varalit í litatón nr. 114 Anemone. Staðsetning: Battery Park NY

EINSTAKLEGA RAKAGEFANDI
FÆR LITINN TIL AÐ BLÓMSTRA!

MOISTURE EXTREME™ VARALITUR

GEFUR 3X MEIRI RAKA EN VARASALVI.

VER MEÐ SÓLARSTUÐLINUM SPF 15.
FÆST Í 36 GLÆSILEGUM LITATÓNUM.

nudes &
browns

reds &
corals

mauves &
plums

pinks

LLINE®
NEW YORK



Mitsubishi Colt er frábær bíll sem hefur sópað að sér verðlaunum, enda kostirnir augljósir; glæsileg hönnun, mikið innra rými með mikla möguleika, nýjar öflugar vélar, 6 hraða „Allshift“ sjálfskipting og margt fleira.

Komdu og prófaðu hann

Verð: 1.640.000 kr.

COLT

GERIR ALLT
FYRIR MIG



Stadalbúnaður MASC stöðugleikastýring • ABS hemlalæsivörn
EBD hemlajöfnunarkerfi • MATC spyrnustýring • Aksturstölv
Hiti í framsætum • Fjarstýrðar samlæsingar • Rafdrífnar rúðuvindur



Nýr jólakortavefur


PÓSTURINN
allur pakinn

Falleg og persónuleg jólakort
í tölvunni þinni á www.postur.is

Með Jólakortavefnum á www.postur.is
verða jólakortasendingar að lauflétri
skemmtun fyrir framan tölvuna.

Þetta er svona einfalt:

- Þú ferð inn á www.postur.is og smellir á „Jólakortavefur“
- Þú velur mynd eða myndir úr myndabanka Póstsins eða þínar eigin myndir til að senda viðtakendum. Þú getur sent viðtakendum mismunandi myndir.
- Þú skrifar textann á kortið. Þú getur sent viðtakendum mismunandi texta.
- Þú útbýrð heimilisfangalista á vefnum sem síðan uppfærir sjálfkrafa.
- Eftir að þú hefur lokið við kortin sér Pósturinn um afganginn:
Sendir kortin til prentsmiðju þar sem þau eru prentuð og þeim pakkað;
Pósturinn sér svo um að koma þeim til viðtakenda, heim að dyrum.

**Sparaðu tíma og fyrirhöfn,
sendu falleg jólakort.
Þú hagnar - við prentum
og dreifum.**



www.postur.is



24



22



Jóla birta



50

Þetta helst

- 11 Fiðrildi og fjaðrir
- 12 Gefðu þér gjöf
- 14 Brennsla Brynju Pétursdóttur
- 16 Ef maður feikar þá nær maður engu

Greinar og viðtöl

- 18 Tendra saman ljós á tré
- 22 Alice Olivia Clarke: Verkin kalla á mig
- 24 Vala Matt, Kolfinna og Magga Stína gefa fötin sín
- 28 Kvinnadeild Slysavarnafélags Íslands
- 50 Öfgafull útlitsdýrkun

Hann/hún

- 30 Matur: Aðventusnarl
- 36 Einstakir persónutöfrar Evu Green
- 38 Tíska: Prúðir piltar
- 40 Tískuíkonið Sarah Jessica Parker
- 41 Hamingjan er ekki undir pálmatrjánnum
- 42 Emilía Örlygsdóttir elur upp
- 44 Tryggvi Gunnarsson segir kynjasögur
- 44 Stjörnuspá
- 48 Vinsælustu ilmvötnin

Í hverju blaði

- 48 Krossgáta
- 51 Sjónvarp næstu viku
- 68 Sudoku



www.mk.is

Vertu á flugi í vinnunni

Flugþjónustunám

Undirbúningsnám fyrir þá sem vilja starfa í farþegarými flugvéla.

Námið er ein önn, 14 vikur, og hefst 15. janúar 2007. Kennst er síðdegis mánudaga-fimmtudaga og frá hádegi föstudaga.

Umsækjendur þurfa að hafa náð 21 árs aldri, vera með stúdentspróf eða annað sambærilegt nám og hafa gott vald á tveimur erlendum tungumálum.

Innritun lýkur 15. desember



FERÐAMÁLASKÓLINN
ICELAND SCHOOL OF TOURISM

Ferðamálastólinn við Digranesveg
Sími: 594 4020 | fsk@mk.is | www.mk.is

Texti: BRYNHILDUR
Mynd: STEFÁN

Fíðrildi og fjaðrir, fjólublátt og svart

Í ár ætlum við ekki að segja myrkrinu stríð á hendur heldur sameinast því. Svart og fjólublátt, litir rökkurs og myrkurs, eru jólalitirnir í ár, með silfurhrími frosts og kulda.

Fíðrildi og fjaðrir sjást líka í öllum jóla-skreytingum og hvort tveggja táknar umbreytingu, fíðrildin minna á endurkomu vorsins og sólarinnar en fjað-

irnar minna á syndir fallinna engla sem fara hamföllum og endurfæðast sem breyskir menn. Þannig spinnur sakleysið jólavef með treganum á þessum myrkasta tíma ársins þegar við fögnum endurkomu sólarinnar, kveðjum eitt ár með öllum sínum syndum og fögnum því nýja, hrein eins og nýfallnir englar. Fíðrildi og fjaðrir, fjólublátt og svart.

| heitt & kalt |

BÆKUR. Að gefa bók í jólagjöf er jafn íslenskt og sviðakjammí. Það skiptir engu máli hvað keypt er, hún er gjaldmiðill sem alltaf er hægt að skipta í eitthvað annað.

ÆVINTÝRAMYNDIR. Lord of The Rings kom sá og sigraði. Nú ætlar Eragon að gera það sama og Harry Potter er aldrei langt undan.

JÓLADISKAR. Jólalög koma manni í gott og gilt jólaskap en það er bara svo mikið af rusli inn á milli.

MUNSTRUÐ BINDI. Einfalt, herralegt og stílhreint eru lykilorðin. Munstrin eru búin og þverrendurnar að deyja út.

LANDSBYGGÐIN VS. HÖFUÐBORGIN. Við erum ein þjóð og öll Íslendingar sem eignum að vinna saman. Hvaða máli skiptir hvort maður á heima á Kópaskeri eða Kópavogi?

GEFÐU ÞÉR GJÖF

Á jólonum eyða flestir heilmiklum peningum í sjálfa sig og sína nánustu og allt gott um það að segja. Það er þó við hæfi á þessum árstíma að muna eftir þeim sem minna mega sín og eiga um sárt að binda yfir hátíðarnar. Það er ekki erfitt að styrkja gott málefni á jólaföstudni og jafnvel slá tvær flugur í einu höggi og leysa jólakorta- og jólagjafamál og láta gott af sér leiða í leiðinni.

GEFÐU GEIT. Ein geit getur bjargað heilu þorpi í vanþróðu landi frá vannæringu og kulda og kostar ekki nema 2.400 krónur hjá Hjálparstarfi kirkjunnar. Flestir eiga hvort sem er allt sem þeir þurfa og meira til og þeim líður örugglega betur á jólonum að vita að einhvers staðar í heiminum er geit sem heitir í höfuðið á þeim.



Sá fallegi og gamalgróni siður að **SENDA JÓLAKORT** hefur farið nokkuð halloka fyrir jólakveðjum í smáskilaboðum eða tölvubrэфum. Enn eru samt fjölmörg góðgerðasamtök sem gefa út jólakort og með því að kaupa þau er verið að styrkja gott málefni og senda vinum sínum skemmtilega kveðju í leiðinni. Hversu oft fær maður eiginlega gluggalaust bréf?

HJÁLPRÆÐISHERINN hefur um áratuga skeið haldið jól fyrir þá sem minna mega sín í Herkastalanum við Kirkjustræti. Fjáröflun hans er með ýmsum hætti, meðal annars standa hermenn í Kringlunni og selja tímaritið Herópið. Með því að fjárfesta í einu Jólherópi og greiða kannski aðeins ríflega fyrir það ertu að bjóða einhverjum í jólaboð sem annars ætti hvergi höfði sínu að halla.



JÓLIN ERU HÁTÍÐ KÆR-LEIKA og fríðar og með því að gefa af þér fyrir jólin ertu að tryggja þér alvöru jólaskap og gleðileg jól. Frá þér til þín.

ÞEIM SEM EIGA ALLT, bæði börnum og fullorðnum, er hægt að gefa í jólagjöf miða á hina árlegu tónleika til styrktar krabba-meinssjúkum börnum sem Concert standur fyrir sjötta árið í röð.



Þar koma fram ýmsir þekktir listamenn eins og Nylon-flokkurinn og allur ágóði rennur til félagsins. Mikil og hátíðleg skemmtun bæði fyrir börn og fullorðna og frábær jólagjöf frá afa og ömmu sem á eftir að sitja lengi í minningunni.



EITT ÞAÐ DÝRMÆTASTA sem við eignum er tíminn og því er tími ein fallegasta gjöf sem hægt er að gefa. Taktu þér tíma og hringdu í einhvern sem þú veist að kann að meta það. Ef allir sem þú þekkir eru jafn önnum kafnir og þú skaltu bjóða þig fram til að svara í símann hjá Vinalínunni. Þú gerir ekki meira gagn á jólaföstudni en með því að ljá tíma og eyra þeim sem eru einmana og óhamingjusamir.

Gerðu góðverk þegar þú kaupir jólagjöfina hjá okkur

Vodafone gefur 1.000 kr. til góðgerðamála fyrir hvern gamlan GSM síma.

Þú færð 1.000 kr. afslátt af nýjum síma.

Gamli síminn verður sendur til þróunarlanda eða enduruninn.

Látum gott af okkur leiða um jólin

Sharp GX 17

9.900 kr.

live! símtæki



Motorola PEBL

19.900 kr.

live! símtæki

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

Nokia 6070

13.900 kr.

live! símtæki



gríptu augnablikið og lifðu núna



vodafone



brennslan mín ...
Brynja Pétursdóttir danskennari

Hiphophaus af lífi og sál

Brynja Pétursdóttir er hiphophaus af lífi og sál eins og hún orðar það sjálf. „Mín sena er hiphop, og ég bömpa þessum lögum við hvert tækifæri,“ segir Brynja. „Einnig hlusta ég á soul, funk, reggae, dancehall, R´n´B. Yndislega einfalt.“ Þessa dagana er Brynja að kenna hiphop og reggae-dans í Árbæjarþreki og er í öðru ári í grafískri hönnun í Listaháskóla Íslands, en lítum á hvaða lög eru í uppáhaldi hjá henni.

- LAG 1** **Stjáni Blái og Kötturinn Felix - Nautahakk.** Íslenska senan er í sókn í lok 2006. Bent var að gefa út nýja plötu, Dóri DNA & Danni Deluxe eru að dropa einni heitri pulsu og ekki má gleyma Forgotten Loes.
- LAG 2** **Biggie Smalls - What´s beef.** Þið sem klóruðuð ykkur í hausnum yfir síðasta titli, ættuð að frelsast við að hlusta á þetta lag. Þetta verður að vera á hreinu, í alvöru talað. Og Biggie, ég elska þig.
- LAG 3** **Jah Cure - Longing for.** Þetta er klílllllllllkkkað lag. Eitt besta nýja reggae-lag sem ég hef heyrt. Reyndar er gaurinn í fangelsi fyrir eitthvað andstyggilegt sem svertir upplifunina en svona er þetta.
- LAG 4** **Outkast - Hootie hoo.** Þú kallar bara „hootie hoo“ þegar popo rúllar upp. Það er ekki hægt að velja eitt Outkast lag, þeir hnerra góðum lögum. Þeir eru jafn ferskir og endalaust kúl eins og gamlir Chevys.
- LAG 5** **Chaka Demus & Pliers - Murder she wrote.** Þetta lag, þetta lag, þetta lag. Ég tek það fram að þessir gaurar lögðu drögin að stefnunni sem við þekkjum í dag sem dancehall.
- LAG 6** **DMX - Ruff Ryders Anthem.** Manstu eftir fjórthjólunum í myndbandinu? Ég elska DMX, og af hverju þá ekki að minnst á „The Anthem“. Jájá, svolítið tæpur á því en við dýrkum hann samt.
- LAG 7** **Trick Daddy ft. Ying Yang Twins- Down With The South.** Það jafnast ekkert á við eitt grimmt klúbballag til að hæpa sig upp fyrir skemmtilegan danstíma. Þetta lag er tileinkað B-Crewinu mínu.
- LAG 8** **R. Kelly ft. Isley Brothers - Down Low.** Með Zorro-grímu eða gefandi út gullsturtur eins og Chino XL hendir úti myndlíkingum. Ekki annað hægt en fíla R. Kelly. Eitt eftirminnilegasta combo síðari tíma.
- LAG 9** **Run DMC - My Adidas.** OK. Þríeykið sem startaði GOMMU af hlutum. Þetta lag er ferskt, fyndið og um skó. Punktur. Fjú, ég vildi að ég hefði verið uppi á þessum tíma. R.I.P. J.M.J.
- LAG 10** **Tupac - Keep ya head up.** Galdramaðurinn Pac, hann er engu líkur. Þetta lag er af öðrum sólódisknum hans. Hann var hundur, en með tanderhreint hjarta. Guð, hvað ég sakna hans.

» birta mælir með ...



... ÞÓRSBAKARÍÍ Í ÁRMÚLANUM
Æðislegur staður þar sem besta brownies í bænum fæst og ekki skemmir fyrir að latteið er bæði gott og ódýrt. Það er vel þess virði að kíkja þar við.



... JÓLADISKI BAGGALÚTS
Hinn bráðskemmtilegi jóladiskur Baggalúts er skyldueign fyrir alla þá er vilja dilla sér um jólin. Diskurinn heitir Jól og blíða og inniheldur skemmtilegar jólaútgáfur af vinsælum slögurum úr tónlistarsögunni. Sungið er um rjúpur og rauðkál, jólaboð og jötur, allt það sem góðan jóladisk þarf að þrýða.

... KONU TÍMAFLAKKARANS, fyrstu skáldsögu Audrey Niffenegger, sem slegið hefur í gegn. Yndisleg bók um sérstakt ástársamband Henry og Clare. Henry þjáist af sjaldgjæfum sjúkdómi sem lýsir sér í því að hann flakkar um tímann fyrirvaralaust. Frábær bók.



Jólailmur frá Crabtree and Evelyn

NÝTT

Það eru engin jól án rétta andans og hann næst nú víst ekki nema að rétti ilmurinn sé fyrir hendi. Í Blómavali í Skútuvogi fæst hinn eini og sanni jólailmur („noel“) frá fyrirtækinu Crabtree and Evelyn, en hann er samblanda af kanel- og furuilmum og fæst í hinum ýmsum formum, meðal annars sem kerti, reykelsi, baðsölt og í úðabrusum. Skemmst er frá því að segja að síðan Blómaval fór að taka inn ilm-vörur frá fyrirtækinu hafa þær verið tættar út úr búðarhillunum. Alveg tilvalið til að koma manni í rétta skapið fyrir, um og eftir jólin.



Mjúkir pakkar

í miklu úrvali

Latabæjar
vettlingar
st. 2-6

1.499kr

Latabæjar
húfur
st. 50-56

1.699kr



Peysa
st. 92-122

TILBOÐ
1.499kr
Verð áður 1.999,-



Bolur
st. S-XXL

TILBOÐ
1.999kr
Verð áður 2.499,-



Gjafasett
ungbarna 5 stk.

TILBOÐ
1.699kr
Verð áður 1.999,-



Hettupeysa
st. 92-122

TILBOÐ
1.699kr
Verð áður 2.999,-



Bolur
st. 7/8-14

TILBOÐ
1.999kr
Verð áður 2.499,-



Flauelsjakki
st. 68-90

TILBOÐ
2.399kr
Verð áður 2.999,-



Peysa
st. 2/3-5/6

TILBOÐ
999kr
Verð áður 1.499,-



Hettubolur
st. 128-176

TILBOÐ
1.999kr
Verð áður 2.499,-



Hettuúlpa
st. 68-90

TILBOÐ
2.399kr
Verð áður 2.999,-



Peysa
st. 92-122

TILBOÐ
1.299kr
Verð áður 1.699,-



Peysa
st. 128-176

TILBOÐ
2.499kr
Verð áður 2.999,-



Gildir til 15. desember eða á meðan birgðir endast.

HAGKAUP
Skemmtilegast að versla



» EF MAÐUR FEIKAR ÞÁ NÆR MAÐUR ENGU «

Ljóðabókin Guðlausir menn – hugleiðingar um jökulvatn og ást vann til bókmenntaverðlauna Tómasar Guðmundssonar í haust og bókin féll svo vel í kramið að fyrsta prentun seldist upp á skammri stundu sem er fáheyrt þegar um ljóðabók er að ræða. Metsöluljóðskáldið Ingunn Snædal gaf sér tíma til að segja aðeins frá ljóðabókinni sinni áður en hún fór heim á Jökuldal til að lesa upp úr bókinni. Lára Snædal Boyce, sex ára, var með mömmu sinni í viðtalinu.

KOM ÞÉR ÞETTA Á ÓVART?

Já, þetta hefur allt komið mér mjög á óvart, bæði það að ég skyldi sigra í samkeppninni og að bókin skyldi seljast upp. Ég tók þátt í keppninni meira til að vera með en nokkuð annað. Ég hef alltaf verið að skrifa en það er bara heima í skúffu.

BÓKIN ER SVO SKEMMTILEGA SAMSETT. ER HÚN SKRIFUÐ SEM EIN HEILD?

Nei, ég skrifaði þessa bók sem sögu. Ég var búin að setja saman handrit úr ljóðum sem ég hafði skrifað en svo skipti ég um skoðun í vor og langaði meira til að senda eitthvað annað. Svo ég tók sögu sem ég átti, sem var lengri en smásaga en samt ekki bók og sleit hana í sundur og setti í ljóðabúning og kryddaði með ljóðum héðan og þaðan. Ljóðin eru ekki ort í þeirri röð sem þau birtast í bókinni, eitt þeirra orti ég þegar ég var átján ára, hálf sé nú reyndar eftir að hafa haft það með. En það passaði samt svo vel.

MARGIR HAFA ÁHYGGJUR AF HEILSU OG LÍFSMÖRKUM LJÓÐSINS. HVERNIG LÍÐUR LJÓÐINU?

Ljóðið hefur það bara þrýðilegt. Ég les mikið af ljóðum, yrki mikið, gef ljóð í tækifærisgjafir og sama gerir fjölskylda mín og vinir. Ljóðið hefur líka fundið sér farveg á netinu og meira að segja í SMS-skilaboðum. Ég hef engar áhyggjur af ljóðinu.

Í BÓKINNIN ERU NOKKUR SMS-LJÓÐ. YRKIR ÞÚ Á SMS?

Þetta eru allt saman skilaboð sem ég sendi þegar ég var að ellast við kærustuna mína. Svo skrifaði ég þau einhverntíma upp í bók og gaf henni í jólagjöf og þegar ég var að skrifa þessa bók þá datt mér í hug að hafa

þau með. Á þessum tíma langaði mig til að yrkja á SMS en svo komst ég að því að það yrði sennilega þreytandi að lesa mörg í röð.

ERTU ALLTAF AÐ SKRIFA?

Ég skrifa alltaf eitthvað á hverjum degi og oft í tímum í skólanum þegar mér leiðist. Ég er reyndar í meistaranámi í íslensku núna og það er svo gaman að ég yrki lítið. Ég hef skrifað bæði barnabækur, ljóð og sögur og er hvergi nærri hætt. Ég er búin að lofa systur minni sem er sú eina af systkinum mínum sem er ekki með í bókinni að hún fái að vera með næst og ég get ekki sviðið það.

HVAÐ ER MIKILVÆGAST AÐ HAFA Í HUGA VIÐ SKRIFTIR?

Maður verður að vera sannur. Stundum er það dálítið sárt og stundum mjög vont en fólk fær meira út úr því að lesa um alvöru tilfinningar og hluti. Maður verður að fara alla leið og ef maður feikar þá nær maður engu.

FINNST ÞÉR EKKI ÓÞÆGILEGT AÐ SÝNA FÓLKI SVONA LANGT INN Í SÁLARLÍF ÞITT?

Jú auðvitað. En ég er ekki staðreyndaskrásetjari og þetta er ekki raunsonn lýsing á því sem gerðist einhverntíma. Ekki eru allar aðstæður í bókinni sannar en tilfinningarnar eru það. Til að ná fram tilfinningunni eins og hún var þá bý ég til atburð. Og ég lýg samviskulaust upp á mína nánustu og sjálfa mig reyndar líka.

Svo við vitnum í bókina: Alveg eins og hann/eða alveg eins og minningin um hann/ sem er ekki endilega það sama? Sem er pottþétt ekki það sama.

NÝTT FYRIR JÓLIN



ART2623
Litir: rautt - svart
stærðir: 18-21
Verð: **5.995 kr.-**



FUT8942
Litir: rautt - svart
stærðir: 24-30
Verð: **4.995 kr.-**



EUR413905
Litir: silfur, svart
stærðir: 34-39
Verð: **3.995 kr.-**



E-73332
Litir: svart
stærðir: 27-35
Verð: **6.495 kr.-**



FUT9346
Litir: hvítt, svart
stærðir: 31-36
Verð: **4.995 kr.-**



LLOGRANGER
Litir: svart
stærðir: 40-47
Verð: **16.995 kr.-**



SPR90856
Litir: svart
stærðir: 40-45
Verð: **5.995 kr.-**



SPR90856
Litir: brúnt
stærðir: 40-45
Verð: **5.995 kr.-**



ROM1502
Litir: brúnt
stærðir: 41-47
Verð: **5.495 kr.-**



PET71267
Litir: svart
stærðir: 36-41
Verð: **15.995 kr.-**



EUR13912
Litir: svart
stærðir: 36-41
Verð: **7.995 kr.-**



ARA61866
Litir: svart
stærðir: 35-42
Verð: **7.995 kr.-**



ROM2502
Litir: brúnt
stærðir: 41-47
Verð: **5.495 kr.-**



LLO94550
Litir: svart
stærðir: 36-41
Verð: **22.995 kr.-**



ARA49435
Litir: svart
stærðir: 36-42
Verð: **18.995 kr.-**



ARA61282
Litir: svart
stærðir: 36-42
Verð: **10.995 kr.-**



NEUR19828
Litir: beis
stærðir: 36-41
Verð: **3.995 kr.-**



NEUR19955
Litir: beis
stærðir: 36-42
Verð: **2.995 kr.-**



ARA36114-18
Litir: beis
stærðir: 35-42
Verð: **6.995 kr.-**

*BIRT MEÐ FYRIRVARA UM VERDBREYTINGAR, MYNDBRENGL OG STAFSETNINGARVILLUR

STEINAR WAAGE

SKÓVERSLUN

SMÁRALIND (551 8519) | KRINGLAN (568 9212)

*SENDUM Í PÓSTKRÖFU

Tendra saman ljós á tré

Ómþýður kórsöngur hljómar út á Hlemmtorgið úr húsnæði Domus Vox söngskólans. Þar eru um 230 söngkonur á öllum aldri að æfa fyrir jólatónleika í Hallgrímskirkju 12. og 13. desember undir stjórn Margrétar Pálmadóttur og

þótt mikið standi til þá er stemningin afslöppuð. Þarna eru kvennakórarnir tveir, Gospelsystur Reykjavíkur og Vox feminae, ungmennakórinn Vox junior, Stúlknakór Reykjavíkur í þremur deildum og Syngjandi forskóli. Aldur þátttakenda er frá fjögurra

ára og upp úr. Mikið er um skyldleika innan kóranna, mæðgur, systur og systradætur, þrjá ættilið og allskonar tengsl, fyrir utan það að allar eru systur í söngnum. Við fáum nokkra hópa til að segja okkur sitthvað um kórstarfið og það sem framundan er.



Í fremri röð eru Stella og Heiða og þeirri aftari Karen Nadía, Ingibjörg og Anna.

Magnað að syngja á stórtónleikum

Systurnar Stella og Ingibjörg Óladætur eru meðal gyðjanna í Vox feminae og dætur þeirra og systurdóttir feta í fótsporin. Auðheyrt er á mæðrunum að þær eru ekki í vafa um gildi söngsins fyrir ungu stúlkurnar. „Það er mikið uppeldisstarf sem hér fer fram og Margrét er einstök kona sem fær alla með sér,“ segir Stella. Karen Nadía Pálsdóttir er 19 ára dóttir Stellu. Hún og frænka hennar, Anna Henningsdóttir 17 ára, eru í Vox junior og Karen Nadía einnig í Vox feminae. Báðar læra líka einsöng hjá Margréti. Heiða Garðarsdóttir, dóttir Ingibjargar, er átta ára nemandi í Salaskóla og er að hefja sinn þriðja vetur í stúlknakórnum. „Ég byrjaði þegar ég var fimm ára um leið og ég hafði aldur til,“ útskýrir hún.

Eins og kvennakórarnir fara stúlknakórarnir í söngferðir til útlanda og ungu stúlkurnar segja það alltaf spennandi. Allar hlakka þær svo heimikið til tónleikanna í Hallgrímskirkju þann 12. sem nefnast Tendrum ljós á tré. „Það er ótrúlega magnað að syngja á svona stórum tónleikum. Þarna verður strengjakvartett, ásamt okkur, 230 konum og stúlkum,“ segir Stella. „Og Margrét stjórnar þessu öllu,“ bætir Ingibjörg við. „Hún er frábær kórstjóri og kennari.“

Frá söngnum eina önn til að eignast tvíbura

Dóttir, mamma og amma eru næstu viðmælendur, þær Sigrún Helga Sigurðardóttir, Sigríður Anna Ellerup og Sigrún Reynarsdóttir.

Yngri Sigrúnin er nýorðin fjögurra ára en er samt búin að fara á tvö námskeið og er í hinum syngjandi forskóla. „Litlu stúlkurnar hafa sýnt mikinn dugnað við að læra lög og texta og æfa sig,“ segir móðir hennar

og þakkar það meðal annars samstöðu foreldranna. „Við

mætum hér með þeim á laugardagsmorgnum og syngjum og tröllum með þeim. Stundum fær amma að koma líka svo allir taka þátt.“

Sjálf kveðst Sigríður Anna hafa sungið með kórum Margrétar frá byrjun, eða í 13 ár. „Mér finnst það ofsalega gaman og gefandi. Hef reyndar einu sinni sleppt úr önn, þegar ég eignaðist tvíbura og stöku sinnum tekið styttri frí vegna lögfræðináms.“ Sigríður Anna er í Vox feminae og upplýsir að kórinn hafi verið að gefa út geisladiskinn Ave María sem tekinn var upp í Hallgrímskirkju.

„Með því að taka diskinn upp þar erum við að reyna að fanga þennan anda sem oft skapast í söngferðalögum erlendis í stórum kirkjum, þar sem við höfum flutt trúarleg verk,“ lýsir hún.

Sigrún Reynarsdóttir er í Gospelsysturum. Hún minnst með gleði margra utanlandsferða, meðal annars til Ítalíu til að syngja fyrir páfann, einnig til Ameríku þar sem sungið var bæði í New Orleans og New York. En hvenær skyldi hún hafa byrjað? „Ég byrjaði 1996 eða 7 og fór fyrst í kórskóla hjá Margréti. Svo þurfti ég að taka inntökupróf og það var meira en að segja það að þurfa að syngja ein. En inn komst ég og þetta er aldeilis búíð að vera gaman.“



Sigrún, Sigríður Anna og Sigrún Helga.



3ja sæta leðursófi 107.800 kr. - 2ja sæta 90.500 kr. – Stóll 64.900 kr.



Leðurhornsófi með tungu 245x315 - 318.200 kr.

LÍNAN

H Ú S G Ö G N

SUÐURLANDSBRAUT 22

SÍMI 553 7100 • www.linan.is

Söngstarfið styrkir og eflir stelpurnar

Sigríður Helga Sigurðardóttir og þrjár dætur hennar eru saman á æfingu fyrir stórtónleikana í Hallgrímskirkju.

Systurnar eru þær Gyða 16 ára, Elínóra 13 ára og Guðný 10 ára Guðmundsdætur. Gyða lætur sér ekki einn kór nægja heldur er bæði í Vox junior og Vox feminae og æfir því tvisvar í viku. Hún er framhaldsskólánemi en trúir blaðamanni fyrir því að hún mæti frekar á kóræfingar en í félagstarf í skólanum sínum. Guðný byrjaði í stúlknakórnum sex ára en mæðgurnar gantast með að hún hafi byrjað að þjálfa tóneyræð þegar hún var í maganum á mömmu sinni. Elínóra er líka í stúlknakórnum og einnig í unglingadeild Vox söngskólans þar sem hún æfir meðal annars raddbeitingu og dansspor og mætir í einkatíma, undirleik og tónfræði.

Móðirin er harla ánægð með áhugamál dætranna sem vonlegt er. „Ég er sannfærð um að kórstarfið skilar sér víða, í skóla, leik og út í lífið. Það hefur ótvíræð margfeldisáhrif og eflir þær og styrkir þær sem persónur. Ég upplífi það að minnsta kosti þannig,“ segir Sigríður Helga sem sjálf er í Vox feminae. Hún kveðst finna bæði fyrir heilun og útrás í kórsöngnum sem hún hefur sinnt í 13 ár undir stjórn Margrétar.



Sigríður Helga með Guðnýju og aftan við þær standa Elínóra og Gyða.



Marinella, Ragnheiður og Marinella.

Það var eins og ævintýri

Marinella Haraldsdóttir er ásamt dóttur sinni, Ragnheiði Jónsdóttur og dótturdótturinni Marinellu Sigurðardóttur að æfa fyrir tónleikana.

Marinella eldri hefur sungið hjá Margréti allt frá stofnun Kvennakórs Reykjavíkur 1993. „Ég byrjaði á að fara á tvö námskeið hjá Möggu í Kramhúsinu og þau kveiktu í mér löngun til að syngja meira. Samt þurfti Berglind dóttir mín að leggja að mér að koma með sér í kórinn. Ég taldi það vera of seint því ég hefði aldrei verið í kór. Að lokum samþykkti ég það og sé sko ekki eftir því. Það er eitt það yndislegasta sem ég hef gert. Nú er ég í Gospelsysturum og syng þar annan sópran.“

Ragnheiður er í sömu rödd. Hún kveðst hafa búið erlendis þegar Kvennakórinn var stofnaður en hafa fylgst með því sem var að gerast í sönglífi móður sinnar og systur. „Ég kom heim 1995 og sá kórinn syngja úti í garði í fertugsafmæli Svölu mágkonu minnar fjórum dögum eftir að ég kom til landsins. Svo var ég bara byrjuð. Það var eins og ævintýri að vera nýflutt til Íslands eftir sjö ára búsetu erlendis og fara með mömmu og systur minni tvisvar í viku niður í bæ að syngja af hjartans lyst með hundrað yndislegum konum. Ég fór kannski þreytt á kóræfingu og kom endurnærð til baka.“

Marinella yngri er dóttir Berglindar og er að syngja með stúlknakór hjá Margréti annað árið í röð og mætir vikulega á æfingu allan veturinn. Hún kveðst syngja 1. sópran og hlakka til tónleikanna.

Hlýleg Jólastermning!!



Full búð af fallegum vörum í jólapakkana!

Flottir jólasveinar, snjókarlar, alpajólatré og gífurlega fjölbreytt gjafavara, til dæmis myndir, klukkur, tréskálar, matarstell ofl.ofl.

Sjón er sögu ríkari!

Verslunin er opin mán-fös frá 10-18
Opnunartímar laugardaga í desember:
2/12 frá 11-16, 9/12 frá 11-18,
16/12 frá 11-18, 23/12 frá 11-20.

VIRKA Húsgögn

Mörkin 3, sími 568 7470
www.virka.is

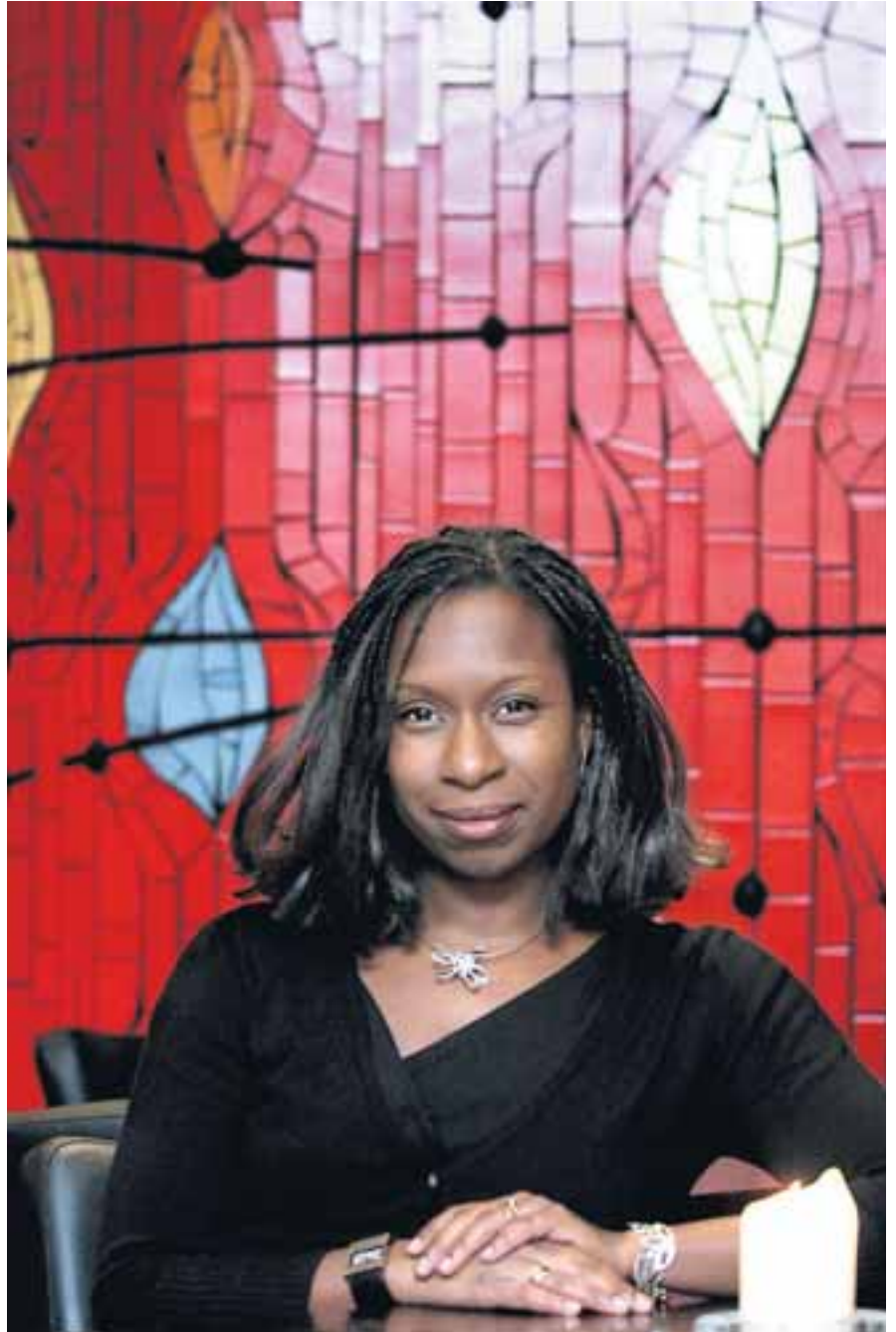
Verkin kalla á mig

Alice Olivia Clarke hefur vakið athygli fyrir mósaíkverk sín. Hún talar af mikilli ástríðu um verk sín, sem hún eignar sér ekki ein heiðurinn af, því hún telur verkin að mörgu leyti skapa sig sjálf.

Listakonan Alice Olivia Clarke mætir manni með stóru brosi, eitthvað sem hún virðist eiga nóg af. Hún er sérstaklega glaðlynd, örlítið prakkaraleg og afar glæsileg. Návist hennar er þægileg og hún er einlæg í svörum.

Hún hefur vakið athygli fyrir glæsileg mósaíkverk sín, sem hún segir að búi innra með sér. „Verkin kalla á mig,“ segir hún brosandí og lýsir því hversu góð tilfinning það er að losna við þau, með því að skapa þau. „Ég byrjaði að vinna með mósaík eftir að ég flutti til Íslands og ég fann það um leið að þetta átti við mig. Í fyrstu var ég að gera smáa hluti en nú er ég að gera risastór verk,“ segir hún og hlær.

Á örskömmum tíma hafa verk hennar orðið eftirsóknarverð og nýverið setti hún upp sýningu á staðnum Óliver, þar sem hún á verk fyrir. Maðurinn hennar, Kári Eiríksson arkitekt, hannaði Óliver, en saman eiga þau og reka stofuna AOK arkitektar og hafa unnið fjölmörg verk saman (sjá aok.is). „Ég sé verkin ljóslifandi fyrir mér áður en ég hefst handa, og það er allt-



af jafn stórkostleg tilfinning að sjá verkið eftir að ég hef búið það til.“ Hún leggur mikla vinnu í hvert verk, sem hún býr til á gólfi vinnustofu sinnar í Hafnarfirði sem hún deilir með listamönnunum Svövu K. Egilsson og Ólöfu Björgu Björnsdóttur.

Alice kemur frá Ottawa í Kanada en næsta sumar mun hún halda þar sýningu á verkum sínum. „Ég er að undirbúa sýningu sem stendur eina helgi og hefst þann 17. júní, og það er gaman að finna að spennan er fyrir verkum mínum erlendis.“ Eitt virt-

asta arkitektatímaritið, Azure, verður einnig með umfjöllun um Alice og verk hennar, og tekst hún öll á flug þegar hún segir frá því.

„Þessi athygli sannfærir mig enn frekar um að ég sé að gera eitthvað nýtt, eitthvað einstakt, eitthvað áhugavert. Ég veit að ég geri það sem ég geri vegna þess að ég elska það og það gerir mig hamingjusama. Ég skapa hvert verk af mikilli ástríðu, og þegar ég þarf að leysa erfið verkefni nota ég skurðinn á flísunum til að hjálpa mér

Texti: KRISTÍN EVA ÞÓRHALLSDÓTTIR

Myndir: ANTON BRINK OG VILHELM

að létta á pirringnum. Vinnan snýst mikið um snertingu og ég nýt þess að koma á flæði, hægd og vissri kyrrð í þessar annars köldu flísar og steina og láta þá segja sögu.“ Alice bætir því við að hún hafi oft hugsað til þess sem barn, af hverju við mætum ekki snerta listina í galleríum. „Ég skil það í dag,“ segir hún og skellhlær en bætir við: „Ég hvet samt fólk til að snerta verkin mín. Það gerir verkin betri og fagaðri. Hvað er stórkostlegra en lítil börn sem spyrja hvort þau megi snerta mósaíkína? Að sjálfsögðu leyfi ég þeim það. Þau snerta hvern lit eins og hann sé ólíkur eða muni segja þeim eitthvað

nýtt. Þau þræða línurnar með fingrunum, finna hrjúft, mjúkt, smátt, stórt og ólík mynstur.“

Steinarnir sem Alice notar í verkin eru frá Snæfellsnesi og segist hún ylja sér við þá hugsun að orka þeirra leysist úr læðingi í verkunum. „Þeir hjálpa til við að draga fólk að verkunum og kalla á snertingu og skilja þannig eitthvað eftir. Verkin hætta ekki að skapa eftir að þau hafa verið límd saman. Það er alltaf hægt að upplifa eitthvað nýtt í hvert skipti sem þau eru skoðuð eða snert. Og það sem kemur mér mest á óvart er hlýjan sem stafar af þeim þrátt fyrir kaldan efniviðinn.“



Verk eftir Alice á Kaffi Róma í Firðinum.



Alice vann þetta skemmtilega og lifandi verk utan á Bókasafn Hafnarjarðar.



Myndir: HEIDA
Texti: BRYNHILDUR BJÖRNSDÓTTIR

Fækkaðu fötum öðrum til góðs

» Nei, hér er ekki átt við að þú safnir áheitum með því að hlaupa allsber yfir Lækjartorg. Fataskápar landsins eru fullir af fötum sem enginn er að nota. Og takið eftir: ekki geymslur og háaloft heldur fataskápurinn þinn. Eða ertu búin að gleyma fallega pallfettutoppnum sem var svo fallegur í sólinni á Strikinu í sumar en reyndist svo heima á landinu bláa vera aðeins of lítill og ekki í þínum lit. Eða sparikjöllinn úr Sautján sem þú keyptir í haust og flaskaðir á því að grenna þig ofan í fyrir jólin. Eða bara fallegi, klassíski, svarti jakkinn þinn.

Í ár leita fjórtán hundruð fjölskyldur aðstoðar hjálparstofnana fyrir jólin. Á sama tíma og fataskápar sumra okkar eru við sprengimörk af ítrodslu eru aðrir sem láta sér ekki detta í hug að fá ný fót fyrir jól, forgangsröðin er matur handa fjölskyldunni, eitthvað til að gleðja börnin og kannski fót á þau. Þessar konur vantar falleg jólaföt. Og við sem eigum alltof mikið af fötum ættum að gefa þeim af okkar yfirflæði.

Valgerður Matthíasdóttir, betur þekkt sem Vala Matt, hefur ákveðið að leggja hönd á plóg og skorar einnig á íslenskar konur að gefa falleg fót öðrum konum sem þurfa á þeim að halda. Hún fékk í heimsókn tvær mjög ólíkar stallsystur sínar, þær Kolfinnu Baldvinsdóttur og Möggu Stínu og þær þrjár gengu á undan með góðu fordæmi og skoðuðu í skápana hvor hjá annarri í leiðinni.

„Í fyrra leituðu yfir fjórtán hundruð fjölskyldur til hjálparstofnana yfir jólin. Það er skammarlegt að svo margir skuli eiga um sárt að binda í þessari almennu velmegun.“

„Maður verður að skora sjálfan sig á hólmi, græðgina og það að geta ekki látið frá sér hluti sem maður hefur ekkert að gera við og notar aldrei. Þannig losar maður líka um ákveðna orku í sjálfum sér. Mér finnst frábært að reyna að þoka hugsunarhættinum, þó ekki væri nema pínulítið í áttina frá neysluhyggjunni.“

Mér finnst þetta einnota líf óhugnanlegt

Magga Stína er þriggja barna móðir og tók Vöku dóttur sína sex ára með sér í fatabóðið. Hún segist sjaldan hafa tíma til að kaupa sér föt.

„En ég á fullt af fötum sem ég veit ekkert hvaðan eru komin. Einu sinni var ég mjög dugleg að kaupa í „secondhand“ búðum en nú fæ ég flest mín föt á slánum sem stundum eru á Laugaveginum þegar gott er veður. Fötin þurfa helst að vera úti á slá og afgreiðslukonan við höndina að taka við peningum frá mér. Þetta verður að taka innan við tvær og hálfu mínútu. Það sem ég sé á slánum er oftast bara einhver litur. Ég er þannig af guði gerð að ég passa í nánast hvað sem er.

Svo finnst mér ofsalega gaman að breyta fötum, dúlla við þau og gera sérstök. Það er góð endurnýting á fötum. Ég kann ekki að fá lánað af öðrum en ég kann vel við að veita flikum framhaldslíf í skápnum hjá mér. Vinkona mín hringdi einu sinni í mig og sagði eiga kjól sem hún hefði keypt sér og fundist alveg frábær en svo væri hann bara alltaf inni í skáp og kallaði nafnið mitt. Og hún gat ekki notað hann sjálf út af því. Mér þótti mjög vænt um þennan kjól og notaði hann mikið um tíma en núna er hann örugglega miklu flottari á einhverjum öðrum, kannski í allt öðru samhengi. Föt hafa kannski einhvern líftíma með manni sjálfum sem síðan lýkur og í nútímanum eu þessi föt auðvitað alveg stráheil og eiga það svo skilið að lifa áfram þó svo þau henti ekki manni sjálfum lengur. Við lifum líka á þannig tímum að það er sjúklega mikið af peningum í umferð en þeir eru bara í vasanum hjá svo fáum. Manni er ekki stætt á því að opna fataskápin og sjá fötin vella út úr honum vitandi hvernig ástandið er á sumum heimilum. Maður verður að skora sjálfan sig á hólmi, græðgina og það að geta ekki látið frá sér hluti sem maður hefur ekkert að gera við og notar aldrei. Þannig losar maður líka um ákveðna orku í sjálfum sér.

Mér finnst frábært að reyna að þoka hugsunarhættinum, þó ekki væri nema pínulítið í áttina frá neysluhyggjunni. Mér finnst þetta einnota líf dálítið óhugnanlegt.“



Hvert áttu að snúa þér?

Mæðrastyrksnefnd tekur á móti fötum á þriðjudögum milli nínu og þrjú í Hátúni 12.

Hjálparstarf kirkjunnar tekur við fötum á skrifstofutíma á Vatnsstíg 3 á horni Laugavegs.

Rauði krossinn tekur við fötum í fataflokkunarstöð Rauða krossins við Grjótuhraun 7 í Hafnarfirði. Fötin þurfa að vera alveg hrein og merkt sem spariföt og hverjum fötin henta.

Fylgist með umfjöllun í Ísland í bítið þar sem nánari upplýsingar verða veittar.

„Mér finnst þessi hugmynd að gefa fötin sem hanga ónotuð inni í skáp mjög góð.“

Falleg, nýleg og nothæf föt

Vala Matt hefur þurft að kaupa mikið af fötum vegna vinnu sinnar í sjónvarpinu. Hún vill í samvinnu við Ísland í bítíð hvetja konur til að taka til í fataskápunum sínum fyrir jólin og gefa falleg spariföt til þeirra sem minna hafa milli handanna.

„Ég þarf að eiga föt til skiptanna vegna vinnu minnar í sjónvarpinu. Nú er ég að vinna mjög fjölbreytt efni fyrir Ísland í bítíð og finnst það ótrúlega skemmtilegt. Enda Heimir og Sirrý að gera þar fina hluti.

Ég kaupi orðið oftast frekar klassísk föt og raða þeim iðulega saman á mismunandi hátt. En sum fötin eru þannig að ef þau eru mjög áberandi get ég bara notað þau nokkrum sinnum og verð

svo að gefa þau. Ég kaupi föt í tímabilum og vel þá nokkrar flíkur í einu svo það fari ekki of mikill tími í þetta. Stundum kemur þó fyrir að ég kaupi eitthvað meira af óskhyggju en raunsæi, eitt-hvað sem mér finnst ofsalega flott en klæðir mig svo ekki nógu vel. Og þá getur það endað inni í skáp í of langan tíma.

Ég hef í gegnum vinnuna mína komist að því að mjög margir hér á landi eiga meira en þeir þurfa á að halda. En svo er ennþá alltof stór hópur af fólki sem á hreinlega ekki nóg. Þrátt fyrir góðærið og almenna velmegun á Íslandi voru yfir fjórtán hundruð fjölskyldur í fyrra sem leituðu aðstoðar hjálparstofnana vegna þess að for-

eldrarnir gátu t.d. lítið veitt börnunum sínum fyrir jólin. Og það er náttúrulega skammarlegt að svo margir skuli eiga um sárt að binda í þessari almennu velmegun.

Hugmyndin er að gefa falleg föt sem við gætum sjálf hugsað okkur að nota en ekki eitthvað sem er búið að liggja í mörg ár inni í skáp og er löngu komið úr tísku, þreytt og ónýtt. Þessi föt fara ekki í Rauða kross búðina til sölu eða til útlanda heldur erum við að gefa þau öðrum til að geta klætt sig upp fyrir jólin í falleg og nýleg spariföt. Hjálparstofnun kirkjunnar, Rauði krossinn og Mæðrastyrksnefnd taka svo á móti fatnaðinum og sjá um að koma þeim til réttra aðila, þeirra sem þurfa mest á þeim að halda.

Við hvetjum sem flesta til að fara í gegnum fataskápana og finna jafnvel flíkur sem þeim þykja flottar og gætu vel hugsað sér að klæðast og gefa þær einhverjum sem þarf miklu meira á þeim að halda. Og sama gildir um falleg barna- og unglíngaföt og föt á fullorðna karlmenn sem oft verða útundan.“



Í fínni kápu og fínum skóm er maður fínn

Kolfinna Baldvinsdóttir er nýflutt heim frá útlöndum og hafði ekki mikinn farangur meðferðis. Samt á hún sitthvað sem hún er meira en til í að láta af hendi.

„Ég hef aldrei verið neitt fatafrík og leiðist að fara út að versla. Dóttir mín kvartar mikið undan þessu. En ef ég er á labbi framhá búið og sé eitthvað í glugganum sem mig langar í þá fer ég inn og kaup þá. Ég máta ekki eða neitt slíkt. Ég kaup þau föt sem ég tel að muni passa.

Ég kaupi ekkert sérstaklega vönduð föt og þau þola sjaldnast marga þvotta. Ég myndi aldrei eyða peningum í dýrar flíkur. Það fer hins vegar svo um mömmu þegar hún sér mig svona druslulega að hún kaupir venjulega handa mér jólakápu. Í fínni kápu og fínum skóm er maður fínn og þá skiptir ekki svo miklu máli hvað er þar á milli.

Ég geng mikið í svörtu og það passar við öllu tækifæri. Mér finnst þessi hugmynd að gefa fötin sem hanga ónotuð inni í skáp mjög góð einkum vegna þess að tískan gengur í hringi og er alltaf að koma til baka. Sjálf kaup þú mikið notuð föt vegna þess að mér finnst tískubúðirnar alltaf vera svo einsleitir. Mér líður best í sérstökum fötum með sál.“



JÓLAHROLLUR Í HÁDEGINU

**UPPLESTUR KL.12:15
ALLA DAGANA**

Einn af öðrum tínast spennusagnahöfundarnir í Þjóðmenningarhúsið á aðventunni og skjóta áhlyðendum skelk í bringu með hrollvekjandi upplestri úr nýjum verkum sínum:

<p>12. 12 Arnaldur Indriðason <i>Konungsbók</i> Ingvar E. Sigurðsson les.</p>	<p>13. 12 Ævar Örn Jósepsson <i>Sá yðar sem syndlaus er</i></p>	<p>14. 12 Stefán Máni <i>Skipið</i></p>	<p>15. 12 Stella Blómkvist <i>Morðið í Rockville.</i> Ólafía Hrönn Jónsdóttir les.</p>
<p>16. 12 Bragi Ólafsson <i>Sendiherrann</i></p>	<p>17. 12 Einar Hjartarson <i>Nebéz</i></p>	<p>18. 12 Steinar Bragi <i>Hið stórfenglega leyndarmál Heimsins</i></p>	<p>19. 12 Sigurjón Magnússon <i>Gaddavír</i></p>
<p>20. 12 Árni Þórarinnsson og Páll Kristinn Pálsson <i>Farþeginn.</i></p>	<p>21. 12 Bjarni Klemenz <i>Fenrisúlfr</i></p>	<p>22. 12 Jökull Valsson <i>Skuldadagar</i></p>	<p>23. 12 Yrsa Sigurðardóttir <i>Sér grefur gröf</i></p>
<p>Ókynntalegt tilboð á blóðrauðri rauðrófusúpu eða súpu dagsins á veitingastofunni Matur og menning.</p> <p>Jólakort hússins, bækur og forvitnileg hollusta til sölu í versluninni.</p>		 <p>ÞJÓÐMENNINGARHÚSIÐ THE CULTURE HOUSE</p> <p>Þjóðmenningarhúsið Hverfisgötu 15, 101 Reykjavík sími 545-1400 thjodmenning@thjodmenning.is www.thjodmenning.is</p>	

MED FYRIRVARA UM FORFÖLL



Fríður Birna Stefánsdóttir formaður Slysavarnadeildar kvenna í Reykjavík segir nóg að gera hjá meðlimum fyrir jól.

» Slysavarnadeild kvenna í Reykjavík hefur unnið ötult starf í þágu almennings síðan hún var stofnuð 28. apríl 1930, elst kvennadeilda á Íslandi.

Þegar konur bera alla ábyrgð verður árangurinn vafalaust bestur

Við erum fyrsta kvennadeild Slysavarnafélags Íslands, sem gengur nú undir heitinu Slysavarnafélagið Landsbjörg, og deildin var stofnuð 28. apríl 1930,“ segir Fríður Birna Stefánsdóttir, sem tók við formennsku deildarinnar fyrir á árinu. „Það ár var síðan önnur kvennadeild stofnuð í desember í Hafnarfirði.“

Að sögn Fríðar var upphaflegt markmið Slysavarnafélagsins og kvennadeildarinnar sjóbjörgenda sjóslys tíð á þeim tíma. „Peningum var safnað með fjáröflunum, til að festa kaup á björgunarbúnaði og reisa neyðarskýli. Starf okkar snýst enn að mestu leyti um fjáröflun fyrir björgunarsveitirnar. Sú stærsta er á sjómanna daginn í formi kaffisölu á fjórum stöðum: á Hafnarbakkanum, í Gróubúð, félagsmiðstöð björgunarsveitarinnar, slysavarnarskipinu Sæbjörgu og Höllubúð, húsnæði kvennadeildarinnar.“

Starf kvennadeildarinnar felst einnig í slysavörnum. „Kvennadeildin tók til að mynda þátt í átakinu Vörn fyrir börn á tíunda áratug síðustu aldar, meðal annars með því að láta gera töflur með sýnishornum af öryggisvörum fyrir börn, sem settar voru upp í öllum heilsugæslustöðvum Reykjavíkur,“ útskýrir Fríður. „Við gerum líka bílbeltakannanir fyrir utan leikskóla, svo tölfraðilegar upplýsingar séu tiltækar. Þá höfum við kannað slysavarnir heima hjá eldri borgurum, kostað brúðleikhússýningu með forvarnagildi í leikskólunum, sem nefnist Númi á ferð og flugi, og lengi mætti telja.“

Meðlimir kvennadeildarinnar eru nú um 200 talsins, þar af 50 virkir, og hittist hópurinn mánaðarlega í fyrrnefndri Höllubúð að Sóltúni 20, sem er nefnd eftir Höllu Jónsdóttir. „Heitið kemur til vegna þess að téð Halla ánafnaði deildinni allt sitt þegar hún lést árið 1993, trú þeirri hugsjón að láta gott af sér leiða, og voru peningarnir notaðir til kaupa á húsnæðinu í Sóltúni,“ segir Fríður og bætir við að það hafi verið sannkölluð himnasending þar sem kvennadeildin hafi þá verið á hrakhólum.

Fríður segir marga hafa spurt hvort þörf sé á að starfsrækja sérstaka kvennadeild innan Slysavarnafélagsins á tímum kynjajafnréttis. Hún svari því yfirleitt með orðum Guðrúnar Jónasson, fyrsta kosna formannsins, sem sagði að þar sem konur störfuðu í almennum félagsskap væru þær oft óþarflega hlédrægar, en þegar þær bæru alla ábyrgð sjálfar yrði árangurinn tvímælaust bestur. Þá legðu þær hiklaust fram krafta sína og stuðluðu að því allar í sameiningu að þoka áfram þeim málum sem þær hefðu tekið upp á arma sína.

„Forseti Íslands, Hr. Ásgeir Ásgeirsson, sæmði Guðrúnu stórriddarakrossi hinnar íslensku fálkaorðu,“ heldur Fríður áfram. „Hann sagði við það tilefni að ekki væri venja að veita slíka viðurkenningu fyrir störf í einstökum félagsskap, en orðunefnd hefði fundist rétt að gera hér undantekningu á. Segja má að allar slysavarnakonur beri þetta merki með Guðrúnu.“

**Glæsilegt úrval af
jóla og gjafavöru**



BLÓM & KAFFI

**Gæðavörur frá Te og kaffi
í gjafakörfuna**

Ný blóm daglega

**Opið
sunnudag til fimmtudags
frá kl. 11-21
Föstudaga og laugardaga
frá 10-21**

Reykjavíkurvegi 60, Hafnarfirði

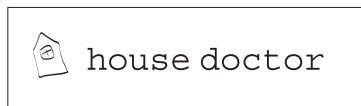
Opnum notalegt kaffihús á nýju ári.

Sími: 565 0440 www.blomogkaffi.is

Hönnun: Web It



CHESAPEAKE BAY CANDLE™



Adventusnarl

Adventan hjá mörgum snýst um að elda, baka og borða. Hitta fjölskyldu og vini. Hér er hugmynd að góðum og léttum hádegisverði til að njóta á adventusunnudegi meðan verið er að dunda heima. Uppistaðan í súpunni er kúrbítur og er hún jólagræn á litinn. Brauðið með er í formi pítsubotns eða tortillaköku og er borið fram með hráskinku, geitaosti og klettasalati. Skinkan er jólarauð!

„GRÆN SÚPA“

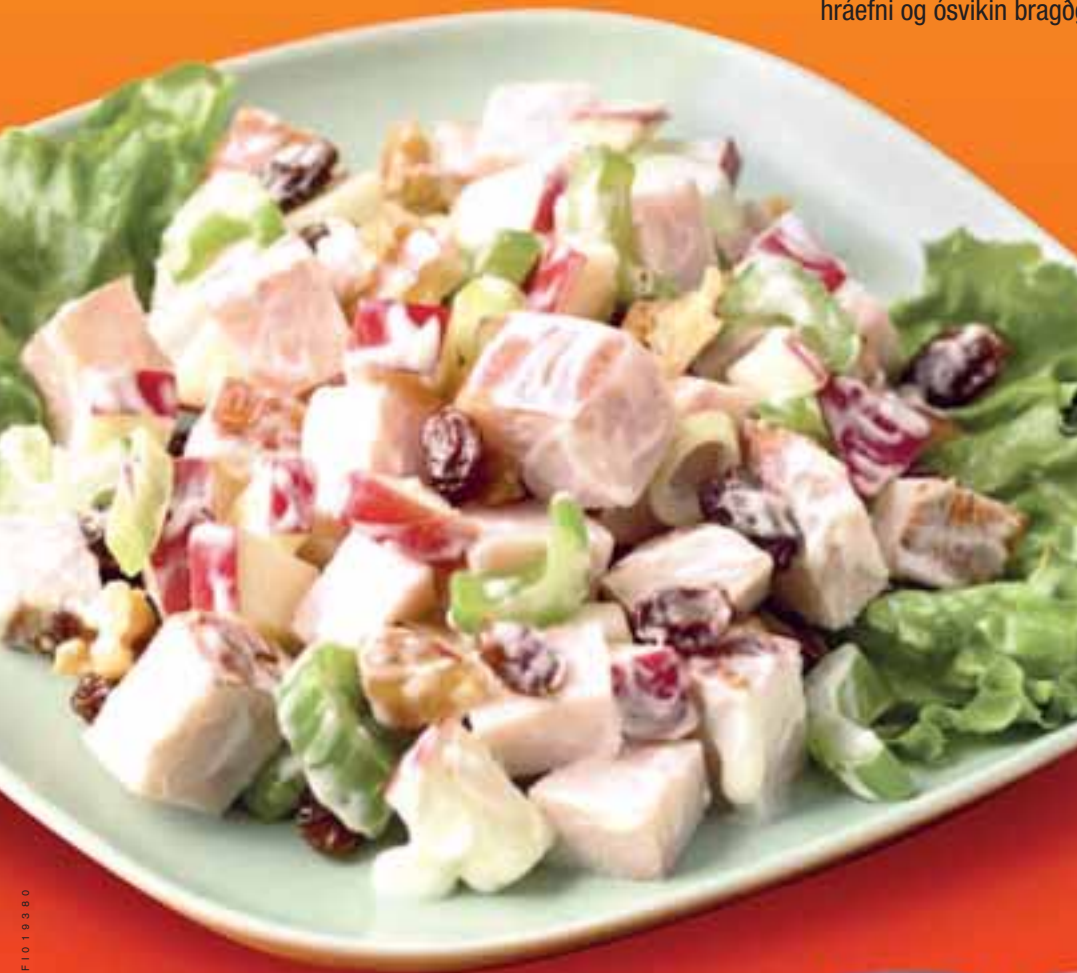
4 msk ólífuolía
2 msk mjúkt smjör
1 laukur, skorinn
2 kúrbítar, skornir í bita
2 kartöflur, skornar í teninga
5 b kjúklingasoð
12 basilíkulauflaup
1 hvítlauksríf, marið
2 egg
4 msk rifinn parmesanostur
salt og svartur pipar

Hitið olíu og smjör í potti og mýkið laukinn. Setjið kúrbít saman við og hrærið, látið malla í nokkrar mínútur. Setjið kartöflur saman við og hellið soðinu í pottinn. Sjóðið við vægan hita í 30 mín. Stráíð basilíkunni yfir þegar um 10 mínútur eru eftir af suðutímanum. Að því loknu er súpan maukuð með töfrasprota eða sett í matvinnsluvél. Hrærið saman egg, hvítlauk og parmesanost. Hellið eggja-blöndunni saman við súpuna í mjörri bunu og hrærið vel í á meðan. Smakkið til með salti og pipar. Hitið súpuna upp á vægum hita áður en hún er borin fram. Fallegt að dreypa nokkrum dropum af góðri extra virgin ólífuolíu yfir súpuna og smá parmesanosti.



Galeðjumst

Jólin koma. Ættingjar og vinir hittast og gleðjast saman yfir margskonar jólagóðgæti. **Hellmann's®** majónes er eitt af því sem fullkomnar jólamatreiðsluna og gerir árangurinn ómótstæðilegan. Flauelsmjúk áferð, besta hráefni og ósvikin bragðgæði. Gleðileg jól.



Ef þú átt afgang af kalkúna um jólin geturðu gert þetta góða salat.

Kalkúna-waldorf-salat

½ bolli **Hellmann's®** Mayonnaise

1 msk sítrónusafi

½ tsk salt

2 bollar af elduðum kalkúna eða

kjúklingi í teningum

1 stórt epli, afhýtt

og kjarnahreinsað

½ bolli sellerí, sneitt

1/3 bolli rúsínur eða þurrkuð

trönuber

¼ bolli laukur, fínt sneiddur

(má sleppa)

Ristaðar valhnetur, saxaðar

(má sleppa)

Hrærið majónes, sítrónusafa og salt í skál. Blandið öllu öðru en hnetum vel saman við. Stráið hnetum yfir salatið. Kælið ef vill.



Hellmann's gerir bragðið betra

„RAUTT BRAUÐ“

Pizzadeig eða tortillakökur
El Toro skinka eða önnur
hráskinka
Mjúkur geitaostur
Klettasalat
Sítrónusafi
Úrvals ólífulófa
Ristaðar furuhnetur

Fletjið pítsudeigið mjög þunnt út í botna sem gera má ráð fyrir að séu fyrir einn. Bakið þar til botnarnir eru gullnir eða setjið á pönnu og bakið báðum megin. Ef ekki er tími fyrir slíkt er hægt að nota tortillakökur sem búið er að grilla aðeins á pönnu. Hellið olíu og sítrónusafa yfir salatið. Leggið skinkuna á botninn, dreifið úr geitaosti yfir skinkuna, setjið salatið yfir allt saman og furuhneturnar að síðustu. Gott að dreypa örlítilli olíu yfir. Berið fram.

Umsjón og eldamennska:
HALLA BÁRA GESTSDÓTTIR
Myndir: GUNNAR SVERRISSON





Það er skafmiði í pakkanum Yfir 1000 vinningar!

Hverjum pakka af Prince Polo fylgir skafmiði.

Glæsilegir vinningar:

- Acer fartölva frá Svar tækni
- Fartölvutaska
- Miði á fjölskyldumyndina Artúr og mínimóarnir
- Pakkar af Prince Polo mini



Prince Polo – alltaf jafn gott

FALLEGT FYRIR JÓLIN

KYNNING



1. Companys Kringlunni. 6.990 kr. 2. Kiss Kringlunni. 3.990 kr. 3. Companys Kringlunni. 6.990 kr. 4. Kiss Kringlunni. 7.990 kr. 5. Companys Kringlunni. 6.290 kr. 6. Next Kringlunni. 6.290 kr. 7. Next Kringlunni. 2.590 kr. 8. Next Kringlunni. 9. Companys Kringlunni. 12.990 kr. 10. Next Kringlunni. 1.490 kr. 11. Next Kringlunni. 3.790 kr.



6



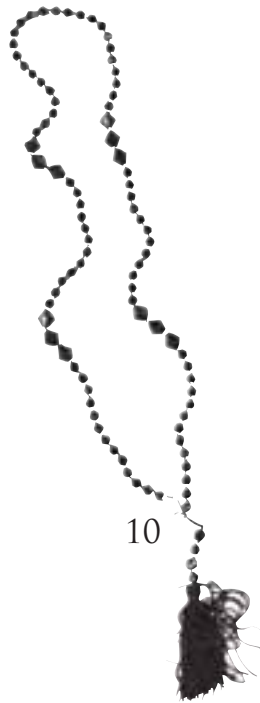
7



8



9



10



11





Einstakir persónutöfrar

Eva Green er lífleg fegurðardís sem heillað hefur heiminn með leikhæfileikum sínum. Hún er 26 ára gömul og þrátt fyrir að vera fædd og uppalin í Frakklandi hefur henni tekist að láta taka eftir sér í henni Hollywood. Árið 2003 vakti hún athygli fyrir leik sinn í myndinni *The Dreamer*, auk þess sem hún samdi tónlist fyrir myndina. Hún vakti þó fyrst alheimsathygli í myndinni *Kingdom of*

Heaven þar sem hún lék á móti Orlando Bloom. Stúlkan virðist einstaklega lífsglöð ef marka má myndir af henni á rauða dreglinum. Hún er oftast skellihljæjandi og grettir sig og gantast við ljósmyndarana. Fatastíll hennar er bæði stelpulegur og heimskonulegur í senn og á milli hláturokanna stillir hún sér alvarleg upp fyrir myndatöku, þó alltaf með þakkaralegt blik í augum.



Töff í blúndum, flaeli og ökklastígvélum.



Í svörtum jakkafötum, skraepöttri blússu og með stóra svarta perslufesti.



Eva Green fiflast gjarnan við ljósmyndarna.



Eva leyfir persónueinkennum sínum að njóta sín. Freknurnar, úfnu augabrúnirnar, örlítið skökku tennurnar og klessti augnskugginn gera hana ómótstæðilega sæta.

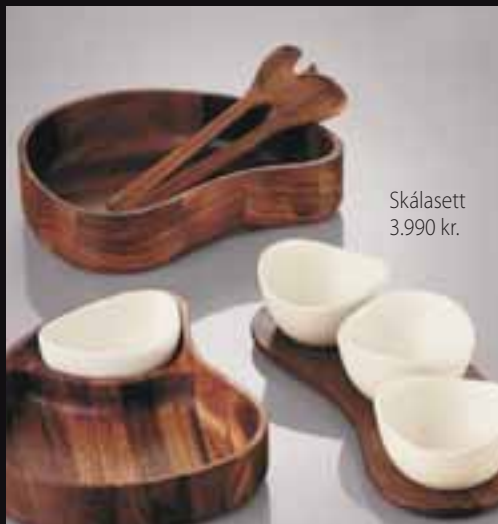


Eva er oft með eldraudan varalit og svartan augnskugga í stíl við svartan kjól.



Hún leggur sig greinilega fram við að vera ekki of fullkomin í útliti og er því gjarnan með hárið örlítið úfið.

Texti: KRISTÍN EVA ÞÓRHALLSDÓTTIR Myndir: GETTY IMAGES



Skálasett
3.990 kr.



Náttsloppur
9.990 kr.

Jólin: Til þín frá mér

Úrvalið af fallettri gjafa- og merkjavöru, fyrir konuna, karlinn, börnin og búið, hefur aldrei verið meira. Og verðið kemur öllum í ekta jólaskap.



Bjóstahaldarar
frá 2.990 kr.

Nærbuxur
frá 1.190 kr



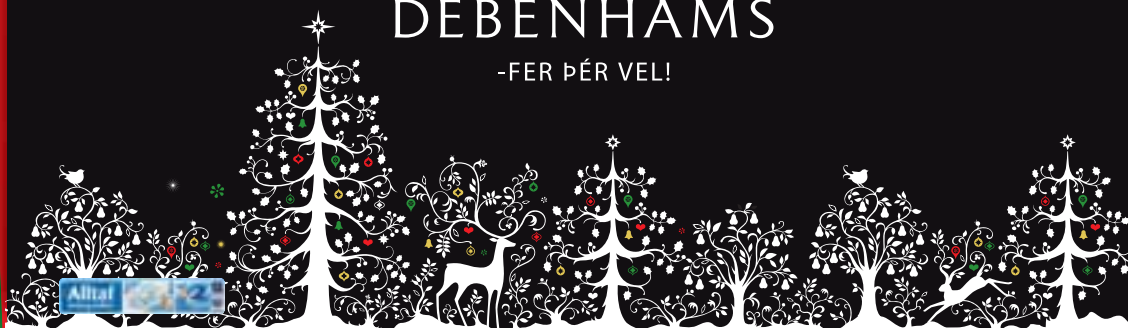
Galli með húfu
1.990 kr.

Skór 1.190 kr.

Jólasmekkir
2 í pakka 899 kr.

DEBENHAMS

-FER ÞÉR VEL!





Prúðir pillar

Herrarnir þurfa víst líka að dressa sig örlítið upp yfir hátíðirnar. Þó svo að jakkafötin séu auðvitað alltaf klassísk er gaman að finna sér eitthvað nýtt og ferskt.

Þá er ekki úr vegi að velja sér fallegar buxur í jakkafatastíl sem eru þó örlítið öðruvísi. Skyrta með sérstökum smáatriðum eða munstri. Og þó svo að gallabuxurnar þyki ekki það allra fínasta er vel hægt að finna fallegar buxur sem ganga alveg á böllin og í boðin.

Fín peysa í sterkum lit er svo alltaf góð til að hrista upp í lúkkinu.

HIN FÍNASTA PEYSA Bleik og flott frá Paul Smith. Fæst í Kúltúr Menn.

TÖFFARALEG Ótrúlega flott skyrta frá Acne. Fæst í Kúltúr Menn.

ÖÐRUVÍSI Dásamlega töff skyrta í örlitlum Napóleon stíl. Fæst í All Saints.

DOPPÓTT Svört og grá, fæst í All Saints.

FLOTTAR Sérstakar buxur úr All Saints.

SVÖRT Fín bómullarpeysa úr Sautján.

GALLABUXUR Fínlegar og flottar úr Sautján.

SKYRTA OG VESTI Frábær samsetning úr Sautján.

DIOR HOMME VOR 2006 Hedi Slimane hefur mótað herratískuna undanfarin ár og á heiðurinn af hinu flotta þrönga lúkki.



20% afsláttur
af kjólum frá 8.-10. des.

coast

COAST SMÁRALIND | SÍMI 554 5111

www.coast-stores.com

Tískuíkon #7

SARAH JESSICA PARKER

Árið 1998 skaut Söruh Jessicu Parker upp á stjörnuhimininn, en þá sáum við hana fyrst í hlutverki Carrie Bradshaw í þáttunum Sex and the City. Um leið og þættirnir öðluðust annálaðar vinsældir meðal kvenna byrjaði Sarah Jessica að hafa áhrif á tískuheiminn og klæðaburð kvenna víða um heim. Sá háttur Carrie að blanda saman notuðum flíkum við hátískuvörur og hafa óeðlilega mikinn áhuga á skófatnaði virtist smita út frá sér. Sjálf hafði Sarah aldrei haft slík áhrif á tískuna fyrr en hún hóf að leika í þessum þáttum, enda bar ekki mikið á hennar persónulega stíl áður en yfirstílísti þáttanna, Patricia Field, læsti tískuklónum í hana.

Sarah Jessica Parker fæddist í Ohio þann 25 mars 1965. Hún var ein af sjö systkinum en foreldrar hennar voru gyðingar. Sarah var tólf ára þegar fjölskyldan flutti til New York, en í þá daga var hún farin að sýna mikla hæfileika sem dansari. Hún býr enn að þeim áhrifum sem dansinn hefur haft á líkamsbyggingu hennar því hún er í einstaklega góðu formi. Sarah er gift Matthew Broderick og saman eiga þau soninn James Wilke sem fæddist árið 2002. Undanfarin fimm ár hefur hún ljáð nokkrum tískuhúsum ímynd sína og í fyrra markaðssetti hún ágætis ilmvatn sem hún kallar Lovely. Á næsta ári er myndin Spinning Into Butter væntanleg í kvikmyndahúsin, en þar er tekist á við fordóma og leikur Sarah Jessica Parker aðalhlutverk myndarinnar.





Jāla **birta**
● *aðeins öðruvísi*

... og þurrka sér svo um munninn

Margir leggja mikið upp úr jólaborðinu, ekki bara því sem er á boðstólum heldur ekki síður útlitinu. Borðskreytingar skipta auðvitað máli en það sem helst setur svip sinn á hvern disk er munnþurrkan. Sumir keppast við að strauja og strjúka taumunnþurrkur en aðrir vita að pappírsservíettur geta verið bæði skemmtilegar og flottar og gert jólaborðið enn betra. Pappírsservíettur hafa þann kost að vera ódýrar og úrvalið er slíkt að hægt er að fá þær í stíl við hvað sem er og til ánægju bæði börnum og fullorðnum.



Þessi jólaköttur fær að gera það sem alla ketti dreymir um, að vera uppi á borði á jólunum. Fæst í Pipar og salti.



Í vetrarríkinu eru allir vinir. Rostungar, ísbirnir, íkornar, mörgæsir, refir, broddgeltir og sauðfé klæða sig upp í sitt fínasta þúss og halda gleðileg jól. Fæst í Pipar og salti.



Þessi smellpassar undir laufbrauðið. Bara að passa að bíta ekki í hana því servíettur geta valdið meltingartruflunum ef þær eru innbyrtar og það er ekki það sem við þurfum á að halda yfir hátíðarnar. Fæst í Jóláhúsinu.



Jólaenglar sem bæta meltinguna. Fást í Blómavali.

Jólatírnir í ár eru svart, fjólublátt og silfrað. Eins og þessi servíetta sem fæst í Blómavali.



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



Jólamyndirnar með í jólaboðið



HP PHOTOSMART d7160
Frábær útprentun á hraðvirkasta
ljósmyndaprentara í heimi

- Engin þörf á tölvu, prentar beint af minnskorti eða myndavél
- Aðskilin sex líta HP Vivera blekhyllki
- 10x15 cm ljósmynd á 12 sekúndum
- Prentar beint á diska, tattoo prentun

Verð kr. 18.900



HP prentarar voru fyrir stuttu valdir bestu prentararinnar af lesendum PC Magazine, fjóríanda árið í röð. HP stafrænar myndavélar hafa hlotið margar viðurkenningar, meðal annars PC Magazine Editors' Choice auk þess sem þær voru á topp 10 lista PC World.



HP PHOTOSMART e427
Stafræn myndavél

- 6.4MP upplausn
- 36 bita litadýpt
- Létt, nett og einföld í notkun

Verð kr. 13.900

Með HP Photosmart myndavél og ljósmyndaprentara getur þú smellt af, prentað jólamyndirnar strax og kippt þeim með í jólaboðið.

Hágæða útprentun þegar þér hentar.

HP Photosmart myndavélar og prentarar fást hjá viðurkenndum HP söluaðilum og á www.fartolur.is.
Nánari upplýsingar á www.ok.is/einstaklingar/soluadilar.

OPIN KERFI

Sími 570 1000 • www.ok.is



Glamúr og glæsileiki

Nú er glamúrmánuður ársins genginn í garð og ættu því allir að skarta sínu fínasta yfir jólin. Tískan í ár er einstaklega skrautleg og er mikið um gull, silfur og glamúr. Einnig er fallegt skart áberandi og töskur sem myndu setja flottan svip á jólaboðið, áramótapartíð sem og árshátíðirnar. Það ætti enginn að þurfa að fara í jólaköttinn.

FALLEGUR hlýralaus kjóll með sætu skrauti frá Warehouse.

SVARTUR fallegur hlýralaus kjóll frá Whistles.

FLOTTUR silfraður bolur frá Warehouse.

EINSTAKLEGA FALLEGT hálsmen frá Whistles.

SILFUR taska frá Warehouse.

GLÆSILEGUR svartur kjóll með silfurmunstri frá Karen Millen.

SÆTAR ermar frá Whistles, flottar við jólakjólinn þinn.

HLÝRALAUS toppur með silfruðu munstri frá Warehouse.

DÁSAMLEGA fallegir svartir skór frá Karen Millen.

FALLEG taska með blúndu frá Shoe Studio.

SÆTUR kjóll með silfurmunstri á ermum frá All Saints.

Gylltur bolur frá Warehouse.

SÆTIR silfurskór úr Shoe Studio.



THE SHOE STUDIO

Bertie

NINE WEST

PIED A TERRE



25% afsláttur af öllum vörum til jóla

Kokkabók í pakkann

Matgæðingar elska að prófa eitthvað nýtt. Ný matreiðslubók er því frábær jólagjöf handa ofurkukkum heimilisins þar sem þeir geta prófað nýjan rétt á fjölskyldunni að minnsta kosti vikulega. Matreiðslubók er eiginlega gjöf til allrar fjölskyldunnar, vina og vandamanna. Í ár koma út margar spennandi matreiðslubækur fyrir jólin og mjög ólíkar svo það ættu allir að geta fundið eitthvað við sitt hæfi.

Í bókinni í matinn er þetta helst býður hin þekktu fréttakona Jóhanna Vígðís Hjaltadóttir lesendum heim í eldhúsið sitt. Jóhanna Vígðís er snilldarkokkur og hefur örugglega ýmsu fróðlegu að miðla öðrum snilldarkokkum og líka þeim sem eiga erfitt með að fóta sig í eldhúsinu. Uppáhaldsuppskriftirnar hennar eru afar einfaldar og aðgengilegar og nýtast við ótal tækifæri. Leiðbeinandi verð er 4.480 krónur.



Framandi og freistandi eftir Yesmine Olsson inniheldur uppáhaldsuppskriftir Yesmine sem eru ekki öfgakenndar heilsuuppskriftir, þó svo að hollustan sé í fyrirrúmi, heldur matur fyrir fólk sem er annt um heilsuna og nýtur þess að elda góðan og litríkan mat. Inn á milli fallegra ljósmynda eru heilræði um holla lifnaðarhætti. Framandi og freistandi kostar 2.990 krónur.



Hollt og fljótlegt og Hollt og ódýrt eftir Guðrúnu Jóhannsdóttur eru fallegar og handhægar bækur þar sem áherslan er á holla, fljótlega, ódýra og frumlega rétti fyrir upptekið fólk. Fimmtíu uppskriftir eru í hvorri bók og aftast eru gagnlegar og hugmyndaþarfar tillögur að vikumatseðlum. Hvor bók kostar 1.990.



Matreiðslubók íslenska lýðveldisins hefur að geyma úrval þeirra hátíðarmálsverða sem bornir hafa verið fram fyrir hönd íslenska lýðveldisins. Hér má finna lostæti úr íslenskrí náttúru meðhöndlað af feðgunum Elíasi Einarssyni og Eyjólfri Elíassyni sem voru lengi í þjónustu forsætisráðuneytisins. Þessi greinargóða heimild um skemmtilegan kima Íslandssögunnar kostar 5.990 krónur.



Nýtt á Íslandi.

Koníaks- og Rauðvínssunnendur!!

Trúið þið á töfra?

MAGIC FLAVOR TÖFRATAPPINN

BREYTIR VENJULEGU VÍNI Í EDALVÍN.

*Kristall
Pestulin*

Bæjarlind 1-3 Kópavogi Sími: 544-4044



DENON

Pitt eigið tónlistarhús

Heimabíómagnarar, magnarar og DVD

DENON margverðlaunað af virtustu fagtingarritum
fyrir útlit og hágæða hljómfletning



75W x 7 (8 ohms) • 56 stöðva (AM/FM) minni • Sjálfvirk stilling með hljóðnema

DENON AVR-1507 magnari



15 gerðir verð frá 39.900



CANTON

Movie 101 CD
heimabíóhátalarar



kíktu á

www.ef.is



Einar Farestveit & Co.hf.

Borgartúni 28 • Sími 520 7900 • www.ef.is



Quinta do Crasto Reserva:

Fær frábæra dóma

Portúgalska rauðvínið Quinta do Crasto Reserva 2004 hefur fengið frábæra dóma og umfjöllun að undanfögnu en 2004 árgangurinn er nýlega kominn á markað hér á Íslandi. Vínið er gert úr allt að 30 mismunandi þrúgum sem koma af um 100 ára gömlum vínvíð úr Douro dalnum í Porúgal. Douro dalurinn hefur hingað til verið þekktastur fyrir frábær púrtvín.

Wine Spectator gaf víninu nýlega 93 punkta í einkunn og valdi það sem eitt af 100 bestu vínunum árið 2006, en vínið lenti í 47. sæti á þeim lista sem hlýtur að teljast frábært fyrir vín sem kostar ekki nema 1.950 kr. í vínbúðum hérlendis. Þess má geta að vínið kostar 35 dollara í Bandaríkjunum sem er um 2.450 íslenskar krónur. Góð vín eru nefnilega ekki alltaf dýr á Íslandi.

Porri Hringsson vínrýnir valdi Quinta do Crasto Reserva 2003 vín mánaðarins í Gestgjafanum í fyrra og gaf Porri víninu hvorki meira né minna en 5 glös sem er hæsta einkunn sem hann gefur. Porri hefur þetta um vínið að segja: „Vín frá Portúgal eru því miður allt of sjaldséð hér miðað við hvað mörg þeirra eru spennandi og hversu mjög þau hafa batnað undanfarin ár. Portúgal á það sammerkt með Ítalíu að þar eru margar staðbundnar þrúgur sem hvergi finnast annars staðar og úr þeim er hægt að gera ákaflega athyglisverð vín sem eru mun skemmtilegri en þessi endalausur shiraz/cabernet-vín sem allir ættu að hafa fengið nóg af núna. Þetta vín er eins og þungur og djúpur bassatónn í fljótandi formi. Mjög gott með bragðmeiri steikum, nauta- og lambakjöti og besta grillmat. Mjög góð kaup.“

Verð í vínbúðum 1.950 kr.



Riedel



*„Að öðrum glösum ólöstuðum
eru vínglössin frá Riedel þau bestu.“*

Þorri Hringsson

Veldu rétta jólakjöllinn

Hvort sem þú kaupir þér nýjan kjól fyrir jólin eða notar einhvern úr fata-skápnum þínum, er afar mikilvægt að velja rétta kjöllinn. Of þröngur kjóll eða kjóll sem endar allur út í sósuslettum getur eyðilagt stemninguna.

- * Ekki velja neitt sem er þröngt, stutt og flegið þar sem þú vilt örugglega ekki líta út fyrir að vera á veiðum. Sérstaklega ekki ef þú ert í mat hjá afa og ömmu.
- * Vertu í kjól sem er laus í mittið, eða með belti. Maður á að láta sér líða vel á jólinum og það er ekkert pínlegra en að vera eins og vel reyrd pylsa við matarborðið og geta ekki hreyft sig. Auk þess sem það er frekar vandræðalegt þegar rennilásinn rifnar með látum.
- * Alls ekki velja hvítan kjól nema þú sért einstakur snyrtipinni. Mæður smábarna ættu ekki einu sinni að láta sig dreyma um hvítan kjól, nema vera í regnkápu utan yfir.
- * Síðkjóll er hin fullkomna flik fyrir jólin. Með víðu pilsu er hann sérstaklega dásamlegur þegar dansað er af innlifun í kringum jólatréð, eða þegar þú tekur eitt gott sönglag úr dans- og söngvamynd með þínum heittelskaða. Og ef þú býrð í tveggja hæða húsi getur innkoma þín niður stigann verið mjög glæsileg.
- * Mynstraður kjóll kemur sér vel ef þér hættir til að sulla niður á þig. Þá tekur enginn eftir blettunum og þú þarft engar áhyggjur að hafa.



Sigga & Tímo

G U L L S M Í ð I
STRANDGATA 19 · SÍMI 565 4854

WWW.SIGGAOGTIMO.IS

Íslensku jólalögin!



...Þú komst m e ð jólin til min - Ég hlakka svo til - Jól - Kæri jóli - Snjórinn fellur - Verði ég bara heima um jólin - Gamli jólasveinn - Mamma - Manstu það? - Góða nótt - Bráðum koma jólin - Grenitré - Jólin eru að koma - Höldum heilög jól - Betlehem - Þeir koma þar - Á jölunum er gleði og gaman - Jól yfir borg og bæ - Jólaveinarnir Kom allir hér - Hring, þú bjallan fagra - Upp, þér hirðar - Jólaklukkan - Jól á hafinu - Gefðu mér gott í skóinn - Jólin allsstaðar - Snæfinnur snjókarl - Hvít jól - Hátíð í bæ - Jólansjór - Ég sá mömmu kysa jólasvein - Jólaveinninn minn - Litla jólabarn - Jólin koma - Loksins komin jól - Meiri snjó - Jólainnkaupin - Hvít jól - Hátíð í bæ - Stjarna stjörnum fegri - Snæfinnur snjókarl - Klukkan jólasveinsins - Heilaga nótt - Jólaklukkan - Ljósanna hátíð - Aðfangadagskvöld - Betlehem er barn oss fætt - Göngum við í kringum - Jólaveinar einn og átta - Hvít jól - Hún Þyrnirós var besta barn - Mamma mín - Jólaklukkan - Hátíð í bæ - Jólaljós skært - Ef hjá honum þabba einn - Fimmeyring ég fengi - Það á að gefa börnum brauð - Adam átti syni sjö - Hvar sem flýtur mitt fley - Heims um ból - Jólasyrpa - Svo er ein handa þér - Rokkað í kringum jólatréð - Mig langar heim á Syðra-Hól - Skrámur skrifar jólasveininum - Nei, nei, ekki um jólin - Glæddu jólagleði í þínu hjarta - Komdu um jólin - Syngjum öll - Ég ætla að skreyta jólatréð - Þæjarferð með Hurðaskelli og Stúfi - Básúnan mín - Á góðri jólastund með - Bryndis Schram - Jólaveinafylkingin - Handtaka jólasveinanna - Jólaveinar í dans tíma Áramótadans Grýlu og Leppalúða - Allir upp á slebann - Hurðaskelli og Stúfur - Heiðra skulum vér herrann Krist - Heyr himnasmiður - Í dag er glatt - Það aldín út er sprungið - Af himnum ofan boðskap ber - Sjá himins opnast hlið - Í Betlehem er barn oss fætt - Nóttin var sú ágæt ein - Heims um ból - Gefðu að móðurmálið mitt - Lof sé þér Guð - Allt eins og blómstrið eina - Í dauðans böndum Drottinn lá - Kristur reis upp frá dauðum - Guð helgur andi, heyr oss nú - Min sál, þinn söngur hljómi - Tíminn flýgur Gleði og friðarjól - Jóláömur...

Við komum þér í jólastemninguna
Þú færð aðgang að yfir 60.000 lögum
og 2.000 myndböndum!

Það kostar
ekki að
prófa



TONLIST.IS



Eftirréttavínið um jólin

Jólamúskat, Muscat de Noël 2006 er komið í vínbúðir. Konunglegt og menningarlegt vín sem Katalóníumenn hafa drukkið á jólum í 700 ár. Ár hvert var fyrsti hluti uppskeru múskatþrúgunnar tileinkaður til gerðar hátíðarvins fyrir konunga Majorka.

Muscat de Noël 2006 frá Pujol er fyrirtaksfordrykkur og er frábært með gæsa- eða andalifur, fylltum döðlum með gráðosti eða sem eftirréttavín með eplaköku með kanil, ávaxtasorbet eða vanilluís. Vínið er ómissandi með konfektinu.

Það er 15 prósent að styrkleika og geymist í tvær vikur í kæli eftir opnun. Þetta styrkta vín kemur frá Roussillon-héraði í Suður-Frakklandi þar sem Pujol-fjölskyldan ræktar vínvið á lífrænan hátt og þroskar vinnin samkvæmt hefðbundnum aðferðum. Þetta er fágætt vín og eftirsótt og eingöngu eru 900 flöskur af því í boði héraendis yfir hátíðirnar. Nánar má fræðast um vínið og fleiri vín frá Pujol á síðunni vinekran.is.



Vínið fæst í flestum vínbúðum í desember og kostar 1.990 kr.



Uppáhaldskaffið

á augabragði með **Senseo**



Senseo Original



Senseo City Sensation



Senseo Café Noir



Senseo Selection

Veldu þá Merrild kaffipúða sem þig langar í og eftir andartak eru tilbúnir einn eða tveir bollar af ilmandi úrvalskaffi.

Með Philips **Senseo** kaffivélinni og Merrild **Senseo** kaffipúðunum nýtur þú þess að fá þér afbragðsgott kaffi án nokkurrar fyrirhafnar hvenær sem þig lystir.

Senseo



Seiðandi bolli af nýlögðu kaffi



AMARULA CREAM

ANDI AFRIKU



Rjómalíkjör frá Suður-Afriku hefur slegið í gegn víða um lönd undanfarin ár. Amarula heitir þessi ferski náttúrulegi rjómalíkjör og er stundum nefndur „Andi Afriku“ enda búinn til úr ávexti sem hefur verið notaður til lækninga og sem frjósemislyf öldum saman.

Marula tréð er jafnan um 10-15 metra hátt og hvert tré getur gefið af sér allt að tvö tonn af ávöxtum á ári. Afrísku filarnir eru sólgirnir í ávöxtinn, keyra hausinn í bol trjáanna og hirða upp ávextina sem hrynja niður við höggið. Ef Marula ávöxturinn sleppur við ágengni filanna mun hann þroskast og falla loks til jarðar þar sem hann tekur að gerjast í hitamollunni og verður aðeins áfengur og mjög sætur. Filarnir eru ekki síst sólgirnir í þroskuðu ávextina og má gjarnan sjá þá ráfa um létta í anda eftir átveisluna!



Fer

Marul

í exót

virði

eyrna

Í ving

gerjas





Kukur náttúrulegur rjómalíkjör

Ávöxturinn er notaður af innfæddum til að búa til sultur og vín auk þess að vera notaður sem krydd á kafrí. Steinn ávaxtarins er afar harður og þarf nokkuð lag til að opna hann en það er vinnunnar hluti. Því hnetan er sú prótínríkasta sem um getur. Hnetuolían er notuð til að búa til snyrtikrem og nef- og eyruþoppa fyrir ungabörn.

Marula er hinsvegar aðeins kjöt ávaxtarins notað, steinarnir og hýðið er skilið frá. Marula safinn er látinn standa í síðan eimaður. Vínið er síðan geymt í eikartunnum í tvö til þrjú ár. Þar á eftir er Marula ávaxtaþykkni

blandað í til að jafna drykkinn. Þegar pöntun berst er ferskum rjóma blandað í líkjörinn þar til mykt og jafnvægi er náð. Útkoman til neytenda er afar mjúk og vandaður rjómalíkjör sem flestir njóta beint úr kæli eða á klaka auk þess sem hann er kjörinn í kokkteila.



THE SPIRIT OF AFRICA
www.amarula.com



Unika fyrir þig



Vönduð rúmteppi og púðar



Úrval af luktum



Glerkúlur með ljósi



Lampar og ljósakrónur í öllum stærðum



Englar



**NÝTT
KORTATÍMABIL
7. DESEMBER**

**NÝR VEFUR
WWW.UNIKA.IS**

Komdu og skoðaðu ótal hugmyndir að borðskreytingum, jólakrönsum og öllu sem tengist hátíðunum.

Njóttu þess að versla í afslöppuðu umhverfi, láttu okkur um að þjóna og leiðbeina þér. Gerðu jólainnkaupin ánægjulega Unika upplifun.

HÁTÍÐAR OPNUNARTÍMAR:

Laugardaga:	11 - 18
Sunnudaga:	13 - 18
14 - 22 des.	10 - 22
Porláksmessa:	10 - 23
Aðfangadagur:	10 - 12
Jóladagur:	Lokað
Annar í jólum:	Lokað
27 - 30 des.:	10 - 18
Gamlársdagur:	10 - 12
Nýjársgdagur:	Lokað

UNIKA

Fákafeni 9 Sími: 568 6700
mán-fös. 10-18, laug. 11-18 og sun. 13-18
www.unika.is



Einn virtasti víngerðarmaður veraldar

Ástralinn Philip Shaw var aðeins 15 ára þegar hann hóf störf við víngerð og hefur allar götur síðan markað djúp spor í sögu víngerðar. Philip Shaw er hvað frægastur fyrir störf sín hjá Ástralska vínrisanum Rosemount og kom þeim framleiðanda á alheimskort vínahugamanna. Einnig var hann yfirvíngerðarmaður Lindemans og Penfolds. Philip Shaw var ekki einu sinni heldur tvisvar valinn víngerðarmaður ársins og hefur aðeins einum öðrum víngerðarmanni tekist að leika það eftir.



Nú er Philip Shaw kominn með eigin vínekrur þar sem hann framleiðir vín eins og honum finnst að vín eiga að vera - gjörsamlega laus undan oki markaðsmanna og baunateljara. Það stendur ekki á vínpressunni, hún heldur ekki vatni yfir víngerð meistara Philip Shaw.



Það eru þrjár mismunandi línur sem koma frá vínekrum hans í Orange Ástralíu:

Vín sem koma úr neðri hlíðum vínekrana og kosta 1190 kr.

Rolling Chardonnay

Rolling Shiraz

Rolling Cabernet Merlot

Vín sem koma úr efri hlíðum vínekrana og kosta 1490 kr.

Climbing Chardonnay

Climbing Shiraz

Að lokum eru það svo eðalvínin sem hann nefnir eftir sjálfum sér og kosta 2490 kr. :

Philip Shaw NO 11 Chardonnay

Philip Shaw NO 17 Merlot-

Cab.Sauvignon- Cab. Franc



Öll þessi vín fást í stærri Vínbúðunum (Kjarnavara).

Hátíðarlamb



Nýtt á Íslandi



Nú á aðventunni kynnir Sláturfélag Suðurlands sérvalið og hálfúrbeinað hátíðarlamb, sem tilvalið er á jóladiskinn. Um er að ræða léttsaltað og léttreykt lambalæri sem marinerað er í bragðgóðri fimmberjablöndu. Hún er sæt blanda sérvalinna berja og eru bláber í aðalhlutverki. Hátíðarlambið er mjög safaríkt og þykir einstaklega gómsætt og girnilegt. Það er komið í allar helstu verslanir og með því fylgir tillaga að hátíðlegu meðlæti og matreiðslu, sem allir ættu að prófa.





Jólabréfið í ár

Margar fjölskyldur eru nú farnar að taka upp á hinum stórskemmtilega sið að skrifa jólabréf sem fer með kortunum hvert ár. Bréfið er gjarnan skrifað á tölvu og prentað út, á meðan kortið er persónulegt og gjarnan með mynd af fjölskyldumeðlimum. Það er þó allur gangur á myndunum sem sendar eru. Jafnvel eru dæmi um einhleypar konur og menn sem senda sæta mynd af sér til að hægt sé að stilla henni upp í stofunni ef ákjósanlegir piparsveinar og meyar ber að garði yfir hátíðirnar út um borg og bæ. Jólabréfið er hins vegar ekki á biðilsbuxunum. Bréfið er eins konar yfirlit yfir árið sem er að líða og á þessum síðustu bloggtímum og barnalandsárum, er algengt að fólk kíki yfir farinn veg á bloggji og barnalandi til að fá innblástur við jólabréfaskrifin. Þetta er

hið hefðbundna jólakort. Þar er sagt frá merkisatburðum fjölskyldunnar eins og barnsfæðingum, fermingum, brúðkaupum og merkjum árangri í námi eða starfi. En líka daglegu lífi. Enn aðrir ganga enn lengra og senda hljóðupptökur eða dvd disk með völdum myndbands skeiðum frá árinu sem er að líða. Það er sérlega skemmtilegt fyrir fjölskyldur erlendis að láta vita af sér á þennan hátt og fylgjast með öðrum. En kannski líka fyrir fjarskyldari ættingja og eldri kynslóðina sem ekki er jafn ginnkeypt fyrir hinum stafræna blogg og barnalandsheimi. Jólabréf er málið í ár og ekki seinna vænna að hefjast handa. Það þarf að láta taka myndirnar, gera drög af bréfi, kaupa kortin, frímerki og umslög. Síðan þarf bara að finna kvöldið þar sem allir geta verið án sjónvarpsins, skella jólamúsík á fóninn við kertaljós og hefjast handa.



Sigga & Tímo

G U L L S M Í ð I

STRANDGATA 19 · SÍMI 565 4854

WWW.SIGGAOGTIMO.IS

Baci

Tojáðu þig með
KOSSUM

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



Mjúkt múggat, ristadar heslihnetur, dökkt gædasúkkuláði

Heill pakki af kossum!

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



ENNEBBI / SIA / NMI9106



Freistandi smásúkkulaðimolar með jólakaffinu. Sex karamellusúkkulaðitrufflur í pakka kosta 595 krónur.



Glaðbeittir snjókallar með salti og hvítum pipar kosta 750 krónur parið.



Paul í Pipar og salti afgreiðir ánægðan viðskiptavin í versluninni.

Pipar og salt og ýmislegt annað í Pipar og salti

Fyrir jólin verður Pipar og salt við Klapparstíg að algerrí jólabúð. Þá fyllist verslunin af alls konar jólaskrauti, jólamat, jólabrjóstsykri og sultum sem kemur frá Bretlandseyjum en er orðið ómissandi á mörgum íslenskum heimilum á jölonum. En þótt jólamaturinn sé oft kryddaður alls kyns dýrum kryddum þá má ekki gleyma grundvallaratriðinu sem er auðvitað pipar

og salt. Þessi fastakrydd eiga líka skilið að fara í sérstakan jólabúning enda er þeirra ekkert síður þörf á jölonum en á öðrum árstímum. Og auðvitað má finna fjölbreytt úrval pipar- og saltstauka í Pipar og salti og ýmislegt annað líka. Gæti verið hugmynd að gefa ætílega gjöf, sem gleður yfir hátíðirnar en safnar ekki ryki næsta sumar ...



Á jölonum er gaman að bjóða upp á eitthvað alveg sérstakt eins og jarðarberjasultu með kampavíni og grænar fikjur í koniakslegi. Sultan kostar 350 krónur en fikjurnar 1300.



Heilmiklu máli skiptir hvernig jólakræsingarnar eru tilreiddar og færðar af fati. Jólaveinaostahnifurinn kostar 495 krónur, skrautlegi smjörhnifurinn og jólasveinskeiðin kosta 395 krónur hvort.



Þessir tveir ítalskættuðu kokkajólaveinar bera á sér helstu nauðsynjarnar, pipar og salt. Þeir kosta 1800 krónur saman.



Fallegar og jólalegar salt- og piparkvarnir gefa jólaborðinu lit. Þær kosta 5900 krónur parið.



Beliss Bylting frá Babyliss Paris

Nú getur þú þurrkað, blásið og sléttað hárið á helmingi styttri tíma en áður.

Með beliss þurrkar þú og sléttar krullað, hár, þykkt hár, úfið hár, alveg frá rótum og fram í enda.

Öflugur blásari og ceramic sléttun gerir hárið silkimjúkt og glansandi

Ný, einföld en fagmannleg hönnun fyrir þig að nota.

BE liss
Gerir fallett hár fallegra

BaByliss
PARIS



Sælinði, krydd og indælis allt

Um jólin reyna allir að veita sér eitthvað í mat og drykk sem ekki er á borðum á hverjum degi. Í enskumælandi löndum er talað um að „sugar and spice and everything nice“ geri jólin jólaleg og það á sjálfsagt við hérlandis líka. Alls konar krydd eru tengd við jólin og líka þurrkaðir ávextir, hnetur, marsipan og eðalsúkkulaði. Sjálfsagt hefur þetta allt einhverja merkingu og er mjög hollt fyrir okkur í ákveðnu magni og samhengi. En á jölunum á bara að hafa það gott, njóta þess að vera til og borða góðan mat.



Þúðursykur er aðeins hollari en venjulegur sykur og gefur líka miklu betra bragð og jólalegri áferð.

Sultuð kirsuber má snæða ein og sér og svo eru þau falleg til skreytinga.

Möndlur eru til ýmissa nota og meðal annars uppistaðan í möndlumassa sem í daglegu tali nefnist marsípan.

Þurrkaðir ávextir eru góðir beint úr lófa en einnig er gott að setja þá út í heita drykki og kökur.

Súkkat finnst sumum ómissandi í jólabaksturinn.

Negulnaglar fara vel í mandarínnum og gefa þá góða angan. Þeir eru líka góðir út í jólaglög með fullt af rúsínum.

Flórsykur er fyrirtaks gervisnjór og gerir allan mat jólalegri.

Besti Víking jólaljórinn frá upphafi?

Víking jólaljórinn er nú kominn í sölu í áfengisverslunum og helstu veitingahúsum landsins. Þetta er fimmtánda árið sem Víking framleiðir þennan vinsæla og sérstaka bjór. Jólaljórinn var fyrst framleiddur árið 1990 og er nú hluti af jólahaldi landsmanna. Var m.a. mest seldi jólaljórinn í fyrra.

Fjórir landskunnugir vínsmakkarar hittust til að smakka jólaljórinn í síðustu viku. Dominique Plédel Jónsson frá Gestgjafanum, Einar Logi Vignisson frá Fréttablaðinu, Steingrímur Sigurgeirsson frá Morgunblaðinu og Porri Hringsson frá Bistró.

Bruggmeistarinn telur jólaljórinn einn þann best heppnaða frá upphafi og það var samdóma álit vínsmakkaranna að Víking jólaljórinn væri sérlega góður í ár. Karamellan nýtur sín einstaklega vel í bjórnum og gefur ljúffengt og gott bragð. Vínsmakkararnir töldu Víking jólaljórinn vel fylltan án þess að hann væri of flatur eða of sætur. Þeir voru sammála um að áfengið í bjórnum væri í góðu jafnvægi og eftirbragðið langt og mjúkt.

Þeir töldu mikilvægt að jólaljórinn væri framreiddur kaldur en þó ekki um of þar sem maltbragðið nýtur sín betur ef bjórinn fær að jafna sig eftir að hann er tekinn úr kælskápnunum. Best væri að taka hann úr ísskápnunum um klukkutíma fyrir neyslu.

Bruggun jólaljórsins er sérstök, en talsvert lengri tíma tekur að brugga hann en hefðbundinn lagerbjór. Hann er því aðeins framleiddur í takmörkuðu magni.

Í jólaljórinn er notað svokallað karamellumalt, sem gefur honum dekkri lit og keim af brenndri karamellu. Þá er einnig afar sérstakt við framleiðslu jólaljórsins að hann er látinn eftirgerjast við lágt hitastig þegar aðalgerjuninni er lokið. Þessi vinnsluaðferð gefur jólaljórnum þétt og mjúkt bragð, mikla fyllingu og góða froðu. Það gerir einnig að verkum að jólaljórinn hentar einkar vel með hvers konar mat og smáréttum en hann er einnig frábær einn og sér.



G

Nýr Glæsibær

**Flott úrval af undirfatnaði
í jólapakkan hennar!**

3 fyrir 2

*Pú velur þrjú
sett og greiðir
fyrir tvö dýrari.*

Sjáumst!

Cos

Glæsibæ sími 588 5575

Frábær jólatilboð hjá Sjón

Linsutilboð

3-ja mán. skammtur
aðeins

3.500,-

2 fyrir 1

Sérstök sending
af nýju 2007
línunni komin!

SJÓN
glæraugnaverslun

Laugavegi 62
sími 511 6699

Garðatorgi
sími 511 6696

www.sjon.is
sjon@sjon.is

**Mjúkir
pakkar
eru góð
gjöf**

VERIÐ

Glæsibæ, s. 552 0970
www.damask.is



**Úrval af
pílsum,
kjólum
og
toppum**

Tískuvöruverslunin
CHA*CHA
Glæsibæ

Innigallar

**Bómullar- og
velúrgallar
fyrir konur
á öllum aldri**

Margar gerðir

Stærðir 10 - 22

**Einnig vesti
og buxur**



Verið velkomin

**SNYRTIVÖRUSLUNIN
GLÆSIBÆ**
Sími: 568 5170



**Jóla-
gjafirnar
fást í
Twizzt**

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

Twizzt skart og
fylghlutir
Firði Hafnarfirði og Glæsibæ

Lúsíuhátíð gengur í garð

Hátíð heilagrar Lúsíu fer fram 13. desember. Hátíðin á sér langa hefð í Svíþjóð, en einnig á hinum Norðurlöndunum.

Þar gengur Lúsían fremst í flokki með lýsandi kórónu á höfði og á eftir henni ganga þernur hennar með kertaljós, allar klæddar í síða hvíta kjóla. Hátíðin fer oftast fram í grunnskólum og leikskólum fyrir börnin en einnig í kirkjum og stofnunum. Á Íslandi er þessu síður að færast í aukana og ekki bara meðal Svía eða þeirra sem hafa búið á Norðurlöndunum.



Í tilefni hátíðarinnar eru síðan bökuð Lúsíubrauð sem eru formuð sem geislar sólar og minna á birtu og yl þegar skammdegið er sem mest. Lúsían gengur um í myrkrinu með lýsandi röð af stúlkum á eftir sér færandi brauð og kaffi þar sem stúlkurnar syngja sérstakt Lúsíulag. Lúsíudagskrá fer fram í Norræna húsinu klukkan 9.00 að morgni 13. desember í boði sænska sendiráðsins og félags Svía á Íslandi og sama kvöld kl. 19.00 eru síðan Lúsíutónleikar í Grafarvogskirkju í boði félags Svía.



Heilög Lúsía var dýrlingur blindra og sjónskertra og færir ljós í myrkri.


Delicatessen
OSTABÚÐIN
SKÓLAVÖRDUSTÍG

Veistu ekki hvað á að gefa mömmu og pabba í jólagjöf?

Ostakörfurnar frá okkur eru tilvalin gjöf sem verður vel nýtt!


Taktu þátt í sælkeraleik á netinu.
www.ostabudin.is

Ostabúðin Delicatessen - Skólavörðustíg 8 - Sími 562 2772 - ostabudin@ostabudin.is
Opíð viku daga 11:00-18:00 - laugardaga 11:00-14:00


TE & KAFFI



Nýtt frá Te & Kaffi

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

stundin - bragðið - stemningin



LAURA ASHLEY

Faxafeni 14 | 108 Reykjavík | sími 551-6646

Höfum opnað nýja, breytta verslun við austurenda hússins

Þú ert að of-jóla ef...

... þú bakar smákökur í svefni.
... jólín eru ónýtt bara af því að það er smákusk í einum eldhússkáp.
... þú ræður ekki við þig og segir: „hangikjöt“ í öðru hverju orði.
... gæludýrið þitt hangir til reykingar.
... það þarf að virkja sérstaklega til að knýja útiljósaseríurnar heima hjá þér.
... þú finnur ekki börnin fyrir englahári.
... þú fönðrar úr smákökunum frá í fyrra.
... þú ert búin/n að pakka öllum jólagjöfunum inn fjórum sinnum.
... þú réðst á jólasvein í morgun og öskraðir: „Láttu mömmu mína í friði!“
... þér var vísað út af fæðingardeildinni með fullt fangið af gulli, reykelsi og mirru.
... þú rankar við þér þar sem þú ert að ryksuga maka þinn.
... þú stofnar þitt eigið pósthús til að bera út öll jóla-kortin.
... þú ráðstafar hverri mínútu til jóla þrisvar sinnum.
... þú finnur upp tengsl og skyldleika við ólíklegasta fólk bara til að geta gefið því jólagjöf.



VANTAR ÞIG HUGMYND AÐ GÓÐRI JÓLAGJÖF?

Mikið úrval af veskjum, skjalatöskum, ferðatöskum, seðlaveskjum, að ógleymdu hinu landsfræga úrvali af dömu- og herrahönskum.



Leðurtaska, lítil 9.700.-
stór kr. 10.700.-



Taska kr. 4.800.-



Taska kr. 4.800.-



Hanskar kr. 5.400.-



Adax leðurtaska
kr. 17.500



Leðurtaska
kr. 10.700.-



Leðurtaska kr. 13.800.-



Adax leðurtöskur,
lítil 13.500.-, stór 19.800.-

Töskunog hantabúðin ehf.
Höfnun og útskipting. Smáttal: 5522.1111. Fax: 5522.1111

LÁTTU LJÓSIN TALA

Ljósahönnun á heimsmælikvarða

S. Guðjónsson er í fremstu röð í sölu á raf- og lýsingarbúnaði á Íslandi og býður upp á heimsfræg vörumerki, t.d. GIRA, Bticino, Modular, Kreon og Regent.

Hægt er að fá þráðlausa stjórnun rafbúnaðar. Ótrúlegir möguleikar og mikið úrval.

Sjón er sögu ríkarí. Komdu við hjá okkur og skipuleggðu framtíðarheimilið í réttu ljósi.



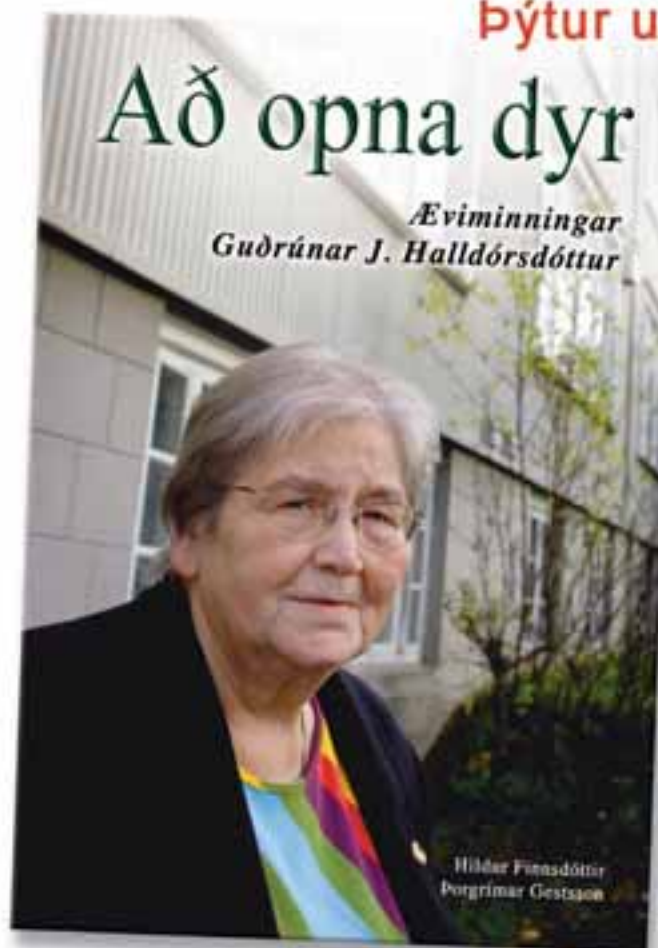
S. GUÐJÓNSSON

Auðbrekku 9-11
200 Kópavogur
Sími: 520 4500
Fax: 520 4501

sg@sg.is
www.sg.is

Bókin sem fólk VILL lesa!

Þýtur upp metsölulistana!



Guðrún er sem
þjóðsagnapersóna
og ekki að undra:

**Skemmtileg
og skorinoró
– og skilningsrík**



Fólk á skilið
að fá skemmtilega bók!

Saga Guðrúnar J. Halldórsdóttur,
fyrrum skólastjóra Námsflokka Reykjavíkur
og þingkonu Kvinnalistsans.
Merkileg saga mikilhæfrar konu
sem hefur haft fádæma áhrif til góðs.



Vönduð gjafabók



Gullfalleg og skemmtileg bók
eftir tvo meistara máls og mynda.



Glettinn texti og finar,
spaugsamar myndir eftir verðlaunahöfund.

PAE
BOKAÚTGAFAFAN
ÆSKAN

Hamingjan er ekki undir pálmatrjámum

Lykillinn að hamingjunni er víst fundinn í Svíþjóð því samkvæmt sænskum vísindamönnum við Gautaborgarháskólann í Svíþjóð er það vinnan sem göfgar manninn.

Niðurstöður rannsóknanna bentu til þess að hvítar strendur undir pálmatrjám væri alls ekki það sem gerir okkur hamingjusöm heldur er það vinnan sem vekur mesta kátínu til lengri tíma litið.

Stórir happdrættisvinningar og markmið sem nást í vinnu gefa aðeins tímabundna gleðtilfinningu meðal þeirra sem tóku þátt í könnuninni. Þeir sem voru glaðastir voru þeir sem stöðugt fundu sér ný markmið, höfðu fyrir hlutunum og voru stanslaust að. Þetta kemur fram á vef BBC News þar sem breskir sérfræðingar í hamingju okkar mannfólksins segjast

vera sammála svo fremi vinnan sé við hæfi. Ef við fáum að nýta meðfædda hæfileika okkar í vinnu og rækta góða eiginleika erum við oftast glöð. En ef við erum í vinnu sem ekki hentar okkur, er sama hversu mörgum markmiðum við náum og hversu iðin við erum. Þetta segir Averil Leimon hjá British Psychological Society við BBC News. Leimon segir einnig að traust bönd við vini og fjölskyldu megi ekki gleymast þegar þættir hamingjunnar eru skoðaðir. Íslendingar hafa löngum verið þekktir fyrir iðjusemi svo kannski er bara málið að finna sér aðra vinnu ef maður er ekki hamingjan uppmáluð. En það er nú samt alltaf gott að taka sér frí og varla getur spillt fyrir hamingjunni að vera undir pálmatrjám bara endrum og eins.



Jólaátakinu sleppt

Jólin koma með öllum sínum kræsingum. Hamborgarhryggur og purusteik, brúnaðar kartöflur og rauðkál, ís og konfekt. Allt þetta ratar í miklu magni upp í munninn á okkur og ofan í maga og að lokum á bumbuna. Þá þarf að fara í átak eftir jólin til að komast í fötin fyrir árhátíðina í febrúar.

Það er algjör óþarfi að fara í þetta átak. Miklu einfaldara er að borða ekki yfir sig í hvert mál yfir jólin. Það er engin ástæða til að lifa munkalífi en það er enn minni ástæða að troða sig út þrettán daga í röð. Förun bara varlega í steikina og okkur líður mun betur á meðan og eftir.

Hugleitt gegn jólastressinu

Ekki þarf að fjölyrða um það stress sem fylgir jólunum. Hver hefur sinn hátt á að fást við þetta stress en stundum er svo komið fyrir okkur að ekki er hægt að treysta á gömul ráð. Hugleiðsla getur þá bjargað okkur en henni fylgja óteljandi kostir og einn af þeim er að ráða niðurlögum stress og kvíða. Hér er ein einföld aðferð sem allir geta nýtt sér án þess að þjálfa hugann sérstaklega.

Taktu hlut sem er frekar flókinn að gerð og helst gerður úr fleiri en einu efni. Blóm, eins og rósir, eru tilvaldar en hlutir eins og fjarstýring eða sími duga vel. Komdu þér vel fyrir í einrómi og byrjaðu að skoða hlutinn gaumgæfilega. Veltu

fyrir þér öllum smáatriðum, hvern ið þau koma til, hver saga þeirra er og tilgangur. Notaðu fingurna til að finna áferð, nefið til að lykta af hlutnum, augun til að skoða og jafnvel tunguna til að sleikja. Berðu saman mismunandi hluta og ekki láta neitt framhjá þér fara. Með þessu ættirðu að ná að útiloka umhverfið og áhyggjurnar. Það gerist ekki áreynslulaust en það gerist að lokum. Í byrjun er líklegt að þú missir áhugann eftir nokkrar mínútur en það skiptir engu máli. Þetta er einfaldlega spurning um einbeitingu. Náir þú að gleyma þér í smá stund verða vandamálin léttvægari eftir á og hugurinn rólegri.





Emilía Örylgsdóttir
elur upp

Mamma send á markaðinn

Fljótlega eftir að ég eignaðist son minn fyrir fimm árum síðan var mér bent á að nú þyrfti ég að fara að finna mér mann. Rökin voru þau að best væri að vinna í þessu á meðan börnin væru lítil því eftir því sem þau yrðu eldri, þeim mun ósáttari yrðu þau við að deila mömmu sinni með einhverjum öðrum. Ég lét þessar ráðleggingar hins vegar sem vind um eyrun þjóta og einbeitti mér bara að uppeldi sonar míns. Enda er ég búin að komast að því að þetta er sennilega ekki rétt í öllum tilfellum.

Síðasta árið hefur sonur minn nefnilega stanslaust verið að spyrja mig hvenær ég ætli eiginlega að fá mér kærasta þar sem hann vill endilega að við stækkum fjölskylduna. Til að byrja með eyddi ég þessum umræðum alltaf en á endanum sagði ég honum að ég væri bara að bíða eftir að einhver yrði skotinn í mér. Syni mínum fannst þetta ekki gott svar og greinilegt að ég hefði ekki mikið vit á makaleit. Hann ákvað því að fræða mig um það að svoleiðis virkaði þetta ekki því ég yrði að fara út og ná mér í mann sjálf.

Síðan þá hefur hann ítrekað boðist til þess að gista hjá vinum og vandamönnum til þess að ég geti farið út að leita, sem er svolítið athyglisvert því áður gat hann varla hugsað sér að eyða einni einustu nótt að heiman. Mannaveiðarnar hafa hins vegar ekki gengið sem skyldi og hann er því farinn að álíta að vandamálið geti verið flóknara en svo að ég fari ekki nógu mikið út.

Í fyrsta lagi telur hann að hluti vandans geti verið að ég sé ekki nógu kvenleg til þess að ganga í augun á hinu kyninu. Þegar við förum í búðir núna dregur hann því endalaust fram kjóla og pils og segir mér að ég gæti nú verið svolítið sæt í þessu. Um daginn gekk þetta svo langt að hann reyndi að fá mig til þess að fara með eyrnalokka í vinnuna en þegar ég harðneitaði því benti hann mér á það að í vinnunni væru strákar og kannski myndist einhverjum ég sæt með eyrnalokkana.

Annað sem honum finnst að hjá mér er að ég er alltof kröfuhörð að hans mati. Alltaf þegar við sjáum einhverja gaura á mínum aldri spyr hann mig hvernig mér finnst þeir og þegar ég viðurkenni að mér finnst frekar lítið til þeirra koma reynir hann hvað hann getur að sannfæra mig um ágæti þeirra. Þegar ég læt ekki sannfærast segir hann bara að ég geti ekki látið svona því ég verði að fá mér einhvern. Í þriðja lagi telur hann að ég flæki hlutina of mikið. Einhvern tímann þegar hann var að þrýsta á mig að fá mér kærasta sagði ég honum nefnilega að þetta væri ekkert einfalt. Ég benti honum á að það væri ekki nóg að ég myndi einhvern sem mér þætti sætur því hann þyrfti líka að vera góður við hann. Þá benti hann mér á það í staðinn að allir sem ég þekkti væru góðir við hann svo líkurnar á að ég lenti á einhverjum sem væri það ekki væru frekar litlar.

Ég verð að viðurkenna að mér finnst þínulítið fyndið að fimm ára barnið skuli halda að það hafi meira vit á því hvernig á að ná sér í maka en rígfullorðin móðir þess. Hins vegar verð ég stundum dálítið þreytt á að hva með stefnumótþjónustu og er því farin að velta því fyrir mér hvort að það hefði kannski verið betra að klára þetta af á meðan sonur minn var ennþá of lítil til þess að hafa skoðanir á málinu.

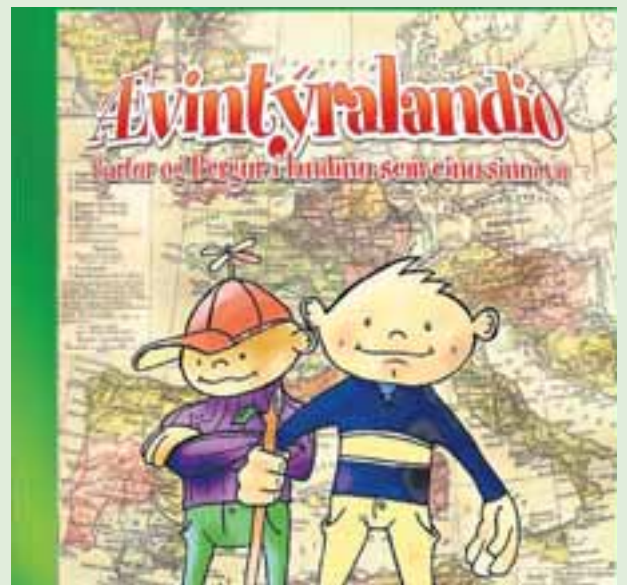
Jólagjafir litlu barnanna

Öllum börnum finnst gaman að fá gjafir og flestum þeirra finnst ekki síðra að gefa þær. Mikilvægt er að leyfa börnunum að taka þátt í að velja þær gjafir sem þau gefa um jólin svo að þau fái að njóta tilfinningarinnar sem fylgir því að velja eitthvað fallett handa sínum nánustu. Ef tími er til er líka ágætt að leyfa þeim að búa til einhverjar gjafir því það gerir þær ennþá persónulegri og skemmtilegri. Gjafirnar þurfa ekki að vera stórar eða merkilegar því það er hugurinn á bak við gjöfina sem skiptir mestu máli og fátt gleður jafn mikið og gjöf sem er búin til af barni sem manni þykir vænt um.



Ævintýri fyrir börn

Alltaf er gaman þegar börnunum er sinnt og menn leggjast í metnaðarfulla útgáfu fyrir börn. Um þessi jól kemur út diskurinn *Ævintýralandið: Bergur og Bjartur í landinu sem einu sinni var*, og er ævintýraplata fyrir börn. Á plötunni segir frá ævintýrum bræðranna Bjarts og Bergs auk þess sem hún inniheldur átta sönglög. Bræðurnir eru leiknir af Jóhannesi Hauki Jóhannessyni og Guðjóni Davíð Karlssyni, eða Jóa og Góa eins og þeir eru oftast kallaðir, en þeir eru þekktir fyrir allt annað en leiðindi. Egill Rafnsson sér um tónlistina og sögumaður er Þráinn Karlsson. Bráðskemmtilegur diskur sem jafnvel fullorðnir geta haft gaman af.



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 Fjölvitamín

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

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 (betakarotín)
- 1 skál af fersku spinati (járn)
- 1 skál af hiðshrisgrjónum (kalíum)
- 1 glas af mjólk (kalk)
- 125gr. nautakjöt (prótein + B12 vítamín)
- 30gr. hveitigrassafla (bláðgræna)
- 1 hylki Kvöldvorósarolía (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 vísindaritum. Lifestream Spirulina eflir
einbeitingu, gefur orku, dregur úr pirringi, sleni og sætindabörf.
Gott fyrir alla sem eru í vinnu, námi og vilja halda línnum 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





Tryggvi Gunnarsson
segir kynjasögur

Gleðileg límmiðajól

Jólin og aðventan eru tími vonar. Allir kórar landsins vona að þeir geti safnað pening fyrir tónleikaferð til Noregs með adventutónleikum. Allar búðir vona að þær geti bjargað rekstrinum með jólavertíðinni og allir framapotarar vonast eftir jólabónus svo þeir geti keypt nýjan Pajero. Ekki mjög jólalegt, en þetta er það sem málið virðist snúast um.

Jólin snúast ekki bara um peninga. Þau snúast líka um ást. Ekki bara ást á eðalsníllingnum Jesú, ekki bara um móðurást og náungakærleik, heldur líka „kyss kyss eigum við að koma heim til mín eða þín“ ást. Slík ást er alveg frábær, en þegar hún og jól koma saman verður úr eldfim blanda. Jólin kalla á fullkomnun sem sjaldnast er til staðar og þá getur allt farið í háaloft, sérstaklega í samböndum. Ein af hættunum í þessu sambandi eru jólagjafir fyrir kærustur og kærasta.

Ég hef einu sinni átt kærustu um jól. Ég var bara unglingur þannig að gjafaval olli mér litlu hugarangri. Ég var búinn að hóta að gefa kærustunni eggjandi undirfót í pakka sem hún þyrfti svo að opna fyrir framan mömmu sína og þabba, sem voru vægast sagt ekki hrifin af selskap mínum og litlu prinsessunnar þeirra. Hún fékk mjúkan pakka frá mér og var svo viss að ég hefði staðið við hótunina að hún þorði ekki að opna pakkann fyrir framan foreldra sína. Eftir mikinn barning flúði hún inn í herbergi, opnaði gjöfina og kom svo út manna fegnust með smekklegan trefil og gullarmband.

Fyrstu jólagjafirnar milli para eru afskaplega viðkvæmar. Þær þurfa að vera í samræmi við lengd sambands og alvarleika og það verður að vera samræmi milli gjafanna. Félagi minn fékk skartgripa og rándýrar snyrtivörur frá kærustu sinni fyrstu jólin. Þegar hann opnaði pakkann vissi hann að hann var í vondum málum. Hann var búinn að skjóta sig illa í fötinn og það var ekkert sem hann gat gert til að stoppa blæðinguna. Gjöfin hans til hennar var nefnilega broskallalímmiðar. Það er kannski óþarfi að taka það fram en þau eru ekki saman í dag.

Annar félagi minn lagði ómælt erfiði á sig fyrir fyrstu jólagjöfina til sinnar spúsu. Hann tók myndir af hundinum hennar að þefa af ýmsum stöðum í húsinu og bjó til eins konar leiðarkort, eða fjársjóðskort, sem leiða átti hana að gjöfinni. Inn á milli hundamyndanna voru myndir af honum og kærustunni við ýmis tækifæri þar sem rómantíkin blómstraði. Full væmið fyrir mig, en fyrir ástfangið fólk afar falleg gjöf. Það sem meira er þá var hann að taka mikla áhættu því kærastan var búin að lýsa því yfir að hún væri lítt hrifin af vellu og rómantík.

Áhættan borgaði sig og hún hringdi með tårin í augunum til að þakka honum fyrir þessa frábæru gjöf. Hún hins vegar fattaði ekki að myndirnar af hundinum voru fjársjóðskort og var alsæl með albúmið sitt og hafði ekki hugmynd um að það væri meira. Félagi minn hugsaði með sér að þarna hefði hann getað sparað sér nokkra þúsundkalla og sleppt alvöru gjöfinni. Hann útskýrði málið og hún varð enn ánægðari. Þau, öfugt við broskallasníllinginn, eru enn saman.

Gjöf til maka er alltaf eldfimt mál. Hvað þú gefur segir mikið um bæði þig og sambandið. Það eru engar styttri leiðir og engar auðveldar lausnir. Það þarf að leggja við hlustir, velja vel og leggja heilmikið á sig. Það er bara ein regla: Ekki gefa broskallalímmiða.

Jólaprakkarinn

... í búðinni skaltu skipta út öllu dótinu í innkaupakerrum hjá fólki þegar enginn sér til og fylgjast svo með fólkinu fara yfirum af jólastressi.

... plataðu jólasveininn með því að setja alveg fullt af skóm út í glugga. Þá færðu miklu fleiri gjafir.

... laumastu í kallkerfið í matvöruversluninni og auglýstu helmingsafslátt af Nóa konfektí á gangi fjögur. Veittu svo þeim verðlaun sem var fyrstur á staðinn og útnefndu hann „jólainnhamstrara ársins“.



... hóttaðu öllum jólasveinum sem þú sérð að toga niður skeggið þeirra komi þeir ekki í mat til þín á aðfangadagskvöld.

... borðaðu allt súkkulaðið úr dagatalinu og fylltu tómu hölfín með vaxi. Sjáðu svo svipinn á dagatalseigandanum þegar hann gerir tilraun til að borða vax.

... hangtu niðri á jólatræssólunni og talsettu tilfinningar jólatrésins sem er um það bil að yfirgefa æskuheimilið sitt til að búa hjá nýrri og ókunnugri fjölskyldu.

sjörnuspá

8. – 14. desember

HRÚTUR 20. MARS – 19. APRÍL

Allt gengur hrútum í hag um þessar mundir, svo vel að hann þarf að gæta sín að verða ekki kæruleysinu að bráð. Ekki gleyma þér í gleðinni.



NAUT 20. APRÍL – 20. MAÍ

Nautið er ótrúlega mjúkt inn við beinið og þarfnast reglulega mikillar ástar. Leitaðu í knús og kelerí, eða fardu á stefnumót. Það veitir þér orku.



TVÍBURI 21. MAÍ – 20. JÚNÍ

Tvíburinn er önnur kafinn þessa dagana, ávallt að hjálpa öðrum og gefa af sér. Ekki gleyma sjálfum þér kærri tvíburi, auðveldara er að sinna öðrum en sjálfum sér.



KRABBI 21. JÚNÍ – 22. JÚLÍ

Krabbanum yrði heillavænt að bera upp bónorð dagana framundan. Hann ætti að játa ást sína fyrir þeim eða þeirri sem á hug hans allan.



LJÓNÍÐ 23. JÚLÍ – 22. ÁGÚST

Ljónið hefur leitað svoltíð inn á við síðustu vikur og verið ómannblendíð. Ljónið ætti nú að vera búið að safna nægri orku til að demba sér í jólagleðina.



MEYJA 23. ÁGÚST – 21. SEPT.

Hugrekki er stór kostur og meyján þarf á því að halda vikuna framundan. Erfið mál gætu komið upp. Meyján þarf að taka á sínun stóra, sem ætti að vera henni auðvelt.



VOG 22. SEPT. – 22. OKT.

Vogin ætti að leyfa huganum að reika og hugmyndunum að streyma niður á blað. Hvort sem það tengist vinnu eða daglega lífinu munu hugmyndirnar koma sér vel eftir jól.



SPORÐREKNI 23. OKT. – 21. NÓV.

Sporðrekinn á skilið að slaka á eftir ábyrgðar- og áhyggjufullan tíma. Fardu í eina dagsferð út á land eða lyftu þér upp á annan máta.



BOGMAÐUR 22. NÓV. – 21. DES.

Bogmaðurinn stendur vel á öllum vígstöðvum. Alle virðist ganga honum í hag og ætti bogmaðurinn að njóta þess til fulls í faðmi vina og fjölskyldu.



STEINGEIT 22. DES. – 19. JAN.

Steingeitin er mjúk eins og kettlingur þessa dagana enda á rómantíkinn hug hennar allan. Steingeitin ætti loksins að opna hjarta sitt. Ekki hika, kyldu á það.



VATNSBERI 20. JAN. – 18. FEB.

Vatnsberanum fer vel úr hendi að leiðbeina öðrum. Nú er hins vegar komið að vatnsberanum að taka leiðsögn og hlusta. Einhver hefur mikilvægu að miðla til þín.



FISKAR 19. FEB. – 20. MARS

Finnist fiskunum sem óheppni hafi elt þá uppi síðustu daga ættu þeir ekki að láta það buga sig. Miklir happadagar eru framundan með óvæntum ávinningum.



*Torur að taka upp spennandi
fatnað fyrir jólin! ...einnig stórar stærðir*



3.995.-

3.995.-

La Femme
Luxury Bodouir

Laugavegi 4
Sími 511 1050

www.minnsirkus.is/sirkustv

VATNAND

SIRKUS
06/07

SO YOU THINK YOU CAN DANCE

MÁNUDAG KL 21:30

Dansinn heldur áfram og baráttan
hardnar 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 AD NÁ SIRKUS TV MEÐ VENJULEGU UHF LOFTNETI



© VÍKINGUR

Björgvin lagður í einelti...
... í næsta þætti **TEKINN**



MÁNUDAGAR

KL 21:00

Apple á Íslandi



SIRKUS TV

90% heimila ná SIRKUS TV & SIRKUS TV+ á ADSL kerfinu, Breiðbandinu, Digital Ísland en einnig er hægt að ná Sirkus TV með venjulegu UHF loftneti



Ódauðleg ilmvetn 20. aldar

Nýlega var tekinn saman listi yfir þau ilmvetn sem njóta vinsælda um ár og aldir. Hér eru tíu ilmvatnanna, sem framleidd voru á öndverðri 20. öld.

1. EAU DE COLOGNE IMPÉRIALE, fyrst markaðssett 1853. Pierre-Francoise Guerlain, sem oft er nefndur faðir ilmvatnsins, bjó til þennan ilm handa eiginkonu Napóleons III, hinni vandlátu Eugénie keisaraynju.
2. LES PARFUMS DES ROSINE, 1911. Emmanuel Boulet skapaði ilmvatnslínuna og nefndi hana eftir dóttur sinni fyrir ilmvatnsframleiðandann Paul Poiret. Línan, sem var undir asískum áhrifum, náði ekki almennum vinsældum fyrr en hún var endurlífuguð 1991.
3. EMERAUDE, 1921, hefur lífað töluvert lengur en skapari þess Francois Coty og seinni tíma eigendur fyrirtæksins. Fyrirmyndin að tappa flöskunnar var smaragður.
4. CHANEL NO. 5, 1921. „Kona á sér enga framtíð nema hún noti ilmvetn,“ er haft eftir

tískufrömuðinum Coco Chanel og því er vel við hæfi að ilmvetn hennar Chanel no. 5 sé á listanum. Vinsældir ilmvatnsins jukust á sínum tíma þegar leikkonan Marilyn Monroe sagðist ekki sofa í öðru en Chanel no. 5.

5. DANS LA NUIT, 1924, var á sínum tíma nánast samnefari fyrir djasstímabilið, markaðssett þremur mánuðum á eftir Chanel no. 5. Upprunalegar flöskur Dans La Nuit eru nú gríðarlega eftirsóttar, enda mjög flottar, og eru menn tilbúnir að greiða himinháar upphæðir fyrir þær.
6. SHALIMAR, 1925. Jaques Guerlain bjó til þennan kryddaða ilm til að koma til móts við asíska tískuöldu sem gekk yfir Evrópu á 3. áratug 20. aldar. Ilmurinn var nefndur eftir gördum sem indverskur keisari frá 17. öld, Shah Jahan, lét búa til handa konu sinni. Sami keisari reisti Taj Mahal fyrir eiginkonuna.
7. ARPÉGE, 1927. Þetta fimmtánda ilmvetn sem Jeanne Lanvin sendi frá sér á 3. áratug síðustu aldar þykir með eindæmum gott.

Armand Rateau hannaði ilmvatnsflöskuna sem sýnir Lanvin og dóttur hennar, íklæddar gylltum kuflum, í hálfgerðum faðmlögum.

8. JOY, 1930. Annað eftirsóttasta ilmvetn í heimi á eftir Chanel no. 5. Það var hvorki ódyrt í framleiðslu né sölu, en sagt er að 336 búlgarískar rósir og 10.600 jasmínblóm þurfi meðal annars í hverja únsu af því.
9. SHOCKING, 1937. Ilmvetnið, sem var framleitt af helsta keppinaut Coco Chanel, Elsu Schiaparelli, dregur heiti sitt af uppáhaldslit hennar, yfirgengilega bleikum. Þess má geta að Elsa hafði dálæti á bókstafnum S. Því byrjuðu mörg ilmvetna hennar á þeim staf, svo sem Salut (1934), Sleeping (1938) og Snuff (1940).
10. FEMME, 1945. Vöxtur leikkonunnar Mae West er sagður hafa verið fyrirmynd að hönnun ilmvatnsflöskunnar. Skapari ilmsins á að hafa búið hann til í byggingu einni í París á versta tímabili seinni heimstyrjaldarinnar, í nábýli við ruslatunnur og málningarverksmiðju.

*Vorum að taka upp spennandi
fatnað fyrir jólin! ...einnig stórar stærðir*

Kaupauki ef verstað er fyrir 8000 eða meira.



La Femme
Luxury Bodysuit

Laugavegi 4
Sími 511 1050

Öfgafull útlitsdýrkun

Síðustu ár hefur ofuráhersla á óaðfinnanlegt útlit aukist í samfélagi okkar og allt í einu má enginn vera með aukagramm af fitu utan á sér. Fólk á öllum aldri er farið að flykkjast í líkamsræktarstöðvornar til þess að ná af sér einhverjum kílóum sem enginn nema það sjálft tekur eftir og margir eru farnir að telja ofan í sig hverja einustu hitaeyningu. Birta talaði við nokkra einstaklinga sem málið er skylt á einn eða annan hátt og fékk þá til þess að ræða stöðuna.

Edda Ýrr Einarsdóttir í Forma

„Samfélagið er búið að setja upp ákveðnar staðalímyndir sem eru flestar hverjar frekar óraunhæfar. Allar fyrirmyndir eru mjög grannar og sumar alltof grannar. Við erum ótrúlega misjöfn í vexti en það að vera með eitthvað utan á sér þykir ekki æskilegt í dag. Fitufordómar eru alltof algengir og það er ekki bara vegna þess að fólk sé að reyna að líkjast einhverjum staðalímyndum heldur er það svo rosalega hrætt við að verða feiti einstaklingurinn. Enginn er maður með mönnum nema hann sé í ræktinni og að hugsa um mataræðið. Það er náttúrulega alveg jákvætt að gefa líkamanum góða næringu og hreyfa sig en þetta er bara orðið alltof ýkt. Fólk hefur ekki tök á þessum gullna meðalvegi, það er annaðhvort of eða van og það er sett ákveðið samasemmerki á milli þess að vera grannur og að vera duglegur, skynsamur og skemmtilegur og auðvitað vilja allir vera það. Áróðurinn er líka farinn að ná til svo margra og miklu yngri einstaklinga, allt niður í leikskólabörn.“

HVAÐ ER TIL RÁÐA?

„Það skiptir til dæmis máli að fræða fólk um hversu alvarlegur sjúkdómur átröskun er. Margir eru líka bara óánægðir með sjálfa sig og tengja sína vellíðan og hamingju við útlit án þess að vera með átröskun. Það þarf að uppræta þessar ranghugmyndir um að það skipti máli hvernig maður lítur út, því maður skapar sjálfur sína eigin hamingju. Þetta er bara spurning um að velja það og ákveða að líða vel því við höfum þetta val og eigum ekki að vera svona háð einhverjum ímyndum.“



Texti: EMILÍA ÖRLYGSDÓTTIR



Unnur Pálmarsdóttir líkamsræktarþjálfari í World Class

„Mér finnst augljóslega mikil útlitsdýrkun í gangi í samfélaginu. Allir eiga að vera grannir, í góðu formi og helst með óaðfinnanlega húð. Appelsínuhúð og eðlilegar hrukkur mega til dæmis ekki sjást. Mér finnst þetta neikvætt. Ég hef ávallt verið vel í holdum sjálf og ávallt verið sátt við mig eins og ég lít út. Ég sé það hins vegar í mínu starfi að mörgum finnst þeir alltof feitir þó að þeir séu þrælfinir og sumir sem koma inn vilja bara losna við tuttugu, þrjátíu kíló strax án þess að hugsa um hvað er best fyrir líkamann.“

HVAÐ ER TIL RÁÐA?

„Mér finnst að það megi leggja meiri áherslu á það, sérstaklega við ungu kynslóðina, að sjálfstraustið og hreystin kemur innan frá. Sem betur fer eru mörg átaksnámskeið í gangi á ýmsum líkamsræktarstöðvum þar sem er vel farið yfir það að útlitsdýrkun sé ekki góð. Fólk þarf að átta sig á því að það er hollt að borða mat og hollt að hreyfa sig í hvað formi sem er. Númer eitt er að líða vel með sjálfan sig, andlega og líkamlega og vita að maður sé bara flottur þó að maður sé með smá utan á sér, það er bara allt í lagi.“

Hólmfríður Þorgeirsdóttir næringarfræðingur hjá Lýðheilsustöð

„Ég myndi segja að útlitsdýrkun sé komin út í öfgar því heilsusamlegt útlit er greinilega ekki helsta markmið kvenna. Flestar konur hafa miklar áhyggjur af þyngdinni sem aukast á unglingsárunum og þannig finnst um þriðjungi stúlkna í sjötta bekk þær þurfa að grennast og hlutfallið er komið í tæp sextíu prósent í tíunda bekk. Þetta er mun hærra hlutfall en þær sem eru yfir kjörþyngd. Sömuleiðis kemur fram í rannsókn sem var gerð árið 2002 að fjórða hver kona sem er í kjörþyngd er ósátt við eigin líkama og vill verða grennri.

Það er engin spurning að þetta getur haft slæm áhrif á heilsuna. Ef að fólk fer á einhæfa kúra er það ekki að fá öll þau næringarefni sem líkaminn þarfnast og það getur haft mjög alvarlegar afleiðingar í för með sér að svelta sig. Til að fá öll nauðsynleg næringarefni sem líkaminn þarf á að halda er mikilvægt að borða fjölbreytt fæði og úr öllum fæðuflokkunum. Eins er grundvallaratriði að borða reglulega, þrjár aðalmáltíðir og tvo til þrjá millibita.

HVAÐ ER TIL RÁÐA?

Mikilvægt er að fólk geri sér grein fyrir því að það þarf að borða. Ef það þarf nauðsynlega að grennast ráðleggjum við því frekar að borða fjölbreytt fæði, minnka neyslu á feitum og sætum mat og auka hlutfall grænmetis og ávaxta. Með því að borða réttar fæðutegundir og stilla matarskömmunum í hóf er hægt að borða sig saddan en grennast samt.



Björn Harðarson sálfræðingur

„Þeir sem leita sér aðstoðar eru kannski ekki alveg spegilmyndin af almenningi svo auðvitað er erfitt að færa það sem ég finn í mínu starfi yfir á alla. Maður sér það samt á yngra fólki þegar maður vinnur með kvíða eða þunglyndi og fer lengra að vinna með sjálfsmyndina, að tengingin er miklu oftast við útlit heldur en hjá eldra fólki. Þetta hefur aukist töluvert og er orðið mjög algengt. Átraskanir og svona líkamsmyndunarvandamál, eins og maður getur kallað þau, hafa aukist til muna. Svona vandamál voru til dæmis ekki sjáanleg hjá strákum fyrir nokkrum árum en eru orðin algeng hjá þeim núna. Rannsóknir sýna líka að það hefur orðið mikil aukning á þessum vandamálum á síðustu árum og áratugum og ástæðuna hlýtur að vera að finna einhvers staðar í samfélaginu.“

HVAÐ ER TIL RÁÐA?

„Sennilega er engin ein lausn. Best er að við séum meðvituð um það í uppeldi barna á hvað við leggjum áherslu. Á sama hátt og við eigum að passa upp á það að börn verði ekki of feit verðum líka að passa okkur á að vera ekki með ofuráherslu á útlits- og megrunarumræðu því það er líka hluti af þessu. Auðvitað væri mjög gott ef að á einhvern hátt væri hægt að breyta samfélagsviðmiðinu og fyrirmyndunum en það væri náttúrulega svo stórt átak að það gæti verið flókið að breyta því. Maður getur farið út í einhverja umræðu um fyrirsætubransann en ég efast um að við náum eitthvað langt með það. Ég held að við getum í rauninni sett hluta af breytingum til foreldra og þeirra sem hafa eitthvað með uppeldi og menntun barna að gera og væntanlega gætu líka allir sem stýra auglýsingum lagt áherslu á heilbrigðari fyrirmyndir en ekki einhverjar öfgafyrirmyndir.“

Lausn krossgátunnar er birt að viku liðinni á vefnum, www.gatur.net

		65		SKÆKJA	TUNNU	SÍTT		LÍTIL HANDTASKA	↻	GABBA			
		MP & BH						SKÓLI					
		HÁLSFESTI											
		HLJÓMA				5	FLANA				NÚLL	REYNA	↓
		↻					SKIPULAG						
		DÁÐ						NART		2			
		FUGLS HLJÓÐ						MAGUR					
		PREYTA											
HEILA					FRAM- KVÆMIR						ÓREIÐA		
					GIMSTEINN						SKERÐING		
ROTNUN		1			FLÓKI					FRUMEIND			
BRJÓST					LOFTTEGUND					VANSEMD			
↻							LÉTTIR				ÁA		
							AFKVÆMI HÚSDÝRS				SÝKJA		
		KAPÍTULI						AFL					TEMJA
		SAM SINNA						JURTA- TREFJAR					
ÖFUG RÖÐ					SIGTI	3		BODAFÖLL				NUDDA	
					VEL BÚIN								
FYRIRMYND	RÁÐAGERÐ				ÖNN			ADDRÆTTIR		4			
	HRÓP							HÆÐ					
↻						HÓLF				TREYSTA			
ELDUNAR- ÁHALD							STUGGA						



Leystu krossgátuna!

Þú gætir unnið glænýja geislaþötu! Björgvin Halldórsson og Sinfóníuhljómsveit Íslands ásamt gestum

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.

Ertu skóhólisti?



Það er til lausn!

Fallegu Clearbox dömuóskjurnar eru svar þitt við hrúgunum sem flæða út úr skóskápnum. Óskjurnar fást einnig mátulega stórar fyrir stígvél og karlmannaskó. Notaðu augljósu geymsluaðferðina.

www.theclearbox.com
sími 5110909

EUROCONFORT

Heilsuskórnir hafa slegið í gegn á Íslandi



**Hlý og
þægileg
Jólagjöf**

12 fallegir litir

Stærðir: 35-43

Verð: 4.400

Útsöluastaðir: Valmiki Krönglunni, Euroskór Fröðnum, B-Young Laugarvogi, Nína Akrianesi, Heimabúnað Stykkis- höfni, Mössubúð Akureyrri, Tótt íöt Húsavík, Kóða Keflavík.

**HIGH AND
MIGHTY**

Herraföt fyrir stóra og
mikla karlmenn

Hliðarsmári 13 | Sími 5444247

**Æfingamyndiskur undir handleiðslu
faglærðs þolfimipjálfa og ljósmóður**

**BESTA JÓLAGJÖFIN FYRIR
ÞUNGADAR KONUR**



Diskurinn inniheldur 35 mínútur af þolfamaefingum og 25 mínútur af grindarbatnsæfingum, leða-æfingum og slökun.

Tekið er á móti þöntunum á netfanginu
mottaka@hreyfiland.is og í síma 577 2555

Frekari upplýsingar er að finna á WWW.HREYFILAND.IS

Fánlegur í Babysam og Móðurást.

BabySam



NÝTT Á DVD

FRÁ FRAMLEIÐENDUM *THE INCREDIBLES* & *FINDING NEMO*

Disney · PIXAR

Cars

**KOMIN Í VERSLANIR OG Á LEIGUR
MED ÍSLENSKU OG ENSKU TALI.**

SAM MYNDIR

PÁER Á SKJÁNUM

Á Skjá Einum er hafinn nýr íslenskur gamanþáttur sem ber hið einfalda nafn Venni Páer. Sá karakter er leikinn af júdókappanum Vernharði Þorleifssyni en hann er hugmyndasmiðurinn á bak við þættina þar sem hann segir Venna vera „alter-egóið“ sitt. Þættirnir gerast í World Class þar sem Venni vinnur sem einkaþjálfari. Eins og er hefur hann bara einn kúnna á sínum snærum og er ekkert sérlega sáttur við það og er alltaf að leita af viðurkenningu. Venni hefur reynt að selja æfingamyndband sem hann gerði til sjónvarpsstöðva en ekkert gengur þangað til að íþróttasálfræðingurinn Jónas og Pálmar fyrrum bókari taka eftir myndbandinu. Einnig hittir Venni Kalla sem var aðalhönnuðurinn á bak við næringarforritið Mathák og skorar hann og forritið hans á hólmi. Á meðan þetta er allt að gerast reynir Lilja, nýjasti starfskrafturinn á líkamsræktarstöðinni, að átta sig á hvers konar vinnu hún er eiginlega lent í. Þegar er búið að sýna fyrsta þáttinn á Skjá einum og fékk hann góð viðbrögð. Teknir voru samtals átta þættir í sumari og hver veit nema við fáum að sjá fleiri þætti af honum Venna í framtíðinni.

Ásamt Vernharði leika Guðlaug Elísabet, Steinn Ármann Magnússon, Bergur Ingólfsson, Halla Vilhjálmsdóttir og Björn Sigurðsson aðalhlutverkin í þáttunum.

VENNI PÁER ER Á SKJÁ EINUM ÖLL FIMMTUDAGSKVÖLD KL. 20.30



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





SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN



SIRKUS TV



► **21.55 Kojak SKJÁR EINN**



► **21.45 Helgi Rafn SIRKUS**



► **23.10 Hollywood Ending**



► **19.30 Newcastle-Reading SKJÁR SPORT**



► **22.05 The Siege STÖÐ 2**

7.55 EM í sundi Bein útsending frá undanrásum á EM í sundi í 25 metra braut í Helsinki. Örn Arnarson og Ragnheiður Ragnarsdóttir eru á meðal keppenda.

10.30 Hlé

16.25 EM í sundi Bein útsending frá undanúrslitum og úrslitum á EM í sundi í 25 metra laug í Helsinki. Örn Arnarson og Ragnheiður Ragnarsdóttir eru á meðal keppenda, hafi þeim gengið að óskum í undanrásum.

17.00 Jóladagatalið - Stjórnustrákur

17.10 EM í sundi

17.55 Tákn málsfréttir

18.00 Snillingarnir (13:28) (Disney's Little Einsteins)

18.25 Ungar ofurhetjur (6:26) (Teen Titans I)

18.45 Jóladagatalið - Stjórnustrákur

19.00 Fréttir, íþróttir og veður

19.35 Kastljós

20.10 Óútfyllt ávisun (Blank Check)

21.45 Lagarottur (What Rats Won't Do) Bresk bíómynd frá 1998. Kate Beckenham er lögræðingur í London og er að fara að gifta sig. Hún tekur að sér mál sem hún bindur miklar vonir við en lögmaðurinn sem mætir henni þar hefur aldrei bedðið lægri hlut í dómál. Leikstjóri er Alastair Reid og meðal leikenda eru Natascha McElhone, James Frain, Parker Posey og Charles Dance.

23.10 Hollywood-endir (Hollywood Ending) Bandarísk gamanmynd frá 2002. Kvikmyndaleikstjóri sem má muna sinn fífil fegurri er ráðinn til að leikstýra fyrrverandi eiginkonu sinni en þegar hann kemur í myndverði er hann sleginn blindur.

1.00 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

6.58 Ísland í bitið

9.00 Bold and the Beautiful

9.20 Í finu formi 2005

9.35 Oprah

10.20 Ísland í bitið (e)

12.00 Hádegisfréttir

12.40 Neighbours (Nágrannar)

13.05 Valentína (My Sweet Fat Valentina)

13.50 Valentína (My Sweet Fat Valentina) Nýir framhaldsbættir. Suðuramerísk sápuopera af bestu gerð sem nýtur geysilegra vinsælda um heim allan. Aðalpersónan er Valentína, ung og ómótstæðileg kona. Hún er yndislega ljúf og góð og með kímigáfuna í lagi. Þættirnir eru frumsýndir á mánudags-, þriðjundags- og miðvikudagsmorgnum.

14.35 Jamie Oliver - með sínu nafi (9:26) (Oliver's Twist)

15.00 Extreme Makeover: Home Edition (20:25)

15.50 Hestaklúbburinn (Saddle Club)

16.13 Nýja vonda norðin

16.38 Kringlukast (BeyBlade)

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

20.05 Freddie (10:22)

20.30 X-Factor Stærsti sjónvarpsviðburður í sögu Stöðvar 2. X-Factor er einstök sönghæfileikakeppni þar sem keppendur eru á öllum aldri, allt frá 16 ára og upp úr.

21.25 Balls of Steel (4:6)

22.05 The Siege (Umsátrið)

0.00 Dante's Peak

1.45 Miss Lettie and Me

3.15 Ísland í bitið e

4.50 Fréttir og Ísland í dag

6.25 Tónlistarmyndbönd frá Popp Tívi

7.00 6 til sjö (e)

8.00 Rachael Ray (e)

8.50 Sigtið (e)

15.00 The King of Queens (e) **15.30 Queer Eye for the Straight Guy (e)** Fimm samkynhneigðar tiskulöggur þefa uppi lúðalega gaura.

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

20.35 Parental Control Stefnumót þáttur með skemmtilegri fléttu. Ashley 18 ára á 24 ára kærasta, Matty, sem er tiskuhönnuður. Foreldrar hennar eru ekki sáttir við kappann og koma henni á tvö blind stefnumót.

21.00 The Biggest Loser

Bandarísk raunveruleikasería þar sem fitubollur berjast við bumbuna.

21.55 Kojak - NÝTT!

Sköllóttá löggan með rauða sleikpinnann er mætt aftur. Nú er það Ving Rhames sem leikur Kojak í nýrri þáttaröð en eins og margir muna þá lék Telly Savalas lögguna frægu í vinsælum þáttum á áttunda áratug síðustu aldar.

22.50 Everybody Loves Raymond

23.20 Masters of Horror

0.10 Sigtið (e) Íslensk gamansería um vonlausasta sjónvarpsmann landsins, Frímánn Gunnarsson.

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 Östðvandi tónlist

18.00 Entertainment Tonight e.

18.30 Fréttir, íþróttir og veður

19.00 Ísland í dag

20.00 Wildfire (e) Hin 18 ára Kris Furillo er vandræðaunglingur sem fær annað tækifæri í lífinu.

20.45 The Hills (e) Lauren úr Laguna Beach þáttunum er flutt til L.A.

21.15 Till Death Do Us Part: Carmen (e)

21.45 Helgi Rafn - útgáfutónleikar Sirkus sýnir upptöku frá útgáfutónleikum Helga Rafns sem fram fóru í Borgarleikhúsinu 22. nóvember síðastliðinn.

22.45 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.

23.15 South Park (e)

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

0.15 Pepper Dennis (e) Pepper Dennis er metnaðarfull fréttakona sem þráir ekkert heitar en að verða fréttabulur í vinsælasta fréttatíma Chicago borgar.

1.00 X-Files (e) (Ráðgátur) Sirkus sýnir X-files frá byrjun! Einhverjir mest spennandi þættir sem gerðir hafa verið eru komnir aftur í sjónvarpið.

1.45 The Player (e) 13 karlmenn berjast um hylli ofurskuttunnar Dawn Olivieri í þessu þáttum þar sem einn mun standa upp sem sigurvegari.

2.30 Entertainment Tonight

3.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

Babyliss jólagjafir fyrir alla....

Babyliss hárblásarar

Babyliss Men nárlippisett

Babyliss ceramic sléttujárn

Babyliss Krullujárn



11.30 Evrópumótaröðin (Dunhill Championship)

Bein útsending frá Evrópumótaröðinni í golfi. Birgir Leifur tryggði sér þátttökurétt á Evrópumótaröðinni með því að hafna í einu af 30 eftu sætum á úrtökumótinu á San Roque á Spáni.

18.00 Race of Champions

- 2005 Highlights (Race of Champions - 2005 Highlights) Fremstu ökuþórar heims mættu hver öðrum í Race of Champions. Ökumennirnir eru þekktar stjórnur úr Formúlunni, rallí og NASCAR en á meðal keppenda voru David Coulthard, Sebastien Loeb, Colin McRae, Jeff Gordon og Marcus Gronholm. Hér sjáum við það allra markverðasta úr kappakstrinum.

18.55 Gillette Sportpakkin

(Gillette World Sport 2006) Íþróttir í lofti, láði og legi. Magnaður þáttur þar sem allar íþróttagreinar eru teknar fyrir. Þáttur sem sýndur hefur verið í fjölmörg ár við miklar vinsældir.

19.25 Spænski boltinn - Upphitun

(La Liga Report) Upphitun fyrir alla leikina í spænska boltinum sem fram fara um helgina. Hvaða lið mætast? Hvernig hafa síðustu viðureignir þeirra farið? Þá verða viðtöl við leikmenn, þjálfara og áhorfendur.

19.50 Meistaradeild Evrópu - fréttabáttur

(Meistaradeild Evrópu fréttabáttur 06/07)

20.20 World Supercross GP

2005-06 (Rogers Centre)

21.15 KF Nörd (15:15) (KF Nörd)

Síðasti þátturinn um Knattspymufélagið Nörd þar sem Nördarnir fá að spreyta sig gegn Íslandsmeisturum FH.

22.00 Heimsmótaröðin í Póker

(San Jose's Bay 101 Shooting Star Tournament)

23.30 Pro bull riding (Billings, MT - The NILE Invitational)

0.25 NBA deildin



6.05 Liar Liar (Lygarinn)

8.00 Hvítir mávar

10.00 The Five Senses

12.00 Connie and Carla

14.00 Liar Liar (Lygarinn)

Fletcher Reede er útsmoginn lögfræðingur og sérfræðingur í að hagræða sannleikanum.

16.00 Hvítir mávar

18.00 The Five Senses

(Skilningarvitinn fimmi) Sérlega áhugaverð kvikmynd sem bæði vekur upp og svarar ýmsum spurningum.

20.00 Connie and Carla

22.00 Ripley's Game

0.00 13th Floor

2.00 Blood Work (Blóðugt starf) Hasartryllir af bestu græð. Stranglegra bönnuð börnum.

4.00 Ripley's Game (Refskák Ripley's)



7.00 Líðið mitt (frá 07.12)

14.00 Man. City - Watford (frá 4. des)

16.00 Roma-Atalanta (2. des)

18.00 Upphitun

18.30 Líðið mitt (e)

19.30 Newcastle - Reading (frá 6. des)

21.30 Upphitun (e)

22.00 West Ham - Wigan (frá 6. des)

0.00 Upphitun (e)



Dagskrá allan sólarhringinn.



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



EUROSPORT

11.00 Football: UEFA Champions League 12.00 Football: Gooooo! 12.15 Biathlon: World Cup in Hochfilzen 13.45 Football: UEFA Champions League 14.45 Biathlon: World Cup in Hochfilzen 16.30 Swimming: European Short Course Championships in Helsinki 18.30 Biathlon: World Cup in Hochfilzen 19.30 Tna wrestling: Action from the USA 20.15 Tna wrestling: Action from the USA 21.00 Poker: European Masters in Vienna 22.00 Football: Top 24 Clubs 22.30 Snowboard: Ticket To Ride Tour in Munich 23.00 Xtreme sports: X-Games 06 in Los Angeles 0.00 Football: Top 24 Clubs

BBC PRIME

11.30 Only Fools and Horses 12.30 The Good Life 13.00 Miss Marple: 4.50 from Paddington 14.00 Holby City 15.00 Big Strong Boys 15.30 Location, Location, Location 16.00 To Buy or Not to Buy 17.00 Keeping Up Appearances 17.30 The Good Life 18.00 Ground Force Special: On The Road To Marrakesh 19.00 2 point 4 Children 20.00 The Long Firm 21.00 The Kumars at Number 42 21.30 3 Non-Blondes 22.00 Spooks 23.00 The Good Life 23.30 The Long Firm 0.30 2 point 4 Children

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.00 Earth's Core Investigated 12.00 The Sea Hunters 13.00 Night Hunters 14.00 Seconds From Disaster 15.00 Megastructures 16.00 Mad Labs 17.00 Earth's Core Investigated 18.00 The Sea Hunters 19.00 Thunderbeast 20.00 Riddles of the Dead 21.00 Mad Labs 22.00 Band of Brothers 23.15 San Quentin: Unlocked

ANIMAL PLANET

11.30 Dingoes - Outlaws of the Outback 12.00 The Natural World 13.00 Animal Cops Detroit 14.00 Animal Precinct 15.00 Crocodile Hunter 16.00 Miami Animal Police 17.00 The Planet's Funniest Animals 17.30 The Planet's Funniest Animals 18.00 Dingoes - Outlaws of the Outback 18.30 Monkey Business 20.00 Meerkat Manor 21.00 Animal Cops Houston 22.00 Venom ER 23.00 The Planet's Funniest Animals 0.00 Monkey Business

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 Brainiac - History Abuse 21.00 Test Case 22.00 Deadliest Catch 23.00 FBI Files 0.00 Forensic Detectives

TRAVEL CHANNEL

11.30 Riding Route 66 12.00 Don't Forget Your Passport 13.00 Solo in South-East Asia 13.30 Distant Shores 14.00 Globe Trekker 15.00

Earthwalkers 15.30 Caprice's Travels 16.00 Roar of the Wild 16.30 Dream Destinations 17.00 Great Adventure People 18.00 Globe Trekker 19.00 Distant Shores 19.30 A Fork in the Mediterranean 20.00 Globe Trekker 21.00 Globe Trekker 22.00 Planet Food 23.00 Globe Trekker 0.00 The Thirsty Traveler 0.30 Urbanation

MTV EUROPE

11.30 My Super Sweet 16 14.00 Wishlist 15.00 TRL 16.00 World Chart Express 17.00 Just See MTV 17.30 This Is the New Sh*t 18.00 Dance Floor Chart 19.00 Punk'd 19.30 Viva La Bam 20.00 Wild Boyz 20.30 Celebrity Deathmatch 21.00 Top 10 at Ten 22.00 Wondershowzen 22.30 Beavis & Butthead 23.00 Party Zone 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 15.00 Vh1 Weekly Album Chart 16.00 So 80s 17.00 Vh1 Viewers' Jukebox 18.00 Smells Like The 90s 19.00 Vh1 Classic 19.30 Mtv AT The Movies 20.00 Unplugged 21.00 Supergroup 22.00 Vh1 Rocks 0.30 Flipside

E! ENTERTAINMENT

11.05 Sexiest Bad Boys 12.00 E! News 12.30 The Daily 10 13.00 101 Craziest TV Moments 17.35 The Santa Clause 3 Behind The Scenes 18.00 E! News 18.30 The Daily 10 19.00 Anna Kournikova THS 20.00 101 Craziest TV Moments 21.00 Girls of the Playboy Mansion 22.00 Dr. 90210 23.00 Sexiest Bad Boys 0.00 Anna Kournikova 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 The Grim Adventures of Billy & Mandy 15.00 Camp Lazlo 15.30 Teen Titans 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 Dastardly and Muttley 20.00 Teenage Mutant Ninja Turtles 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 Holiday Heart 13.15 Tennessee Nights 15.00 The Hospital 16.00 Movers & Shakers 18.00 How I Won the War 19.50 The Passage 21.30 Busting 23.00 Tryst

TCM

20.00 The Fearless Vampire Killers 21.45 Behind the Scenes 21.55 Westworld 23.25 Village of Daughters 0.50 Crossroads

HALLMARK

11.00 Early Edition Iv 12.00 The Royal Scandal 13.45 Poseidon Adventure 15.15 The Singles Ward 17.00 Many, Mother Of Jesus 18.45 Early Edition

Iv 20.30 Dead Zone 21.30 Law & Order 22.30 Black Fox: Good Men and Bad 0.15 Dead Zone

BBC

11.30 Heaven's Kitchen Cookbook 12.00 Street Cafe 12.30 The Italian Kitchen 13.00 Danny By the Sea 13.30 The Hairy Bikers Cookbook 14.00 Beauty and the Feast 14.30 Organic Organic 15.00 Diet Trials 15.30 Seasonally Scottish 16.00 A Cook's Tour 16.30 French Leave 17.00 Great Food Bites 17.30 James Martin: Yorkshire's Finest 18.00 Jenny Bristow Light 18.30 Return To Tuscany 19.00 Eat This 19.30 Giorgio Locatelli - Pure Italian 20.00 Chef at Large 20.30 Chef at Large 21.00 Off the Menu 21.30 Ready Steady Cook 22.00 New Scandinavian Cooking 22.30 Stately Suppers

DR 1

11.35 Dagens Danmark 12.00 Urt 12.20 Himlen over Danmark 12.50 DR Explorer 13.20 Danskernes Krønike 13.50 Nyheder på tegnsprog 14.00 TV Avisen med vejret 14.10 Dawson's Creek 15.00 Boogie Listen 16.00 Absalons Hemmelighed 16.30 Absalon Live 17.00 Julefandango 17.30 TV Avisen med Sport og Vejret 18.00 Disney Sjov 18.30 Absalons Hemmelighed 19.00 Revy Danmark 2006 20.00 TV Avisen 20.30 28 dage 22.10 Shelter Island 23.30 Boogie Listen

NRK 1

11.40 Fra Hordaland og Sogn og Fjordane 12.00 Siste nytt 12.05 V-cup skiskyting: Sprint, menn 13.00 Siste nytt 13.05 V-cup skiskyting: Sprint, menn 14.00 Siste nytt 14.05 Anne fra Bjerkreik 14.55 Nifse saker 15.00 Siste nytt 15.03 VG-Hista Topp 20 16.00 Siste nytt 16.10 Oddasat - Nyheter på samisk 16.25 VG-lista Topp 20 16.55 Nyheter på tegnspråk 17.00 Jull i Svingen 17.25 Peo 17.30 Klgnete klgnr 17.40 Distriktnyheter 18.00 Dagsrevyen 18.30 Norge rundt 18.55 På tråden med Synnøve 19.55 Nytt på nytt 20.25 Først & sist 21.15 Politiagentene 22.00 Kveldsnytt 22.15 Den skjønne linje 23.15 Frank Zappa - grenseløst artist 0.05 Alfred Hitchcock presenterer

ST 1

11.05 På spåret 13.30 Söderlund & Bie 14.00 Argument 15.00 Rapport 16.10 Gomorron Sverige 16.00 Landgång 16.30 Disneydags 17.00 Höjdarna 17.25 Stora maskiner 17.30 Julkalender: LasseMajas detektivbyrå 17.45 Hanna Mias resa till Antarktis 18.00 Fredagsströj 18.30 Rapport 19.00 Doobido 20.00 HippHipp: Itzhaks julevangelium 20.30 Femme fatale 22.20 Rapport 22.30 Kulturnyheterna 22.40 Mäklarna 23.10 Big Tease 0.35 Sändning från SVT24

» EKKI MISSA AF ...

Stöð 2 kl. 20.30 X-Factor

Áheyrmarprufurnar eru að baki í X-Factor og nú munu leiðir skilja hjá þeim sem áfram komust. Skipt verður niður í þrjá hópa; undir 25 ára verða saman í hóp, yfir 25 ára verða saman og sönghópar saman. Þegar búið er að draga í dilka er komið að því að úthluta hópnum til dómaraanna. Hver dómaraanna þriggja, Einar Bárðar, Páll Óskar og Elly, fær sinn hóp til umráða. Í næstu þáttum fellur það síðan í hlut dómaraanna að þjálf þátttakendur og búa þá undir frekari átök. Það sem meira er þá þurfa dómarnir, hver um sig, að fækka í hópnum sínum. Með öðrum orðum þá hefist keppnin, leitin að þeim sem hefur X-Factorinn, fyrir alvöru í þætti kvöldsins. Og annað sem hefist í kvöld er hörkusamkeppni milli dómaraanna, en þeir fara að keppast innbyrðist um það hver á eftir að standa sig best í að undirbúa sitt fólk, hver þeirra hefur besta nefið fyrir X-Factornum.





▶ **22.30 U-571 SKJÁR EINN**



▶ **20.30 Jersey Girl STÖÐ 2**



▶ **18.00 Seinfeld SIRKUS**



▶ **20.50 Draugasetrið SJÓNVARPIÐ**



▶ **14.00 My Boss's Daughter STÖÐ 2 BIÓ**

SJÓNVARPIÐ

- 8.00 Morgunstundin okkar
- 8.01 Fyndin og furðuleg dýr
- 8.06 Búi! (17:26) (Boo!)
- 8.17 Lubbi læknir (40:52)
- 8.30 Snillingarnir (13:28)
- 8.54 Sigga liggja lá (39:52)
- 9.07 Tsitsi (3:5)
- 9.17 Trillurnar (9:26)
- 9.43 Matta fóstora og imynduðu vinir hennar (23:26)
- 10.08 Spæjarar (Totally Spies)
- 10.30 Jóladaatalið - Stjórnustrákur
- 10.35 Stundin okkar e.
- 11.05 Kastljós
- 11.35 Tsatsiki - Vinir að eilífu (Tsatsiki - Vänner för alltid)
- 13.00 Íslandsmótið í atskák
- 15.15 Alpasyrpa (1:16)
- 15.40 Alpasyrpa (2:16)
- 16.05 EM í sundi Frá undanrásum á EM í sundi í 25 metra braut í Helsinki. Örn Arnarson, Ragnheiður Ragnarsdóttir og Anja Ríkey Jakobsdóttir eru á meðal keppenda.
- 16.25 EM í sundi
- 18.05 Táknálsfréttir
- 18.10 Fjölskylda mín (13:13) (My Family)
- 18.45 Jóladaatalið - Stjórnustrákur
- 18.54 Lottó
- 19.00 Fréttir, íþróttir og veður
- 19.40 Jón Ólaf
- 20.20 Spaugstofan
- 20.50 Draugasetrið (The Haunted Mansion) Bandarísk fjölskyldumynd frá 2003. Vinnufíkill kemur í draugahús og er skammaður fyrir að vanrækja fjölskyldu sína.
- 22.20 Konumynd (The Portrait of a Lady) Bresk bíómynd frá 1996 byggð á skáldsögu eftir Henry James.
- 0.40 Gómum Carter (Get Carter)
- 2.20 Útvarpsfréttir í dagskrárlök

SKJÁREINN

- 07.00 Addi Panda
- 07.10 Kærleiksbirmirnir (e)
- 07.20 Barney
- 07.45 Gordon the Garden Gnome
- 07.55 Pocoyo
- 08.00 Animaniacs
- 08.20 Grallarnir
- 08.45 Justice League Unlimited
- 09.10 Kalli kanína og félagar
- 09.30 Tracey McBean
- 09.40 S Club 7
- 10.05 Búbarnir (16:21)
- 10.30 Pixel Perfect (Fullkomið plat)
- 12.00 Hádegisfréttir
- 12.40 Bold and the Beautiful
- 13.00 Bold and the Beautiful
- 13.20 Bold and the Beautiful
- 13.40 Bold and the Beautiful
- 14.00 Bold and the Beautiful
- 14.25 X-Factor
- 15.25 Hot Properties (2:13)
- 15.50 Eldsnögg með Jóa Fel
- 16.25 Sjálfstætt fólk
- 17.00 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 (6:13)
- 19.35 Fóstbræður (1:8)
- 20.00 Fóstbræður (2:8)
- 20.30 Jersey Girl
- 22.15 The Interpreter
- 00.25 Spider
- 02.00 The Alamo
- 04.15 Everbody's Doing It
- 05.40 Fréttir Stöðvar 2 endursýndar frá því fyrir í kvöld.
- 06.20 Tónlistarmyndbönd frá Popp Tívi

SKJÁREINN

- 11.10 2006 World Pool Masters (e) Sextán bestu billjarómeistarar heims tóku þátt í skemmtilegu móti sem fram fór í Hollandi sl. sumar.
- 12.00 Rachael Ray (e) Glænýir spjallþættir.
- 13.40 Frægir í form (e) Ný, íslensk þáttaröð þar sem þekktir einstaklingar, sem vilja bæta líf sitt og hækka lífaldur, fara í strangar æfingabúðir undir eftirliti læknis og einkapjálfa.
- 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) Glænýir spjallþættir.
- 19.15 Game tívi (e)
- 19.45 The Office (e)
- 20.10 What I Like About You Gamansería um tvær ólíkar systur sem búa saman í New York. Systurnar rifast um bangsa sem þær áttu í æsku. Að lokum ákveða þær að gefa lítlilli nágrannastelpu bangsann en sjá fljótt eftir því.
- 20.35 Sons & Daughters Bandarísk gamansería um skrautlega fjölskyldu. Cameron er sakbitinn og heldur að rífrildi sem hann átti við mömmu sína hafi orðið til þess að hún fékk verk fyrir hjartað og var flutt í skyndi á sjúkrahús.
- 21.00 Casino
- 21.45 Battlestar Galactica
- 22.30 U-571 Bandarísk bíómynd frá árinu 2000 sem gerist í heimsstyrjöldinni síðari.
- 0.25 Brotherhood (e)
- 1.10 Kojak - NÝTTI! (e) 1.55 Conviction - lokabáttur (e)
- 2.40 Masters of Horror (e) Hrollvekja sem fær hárin til að rísa. STRANGLEGA BÖNNUÐ BÖRNUM.
- 3.30 Tvöfaldur Jay Leno (e)
- 5.00 Óstöðvandi tónlist

SIRKUS TV

- 18.00 Seinfeld Jerry, George, Elaine og Kramer halda uppteknum hætti í einum vinsælasta gamanþætti allra tíma.
- 18.30 Fréttir, íþróttir og veður Fréttir, íþróttir og veður frá fréttastofu Stöðvar 2 í samtengdri og opinni dagskrá Stöðvar 2 og Sirkuss.
- 19.00 Seinfeld Jerry, George, Elaine og Kramer halda uppteknum 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.
- 20.00 South Park (e)
- 20.30 Tekinn (e)
- 21.00 So You Think You Can Dance 2 (e)
- 21.50 Chappelle's Show (e)
- 22.20 Vanished (8:13) (e) (Vanished) Jeffrey Collins er þingmaður á hraðri uppleið.
- 23.10 X-Files (e) (Ráðgátur) Sirkus sýnir X-files frá byrjun! Einhverjir mest spennandi þættir sem gerðir hafa verið eru komnir aftur í sjónvarpið. Mulder og Scully rannsaka dularfull mál sem einfaldlega eru ekki af þessum heimi.
- 23.55 24 (24:24) (e)
- 0.40 Entertainment Tonight (e) Í gegnum árin hefur Entertainment Tonight fjallað um allt það sem er að gerast í skemmtanabransanum og átt einkaviðtöl við frægir stjórnur. Nýjar fréttir af fræga fólkun, kvikmyndum, sjónvarpi, tónlist, tisku og alls kyns uppákomur sem gerast í bransanum. Ef þú vilt vita hvað er að gerast í Hollywood, þá máttu ekki missa af þessum þáttum.
- 1.10 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

NÝJUNG: WINE ON ICE

Ískaldur og skemmtilegur drykkur

Komin er á markaðinn hér á landi alger nýjung sem ber heitið W.O.I. Skammstöfunin stendur fyrir „Wine on Ice“ sem gefur til kynna að drykkinn sé best að drekka ískaldan. W.O.I. er þýskur drykkur, hvítvín blandað til helminga með 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 samannburði við gosblandað sterkt áfengi má því segja meira, sterkara, ódýrara og ... færri kalóriur!

Verð í Vinubúðum 274 kr.





07.50 Meistaradeildin með Guðna Bergs

08.30 NBA deildin (Sacramento - Miami)

10.30 Evrópumótardöðin (Dunhill Championship)

14.30 World Supercross GP 2005-06 (Rogers Centre) Í Supercrossi er um að ræða keppni á vélhjólum þar sem kappaksturinn fer fram við erfiðar aðstæður.

15.30 Spænski boltinn - upphitun (La Liga Report) Upphitun fyrir alla leikina í spænska boltanum sem fram fara um helgina.

16.00 World Golf Championship 2006 (Barbados World Cup) Bein útsending frá eyjunni Barbados þar sem svokallað Heimsmeistaramót í golfi fer fram.

18.50 Spænski boltinn (Barcelona - Real Sociedad) Bein útsending frá leik Barcelona og Real Sociedad í spænska boltanum.

20.50 Spænski boltinn (Sevilla - Real Madrid) Sannkallaður stórleikur í spænsku deildinni þar sem Sevilla tekur á móti Real Madrid.

00.10 Box - Winky Wright - Ike Quartey (Box - Winky Wright vs. Ike Quartey) Útsending frá bardaga þeirra Winky Wright og Ike Quartey.

01.00 Box - Jermain Taylor vs. Winky Upttaka frá bardaganum.

02.00 JERMAIN TAYLOR - KASSIM OUMA

(Box - Jermain Taylor vs. Kassim Ouma) Bein útsending frá einvígi Jermain Taylor og Kassim Ouma. Taylor er heimsmeistari í millivigt og hefur náð vægast sagt glæsilegum árangri í hnefa-leikaþróttinni þar sem hann hefur unnið tuttugu og fimm af tuttugu og sex bardögum. Hann er taplaus og hefur aðeins gert eitt jafntefli.

BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

6.00 Normal (Venjulegur)

8.00 My Boss's Daughter

10.00 MEDICINE MAN (e)

12.00 Marine Life

14.00 My Boss's Daughter (Dóttir yfirmannsins) Rómantísk gamanmynd.

16.00 MEDICINE MAN (e) (TÓFRALÆKNIRINN) Leyfð öllum aldursþópum.

18.00 Marine Life

20.00 Normal (Venjulegur)

22.00 American Wedding

0.00 Spin

2.00 Hótal Rúanda (Hotel Rwanda) Margverðlaunuð sannsöguleg kvikmynd um hetjudáðir hóteleiganda í Rúanda sem bjargaði lífum þúsunda borgara með því að veita þeim skjól á hótelinu sínu.

4.00 American Wedding Bönnuð börnum.

SKJÁR SPORT

11.45 Upphitun (e)

12.15 Man. Útd.-Man. City (b)

14.40 Á vellinum með Snorra Má

14.50 Liverpool - Fulham (b)

17.00 Á vellinum með Snorra Má

17.10 Bolton - West Ham (b)

19.20 Palermo - Livorno (b)

21.30 Middlesbrough - Wigan (frá í dag)

23.30 Portsmouth - Everton (frá í dag)

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

N4 SJÓNVARP NORÐURL

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

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

11.15 Biathlon: World Cup in Hochfilzen **12.45** Ski jumping: World Cup in Harrachov **14.30** Snooker: UK Championship in York **16.30** Swimming: European Short Course Championships in Helsinki, Finland **18.30** Snooker: UK Championship in York **21.30** Curling: European Championship in Basel **23.00** Fight sport: Pride FC

BBC PRIME

11.00 Strictly Come Dancing **12.00** Strictly Come Dancing: Results Show **12.15** The Weakest Link **13.00** Two Thousand Acres of Sky **14.00** Popcorn **15.00** Dragons Alive **16.00** 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** Superheroes **20.00** The Catherine Tate Show **23.00** EastEnders **0.00** The Catherine Tate Show

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.00 Genius of the Vikings **12.00** Snake Killers - Honey Badgers of the Kalahari **13.00** The Muggler Crocodile **14.00** Swamp Tigers **15.00** Shark Attacks Investigated **16.00** Hunter Hunted **18.00** The Ant That Ate America **19.00** Honey Badger **20.00** Pyramids of Death **21.00** Carve Her Name With Pride **23.50** Seconds from Death **0.00** Hollywood Science

ANIMAL PLANET

11.00 Crocodile Hunter **12.00** Secret Life of Crocodiles **13.00** Ferocious Crocs **14.00** Crocodile Hunter **15.00** Croc Files **16.00** Crocodile Hunter **18.00** Secret Life of Crocodiles **19.00** Crocodile Hunter **20.00** Ferocious Crocs **21.00** O'Shea's Big Adventure **22.00** Crocodile Hunter **23.00** Croc Files **0.00** Crocodile Hunter

DISCOVERY CHANNEL

11.30 A Racing Car is Born **12.00** Wheeler Dealers **13.00** 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** Marvels Asia **20.00** American Chopper **21.00** American Hotrod **22.00** Rides **23.00** I Shouldn't Be Alive (Science of Survival) **0.00** Dr G

TRAVEL CHANNEL

11.30 Distant Shores **12.00** Travel **2006** **12.30** A Fork in the Mediterranean **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** Globe Guides **17.00** Great Adventure People **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

11.30 My Super Sweet 16 **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** Fabulous Life Of **20.00** Call to Greatness **20.30** Pimp My Ride International **21.00** Top 10 at Ten **22.00** Celebrity Deathmatch **22.30** Return of the Boyband **23.00** So 90's **0.00** Just See MTV

VH1 EUROPE

11.00 Fabulous Life of **12.00** Smells Like The 90s **12.30** So 80s **13.00** Beavis & Butthead **14.30** Beavis & Butthead Weekend Music Mix **15.00** Beavis & Butthead **16.30** Beavis & Butthead Weekend Music Mix **17.00** VH1 Viewers' Jukebox **18.00** Behind the Music **18.30** Cries **19.00** All Access **20.00** I Want a Famous Face **22.00** Viva LA Disco **0.00** Flipside

E! ENTERTAINMENT

11.05 101 Craziest TV Moments **12.00** E! News **12.30** The Daily 10 **13.00** 101 Incredible Celebrity Slimdowns **17.35** E! News Special: Tom & Katie's Wedding **18.00** E! News Weekend **19.00** Sports Stars, Private Lives THS **20.00** Hip Hop Wives THS **21.00** Girls of the Playboy Mansion **22.00** Sexiest Bad Girls **23.00** Naked Wild On **0.00** Sports Stars, Private Lives 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** 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** 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

12.15 White Lightning **13.55** Another Man, Another Chance **16.10** Smile **18.00** The Passage **19.40** A Doll's House **21.15** Born to Win **22.45** Knightriders **0.45** La cage aux folles II

TCM

20.00 The Bad and the Beautiful **21.55** Dodge City **23.40** Alex in Wonderland **1.30** Kissin' Cousins

HALLMARK

11.45 Just a Dream **13.30** One Heart Broken Into Song **15.15** Flood: A River's Rampage **17.00** Following Her Heart **18.45** Midsomer Murders **20.30** Doc Martin **21.30** Mary Higgins Clark's: Lucky Day **23.15** Lifepod **23.50** Doc Martin

BBC FOOD

11.30 James Martin: Yorkshire's Finest **12.00** Jenny Bristow Light **12.30** Return To Tuscany **13.00** Eat This **13.30** Giorgio Locatelli - Pure Italian **14.00** 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** Seasonally Scottish **21.00** The Hairy Bikers Cookbook **21.30** Orgasmic Organic **22.00** Diet Trials **22.30** Gary Rhodes' Cookery Year

DR 1

11.10 Med Klövedal på reise langs Grønlands vestkyst **12.10** Vulkanudbruddet på Vestmannaðerne **13.10** Krop og helse **13.40** Perfekte hustruer **14.30** Hjerteflimmer **15.00** Boogie Listen **16.00** Absalons Hemmelighed **16.40** Før søndagen **16.50** Held og Lotto **17.00** Julefangang **17.30** TV Avisen med vejret **17.55** SportNyt **18.30** Absalons Hemmelighed **19.00** Matador **20.15** Kriminalkommissær Barnaby **21.50** Superstormen **23.20** Elsker, elsker ikke **0.50** Boogie Listen

NRK 1

11.55 V-cup skiskyting: 12,5 km jaktstart, menn **12.45** V-cup hopp **13.35** Sport i dag **13.50** V-cup hopp **14.30** V-cup skøyter: 500 og 1000 m, menn og kvinner **15.15** V-cup alpin: Utfor menn **15.45** V-cup skiskyting: Jaktstart kvinner og menn **16.30** Sport i dag **17.00** Jul i Svingen **17.30** Amigo **18.00** Lørdagsrevyen **18.45** Lotto-trekning **18.55** Melonas **19.20** Frelsesarmeens julekonsert 2006 **20.25** Med hjertet på rette staden **21.10** Fakta på lørdag: Barna tar makten **22.00** Kveldsnytt **22.15** Bram Stoker's Dracula

ST 1

12.30 Söderlund & Bie **13.00** HippHipp: Itzhaks juleangelium **13.30** Mäklarna **14.00** Uppdrag Granskning **15.00** Mästerverket **16.00** Doobido **17.00** Emil i Lönneberga **17.30** Julkalender: LasseMajas detektivbyrå **17.45** Lorange, Masarin och Dantanjang **18.00** Världarnas bok **18.30** Rapport **18.45** Sportnytt **19.00** På spåret **20.00** Brottskod: Försvunnen **20.45** Hos Jihde **21.15** Bingo Royale **22.00** Rapport **22.05** Hedwig and the Angry Inch **23.35** Vårt bångstryga sinne **0.05** Sändning från SVT24

» EKKI MISSA AF ...

Stöð 2 kl. 22.15 The Interpreter (Túlkurinn)

Pólítískur spennutryllir um svikráð og samsæri innan Sameinuðu þjóðanna með Sean Penn og Nicole Kidman í aðalhlutverkum. Penn leikur leyniþjónustumann sem fenginn er til þess að njósna um túlk hjá Sameinuðu þjóðunum, leikinn af Kidman, sem kveðst hafa orðið vitni að samsæri um að ráða mikilvægan embættismann af dögum. Um leið verður túlkurinn sjálfur skotmark og leyniþjónustumaðurinn þarf að beita allri sinni útsjónarsemi til að vernda hann. Aðalhlutverk: Sean Penn, Nicole Kidman, Catherine Keener. Leikstjóri: Sydney Pollack. 2005. Stranglega bönnuð börnum.



TILBÚNIR GJAFAPAKKAR



RUDOLF
MR BITTERBALL BADBOMBA
GREENWING BADBOMBA
VERÐ 1.595.-



SNOW FAIRY
ANGELS DELIGHT HÚÐSÁPA
SNOW FAIRY STURTUGEL
FAIRY JASMINE BADBOMBA
VERÐ 2.495.-



HAPPY CHRISTMAS
RUBY RED SLIPPERS FREYÐIBAD . BOB SÁPA
CHRISTMAS PARTY BADBOMBA
TWINKLE BADBOMBA .GREENWING BADBOMBA
PUDDY HOLLY BADBOMBA
VERÐ 3.595.-



SO CHRISTMAS
ANGELS DELIGHT HÚÐSÁPA
BOB SÁPA
MR BITTERBALL BADBOMBA
GREENWING BADBOMBA
CHRISTINGLY FREYÐIBAD
CHRISTMAS DAY FREYÐIBAD
SNOW FAIRY STURTUGEL
VERÐ 4.295.-

LÖÐRANDI HAMINGJA UM JÓLIN
GJÖF Í GJÖF, AFSLÁTTARMIÐI UPPÁ 10% INNÍ ÖLLUM PÖKKUM



SENDUM UM LAND ALLT
PANTAÐU JÓLAGJAFARNAR ÞÍNAR Í SÍMA 552 2030

LUSH

NATURAL
FRESH
HANDMADE
COSMETICS



KRINGLUNNI 8 LAUGAVEGI 4 DEBENHAMS SMÁRALIND



SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN



SIRKUS TV



▶ **14.00 Titanic STÖÐ 2**
BÍÓ



▶ **23.30 Da Vinci's Inquest**
SKJÁR EINN



▶ **00.20 Mystic River**
STÖÐ 2



▶ **19.35 Four Kings**
SIRKUS



▶ **13.05 Nærmynd-Dagur**
Kári SJÓNVARPIÐ

8.00 Morgunstundin okkar
8.01 Sammi brunavörður (15:26)
8.11 Bitte nú! (41:52)
8.34 Hopp og hí Sessamí (31:52)
8.58 Karl Sundlöv (2:4)
9.08 Stjáni (61:65) (Stanley)
9.31 Sígildar teiknimyndir
9.39 Herkúles (13:28)
10.01 Tobbí tvisvar (37:52)
10.24 Allt um dýrin (10:25)
10.48 Jóladaatalið - Stjórnustrákur
10.55 Jón Ólafs e.
11.40 Spaugstofan e.
12.05 Þrjú blaðamenn leita ríthöfundar (Tre reportere söker en forfatter: Orhan Pamuk)
12.35 Nærmynd - Baltasar Kormákur Þáttaröð um norræna kvikmyndaleikstjóra. Í þessum þætti er fjallað um Baltasar Kormák.
13.05 Nærmynd - Dagur Kári
13.35 Smellir og skellir frá Hollywood e.
14.55 Tíu fingur (8:12) e.
15.55 EM í sundi
18.00 Táknmálfréttir
18.10 Stundin okkar (11:30)
18.35 Geimálfurinn Gígur (6:10)
18.45 Jóladaatalið - Stjórnustrákur e.
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.35 Kastljós
20.10 Tíu fingur (9:12)
21.10 Örninn (7:8) (Ørnen)
22.10 Helgarsportíð
22.35 Leyndardómur gula herbergisins (La mystère de la chambre jaune) Frönsk bíómynd frá 2003 um dularfulla atburði á sveitasetri.
0.30 Kastljós
1.00 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

7.00 Myrkfælnu draugarnir
7.15 Barney
7.40 Pocoyo
7.50 Stubbarnir (Teletubbies)
8.15 Doddi litli og Eymastór
8.25 Kalli og Lóla
8.35 Könnuðurinn Dóra
9.00 Grallararni
9.25 Codename: Kids Next Door
9.45 Kalli litli kanína og vinir hans (Baby Looney Tunes 2)
10.05 Ævintýri Jonna Quests
10.25 Sabrina - Unglingsnornin
10.50 Bratz
11.15 Galdrastelpurnar (15:26)
11.35 Ljónagrín
12.00 Hádegisfréttir
12.25 Silfur Egils
14.00 Neighbours (Nágrannar)
14.20 Neighbours (Nágrannar)
14.40 Neighbours (Nágrannar)
15.00 Neighbours (Nágrannar)
15.20 Neighbours (Nágrannar)
15.45 Í sjúnda himni með Hemma Gunn
16.50 Beauty and the Geek
17.45 Martha Nýir spjallþættir með fjölmíðla- og athafnakonunni vinsælu Mörthu Stewart.
18.30 Fréttir, íþróttir og veður
19.10 Kompás
19.45 Sjálfstætt fólk
20.20 Commander In Chief
21.05 Numbers (8:24) (Tölur)
21.50 Thief (3:6) (Þjófur)
22.40 60 mínútur
23.25 X-Factor
0.20 Mystic River (Dulá)
2.35 Like Father Like Son
3.45 Like Father Like Son
4.55 Numbers (8:24) (Tölur)
5.40 Fréttir Stöðvar 2 endursýndar frá því fyrr í kvöld.
6.20 Tónlistarmyndbönd frá Popp Tívi

11.20 Toppskífan (e)
12.00 2006 World Pool Masters Sextán bestu billjarómeistarar heims tóku þátt í skemmtilegu móti sem fram fór í Hollandi sl. sumar. Keppt var með úrsláttafyrirkomulagi þar til einn stóð uppi sem sigurvegari.
12.50 Love, Inc. (e)
13.20 Out of Practice (e)
13.50 Dýravinir (e)
14.20 One Tree Hill (e)
15.05 Queen Eye for the Straight Guy (e)
16.00 America's Next Top Model VI (e) Bandarísk raunveruleikasería þar sem Tyra Banks leitar að næstu ofurfyrirsætu.
17.00 Innlit / útlit (e)
17.50 How to Look Good Naked (e) Glæny, bresk þáttaröð þar sem lögulegar linur fá að njóta sín.
18.15 Rachael Ray (e)
19.10 Battlestar Galactica (e) Framtíðarþáttaröð þar sem fylgst er með klassískri baráttu góðs og ills.
20.00 Dýravinir Gríðarlegur fjöldi Íslendinga á gæludýr, hvort sem um er ræða fiska, hunda, ketti, kanínur eða köngulær. Í þessum þáttum kynni Guðrún Heimisdóttir okkur fyrir dýrunum og eigendum þeirra en óhætt er að fullyrða að gæludýraeign hafi aldrei verið fjölbreyttari en nú.
20.30 Frægir í form - lokaþáttur
21.30 C.S.I: New York
22.30 Brotherhood - Lokapáttur
23.30 Da Vinci's Inquest
0.20 Law & Order (e)
1.10 The L Word - lokapáttur (e) Bandarísk þáttaröð um hóf af lesbíum í Los Angeles.
2.10 Óstöðvandi tónlist

15.45 Tekinn (e)
16.15 Till Death Do Us Part: Carmen (e)
16.45 The Hills (e) Lauren úr Laguna Beach þáttunum er flutt til L.A.
17.15 The Player (e) 13 karlmenn berjast um hylli ofurskuttu.
18.00 Seinfeild
18.30 Fréttir, íþróttir og veður
19.10 Seinfeild
19.35 Four Kings (e) Dreppfyndnir gamanþættir frá höfundum Will & Grace þar sem fylgst er með fjórum æskuvinum sem ákveða að flytja saman í íbúð í New York.
20.00 Tekinn (e) Skemmtikrafturinn og sjónvarpsstjarnan Auðunn Blöndal stjórna þættinum Tekinn, þætti sem er í anda Punk'd með Ashton Kutcher. Auði hrekkir þjóðþekkta einstaklinga og tekur allt saman upp á faldar myndavélar.
20.30 Till Death Do Us Part: Carmen
21.00 Vanished (9:13) (Vanished) Jeffrey Collins er þingmaður á hraðri uppleið. Hann er giftur hinni ungu og fallegu Söru sem sinnir góðgerðamálum af miklum hug.
21.50 Weeds (9:12) Önnur serían um húsmóðurina Nancy sem er einn heitasti eiturlyfjasalinn í úthverfum Los Angeles borgar.
22.20 Rescue Me (e)
23.10 Ghost Whisperer (e)
23.55 Pepper Dennis (e) Pepper Dennis er metnaðarfull fréttakona sem þráir ekkert heitar en að verða fréttapúllur í vinsælasta fréttatíma Chicago borgar.
0.40 Sirkus Rvk (e)
1.10 Entertainment Tonight (e)
1.35 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 döggi 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.



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

Fæst í apótekum



BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

08.20 Gillette Sportpakinn (Gillette World Sport 2006) Íþróttir í lofti, láði og legi. Magnaður þáttur þar sem allar íþróttagreinar eru teknar fyrir. Þáttur sem sýndur hefur verið í fjölmörg ár við miklar vinsældir.

08.50 Spænski boltinn (Sevilla - Real Madrid) Útsending frá leik Sevilla og Real Madrid í spænska boltanum.

10.30 Evrópumótaraðin (Dunhill Championship) Útsending frá Evrópumótaraðinni í golfi. Birgir Leifur tryggði sér þátttökurétt á Evrópumótaraðinni með því að hafna í einu af 30 efstu sætum á úrtökumótinu á San Roque á Spáni.

14.30 JERMAIN TAYLOR - KASSIM OUMA

16.00 World Golf Championship 2006 (Barbados World Cup) Útsending frá Heimsmeistararamótinu í golfi sem fram fer á Barbados.

19.00 Meistaradeild Evrópu - fréttáttur (Meistaradeild Evrópu fréttáttur 06/07) Allt það helsta úr Meistaradeildinni.

19.25 Ameríski fótboltiinn (NFL Gameday 06/07) Upphitun fyrir leiki helgarinnar í ameríska fótboltanum sem er vinsælasta sjónvarpsíþróttin í Bandaríkjunum.

19.50 Spænski boltinn (Valencia - Deportivo) Bein útsending frá leik Valencia og Deportivo í spænska boltanum. Þessi félag eru með þeim stærri á Spáni en hafa kannski ekki fundið fjölna á þessari spakrið.

21.50 NFL - ameríska ruðningsdeildin (San Diego - Denver) Bein útsending frá leik San Diego og Denver í ameríska NFL fótboltanum. San Diego hefur farið á kostum sem af er og hafa unnið tíu af fyrstu tólf leikjunum. Denver hefur hins vegar unnið sjö af fyrstu tólf leikjunum.

6.00 Emil og grísinn

8.00 Agent Cody Banks

10.00 There's Something About Mary

12.00 Lackawanna Blues (Lackawanna-blúsinn) Margverðlaunuð sannsöguleg mynd um Ruben Santiago yngri.

14.00 Titanic Stormynd James Camerons í öllu sínu veldi.

17.15 Forrest Gump (e)

20.00 Lackawanna Blues

22.00 Bad Apple (Skemmt epli)

0.00 Cause of Death

2.00 Kín (Fjölskylda filanna)

4.00 Bad Apple (Skemmt epli) Kolsvört gamanmynd þar sem Chris North (Mr. Big í Sex and the City) leikur FBI lögreglumann sem dulbýr sig sem mafíosa og reynir þannig að koma sér inn undir hjá alræmdri mafíu.

SKJÁR SPORT

12.00 Að leikslökum (beint)

13.00 Man. Utd. - Man. City (frá 9. des)

15.00 Að leikslökum (e)

15.55 Chelsea - Arsenal (b)

18.05 Prumuskot (e)

19.20 Lazio - Roma (b)

21.30 Tottenham - Charlton (frá 9. des)

23.30 Watford - Reading (frá 9. des)

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

N4 SJÓNV NORÐURL

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

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT
11.30 Ski jumping: World Cup in Harrachov **13.15** Biathlon: World Cup in Hochfilzen **15.00** Cross-country skiing: World Cup in Cogne **15.30** Cross-country skiing: World Cup in Cogne **16.00** Swimming: European Short Course Championships in Helsinki, Finland **17.45** Curling: European Championship in Basel **19.00** Snooker: UK Championship in York **21.30** Winter Sports: Winterpark Weekend **22.00** All sports: FIA Gala in Monaco, Monaco **23.00** News: Eurosportnews Report **23.15** Biathlon: World Cup in Hochfilzen **0.15** News: Eurosportnews Report

BBC PRIME
10.30 EastEnders **11.00** Dragons Alive **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 **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 **0.00** Great Railway Journeys of the World

NATIONAL GEOGRAPHIC
11.00 Colliding Continents Investigated **12.00** Megastructures **13.00** Mad Labs **14.00** Seconds From Disaster **15.00** Carve Her Name With Pride **17.30** Mad Labs **18.00** Quest for Noah's Flood **19.00** Mad Labs **19.30** Mad Labs **20.00** Megastructures **21.00** Sleepwalking Murders **22.00** Band of Brothers **23.15** Lockdown **0.15** Megastructures

ANIMAL PLANET
11.00 Crocodile Hunter **12.00** Killer Crocs of Costa Rica **13.00** Crocodile Hunter **15.00** Croc Files **15.30** Croc Files **16.00** Planet Action **17.00** Crocodile Hunter **21.00** Killer Crocs of Costa Rica **22.00** Crocodile Hunter **23.00** Croc Files **0.00** Planet Action

DISCOVERY CHANNEL
11.00 American Hotrod **13.00** Test Case **14.00** Industrial Revelations **15.00** Man Made Marvels **17.00** 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 **0.00** Perfect Disaster

TRAVEL CHANNEL
11.30 Dream Destinations **12.00** Swiss Railway Journeys **13.00** Travel 2006 **13.30** Yatra - Indian Travels **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** Globe Trekker **18.00** Don't Forget Your Passport **19.00** First Class Italy **19.30** Roar of the Wild **20.00** Travel 2006 **20.30** A Fork in the Mediterranean **21.00** Globe Trekker **22.00** Tall Ship Chronicles **23.00** The Independent Travellers' Guide **0.00** Grainger's World

MTV EUROPE
11.30 My Super Sweet 16 **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 Chart **20.00** The Adventures of Chico & Guapo **20.30** Where My Dogs At? **21.00** Top 10 at Ten **22.00** MTV Live **23.00** Celebrity Deathmatch **23.30** Beavis & Butthead **0.00** Just See MTV

VH1 EUROPE
11.30 Mtv At The Movies **12.00** Vh1 Weekly Album Chart **13.00** Beavis & Butthead **14.30** Beavis & Butthead Weekend Music Mix **15.00** Beavis & Butthead **16.30** Beavis & Butthead Weekend Music Mix **17.00** Vh1 Viewers' Jukebox **18.00** Making the Video **18.30** Hogan Knows Best **19.00** All Access **20.00** I Want a Famous Face **21.00** 7/30 Sunday **22.00** Supergroup **23.00** Vh1 Weekly Album Chart **0.00** Vh1 Hits **5.00** Vh1 Hits

E! ENTERTAINMENT
11.30 Child Star Confidential **12.00** E! News Weekend **13.00** Sports Stars, Private Lives **13.55** Tyra Banks: The Interview With Ryan Seacrest **14.50** Tyra Banks **15.45** Hip Hop Wives **17.35** **16.40** Snoop Dogg **17.35** Janet Jackson: Exposed **18.00** E! News Weekend **19.00** Sean Diddy Combs **19.30** Sports Stars, Private Lives **21.00** Girls of the Playboy Mansion **22.00** Sexiest Bad Boys **23.00** Naked Wild **0.00** Sean Diddy Combs **23.55**

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** 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** Dastardly and Muttley **20.00** Transformers Energy **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 The Secret Invasion **13.15** Ned Kelly **14.55** Rockula **16.25** Night of the Comet **18.00** A Doll's House **19.35** The Russians Are Coming **21.40** Memorial Day **23.15** One Woman's Courage **0.45** The Silver Strand

TCM
20.00 The Sunshine Boys **21.50** Brass Target **23.40** Once a Thief **1.25** Clash by Night **3.15** The Secret of My Success

HALLMARK
11.45 Bridesmaids **13.30** Night Ride Home **15.15** A Time To Remember **17.00** Angels With Angles **18.45** Night of the Wolf **20.30** Doc Martin **21.30** Ahead Of The Class **23.15** Power and Beauty **0.45** Doc Martin

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** Seasonally Scottish **15.00** The Hairy Bikers Cookbook **15.30** Organic Organics **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** Cooked **21.30** Ready Steady Cook **22.00** Decoding Ferran Adria

DR 1
11.55 Nydanser i Uniform **12.25** Þá jobbað **13.00** Gudstjeneste i DR Kirken **13.50** Tilbage til Livet **14.30** Hammerslag **15.00** Trolspejel **15.30** Sommerflirt **16.00** Absalons Hemmelighed **16.30** Disney Sjov **17.00** Julefandango **17.30** TV Avisen med Sport og Vejret **18.00** Uden far og mor **18.30** Absalons Hemmelighed **19.00** DR1 Dokumentaren - Ej blot til lyst **20.00** TV Avisen **20.15** Søndag **20.45** SøndagsSporten **21.00** Colombo **22.10** Smá hænder er blevet store **22.40** Unge liv på spil **23.20** Svend Åge Madsen - at fortælle menneskene

NRK 1
11.45 Nobels fredsprisuddeling 2006 **13.10** NRKs sportssøndag **14.45** V-cup alpin: Slalám superkombinasjon, menn **15.15** V-cup hopp **16.00** Sport i dag **16.30** Apenhimel: Adventsjudstjeneste fra Ishavskatedralen i Tromsø **17.00** Juh i Svingen **17.30** Newton **18.00** Søndagsrevyen **18.45** Sportsrevyen **19.15** Kvitt eller dobbelt **20.15** Elizabeth I **22.00** Kveldsnytt **22.15** Gretne gamle damer ved juletider **23.15** Nytt på nytt **23.45** Ussett: Hurra Torpedo **0.10** Ungkarsreiret

SVT 1
11.30 Alpint: Världscupen St Moritz **12.55** Hos Jhde **13.25** Kobra **13.55** Great thinkers of our time **14.25** Animalitos **14.30** Top! En español **14.50** Animalitos **14.55** Världen **15.55** Makalösa monument **16.25** Om barn och böcker **16.55** Anslagstavlan **17.00** Den lille riddaren **17.25** Dagens visa **17.50** Julkalender: LasseMajas detektivbyrå **17.45** Tillbaka till Vintergatan **18.15** Planet Sketch **18.30** Rapport **19.00** Måklarna **19.30** Sportspegeln **20.15** Nobelpriset **20.16** **21.35** Orden med Anna Charlotta **22.05** Vetenskap - universum i provör **22.35** Rapport **22.45** Sejer - svarta sekunder **23.45** Brottskod: Försvunnen **0.30** Sändning från SVT24

**» EKKI MISSA AF ...
60 mínútur (60 Minutes)**

Virtasti fréttaskýringarþáttur í heimi snýr aftur á Stöð 2. Á hverju sunnudagskvöldi er rétt tæplega vikugamall þáttur þar sem reyndustu fréttaskýrendur Bandaríkjanna fjalla um mikilvægustu málefni líðandi stundar og taka einstök viðtöl. Í þætti kvöldsins verða þrjú viðfangs-efni tekin fyrir og ber þar fyrst að nefna viðtal við Immaculee Ilibagiza, sem vakið mikla athygli fyrir frásögn sína af þjóðdarmorðunum í Rúanda, þar sem fjölskylda hennar og 800 aðrir landar hennar voru myrtir með köldu blóði. Ilibagiza komst lífs af með því að fela sig á agnarsmá baðherbergi í heila þrjú mánuði. Auk þess verður rætt við stofnanda Netflix sem er orðin stærsta mynddiskaleigan á netinu og píanósninglinginn Gabrielu Montero, sem vakið hefur mikla athygli og valdið deilum í heimi sígildrar tónlistar fyrir frjálsglega tálkun sína á verkum meistaranna.



STÖÐ 2 KL. 22:40



▶ **18.00** 6 til 7 SKJÁR EINN



▶ **13.50** Sisters STÖÐ 2



▶ **20.30** My Name Is Earl **Sirkus**



▶ **18.45** Jóladagatalið **Sónvarpið**



▶ **21.30** Spænsku mörkin **Sýn**

SJÓNVARPIÐ

15.40 Helgarsportíð
16.05 Ensku mörkin
17.00 Jóladagatalið - Stjórnustrákur
17.10 Leiðarljós
17.50 Táknmálsfréttir
17.59 Myndasafnið
18.00 Fyndin og furðuleg dýr (4:26)
18.05 Lubbi læknir (40:52)
18.20 Ástfangnar stelpur (2:13) (Girls in Love II)
18.45 Jóladagatalið - Stjórnustrákur
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.35 Kastljós
20.10 Aldamótabörn (3:4) (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 (22:22) (Criminal Minds)
22.00 Tiufréttir
22.25 Ensku mörkin Sýndir verða valdir kaflar úr leikjum síðustu umferðar í enska fótboltanum. e.
23.20 Spaugstofan
23.45 Friedman í Sjónvarpsal Sjónvarpið endursýnir umræðubátt með Milton Friedman, Nóbelsverðlaunahafa í hagfræði, sem lést 16. nóvember. Friedman var meðal þekktustu og áhrifamestu hagfræðinga 20. aldar. Hann sótti Ísland heim árið 1984 og flutti fyrirlestur. Hann tók einnig þátt í umræðum í sjónvarpsal um kenningar sínar, en þátttakendur voru Birgir Björn Sigurjónsson, Ólafur Ragnar Grímsson og Stefán Ólafsson. Bogi Ágústsson stýrði umræðum og Sigurður Grímsson stjórnaði upptöku.
1.00 Kastljós
1.35 Dagskrárlök

2

6.58 Ísland í bitíð Fjölbreyttur fréttatengdur dægurmálaþáttur þar sem fjallað er um það sem er efst á baugi hverju sinni. Umsjónarmenn eru Heimir Karlsson og Sigríður Arnardóttir, betur þekkt sem Sirrý.
9.00 Bold and the Beautiful
9.20 Í finu formi 2005 (Í finu formi 2005)
9.35 Opra
10.20 Ísland í bitíð (e)
12.00 Hádegisfréttir
12.40 Neighbours (Nágrannar)
13.05 Valentína (My Sweet Fat Valentina)
13.50 Sisters (Systur)
14.35 George Lopez (21:24) (George's Relatively Bad Idea)
15.00 Listen Up (5:22) (Takið eftir)
15.25 Ljónagrín
15.50 Skrimslaspilið (32:49)
16.13 Tvíburasysturnar (2:22)
16.38 Títeuf
17.03 Smá skritnir foreldrar
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 Jamie Oliver - með sínu nefi (10:26)
20.05 Extreme Makeover: Home Edition (21:25)
20.50 Grey's Anatomy (5:22)
21.35 Crossing Jordan (11:21)
22.20 Hver fær barnið mitt?
23.05 Prison Break (8:22)
23.50 Baran
1.25 Afterlife (1:8)
2.15 First \$20 Million Is Always the Hardest
4.00 Ísland í bitíð e
5.35 Fréttir og Ísland í dag
6.45 Tónlistarmyndbönd frá Popp Tívi

SKJÁREINN

7.00 6 til sjö (e)
8.00 Rachael Ray (e)
8.50 Venni Páer (e)
15.30 What I Like About you e.
15.55 Game tívi (e) Sverrir Bergmann og Ólafur Þór Jónsson fjalla um allt það nýjasta í tækni, tölvum og tölvuleikjum.
16.20 Beverly Hills 90210
17.05 Rachael Ray
18.00 6 til sjö Guðrún Gunnarsdóttir og Felix Bergsson eru í beinni útsendingu alla virka daga og taka á móti góðum gestum í myndveri SkjáEins.
19.00 Everybody Loves Raymond (e) Bandarísk gamanseria.
19.30 Just Deal
20.00 One Tree Hill Bandarísk unglingseria þar sem húmor, dramatik og bullandi rómantík fara saman. Nathan á í peningavandræðum og biður Dan um hjálp. Brooke byrjar með nýjum kæresta en hann er ekki allur þar sem hann er séður, Payton fær hjálp úr óvænti átt og Lucas snýr aftur í körfuboltaíð þrátt fyrir veikindin.
21.00 Survivor: Cook Islands Raunveruleikaseria sem nú fer fram í þrettánda sinn. Að þessu sinni fer keppnin fram á Cook Islands í Kyrrahafi þar sem keppendur þurfa að þróa við erfiðar aðstæður og takast á við skemmtilegar þrautir. Það stýttist í úrslitabáttinn. Nú eru aðeins sjö þrúkarar eftir og allir eru að hugsa um hvernig þeir geti leikið á félagá sína.
22.00 Law & Order
22.50 Everybody Loves Raymond
23.20 Jay Leno
0.05 C.S.I.: New York (e)
1.05 Casino (e)
1.55 Beverly Hills 90210 (e)
2.40 Óstöðvandi tónlist

SIRKUS TV

12.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV
18.00 Insider (e) 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 stjórnumurir með okkur í innsta hring stjarnanna þar sem við fáum að sjá einkaviðtöl, nýjustu upplýsingarnar og sannleikann á bakvið heitasta slúðrið í Hollywood. Þessir skemmtilegu þættir koma frá sömu framleiðendum og Entertainment Tonight.
18.30 Fréttir, íþróttir og veður Fréttir, íþróttir og veður frá fréttastofu Stöðvar 2 í samtengdri og opinni dagskrá Stöðvar 2 og Sirkus.
19.00 Ísland í dag
19.30 Seinfeld Jerry, George, Elaine og Kramer halda upppeknum hætti í einum vinsælasta gamanþætti allra tíma.
20.00 Entertainment Tonight
20.30 My Name is Earl (e)
21.00 Tekinn
21.30 So You Think You Can Dance 2 Frá framleiðendum American Idol kemur raunveruleikaþátturinn So You Think You Can Dance þar sem leitað er að besta dansara Bandaríkjanna.
23.05 Weeds (9:12) (e)
23.35 Insider Í heimi fræga fólksins eru góð sambönd allt sem skiptir máli. Og þar er enginn með betri sambönd en The Insider.
0.00 24 (24:24) (e)
0.45 Seinfeld 1.10 Entertainment Tonight (e) Í gegnum árin hefur Entertainment Tonight fjallað um allt það sem er að gerast í skemmtanabransanum og átt einkaviðtöl við frægur stjórnur.
1.35 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

NYTT ÚTLIT
 Vaxið passar í One Touch tækin

ONE TOUCH

Lyf & heilsa
 VGR Reykjavík

SÝN
besta sætið

BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

10.10 FIFA World Club Championship 2005 (FIFA World Club Championship 2006) Útsending frá leik í Heimsmeistarakeppni félagsliða í knattspyrnu þar sem brasilíska stórveldið Sao Paolo á titil að verja.

13.50 Spænski boltinn (Spænski boltinn 06/07)

15.30 World Supercross GP 2005-06

16.20 World Golf Championship 2006 (Barbados World Cup)

19.20 Sterkasti maður í heimi 2005 (World's Strongest Man 2005) Keppnin um sterkasta mann heims er ávallt skemmtileg. Mótið fór fram í Kína í nóvember á síðasta ári.

19.50 FIFA World Club Championship 2005 (FIFA World Club Championship 2006)

21.30 Spænsku mörkin

22.15 Ensku mörkin Farið yfir allt það helsta sem gerðist í líðinni umferð í ensku 1. deildinni í knattspyrnu.

22.45 KF Nörd (15:15) (KF Nörd) Síðasti þátturinn um Knattspyrnufélagið Nörd þar sem Nördarnir fá að spreyta sig gegn Íslandsmeisturum FH frammi fyrir 7 þúsund áhorfendum á Laugardalsvelli.

23.30 Heimsmótariðin í Póker (San Jose's Bay 101 Shooting Star Tournament) Snjóllustu pókerspilarar veraldar koma saman á heimsmótariðinni en hægt er að fylgjast með frammi-stöðu þeirra við spilaborðið í hverri viku á Sýn. Póker á sér merka sögu en til eru ýmis afbrigði spilsins. Á seinni árum hefur póker átt miklum vinsældum að fagna víða um heim og kemur margt til, ekki síst veglegt verðlaunafé sem freistar margra.

6.00 Magic Pudding (Töfrabúðingurinn) Skemmtileg teiknimynd fyrir alla fjölskylduna.

8.00 Full Court Miracle Leyfð öllum aldurshópum.

10.00 Daddy and Them (Pabbi og þau)

12.00 A Cinderella Story

14.00 Magic Pudding

16.00 Full Court Miracle

18.00 Daddy and Them

20.00 A Cinderella Story

22.00 Once Upon a Time in Mexico (e)

0.00 Extreme Ops

2.00 Narc (Fíknó)

4.00 Once Upon a Time in Mexico (e) (Einu sinni í Mexíkó) Sannsögulegur spennuhasar-tryllir þar sem græðgi og hefnd eru í fyrirrúmi.

SKJÁR SPORT

14.00 Middlesbrough - Wigan (frá 9. des)

16.00 Bolton - West Ham (frá 9. des)

18.00 Þrumuskot

19.00 Ítölsku mörkin

19.50 Sheff. Utd. - Aston Villa (b)

22.00 Að leikslokum (e)

23.00 Ítölsku mörkin (e)

0.00 Blackburn - Newcastle (frá 9. des)

2.00 Dagskrárlök

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

N4 SJÓNVARP NORÐURL

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

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

11.00 Biathlon: World Cup in Hochfilzen **12.00** Snooker: UK Championship in York **13.00** Athletics: Asian Games in Doha, Qatar **15.00** Snooker: UK Championship in York **16.30** Football: Eurogoals **17.30** Curling: European Championship in Basel **19.00** Snooker: UK Championship in York **22.00** Rally: Destination Dakar **22.15** Football: Eurogoals **23.15** All sports: WATTS **23.45** Snooker: UK Championship in York

BBC PRIME

12.00 2 point 4 Children **12.30** The Good Life **13.00** Born and Bred **14.00** HOLBY CITY **15.00** Big Strong Boys **15.30** Location, Location, Location **16.00** Safe as Houses **17.00** Keeping Up Appearances **17.30** The Good Life **18.00** Changing Rooms Goes To Boscastle **19.00** My Family **20.00** Bodies **21.00** The Kumars at Number 42 **21.30** 3 Non-Blondes **22.00** Spooks **23.00** The Good Life **23.30** Bodies **0.30** My Family

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.00 Ultimate Disaster **12.00** The Deep Investigated **13.00** Zambesi Troop **14.00** Megastructures **15.00** Megastructures **16.00** Ultimate Disaster **17.00** Ultimate Disaster **18.00** Explorations **18.30** I Didn't Know That **19.00** The Ultimate Crocodile **20.00** Warplanes **21.00** More Amazing Moments **22.00** Ultimate Disaster **23.00** Violent Planet **0.00** More Amazing Moments

ANIMAL PLANET

11.30 The Planet's Funniest Animals **12.00** The Lost Elephants of Timbuktu **13.00** Monkey Business **14.00** The Planet's Funniest Animals **15.00** Crocodile Hunter **16.00** Miami Animal Police **17.00** The Chimpanzee Diary **18.00** Meerkat Manor **19.00** Animal Battlegrounds **20.00** Lions **21.00** Animal Cops Houston **22.00** Animal Precinct **23.00** The Planet's Funniest Animals **0.00** Animal Battlegrounds

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** Discovery Atlas **22.00** Dr G **23.00** FBI Files **0.00** Forensic Detectives

TRAVEL CHANNEL

11.30 Riding Route 66 **12.00** Don't Forget Your Passport **13.00** Treks in a Wild World **13.30** A Fork in Africa **14.00** Globe Trekker Specials **15.00** Carrera Mediterranea **15.30** Yatra - Indian Travels **16.00** Opening Soon **16.30** Roar of the Wild **17.00** Travel 2006 **17.30** Dream Destinations **18.00** Globe Trekker **19.00** Avventura - Italian Cuisine **19.30** Flavours of Chile **20.00** Opening Soon **20.30** Treks in a

Wild 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 **16.30** Just See MTV **17.30** This Is the New Sh*t **18.00** European Top 20 **19.00** My Super Sweet 16 **19.30** Trick it Out **20.00** Trick it Out **20.30** Trick it Out **21.00** The Virgin Diaries **21.30** The Hills **22.00** Laguna Beach **22.30** 8th & Ocean **23.00** The Rock Chart **0.00** Just See MTV

VH1 EUROPE

11.00 All Access **12.00** Smells Like The 90s **12.30** So 80s **13.00** Vh1 Hits **16.00** So 80s **17.00** Vh1 Viewers Jukebox **18.00** Vh1 Weekly Album Chart **19.00** Vh1 Classic **19.30** Then & Now **20.00** All Access **21.00** Hogan Knows Best **21.30** Mtv AT The Movies **22.00** Vh1 Rocks **22.30** Flipside **23.00** Top 5 **23.30** All Access **0.30** Vh1 Hits

E! ENTERTAINMENT

11.05 Sexiest Bad Girls **12.00** E! News Weekend **13.00** 101 Best Kept Hollywood Secrets **17.35** The Santa Clause 3 Behind The Scenes **18.00** E! News Weekend **19.00** Sports Stars, Private Lives **THS 20.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **21.00** Girls of the Playboy Mansion **22.00** Dr. 90210 **23.00** Sexiest Bad Girls **0.00** Sports Stars, Private Lives **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** Justice League **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

11.25 Romantic Comedy **13.05** Running from the Guns **14.30** Salt and Pepper **16.10** The Program **18.00** The Russians Are Coming **20.05** If It's Tuesday, It Must Be Belgium **21.40** Support Your Local Gunfighter **23.10** Teachers **0.55** Order of Death

TCM

20.00 Coma **21.55** The Liquidator **23.40** Hit Man **1.10** Sitting Target **2.45** Destination Tokyo

HALLMARK

11.00 Early Edition Iv **12.00** Mystery

Woman **13.30** The Yearling **15.15** Not Just Another Affair **17.00** Hiroshima **18.45** Early Edition Iv **19.30** Early Edition Iv **21.30** Law & Order **22.30** Scarlett

BBC FOOD

11.30 Rocco's Dolce Vita **12.00** Giorgio Locatelli - Pure Italian **12.30** United States of Reza **13.00** A Cook On the Wild Side **13.30** The Cookworks **14.00** Wild and Fresh **14.30** The Italian Kitchen **15.00** Cooked **15.30** Ready Steady Cook **16.00** Decoding Ferran Adria **17.00** Great Food Bites **17.30** Saturday Kitchen **18.00** A Cook On the Wild Side **18.30** The Hairly Bikers Cookbook **19.00** Rosemary on the Road **19.30** Chefs at Sea **20.00** Seasonally Scottish **20.30** New Scandinavian Cooking **21.00** Chef at Large **21.30** Sophie Grigson's Herbs **22.00** Chefs at Sea **22.30** made to order

DR 1

11.40 Debatten **12.20** DR1 Dokumentaren - Ej blot til lyst **13.20** Uventet besøg **13.50** Nyheder på tegnsprog **14.00** TV Avisen med vejret **14.10** Dawson's Creek **15.00** Hjerteflimmer **15.30** Boogie Update **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** Flyver med ørne **20.00** TV Avisen **20.25** Horisont **20.50** SportNyt **21.00** Forædler og sammensværgelser **22.40** Verdens største bordelmutter **23.30** Forelsket i Fitness **0.00** Boogie Update

SVT 1

11.50 Lilla sportspeglin **12.25** Þá spáret **13.25** Ursula - flickan í Finniskogarna **15.00** Rapport **15.10** Gomorron Sverige **16.00** Heligt vatten **16.30** Krokodill **17.00** Smá Einsteins **17.30** Julkalendern: LasseMajas detektivbyrå **17.45** Klister **18.00** Lilla sportspeglin **18.30** Rapport **19.00** Mästerverket **20.00** Plus **20.30** Kobra **21.00** Supernatural **21.45** Ridsport: Världscuphoppning **22.25** Rapport **22.35** Kulturmyheterna **22.45** Bingo Royale **23.30** Humorlabbet **0.00** Sändning från SVT24

NRK 1

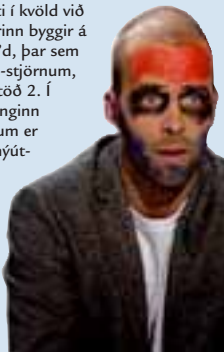
11.40 Fra Hordaland og Sogn og Fjordane **12.00** Siste nytt **12.05** V-cup skiskyting: Sprint, menn **13.00** Siste nytt **13.05** V-cup skiskyting: Sprint, menn **14.00** Siste nytt **14.05** Anne fra Bjørkeli **14.55** Nifse saker **15.00** Siste nytt **15.05** VG-lista Topp **20** **16.00** Siste nytt **16.10** Oddasat - Nyheter på samisk **16.25** VG-lista Topp **20** **16.55** Nyheter på tegnspråk **17.00** Jul i Svingen **17.25** Peo **17.30** Klånete klæner **17.40** Distriktsnyheter **18.00** Dagsrevyen **18.30** Norge rundt **18.55** På tråden med Synnøve **19.55** Nytt på nytt **20.25** Først & sist **21.15** Politigentene **22.00** Kveldsnytt **22.15** Den skjønne linje **23.15** Frank Zappa - grenseløst artist **0.05** Alfred Hitchcock presenterer

» EKKI MISSA AF ...

Tekinn

Auðunn Blöndal heldur uppteknum hætti í kvöld við að hrekkja þjóðþekktu Íslendinga. Þátturinn byggir á erlendri fyrirmynd, MTV-þættinum Punk'd, þar sem Ashton Kutcher hefur fíflast í Hollywood-stjörnum, en sýningar hefjast á Punk'd í janúar á Stöð 2. Í þættinum í kvöld er fórnarlambið hans enginn annar en Björgvin Halldórsson. Í hrekknum er Björgvin staddur í Skífuverslun að árita nýtt-komna plötu sína. Þangað sendi Auði unga stúlku til að biðja um eiginhandararitun fyrir mömmu. Stúlkukindin gerist síðan vægast sagt dónaleg og illa upplýst um þennan fremsta dægurlagasöngvara þjóðarinnar og gerir allt sem hún getur til að spila með hans finustu taugar – með spaugilegum afleiðingum.

SIRKUS KL. 21.00.





▶ **20.00** Queer Eye SKJÁR EINN



▶ **20.55** NCIS STÖÐ 2



▶ **21.00** 24 SIRKUS



▶ **21.25** Himneskir tónar



▶ **19.50** Sheffield-Ashton Villa SKJÁR SPORT

 SJÓNVARPIÐ

15.40 Helgasportið
16.05 Ensku mörkín
17.00 Jóladagatalið - Stjórnustrákur
17.10 Leiðarljós (Guiding Light)
17.50 Táknmálsfréttir
17.59 Myndasafnið
18.00 Fyndin og furðuleg dýr (4:26) (Weird & Funny Animals)
18.05 Lubbi læknir (40:52) (Dr. Dog)
18.20 Ástfangnar stelpur (2:13) (Girls in Love II) Bresk þáttaröð um unglingsstelpur og ævintýri þeirra.
18.45 Jóladagatalið - Stjórnustrákur
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.35 Kastljós
20.10 Aldamótabörn (3:4) (Child of Our Time)
21.15 Glæpahneigð (22:22) (Criminal Minds) Bandarísk þáttaröð um sérsveit 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 Gladini og Shemar Moore.
22.00 Tíufréttir
22.25 Ensku mörkín Síndir verða valdir kaflar úr leikjum síðustu umferðar í enska fótboltanum. e.
23.20 Spaugstofan Endursýndur þáttur frá laugardagskvöldi.
23.45 Friedman í Sjónvarpsal Sjónvarpið endursýnir umræðuþátt með Milton Friedman, Nóbelsverðlaunahafa í hagfræði, sem lést 16. nóvember.
1.00 Kastljós
1.35 Dagskrárlok

 ÞRIÐJUDAGINN

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 (Nágrannar)
13.05 Valentína (My Sweet Fat Valentína)
13.50 Silfur Egils
15.25 Whose Line Is It Anyway? 4
15.50 Mr. Bean
16.13 Shin Chan
16.38 Nornafélagið
17.03 Tasmania (Taz-Mania)
17.28 Bold and the Beautiful (Glæstar vonir) Leyfð öllum aldurshópum.
17.53 Neighbours (Nágrannar)
18.18 Íþróttir og veður
18.30 Fréttir, íþróttir og veður
19.00 Ísland í dag
19.40 Simpsons (12:21) (Simpson-fjölskyldan)
20.05 Amazing Race (Kapphlaupið mikla)
20.55 NCIS (22:24)
22.25 The Unit (1:13) (Úrvallssveitin)(1:13) Evrópskir viðskiptajöfrar í farþegaflugvél komast í hann krappan þegar hryðjuverkamenn ræna vélinni. Kemur þá til kasta úrvallssveitarinnar að leysa fólkíð úr klóm hinna miskunnarlausu þrjóta. Bönnuð börnum.
23.10 Thief (3:6) (Þjófur)
23.55 Numbers (8:24)
0.40 My Little Eye
2.15 Sleeping Dictionary
4.00 Ísland í bitíð e
5.35 Fréttir og Ísland í dag Fréttir og Ísland í dag endursýnt frá því fyrir í kvöld.
6.45 Tónlistarmyndbönd frá Popp Tívi

 SKJÁREINN

7.00 6 til sjö (e)
8.00 Rachael Ray (e)
8.50 Venni Páer (e)
15.30 What I Like About You (e) Gamansería um tvær ólíkar systur sem búa saman í New York.
15.55 Game tívi (e) Sverrir Bergmann og Ólafur Þór Jóelsson fjalla um allt það nýjasta í tækni, tölvum og tölvuleikjum.
16.20 Beverly Hills 90210 Bandarísk unglingsasería.
17.05 Rachael Ray Glænýr spjallþáttir.
18.00 6 til sjö Guðrún Gunnarsdóttir og Felix Bergsson eru í beinni útsendingu alla virka daga og taka á móti góðum gestum í myndverri SkjásEins.
19.00 Everybody Loves Raymond (e) Bandarísk gamansería.
19.30 Just Deal Bandarísk unglingsasería um þrjá ólíka vini.
20.00 One Tree Hill Bandarísk unglingsasería þar sem húmor, dramatík og bullandi rómantík fara saman. Nathan á í peningavandræðum og biður Dan um hjálp.
21.00 Survivor: Cook Islands Raunveruleikasería sem nú fer fram í þrettánda sinn.
22.00 Law & Order Bandarískur þáttur um störf rannsóknarlögreglumanna og saksóknara í New York. Gregory Hines heitinn er hér í sínu síðasta hlutverki.
22.50 Everybody Loves Raymond Bandarísk gamansería.
23.20 Jay Leno Spjallþáttur á léttum nótum.
0.05 C.S.I.: New York (e)
1.05 Casino (e)
1.55 Beverly Hills 90210 (e)
2.40 Óstöðvandi tónlist

 SIRKUS TV

12.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV
18.00 Insider (e)
18.30 Fréttir, íþróttir og veður
19.00 Ísland í dag
19.30 Seinfeld 20.00 Entertainment Tonight
20.30 My Name is Earl (e)
21.00 Tekinn
21.30 So You Think You Can Dance 2 Frá framleiðendum American Idol kemur raunveruleikaþátturinn So You Think You Can Dance þar sem leitað er að besta dansara Bandaríkjanna.
23.05 Weeds (9:12) (e) Önnur serían um húsmóðurina Nancy sem er einn heitasti eiturlýfjasalinn í úthverfum Los Angeles borgar. Eftir að eiginmaður hennar deyr snögglega lendir Nancy í miklum fjárhagsörðuleikum. Til þess að bjarga sér úr vandræðunum tekur Nancy upp á því að fara að selja maríjúana í úthverfum Los Angeles borgar. Þessir þættir slógu óvænt í gegn í fyrra og vann Mary-Louise Parker m.a Golden Globe fyrir frammistöðu sína í þáttunum.
23.35 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 bak við heitasta slúðrið í Hollywood. Þessir skemmtilegu þættir koma frá sömu framleiðendum og Entertainment Tonight.
0.00 24 (24:24) (e)
0.45 Seinfeld
1.10 Entertainment Tonight (e) |
1.35 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

Litbreytingakerti
Steinapýramídar
Lukkubúddar
Indveskar stjórnur
Himalaya saltlampar

BETRALIF

Orkuambönd
Álfastyttur
Spábollasett
Kristalkertastjakar
SteinaPendúlar

17 ára 17 ára 17 ára Kringlunni - 3. hæð sími 581-1380 17 ára 17 ára 17 ára





19.05 FIFA World Club Championship 2005 (FIFA World Club Championship 2006) Útsending frá leik í Heimsmeistarakeppni félagsliða í knattspyrnu þar sem brasilíska stórveldið Sao Paolo á titil að verja.

19.05 Gillette Sportpakinn (Gillette World Sport 2006) Íþróttir í lofti, láði og legi. Magnaður þáttur þar sem allar íþróttageinar eru teknar fyrir. Þáttur sem sýndur hefur verið í fjölmörg ár við miklar vinsældir.

19.30 Meistaradeild Evrópu - fréttaþáttur (Meistaradeild Evrópu fréttaþáttur 06/07) Allt það helsta úr Meistaradeildinni. Fréttir af leikmönnum og liðum auk þess sem farið er yfir mörkin, helstu tilþrifin í síðustu umferð og spád í spilin fyrir næstu leiki.

20.00 X-Games 2006 - þáttur 4

20.55 World Golf Championship 2006 (Barbados World Cup) Útsending frá Heimsmeistararnótinu í golfi sem fram fer á Barbados. Tveir kyflingar keppa fyrir hönd sinnar þjóðar í liðakeppni.

22.55 World Supercross GP 2005-06 (Rogers Centre) Í Supercrossi er um að ræða keppni á vélhjólum þar sem kappaksturinn fer fram við erfiðar aðstæður, til dæmis á grasi, sandi eða mól svo dæmi sé nefnt. Mjög reynt er kappana við þessar aðstæður en ýmsar tækninýjungar hafa verið nýttar varðandi búnað vélhjólanna sem til að mynda gefur þeim aukidó svif í stökkum.

23.50 Ensku mörkin Farið yfir allt það helsta sem gerðist í liðinni umferð í ensku 1. deildinni í knattspyrnu. Mörg félaganna í deildinni eru með íslenska leikmenn á sínum snærum og því kærkomið að fá tækifæri til þess að fylgjast með tilþrifum þeirra í hverri einustu umferð.

BÍÓ STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 Kalli á þakinu
8.00 Hackers (Tölvuprjótur) Dade Murphy er tölvuprjótur. Ellefu ára var hann kominn á skrá hjá alríkislögreglunni. Hann eyðilagði gögn á annað þúsund starfsmanna fjármálamarkaðarins á Wall Street og var settur í marga ára tölvubann.

10.00 Fíaskó Íslensk nútíma-saga sem gerist í Reykjavík. Við kynnumst meðlimum Bardalífjölskyldunnar sem eru hver öðrum skrautlegri.

12.00 The Notebook

14.00 Kalli á þakinu

16.00 Hackers (Tölvuprjótur)

18.00 Fíaskó

20.00 The Notebook

22.00 The Woodsman

0.00 People I Know

2.00 Ash Wednesday

4.00 The Woodsman (Einfarinng)

SKJÁR SPORT

7.00 Að leikslokum (e)

14.00 Portsmouth - Everton (frá 9. des)

16.00 Lazio - Roma (frá 10. des)

18.00 Þrumuskot

19.00 Að leikslokum (e)

20.00 Wigan - Liverpool (frá 2. des)

22.00 Chelsea - Arsenal (frá 10. des)

0.00 Ítölsku mörkin (e)

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

N4 SJÓN NORÐURL

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

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

11.00 Football: Eurogoals
12.00 Athletics: World Junior Championships in Beijing
13.00 Athletics: Asian Games in Doha, Qatar
15.00 Football: Asian Games in Doha, Qatar
16.00 Curling: European Championship in Basel
17.00 Snooker: UK Championship in York
19.30 Boxing: Fight(s) to be announced
20.00 Boxing: Fight(s) to be announced
22.00 Rally: Destination Dakar
22.15 Snooker: UK Championship in York
23.30 Poker: Pro Championship Series in Las Vegas

BBC PRIME

11.30 My Family
12.30 The Good Life
13.00 Born and Bred
14.00 Holby City
15.00 Big Strong Boys
15.30 Location, Location, Location
16.00 Safe as Houses
17.00 Keeping Up Appearances
17.30 The Good Life
18.00 50 Things to Do Before You Die
19.00 Absolutely Fabulous
19.45 Marion & Geoff
20.00 Little Britain
20.30 Coupling
21.00 The Kumars at Number 42
21.30 Swiss Toni
22.00 Spooks
23.00 The Good Life
23.30 Little Britain
0.00 Coupling
0.30 Absolutely Fabulous

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.00 Air Crash Investigation
12.00 Atlantis Investigated
13.00 Battle of the Arctic Giants
14.00 Megastructures
15.00 Gospel of Judas
16.00 Seconds From Disaster
17.00 Air Crash Investigation
18.00 Mad Labs
18.30 I Didn't Know That
19.00 A Life Among Whales
20.00 Warplanes
21.00 Seconds From Disaster
22.00 Air Crash Investigation
23.00 I Didn't Know That
0.00 Seconds From Disaster

ANIMAL PLANET

11.30 Animals A-Z
12.00 Ten Deadliest Sharks
13.00 Animal Battlegrounds
14.00 Lions
15.00 Crocodile Hunter
16.00 Miami Animal Police
17.00 Horsetails
17.30 A Stable Life
18.00 Animals A-Z
18.30 Monkey Business
19.00 Top Bat
20.00 Wild India
21.00 Animal Cops
22.00 Houston
23.00 Emergency Vets
23.00 The Planet's Funniest Animals
0.00 Top Bat

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 Man Made
21.00 Marvels Asia
21.00 Deadliest Catch
22.00 Brainiac - History Abuse
23.00 FBI Files
0.00 Forensic Detectives

TRAVEL CHANNEL

11.30 Riding Route 66
12.00 Don't Forget Your Passport
13.00 A Solo in the Mediterranean
13.30 Fork in South-East Asia
14.00 Globe Trekker
15.00 Carrera Mediterranean
15.30 A Fork in Africa
16.00 Opening Soon
16.30 Roar of the Wild
17.00 The Independent Travellers' Guide
18.00 Grainger's World
19.00 Opening Soon
19.30 Roar of the Wild
20.00 Extreme Encounters in Travel
21.00 Globe Trekker
22.00 The Thirsty Traveler
23.00 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
16.30 Just See MTV
17.30 This Is the New Sh*t
18.00 The Rock Chart
19.00 Return of the Boyband
19.30 Why Can't I Be You?
20.00 Senseless
20.30 The Hills
21.00 Top 10 at Ten
22.00 The Adventures of Chico & Guapo
22.30 Where My Dogs At?
23.00 Alternative Nation
0.00 Just See MTV

VH1 EUROPE

11.00 All Access
12.00 Smells Like The 90s
12.30 So 80s
13.00 Vh1 Hits
16.00 So 80s
17.00 Vh1 Viewers' Jukebox
18.00 Smells Like The 90s
19.00 Vh1 Classic
19.30 Then And Now
20.00 All Access
21.00 The Osbournes
21.30 Beavis & Butt-head
22.00 Vh1 Rocks
22.30 Flipside
23.00 Top 5
23.30 All Access
0.30 Vh1 Hits

E! ENTERTAINMENT

11.30 Gone Bad
12.00 E! News
12.30 The Daily 10
13.00 Drew Barrymore THS
14.50 Sexiest Bad Girls
15.45 50 Cutest Child Stars: All Grown Up
17.35 Janet Jackson: Exposed
18.00 E! News
18.30 The Daily 10
19.00 Sean Diddy Combs THS
20.00 101 Sexiest Celebrity Bodies
21.00 Sexiest Bad Boys
22.00 Dr. 90210
23.00 Naked Wild On
23.30 Naked Wild On
0.00 Sean Diddy Combs 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 X-Men Evolution
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 Once Upon a Crime
12.15 The Scalphunters
14.55 A Matter of Justice
16.25 A Man of Passion
18.00 If It's Tuesday, It Must Be Belgium
19.35 Eureka
21.40 Stella
23.30 Solomon and Sheba

TCM

20.00 2010
22.00 Shoot the Moon
0.00 The Loved One
2.00 Never Let Me Go
3.35 Moonfleet

HALLMARK

11.00 Early Edition
12.00 Big and Hairy
13.45 Mr. Rock 'n' Roll: The Alan Freed Story
15.15 Restless Spirits
17.00 Hiroshima
18.45 Early Edition
19.20 Law & Order
22.30 Bloodknott

BBC FOOD

11.30 Saturday Kitchen
12.00 A Cook On the Wild Side
12.30 The Hairy Bikers Cookbook
13.00 Rosemary on the Road
13.30 Chefs at Sea
14.00 Seasonally Scottish
14.30 New Scandinavian Cooking
15.00 Chef at Large
15.30 Sophie Grigson's Herbs
16.00 Chefs at Sea
16.30 made to order
17.00 Great Food Bites
17.30 Heat in the Kitchen
18.00 Neil Perry Fresh and Fast
18.30 Neil Perry Rockpool Sessions
19.00 Organic
19.30 Diet Trials
20.00 Beauty and the Feast
20.30 Chef
21.00 Chef at Home
22.00 The Hairy Bikers Cookbook

DR 1

11.55 Dagens Danmark
12.00 OBS
12.05 Ildsjæle
12.35 Desperate boligdrømme
13.05 Flyver med ørne
13.50 Nyheder på tegnsprog
14.00 TV Avisen med vejret
14.10 Dawson's Creek
15.00 Boogie special: 50 cent
15.30 En lille reminder
15.40 SPAM
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 Hammerslag
19.30 Danskernes Krønike
20.00 TV Avisen
20.25 Kontakt
20.50 SportNytt
21.00 Foræderi og sammensværgelser
22.40 OBS
22.45 Min fars sind
23.40 Clement Kontra

NRK 1

11.40 Fra Hordaland og Sogn og Fjordane
12.00 Siste nytt
12.05 V-cup skiskyting: Sprint, menn
13.00 Siste nytt
13.05 V-cup skiskyting: Sprint, menn
14.00 Siste nytt
14.05 Anne fra Bjørkylei
14.55 Nifse saker
15.00 Siste nytt
15.03 VG-lista Topp
20 **16.00** Siste nytt
16.10 Oddasat - Nyheter på samisk
16.25 VG-lista Topp
20 **16.55** Nyheter på tegnspråk
17.00 Jul i Svingen
17.25 Peo
17.30 Klønnete kløner
17.40 Distriktnyheter
18.00 Dagsrevyen
18.30 Norge rundt
18.50 På tråden med Synnøve
19.55 Nytt på nytt
20.25 Først & sist
21.15 Politiaagentene
22.00 Kveldsnytt
22.15 Den skjønne linje
23.15 Frank Zappa - grensels art
0.05 Alfred Hitchcock presenterer

SVT 1

11.05 Den vilde världen
12.15 Ridsport: Verldscupoppning
12.55 Hos Jhde
13.25 Biffen og bananen
15.00 Rapport
15.10 Gomorron Sverige
16.00 Animalitos
16.05 Top! En español
16.25 Animalitos
16.30 Krokodill
17.00 Världens största kör
17.10 Pettson och Findus - Tomtemaskinen
17.25 Känsliga bitar
17.30 Julkalendern: LasseMajas detektivbyrå
17.45 Hanna Mias resa till Antarktis
18.00 Lilla Aktuellt - kortnyheter
18.05 Trackslistan
18.30 Rapport
19.00 Uppdrag Granskning
20.00 Sejer - svart sekunder
21.00 Argument
22.00 Rapport
22.10 Kulturnyheterna
22.20 Kobra
22.50 HippHipp: Itzhaks juleavgjellum
23.20 Yizo, Yizo
23.45 Sändning från SVT24

» EKKI MISSA AF ...

The Unit

Nýr spennumyndaflokkur um störf leynilegrar úrvallssveitar innan bandaríska hersins sem hefur það hlutverk að fara í hættulegustu og leynilegustu sendiferðir sem upp koma. Þótt sveitin sé skipuð þeim allra færustu sem fyrirfinnast í hernum þá taka verkefnið mjög á, ekki síst fyrir eiginkonur þeirra og fjölskyldur sem lifa í stöðugum ótta um líf manna sinna. Þessir þættir eru hugarsmíð leikstjórans og leikritaskáldsins virta, Davids Mamet, sem á að baki myndir og handrit á borð við Spartan, Heist, The Untouchables, Glengarry Glen Ross. Í þessum fyrsta þætti komast evrópskir viðskiptajöfrar í hann krappan þegar hryðjuverkamenn fremja flugrán. Kemur þá til kasta úrvalls-sveitarinnar að leysa málið. Bönnuð börnum.



STÖÐ 2 KLUKKAN 22.25



SJÓNVARPIÐ



SKJÁREINN

SIRKUS TV



▶ **20.00 White Chicks**
STÖÐ 2 BÍÓ



▶ **08.50 Dýravínir SKJÁR**
EINN



▶ **20.35 Victoria's Secret**
STÖÐ 2



▶ **21.30 Ghost Whisperer**
SIRKUS



▶ **20.15 E.R. SJÓNVARPIÐ**

17.00 Jóladagatalið - Stjórnustrákur
17.10 Leiðarljós
17.55 Táknmálsfréttir
18.05 Disneystundin
18.06 Sígildar teiknimyndir
18.15 Herkúles (13:28)
18.45 Jóladagatalið - Stjórnustrákur
18.54 Víkingalottó
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.35 Kastljós
20.15 Bráðavaktin (17:22) (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. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.
21.00 Nigella og jólamaturinn (1:3) (Nigella's Christmas Kitchen) Priggja þátta röð þar sem eldabúskan góðkunnna Nigella Lawson kemur með tillögur að kræsingum á jólaborðið og sýnir hvernig á að matreiða þær.
21.35 Úlfabýtur í úthverfi (3:8) (Suburban Shootout) Breskur gamanmyndaflokkur um konurnar í smábænum Little Stempington sem drepa ekki tímann, heldur hver aðra með ótrúlegustu vopnum. Meðal leikenda eru Anna Chancellor, Felicity Montagu, Amelia Bullmore og Emma Kennedy.
22.00 Tiufréttir
22.25 Handboltakvöld Fjallað verður um EM kvenna í handknattleik.
22.40 100% manneskja (100% menneske) Norsk heimildamynd frá 2005 um strákinn Morten sem lét breyta sér í stelpuna Monicu þegar hann var 22 ára.
23.35 Kastljós
0.15 Dagskrárlok

6.58 Ísland í bitíð
9.00 Bold and the Beautiful
9.20 Í finu formi 2005 (Í finu formi 2005)
9.35 Oprah (79:145)
10.20 Ísland í bitíð (e)
12.00 Hádegisfréttir
12.40 Neighbours (Nágrannar)
13.05 Valentína
13.50 Amazing Race
14.35 How I Met Your Mother
15.00 Osbournes 3 (3:10) (Osbourne-fjölskyldan)
15.25 Oliver Beene (10:14) (e)
15.50 Sabrina - Unglingsnornin
16.13 Shoebox Zoo
16.38 Cubix
17.03 Könnuðurinn Dóra
17.28 Bold and the Beautiful (Glæstar vonir)
17.53 Neighbours (Nágrannar)
18.18 Íþróttir og veður
18.30 Fréttir, íþróttir og veður Fréttir, íþróttir og veður frá fréttastofu Stöðvar 2 í samtengdri og opinni dagskrá Stöðvar 2 og Sirkuss.
19.00 Ísland í dag
19.40 Simpsons (13:21) (Simpson-fjölskyldan)
20.05 Eldsnögg með Jóa Fel (8:10)
20.35 Undirfatasýning Victoríu Secret
21.20 Afterlife (2:8)
22.10 Strong Medicine (15:22)
22.55 Grey's Anatomy (5:22)
23.40 The Closer (3:15)
0.25 Crossing Jordan (11:21) (Réttarlæknirinn)
1.10 Eleventh Hour
2.20 Cheats (Svindlarar)
3.50 Ísland í bitíð e
5.25 Fréttir og Ísland í da
6.35 Tónlistarmyndbönd frá Popp Tívi

7.00 6 til sjö (e)
8.00 Rachael Ray (e)
8.50 Dýravínir (e)
14.50 Innlit / útlit (e) Hönnunar- og lífsstílsþáttur.
15.50 Venni Páer (e) Ný, íslensk gamansería.
16.20 Beverly Hills 90210 Bandarísk unglingsería.
17.05 Rachael Ray Glænýr spjallþættir.
18.00 6 til sjö Guðrún Gunnarsdóttir og Felix Bergsson eru í beinni útsendingu alla virka daga og taka á móti góðum gestum í myndveru SkjáEins.
19.00 Everybody loves Raymond (e) Bandarísk gamansería.
19.30 The King of Queens (e) Bandarísk gamansería.
20.00 Love, Inc. Gamanþáttur um stefnumótþjónustu sem gengur alla leið. Gamall kúnni þarf hjálp við að bjóða konunnar sem hann kynntist með hjálp stefnumótþjónustunnar.
20.30 Out of Practice
21.00 America's Next Top Model VII
22.00 The Real Housewives of Orange County - NYTT Mögnuð raunveruleikasería þar sem fylgst er með lífi fimm húsmæðra í ríkisbubbasamfélagi í Kaliforníu. Kimberly, Jeana, Vicki, Lauri og Jo eru vanar hinu ljúfa lífi og gera allt sem þær geta til að viðhalda því. Áhorfendur fá að fylgjast með öllu sem gerist í lífi þeirra... og líf þeirra er alls ekki fullkomið.
23.00 Everybody Loves Raymond
23.30 Jay Leno
0.15 Close to Home (e) Bandarísk sakamálasería.
1.10 Da Vinci's Inquest (e) Kanadísk sakamálasería.
2.00 Beverly Hills 90210 (e)
2.45 Óstöðvandi tónlist

12.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV
18.00 Insider (e) 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 stjórnendur með okkur í innsta hring stjarnanna þar sem við fáum á bak við heitasta slúðrið í Hollywood.
18.30 Fréttir, íþróttir og veður Fréttir, íþróttir og veður frá fréttastofu Stöðvar 2 í samtengdri og opinni dagskrá Stöðvar 2 og Sirkuss.
19.00 Ísland í dag
19.30 Seinfeld
20.00 Entertainment Tonight
21.00 Sirkus Rvk Ásgeir Kolbeinsson er snúinn aftur með nýjan og betri þátt ásamt nýjum þáttastjórnendum. Ásgeir og co. eru að fylgjast með því sem er að gerast í menningarlífi Reykjavíkur. Áhersla er lögð á nýja staði, spennandi upptökur, opnanir og frumsýningar; það nýjasta í tiskunni, tónlist, kvikmyndum og almennt í afþreyingarlífinu.
21.30 Ghost Whisperer (21:22)
22.20 Pepper Dennis
23.10 Insider Í heimi fræga fólksins eru góð sambönd allt sem skiptir máli.
23.35 Weeds (9:12) (e) Önnur serían um húsmóðurina Nancy sem er einn heitasti eiturlyfjasalinn í úthverfum Los Angeles borgar.
0.05 Seinfeld Jerry, George, Elaine og Kramer halda uppteknum hætti í einum vinsælasta gamanþætti allra tíma.
0.30 Entertainment Tonight
0.55 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

Jólavínið: Raimat Abadia

Hentar vel með íslenskum jólamat

Skemmtilegt vín frá Coster de Segre á Spáni. Sönnun þess að fleira en góður fótbolti kemur frá Katalóníu. Raimat er vínhus í eigu freyðivinsframeiðandans Codorniu og eru vínin sönnun þess að Codorniu getur einnig búið til frábær léttvín eins og freyðivín. Raimat Abadia er blanda af þremur dökkum þrúgum og má segja að þar blandist nýi heimurinn þeim gamla. Víníð leikur við bragðlaukana og þægileg eikin gerir það að verkum að Raimat Abadia

hentar mjög vel með jólamat okkar Íslendinga. Oft er sagt að Raimat Abadia sé ekta tapas-vín af því að það passi svo vel með fjölbreyttum mat. Því er óhætt að segja að Raimat Abadia henti einnig afar vel með okkar jólamat sem er af ýmsu tagi. Jólavínið í ár – engin spurning.

Raimat Abadia er á sérstöku hátíðarverði í Vínúðunum og kostar 1.150 kr.





10.10 FIFA World Club Championship 2005 (FIFA World Club Championship 2006) Útsending frá leik í Heimsmeistarakeppni félagsliða í knattspyrnu. Keppnin er nú haldin annað árið í röð með núverandi fyrirkomulagi en hún var haldin í fyrsta sinn árið 2001.

17.25 X-Games 2006 - þáttur 4 (X-Games 2006 - þáttur 4) 4. þátturinn frá X-Games á þessu hausti þar sem keppt er í nánast öllu milli himins og jarðar sem viðkemur adrenalin-íþróttagreinum. X-Games njóta geysilegrar hylli í Bandaríkjunum enda þrýðilegt sjónvarpsfni þar sem ótrúleg tilþríf líta dagsins ljós.

18.20 Spænski boltinn (Spænski boltinn 06/07) Útsending frá leik í spænska boltanum.

20.00 FIFA World Club Championship 2005 (FIFA World Club Championship 2006) Útsending frá leik í Heimsmeistarakeppni félagsliða í knattspyrnu. Keppnin er nú haldin annað árið í röð með núverandi fyrirkomulagi en hún var haldin í fyrsta sinn árið 2001.

21.40 Meistaradeild Evrópu (Barcelona - Chelsea) Útsending frá leik í riðlakeppni Meistaradeilda Evrópu í knattspyrnu á milli Barcelona og Chelsea sem fram fór á dögunum.

23.20 Spænsku mörkin Ítarleg umfjöllun um síðustu umferð í spænska boltanum. Mörkin úr öllum leikjum umferðarinnar, tilþriffin og umdeildu atvikin.

BIÓ STÖÐ 2 BIÓ

6.00 Rúdólfur (Rudolph 2)
8.00 Hair (Hárið)

10.05 Another Pretty Face (Ungfrú snoppufríð)

12.00 White Chicks (Hvítar gellur)

14.00 Rúdólfur (Rudolph 2)

16.00 Hair (Hárið) Heimsfræg kvikmynd sem þýkir gefa mjög raunsanna lýsingu á hippakynslóðinni.

18.05 Another Pretty Face (Ungfrú snoppufríð) Dramatísk gamanmynd fyrir alla fjölskylduna. Diana Downs er 45 ára fréttapútur.

20.00 White Chicks

22.00 Wakin' Up in Reno (Helgarferð til Reno)

0.00 Gigli

2.00 Buffalo Soldiers

4.00 Wakin' Up in Reno (Helgarferð til Reno)

SKJÁR SPORT

7.00 Að leikslokum (e)

13.30 Palermo - Livorno (frá 9. des)

15.30 Tottenham - Charlton (frá 9. des)

17.30 Watford - Reading (frá 9. des)

19.35 Wigan - Arsenal (beint)

22.00 Chelsea - Newcastle (frá í kvöld)

0.00 Sheff. Utd. - Aston Villa (frá 11. des)

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

N4 SJÓNVARP NORÐURL

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

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT

11.00 Football: Asian Games in Doha, Qatar **12.00** Biathlon: World Cup in Hochfilzen **13.15** Biathlon: World Cup in Osrbie, Slovakia **15.00** Curling: European Championship in Basel **17.00** Sailing: Inside Alinghi **17.05** All Sports: Wednesday Selection **17.15** Equestrianism: World Cup in Geneva **18.15** Snooker: UK Championship in York **19.00** Snooker: UK Championship in York **22.00** Biathlon: World Cup in Osrbie, Slovakia **23.00** Curling: European Championship in Basel

BBC PRIME

11.30 Absolutely Fabulous **12.15** Radical Girls **12.30** The Good Life **13.00** Born and Bred **14.00** Holby City **15.00** Big Strong Boys **15.30** Location, Location, Location **16.00** Safe as Houses **17.00** Porridge **17.30** The Good Life **18.00** 50 Things to Eat Before You Die **19.00** As Time Goes By **20.00** Dalziel and Pascoe **21.00** The Kumars at Number 42 **21.30** Swiss Toni **22.00** Spooks **23.00** The Good Life **23.30** Dalziel and Pascoe **0.30** As Time Goes By

NATIONAL GEOGRAPHIC

11.00 Quake Threat UK **12.00** Explosive Force Investigated **13.00** Pests from Hell **14.00** Megastructures **15.00** Unlocking da Vinci's Code **16.00** Air Crash Investigation **17.00** Quake Threat UK **18.00** Mad Labs **18.30** I Didn't Know That **19.00** The Ant That Ate America **20.00** Warplanes **21.00** Air Crash Investigation **22.00** The Nostradamus Effect **23.00** I Didn't Know That **0.00** Air Crash Investigation

ANIMAL PLANET

11.30 Gelada Baboons **12.00** The Natural World **13.00** Top Bat **14.00** Wild India **15.00** Crocodile Hunter **16.00** Miami Animal Police **17.00** Wildlife SOS **18.00** Gelada Baboons **18.30** Monkey Business **19.00** Jungle **20.00** Life of Mammals **21.00** Animal Cops Houston **22.00** Ultimate Killers **23.00** 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 World Class **12.00** Don't Forget Your Passport **13.00** The Thirsty Traveler **14.00** Globe Trekker **15.00** Carrera Mediterranea **15.30** Earthwalkers **16.00** Dream Destinations **16.30** Roar of the Wild **17.00** Globe Trekker Specials **18.00** Exploring Horizons **19.00** A Fork in the Mediterranean **19.30** Viva **20.00** Grainger's World **21.00**

Globe Trekker Specials **22.00** The Thirsty Traveler **22.30** Earthwalkers **23.00** Riding Route **66** **23.30** Globe Guides **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 Movie Special **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 All Access **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** Motormouth **20.30** Mtv At The Movies **21.00** The Osbournes **21.30** Beavis & Butthead **22.00** Vh1 Rocks **22.30** Flipside **23.00** Top 5 **23.30** All Access **0.30** Vh1 Hits

E! ENTERTAINMENT

11.05 Sexiest Bad Boys **12.00** E! News **12.30** The Daily 10 **13.00** 101 Craziest TV Moments **17.35** The Santa Clause 3 Behind The Scenes **18.00** E! News **18.30** The Daily 10 **19.00** Britney & Kevin THS **20.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **21.00** Girls of the Playboy Mansion **22.00** Dr. 90210 **23.00** Sexiest Bad Boys **0.00** Britney & Kevin THS **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

11.30 Brannigan **13.20** Eddie & The Cruisers II **15.00** The Bridge In The Jungle **16.25** A Doll's House **18.00** Eureka **20.05** The Curse **21.35** Purple Haze **23.10** Love Bites **0.45** No Dead Heroes

TCM

20.00 Victor/Victoria **22.10** The Subterraneans **23.40** The Strawberry Blonde **1.20** Shaft's Big Score **3.05** Captain Blood

HALLMARK

11.00 Early Edition Iv **12.00** The War Between Us **13.45** Stranded Destinations **16.30** Roar of the Wild **17.00** The War Between Us **18.45** Early Edition Iv **21.30** Law & Order **22.30** The Fixer

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 **16.00** The Hairy Bikers Cookbook **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** Eat This **21.00** Giorgio Locatelli - Pure Italian **21.30** Jancis Robinson's Wine Course **22.00** Giorgio Locatelli - Pure Italian **22.30** Rocco's Dolce Vita

DR 1

11.35 Dagens Danmark **12.00** 3.behandling af finansloven **13.50** Nyheder på tegnsprog **14.00** TV Avisen med vejret **14.10** Dawson's Creek **15.00** Special **15.30** Pigebandet Frank **16.00** Absalons Hemmelighed **16.30** Absalons 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** SportS **19.30** Ildsjæle **20.00** TV Avisen **20.25** Profilen **20.50** SportNyt **21.00** Indokina **23.30** Onsdags Lotto **23.35** Levende mirakler

NRK 1

11.40 Fra Hordaland og Sogn og Fjordane **12.00** Siste nytt **12.05** V-cup skiskyting: Sprint, menn **13.00** Siste nytt **13.05** V-cup skiskyting: Sprint, menn **14.00** Siste nytt **14.05** Anne fra Bjørkely **14.55** Nifse saker **15.00** Siste nytt **15.03** VG-lista Topp **20** **16.00** Siste nytt **16.10** Oddasat - Nyheter på samisk **16.25** VG-lista Topp **20** **16.55** Nyheter på tegnspråk **17.00** Jul i Svingen **17.25** Peo **17.30** Klånete klæner **17.40** Distriktsnyheter **18.00** Dagsrevyen **18.30** Norge rundt **18.55** På tråden med Synnøve **19.55** Nytt på nytt **20.25** Først & sist **21.15** Politiagentene **22.00** Kveldsnytt **22.15** Den skjønne linje **23.15** Frank Zappa - grenseløs artist **0.05** Alfred Hitchcock presentere

SVT 1

11.05 Doobidoo **12.15** Mark Rothko **13.10** Fiket **15.00** Rapport **15.10** Gomorron Sverige **16.00** Plus **16.30** Krokodill **17.00** Lilla spöket Laban **17.10** Jag kan inte sluta **17.15** Dra mig baklänges **17.30** Julkalendern: LasseMajas detektivbyrå **17.45** Tracey McBean **18.00** Kärleksagenterna **18.30** Rapport **19.00** Naturnollorna **19.30** Mitt i naturen **20.00** Entourage **20.10** Nyckeln till frihet **22.50** Rapport **23.00** Kulturmystererna **23.10** Mästerverket **0.10** Sändning från SVT24

» EKKI MISSA AF ...

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 upptök, opnanir og frumsýningar; það nýjasta í tískunni, tónlist, kvikmyndum og almennt í afþreyingarlífinu. Ásgeir hefur fengið til liðs við sig þrjár konur: Eva Dögg markaðskona sér m.a. um tiskutengt efni í þættinum en hún er menntuð í tiskufræðum og starfar við markaðsmál hjá Smáralind. Helena lögfræðinemi fjallar m.a. um skemmtilegar upptökum og heilsutengt efni. Ragnhildur Magnúsdóttir útvarpskona fjallar m.a. um afþreyingu fyrir alla, tónlist og óhefðbundin áhugamál.

SIRKUS KL. 21.00.





▶ **22.35** Fifa World Cup SÝN



▶ **20.30** Venni Páer SKJÁR EINN



▶ **02.35** Dalalíf STÖÐ 2



▶ **22.30** X-Files SÍRKUS



▶ **20.25** Doc Martin SJÓNVARPIÐ

SJÓNVARPIÐ

16.40 Handboltakvöld
Endursýndur þáttur frá miðvikudagskvöldi.

17.00 Jóladaðgatalið - Stjörnustrákur Ævintýri eftir Sigrúnu Eldjárn. Leikstjóri er Kári Halldór og aðalhlutverk leika Guðfinna Rúnarsdóttir, Kristjana Pálsdóttir og Sigurbór Albert Heimisson. Dagskrárgerð: Jón Egill Bergþórsson.

17.10 Leiðarljós

17.55 Tákn málsfréttir

18.05 Stundin okkar

18.35 Stebbi strútur (4:13)
Finnur teiknimyndaflokkur um strútin Stebba og Emmu vinkonu hans.

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

19.00 Fréttir, íþróttir og veður

19.35 Kastljós

20.25 Martin læknir (7:8)
(Doc Martin II) Breskur gamanmyndaflokkur um lækninn Martin Ellingham sem býr og starfar í smábæ á Cornwallskaga og þykir með afbrigðum óháttvísi og hranalegur. Meðal leikenda eru Martin Clunes, Caroline Catz, Stephanie Cole, Lucy Punch og Ian McNeice. Þættirnir hlutu bresku gamanþáttaverðlaunin, British Comedy Awards.

21.15 Sporlaust (2:24)
(Without a Trace IV)

22.00 Tíufréttir

22.25 Soprano-fjölskyldan
(The Sopranos VI)

23.25 Aðþrengdar eiginkonur (45:47)
(Desperate Housewives II)

0.10 Kastljós

0.55 Dagskrárlök

2

6.58 Ísland í bitíð

9.00 Bold and the Beautiful

9.20 Í finu formi 2005

9.35 Oprah (79:145)

10.20 Ísland í bitíð (e)

12.00 Hádegisfréttir

12.40 Neighbours (Nágrannar)

13.05 Valentína

13.50 Amazing Race
(Kapphlaupið mikla) (8:12)

14.35 How I Met Your Mother
(18:22)

15.00 Osbournes 3 (3:10)
(Osbourne-fjölskyldan)

15.25 Oliver Beene (10:14) (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 (Nágrannar)

18.18 Íþróttir og veður

18.30 Fréttir, íþróttir og veður

19.00 Ísland í dag

19.40 Simpsons (13:21)
(Simpson-fjölskyldan)

20.05 Eldsnögg með Jóa Fel (8:10)

20.35 Undirfatasýning Victoriu Secret

21.20 Afterlife (2:8)
(Framhaldslíf)

22.10 Strong Medicine (15:22)

22.55 Grey's Anatomy (5:22)

23.40 The Closer (3:15)
(Málalök)

0.25 Crossing Jordan (11:21)
(Réttarlæknirinn)

1.10 Eleventh Hour (Á elleftu stundu) Spánýr breskir saka-málaþættir.

2.20 Cheats (Svindlarar)

3.50 Ísland í bitíð e

5.25 Fréttir og Ísland í dag

6.35 Tónlistarmyndbönd frá Popp Tívi

SKJÁREINN

7.00 6 til sjö (e)

8.00 Rachael Ray (e)

8.50 Frægir í form - Lokabáttur (e)

15.55 Love, Inc. (e)
Gamanþáttur um stefnumótapjónustu sem gengur alla leið.

16.20 Beverly Hills 90210
Bandarísk unglingsería.

17.05 Rachael Ray Glænýr spjalþættir.

18.00 6 til sjö Guðrún Gunnarsdóttir og Felix Bergsson eru í beinni útsendingu alla virka daga og taka á móti góðum gestum í myndveri SkjásEins.

19.00 Everybody loves Raymond (e) Bandarísk gamansería.

19.30 Game tívi

20.00 The Office

23.00 Venni Páer

21.00 The King of Queens

21.30 Sigtið - Lokabáttur Íslensk gamansería um vonlausasta sjónvarpsmann landsins, Frimann Gunnarsson. Eftir að hafa gloprað sjónvarpsþættinum út úr höndunum þarf Frimann nú að finna sér eitthvað nýtt að gera. Loksins fara hjólin að snúast hjá Frimanni.

22.00 C.S.I.: Miami Bandarísk sakamálasería um Horatio Crane og félagi hans í rannsóknardeild lögreglunnar í Miami. Ung partigella er myrt á heimili sínu. Rannsókn málsins kemur Horatio á spor annars máls þar sem mannsal kemur við sögu.

23.00 Everybody loves Raymond Bandarísk gamansería.

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

SÍRKUS TV

12.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV

18.00 Insider (e) 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 stjörnumumir með okkur í innsta hring stjarnanna þar sem við fáum að sjá einkaviðtöl, nýjustu upplýsingarnar og sannleikann á bak við heitasta slúðrið í Hollywood. Þessir skemmtilegu þættir koma frá sömu framleiðendum og Entertainment Tonight.

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

19.00 Ísland í dag

19.30 Seinfeld

20.00 Entertainment Tonight

20.30 Four Kings

21.00 The Player

22.30 X-Files (Ráðgátur)

23.15 Insider

23.40 Vanished (9:13) (e)
(Vanished)

0.25 Ghost Whisperer (21:22) (e)

1.10 Seinfeld Jerry, Elaine, Kramer halda uppteknum hætti í einum vinsælasta gamanþætti alla tíma.

1.35 Entertainment Tonight (e) Í gegnum árin hefur Entertainment Tonight fjallað um allt það sem er að gerast í skemmtanabransanum og átt einkaviðtöl við frægar stjórnur. Nýjar fréttir af fræga fólkinu, kvikmyndum, sjónvarpi, tónlist, tísku og alls kyns uppakomur sem gerast í bransanum. Ef þú vilt vita hvað er að gerast í Hollywood, þá máttu ekki missa af þessum þáttum.

2.00 Tónlistarmyndbönd frá Popp TV





BÍÓ STÖÐ 2 BÍÓ

10.10 FIFA World Club Championship 2005
16.10 FIFA World Club Championship 2005
17.50 Pro bull riding
18.45 Kraftasport (Suðurlandströllið 2006) Uptaka frá aflraunakeppninni Suðurlandströllið 2006.
19.40 UEFA Cup 2006-2007 (Tottenham - Dinamo Búkares) **21.40 Football Icons** (Football Icons) Football icons er enskur raunveruleikabáttur þar sem ungir knattspyrnumenn keppa um eitt sæti í herbúðum Englandsmeistarara Chelsea. Sjó þúsund samningslausir knattspyrnumenn á aldrinum 16-18 ára skráðu sig til leiks og fjórtán eru valdir til þess að taka þátt í þessum vikulegu þáttum. Einn dættur út í hverjum þætti þar til þrír eru eftir í lokabættinum. Þá velja Jose Mourinho og starfsmenn hans sigurvegarann sem fær leikmannasamning hjá Chelsea að launum.
22.35 FIFA World Club Championship 2005 (FIFA World Club Championship 2006) Útsending frá leik í Heimsmeistarakeppni félagsliða.
0.15 World's Strongest Man (Sterkastí maður heims) Búist var við miklum átökum þegar sterkustu menn heims komu saman til keppni árið 1995. Sú varð auðvitað raunin er krafta- jötnarnir spreyttu sig í ólíkleg- ustu þrautum.
1.10 Ameríski fótboltinn (NFL Gameday 06/07) Upphitun fyrir leiki helgarinnar í amer- íska fótboltanum sem er vinsælasta sjónvarpsþróttin í Bandaríkjunum.
1.40 UEFA Cup 2006-2007 (Tottenham - Dinamo Búkares) Útsending frá leik Tottenham gegn rúmenska liðinu Dinamo Búkares í UEFA bikarnum.

6.00 Looney Tunes: Back in Action
8.00 Just For Kicks
10.00 Double Bill
12.00 First Daughter
14.00 Looney Tunes: Back in Action
16.00 Just For Kicks
18.00 Double Bill
20.00 First Daughter
22.00 Der Untergang (Downfall) (Til hinstu stundar) Margverðlaunuð kvikmynd sem óhætt er að fullyrða að sé sann- kallað þrekvirki.
0.30 Control
2.30 Going for Broke (Spilafíkillinn)
4.00 Fistful of Dollars (Hnefayfylli af dollurum) Spagettivestrinn sem gerði Clint Eastwood að stórstjörnu.

SKIÁR SPORT

7.00 Að leikslokum (e)
14.00 Portsmouth - Everton (frá 9. des)
16.00 Lazio - Roma (frá 10. des)
18.00 Þrumuskot
19.00 Að leikslokum (e)
20.00 Wigan - Liverpool (frá 2. des)
22.00 Chelsea - Arsenal (frá 10. des)
0.00 Ítölsku mörkin (e)
1.00 Dagskrárlök

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

N4 SJÓNV NORÐURL

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

ERLENDAR STÖÐVAR

EUROSPORT
11.00 Canoeing: Asian Games in Doha, Qatar **12.00** Biathlon: World Cup in Osrbli, Slovakia **15.00** Snooker: UK Championship in York **16.30** Football: Asian Games in Doha, Qatar **18.30** Snooker: UK Championship in York **22.00** Football: UEFA Cup **23.00** Fight Sport: Fight Club
BBC PRIME
11.30 As Time Goes By **12.30** The Good Life **13.00** Born and Bred **14.00** Holby City **15.00** Big Strong Boys **15.30** Location, Location, Location **16.00** Safe as Houses **17.00** Porridge **17.30** The Good Life **18.00** No Going Back **19.00** Keeping Up Appearances **20.00** Dalziel and Pascoe **21.00** Nighty Night **21.30** Swiss Toni **22.00** Popcorn **23.00** The Good Life **23.30** Dalziel and Pascoe **0.30** Keeping Up Appearances
NATIONAL GEOGRAPHIC
11.00 The Great Quake **12.00** Lightning Strike Investigated **13.00** Devils of the Deep **14.00** Megastructures **15.00** Quest for Noah's Flood **16.00** Outbreak Investigation **17.00** Stonehenge Investigated **18.00** Mad Labs **18.30** I Didn't Know That **19.00** Big Cat Crisis **20.00** Warplanes **21.00** Outbreak Investigation **23.00** I Didn't Know That **0.00** Outbreak Investigation
ANIMAL PLANET
11.30 Search for Tigers **12.00** Natural World **13.00** Jungle **14.00** Life of Mammals **15.00** Crocodile Hunter **16.00** Miami Animal Police **17.00** Pet Rescue **18.00** Search for Tigers **18.30** Monkey Business **19.00** Animal Cops Detroit **20.00** Animal Precinct **21.00** Animal Cops Houston **22.00** Killing for a Living **23.00** The Planet's Funniest Animals **0.00** Animal Cops Detroit
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** Dr G **21.00** FBI Files **22.00** Crime Scene Psychics **23.00** Amsterdam Vice **23.00** FBI Files **0.00** Forensic Detectives
TRAVEL CHANNEL
11.30 Viva **12.00** Don't Forget Your Passport **13.00** Flavours of Chile **13.30** Casinos of the World **14.00** Globe Trekker **15.00** Carrera Mediterrana **15.30** A Fork in the Mediterranean **16.00** Riding Eastern Europe **16.30** Roar of the Wild **17.00** Alby Mangels - Adventure Bound **18.00** Don't Forget Your Passport **19.00** Dream Destinations **19.30** Roar of the Wild **20.00** Don't Forget Your Passport **21.00** Globe Trekker **22.00** The Thirsty Traveler **23.00** Earthwalkers **23.00** The Travel Channel Guide to Oman **23.30** Travel 2006 **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 16.30 Just See MTV 17.30 This Is the New Sh*t 18.00 The Base Chart 19.00 Pimp My Ride International 19.30 Punk'd 20.00 Where My Dogs At? 20.30 Trick it Out 21.00 Top 10 at Ten 22.00 Superock 23.00 Headbangers Ball 0.00 Just See MTV
VH1 EUROPE
11.00 All Access **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** All Access **20.30** Motormouth **21.00** Hogan Knows Best **21.30** Beavis & Butthead **22.00** Vh1 Rocks **22.30** Flipside **23.00** Top 5 **23.30** All Access **0.30** Vh1 Hits
EI ENTERTAINMENT
11.30 Janet Jackson: Exposed **12.00** E! News **12.30** The Daily 10 **13.00** Jack Nicholson THS **14.50** Sexiest Bad Boys **15.45** 50 Most Shocking Celebrity Confessions **17.35** Casino Royale Behind the Scenes **18.00** E! News **18.30** The Daily 10 **19.00** Scarface THS **20.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **21.00** Sexiest Celebrity Hook-Ups **22.00** Dr. 90210 **23.00** Naked Wild On **0.00** Scarface 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** Megas XLR **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
11.05 Ten Seconds to Hell **12.40** Holiday Heart **14.15** White Lightning **15.55** The Russians Are Coming **18.00** The Curse **19.30** Stay Hungry **21.10** Cutter's Way **22.55** Rancho Deluxe **0.25** Troll 2
TCM
20.00 Pennies from Heaven **21.45** The Split **23.15** Postman's Knock **0.45** A Yank At Eton **2.15** Speedway
HALLMARK
11.00 Early Edition **12.00** In Love and War **13.45** Stranded **15.15** My Louisiana Sky **17.00** In Love and War **18.45** Early Edition **19.30** Law & Order **22.30** Beyond The Call
BBC FOOD
11.30 Jimmy's Farm **12.30** Ever Wondered About Food **13.00** French Leave **13.30** Coxon's Sporting Feast **14.00** Return To Tuscany **14.30** Eat This **15.00** Giorgio Locatelli - Pure Italian **15.30** Jancis Robinson's Wine Course **16.00** Giorgio Locatelli - Pure Italian **16.30**

Rocco's Dolce Vita 17.00 Great Food Bites **17.30** Heaven's Kitchen Cookbook **18.00** Street Cafe **18.30** The Italian Kitchen **19.00** Grigson **19.30** The Hairy Bikers Cookbook **20.00** Beauty and the Feast **20.30** Orgasmic Organic **21.00** Diet Trials **21.30** Seasonally Scottish **22.00** Giorgio Locatelli - Pure Italian **22.30** Rocco's Dolce Vita
DR 1
11.35 Dagens Danmark **12.00** Urt **12.20** Mik Schacks Hjemmeservice **12.50** Fantastiske fortællinger **13.20** Sports **13.50** Nyheder på tegnsprog **14.00** TV Avisen med vejret **14.10** Dawson's Creek **15.00** Liga DK **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** Uventet besøg **19.30** Desperate boligdrømme **20.00** TV Avisen **20.25** Penge **20.50** SportNyt **21.00** Tænk på et tal **22.35** Krop og sjæl **23.05** Liga DK
NRK 1
11.40 Fra Hordaland og Sogn og Fjordane **12.00** Siste nytt **12.05** V-cup skiskyting: Sprint, menn **13.00** Siste nytt **13.05** V-cup skiskyting: Sprint, menn **14.00** Siste nytt **14.05** Anne fra Bjørkely **14.55** Nifse saker **15.00** Siste nytt **15.03** VG-lista Topp **20** **16.00** Siste nytt **16.10** Oddasat - Nyheter på samisk **16.25** VG-lista Topp **20** **16.55** Nyheter på tegnspråk **17.00** Jul i Svingen **17.25** Peo **17.30** Klenete kltner **17.40** Distriktsnyheter **18.00** Dagsrevyen **18.30** Norge rundt **18.55** På tråden med Synnøve **19.55** Nytt på nytt **20.25** Først & sist **21.15** Poliitagentene **22.00** Kveldsnytt **22.15** Den skjønne linje **23.15** Frank Zappa - grensels artist **0.05** Alfred Hitchcock presentere
SVT 1
11.05 Argument **13.10** Anslagstavlan **13.15** Landet runt **14.00** Mitt i naturen **14.30** Naturnollorna **15.00** Rapport **15.10** Gomorron Sverige **16.00** Karamelli **16.40** Sagotrådet **16.55** Tre Kronor live: Channel One Cup **17.15** Stora maskiner **17.20** Lilla spöket Laban **17.30** Julkalendern: LasseMajas detektivbyrå **17.45** Lilla Aktuellt **18.00** Tre Kronor live: Rosno Cup **18.30** Rapport **19.00** Tre Kronor live: Rosno Cup **19.30** Söderlund & Bie **20.00** Den undre världen **21.00** Badal **21.55** Rapport **22.05** Kulturnyheterna **22.15** Uppdrag Granskning **23.15** Entourage **23.45** Bingo Royale **0.30** Sändning från SVT24

» EKKI MISSA AF ...

Fótboltastjörnur (Football Icons)

Fótboltastjörnur er nýr raunveruleikabáttur sem slegið hefur í gegn í Bretlandi. Þar mæta til leiks ríflega 7 þúsund ungir knattspyrnumenn á aldrinum 16-18 ára, sem dreymir um að gerast atvinnumenn. Markmiðið með þættinum er að leita að þeim eina rétta, þeim allra efnilegasta, sem fær að lokum að launum samning hjá Englandsmeisturum Chelsea. Haldnar eru úrtökuprófur, þar sem fjórtán standa eftir og etja kappi hver við annan í vikulegum þáttum sem sýndir verða á fimmtudögum á Sín. Einn dættur út í hverjum þætti þar til þrír eru eftir í lokabættinum. Þá velja Jose Mourinho og starfsmenn hans sigurvegarann.



SÝN KL. 21.40.

» Sudoku vikunnar

#55

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. Prautinn er leyst með rök-hugsun og útsjónarsemi.

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

Amlóði

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

Fullsterkur

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

Hálfrættingur

LAUSNIR SUDOKUPRAUTA SÍÐUSTU VIKU (#54)

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

Amlóði

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

Fullsterkur

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

Hálfrættingur

fegurðin býr
í smáatriðunum



PIPAR • SIA • 60876

COR / SINUS

Árið 1976 var Sinus hægindastóllinn þegar á undan sinni samtíð, með dúandi fjaðrastáli – en af lögun þess dregur stóllinn nafn sitt – og bólstrun sem er eins óvenjuleg og hún er þægileg.

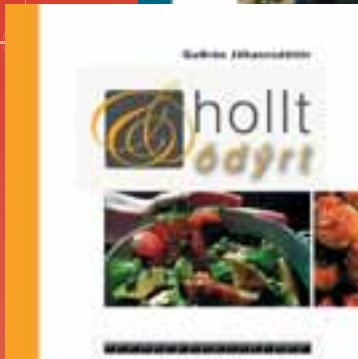
Hönnun: Reinhold Adolf, Hans-Jürgen Schröpfer

MÓDERN
Hlíðasmára 1 • 201 Kópavogur • 534 7777 • www.modern.is

GÓÐ JÓL MEÐ GÓÐUM BÓKUM



Hollu bækurnar eru tilvaldar fyrir fólk sem er annt um heilsuna og vilja matbúa einfalda en spennandi rétti.



Bráðskemmtileg og aðgengileg skipulagsbók fyrir þá sem finnst erfitt að losa sig við hluti.



6. prentun komin! Þessi gullfallega og sívinsæla bók er nú loksins fáanleg aftur.



Bókin er frábær hvatning og full af upplífandi frásögnum af konum eftir fimmtugt sem njóta nýrra hlutverka í lífinu.



Aðgengileg og uppbyggjandi bók um hvernig hægt er að endurmóta líkamann, laga líkamsstöðuna og ýmsa kvilla. Látum okkur líða vel um jólin.



2. prentun komin! Stórglæsileg bók um gamalt íslenskt handverk og hvernig hægt er að nota það í nútíma tískuflíkur.



Ráðum við lífi okkar eða lifum við eins og samfélagið skipar okkur? Hér er sagt frá mögnuðum ráðum úr lífsspeki Tolteka-indjána sem frelsa okkur úr viðjum vanans.



Kristín Ómarsdóttir er jólabarn í hjarta sínu. Í hverju ljóði er prakkaraleg og ljúf jólastemming.



ATH! Nú er SALKA flutt í stærra húsnæði, Skipholt 50c. Verið velkomin í heimsókn og skoðið bækur á forlagsverði. www.salkaforlag.is – s. 552 1122

Jólasettin komin aftur



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

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

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

Jólafondurkvöld

Panduro Hobby jólafondurkvöld verður í verslun okkar að Borgartúni 29 þriðjudagskvöldið 12. desember milli klukkan 18 og 21.

Skráðu þig með því að senda okkur línu á pandurohobby@oddi.is.

Boðið verður upp á sýnikennslu í jólakorta- og skartgripagerð, jólafondursettum og málun á áteiknaða blindramma.

15% afsláttur af öllum Panduro Hobby föndurvörum þetta kvöld!

Óvæntar uppákomur, jólaglogg og piparkökur!



SKRIFSTOFUVÖRUR

Jólafondurkvöld
Skráðu þig með því að senda okkur línu á
pandurohobby@oddi.is

Jólin koma

Fullt af frábærum gjöfum

Kodak EasyShare C530 og ljósmyndaprentari



Ripley's
Ótrúlegt en
Satt!



5M milljón pixla
Kodak myndgæði
16MB innra minni
5X stafrænn aðdráttur
Einföld og þægileg í notkun
Snögg að taka myndir
Innbyggt flösk
1.5" LCD skjár
Ljósæmni ISO 100-400
Auðvelt að færa myndir yfir á tölvu

Kodak ljósmyndaprentari

Margverðlaunuð Kodak myndgæði. Myndir sem endast áratugum saman. Pappír skemmist ekki af fingraförum. Pappír þolir vatn og hægt að þerra bleytu án skemmda. Kodak XTRALIFE húðaður pappír. Prentun með eða án tölvu. Einfalt - Ýtt á einn takka til yfirfæra að myndir á tölvu.

Kr. 29.980,-

5.900
FRÁBÆRT VERÐ

SAMSUNG DIGIMAX L50

7.010
AFSLÁTTUR

5 M.pixlar
39-109 mm linsa
2,5" hágæða LCD-skjár
ISO 50-400
10 sek. Voice memo á mynd
Margar forstillingar og timer
Videóupptaka
Lithium-rafflaða
Pictbridge-staðall



Kr. 2.291,-¹²
man
Kr. 29.990,-
Kr. 22.980,-

iriver

MP3 spilari - N11
Swarovski Crystal

1GB minni
Allt að 500 lög
Allt að 13 tíma í spilun
Diktafónn
Hleður í gegnum USB
Lítill og meðfærilegur
6 banda tónjafnari
Vigtar aðeins 22gr með rafhlöðu



Kr. 16.490,-



Með öllum myndavélum hjá Hans Petersen fylgir 100 fríar 10x15 myndir í framköllun
Frítt 2ja klst námskeið þar sem kennt er á myndavélamar

12
mán

24
mán

Verð miðast við greiðslusamning Visa eða Euro til 12 mánaða

10x aðdráttur

iriver

MP3 spilari - H10



6 GB minni
Allt að 3000 lög
Hægt að skoða og vista JPEG myndir
Allt að 12 tímar á endingu rafhlöðu
1.5" hágæða 260.000 pixla litaskjár
Útvarp
Diktafónn
Fæst í silfur og rauðum lit

Kr. 2.650,-¹²mán

Kr. 26.990,-

Kodak EasyShare V610

NÝ VÉL

**Tvær linsur
Bluetooth**



Ný og glæsileg myndavél frá Kodak

Minna myndavélin á markaðnum með 10 x aðdrætti

Sendu myndirnar þráðlaust til þeirra í kringum þig.

Bluetooth tæknin gerir kleift að senda

þráðlaust í tölvu, GSM síma eða prentara.

6.1 milljón pixla, gerir þér kleift að stækka í allt að 75 x 100 sm

Tvær linsur 38-114 mm og 130 - 380 mm

2,8" skjár

Video upptaka með 10 x aðdrætti og hristivörn

Lithium Ion rafhlaða og hleðslutæki fylgir

Kr. 2.408,-²⁴mán

Kr. 44.980,-

SAMSUNG DIGIMAX i6 PMP



6 M.pixlar
3 x optískur aðdráttur
Mp 3 spilari
Hristivörn
2,5" skjár
Tekur video
Mikið af séreiginleikum
Frábær hönnun

Kr. 3.596,-¹²mán

Kr. 36.980,-

Þú færð jólakortin á...

... www.hanspetersen.is



1-30 stk kr. 145 pr. stk

31 stk og fleiri kr. 135 pr. stk

Öllum kortum fylgir umslag



Vefverslun Hans Petersen er á
www.hanspetersen.is/verslun

Birt með fyrirvara um texta og myndabrensl. Vörur geta verið uppseldar

HANS PETERSEN

Bankastræti Fjörður Kringlan Laugavegur 178 Smáralind

HRINGUR TANKADOS EFTIR DAN BROWN

FRÁ HÖFU DA VINCI LYKI

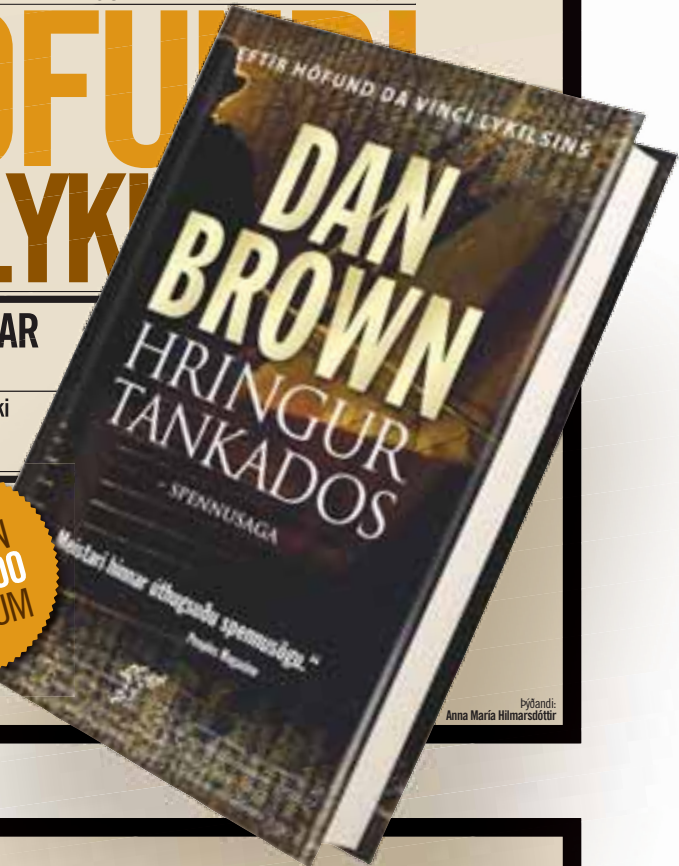
ÓUMDEILDUR MEISTARI HINNAR
ÚTHUGSUÐU SPENNUSÖGU

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

- MacDonnell Ulsch, forstjóri Öryggisráðs Bandaríkjanna



SELD Í
MEIRA EN
1.000.000
EINTÖKUM



Þýðandi:
Anna María Hilmarssdóttir

ÓSÝNILEGIR GLÆPIR EFTIR GUILLERMO MARTÍNES

2, 4, 8, 16... 31

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



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



BJARTUR