| tíska | áramót | tíðarandi | tónlist | heilsa | matur | sudoku |

birta

» á leið inn í nýtt ár

STJÖRNUSPÁ
Allt árið 2006

ÁRAMÓT
Girnilegir munnbitar

Halla Vilhjálmsdóttir:

Sótti snemma í sviðsljósið

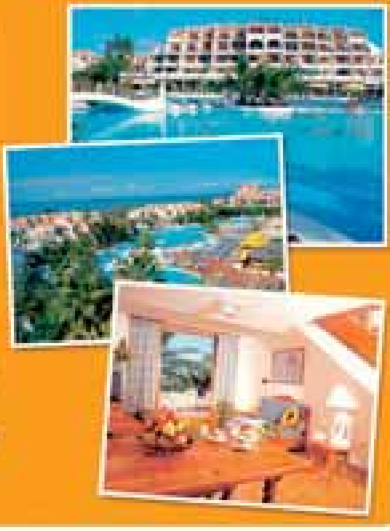
SJÓNVARPSDAGSKRÁIN
30. desember – 5. janúar

Parque Santiago ☀☀☀

Verð: **36.940,-** M.v. 2 með 2 börn í viku í júní, júlí eða ágúst. **2 í viku 45.880,- á mann.**

Eitt eftirsóttasta íbúðahótelið á Tenerife byggt í skemmtilegum spönskum stíl og frábærlega staðsett á Playa De Las Americas ströndinni. Hótelgarðurinn er einn sá stærsti á svæðinu, fallegur og mjög vel búinn. Skemmti- og veitingastaðir eru allt um kring og alþjóðlegar verslanir með ótrúlega fjölbreytt vöruúrval gera hótelið að eftirsóttum stað fyrir þá sem vilja vera í rólegheitum við strönd en jafnframt í göngufæri við iðandi mannlíf.

Gestamóttaka	24/7
Strönd	80 m
Aðstaða	
Bar	Já
Veitingastaður	Já
Sundlaug | garður	Já | Já
Barnalaug | leiksvæði	Já | Já
Sólbekkir | handklæði	Já | Já
Skemmtidagskrá	Já | Já
Heilsurækt	Já



ÍBÚÐIR

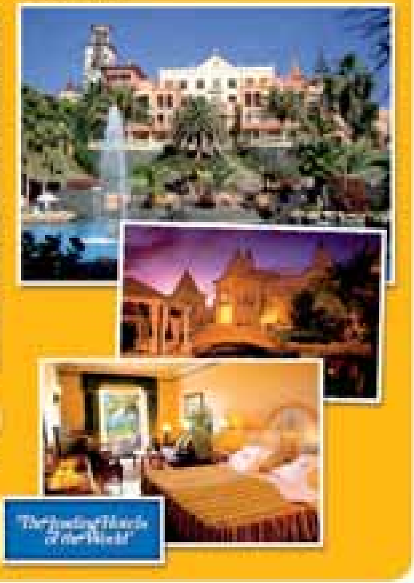
Mjög góðar íbúðir með svölum/verönd, ísskáp, kaffivél, sjónvarpi og síma. Þrif 6 daga vikunnar.

Gran Hotel Bahia Del Duque ☀☀☀☀☀+

Verð: **72.533,-** **Morgunverður og kvöldverður innifalinn.** M.v. 2 með 1 barn í viku, 7.-14. júní. **2 í viku 94.800,- á mann.**

Ævintýraheimur með öllu tilheyrandi: frábær herbergi, fjöldi veitingastaða og verslana, og hreint ótrúlegur sundlaugargarður sem byrjar með fjölbreyttum gróðri og fallegum sólbaðsstöðum og endar á ströndinni þar sem hafið tekur við. Þetta er lúxushótel og resort í hæsta gæðaflokki.

Gestamóttaka	24/7
Strönd	150 m
Aðstaða	
Bar	Margir
Veitingastaður	Margir
Sundlaug | garður	Já | Já
Barnalaug | leiksvæði	Já | Já
Sólbekkir | handklæði	Já | Já
Skemmtidagskrá	Já | Já
Heilsurækt	Já
Tennisvöllur	Já
Aðstaða fyrir fatlaða	Já



HERBERGI

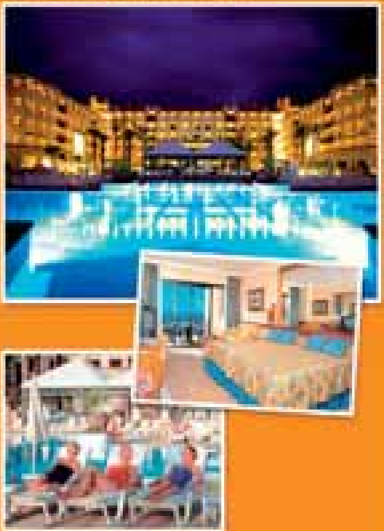
Glæsileg herbergi og svítur með svölum, minibar, loftkælingu, sjónvarpi og síma. Þrif daglega. **Afburða lúxushótel á lista The Leading Hotels of the World.**

Gran Hotel Costa Adeje ☀☀☀☀☀

Verð: **59.467,-** **Morgunverður og kvöldverður innifalinn.** M.v. 2 með 1 barn í 2 vikur, 7.-21. júní. **2 í 2 vikur 75.700,- á mann.**

Glæsilegt lúxushótel byggt 2001 með útsýni yfir Duque og Fanabé strendurnar. Hér er allt sem hugurinn girnist, fjöldi veitingastaða, frábærar sundlaugar (m.a upphituð barnalaug), tennis og minigolf, heilsulind með snyrtistofum og tyrknesku baði og frábær skemmtidagskrá fyrir börn og fullorðna.

Gestamóttaka	24/7
Strönd	300 m
Aðstaða	
Bar	Margir
Veitingastaður	Margir
Sundlaug | garður	Já | Já
Barnalaug | leiksvæði	Já | Já
Sólbekkir | handklæði	Já | Já
Skemmtidagskrá	Já | Já
Heilsurækt	Já
Tennisvöllur	Já
Aðgengi fyrir fatlaða	Já



HERBERGI

Rúmgóð herbergi og svítur með svölum, minibar, loftkælingu, sjónvarpi og síma. Þrif daglega.

Hotel Gala ☀☀☀☀

Verð: **54.760,-** **Morgunverður og kvöldverður innifalinn.** M.v. 2 með 1 barn í 2 vikur, 5.-19. júlí. **2 í 2 vikur 7.-21. júní 68.140,- á mann.**

Fallegt hótel við Playa de las Americas ströndina. Þægileg og vel búin herbergi og framúrskarandi þjónusta gera Hotel Gala að einstaklega hagkvæmum og spennandi kosti á besta stað á Tenerife.

Gestamóttaka	24/7
Strönd	100 m
Aðstaða	
Bar	Já
Veitingastaður	Já
Sundlaug | garður	Já | Já
Barnalaug | leiksvæði	Já | Já
Sólbekkir | handklæði	Já | Já
Skemmtidagskrá	Já | Já
Heilsurækt	Já
Tennisvöllur	Nei
Aðstaða fyrir fatlaða	Já

HERBERGI

Góð herbergi með svölum, minibar, loftkælingu, sjónvarpi og síma. Þrif daglega.

www.sumarferdir.is **Sími 575 1515 – bókaðu allan sólarhringinn**

Sala hafin
Bókaðu lúxus á lægsta verði!

Tenerife sumarið 2006 — ótrúlegt kynningarverð!

Sólríkar suðurstrendur Tenerife eru heitasti áfangastaðurinn í ár. Hér bjóðum við upp á einstaklega glæsilega gististaði á verði sem hefur aldrei áður staðið Íslendingum til boða.
Láttu dekra við þig í dásamlegu loftslagi og einstaklega fjölbreyttri afþreyingu fyrir fólk á öllum aldri.
Beint flug í hverri viku í allt sumar.

Bókaðu núna:
www.sumarferdir.is
Sími 575 1515

SUMAR FERÐIR
— ALLTAF Á RÉTTU VERÐI

ÍSLENSKU GÆÐAVERÐLAUNIN • 2005 •

Íslensku gæðaverðlaunin 2005 eru okkur hvatning og heiður

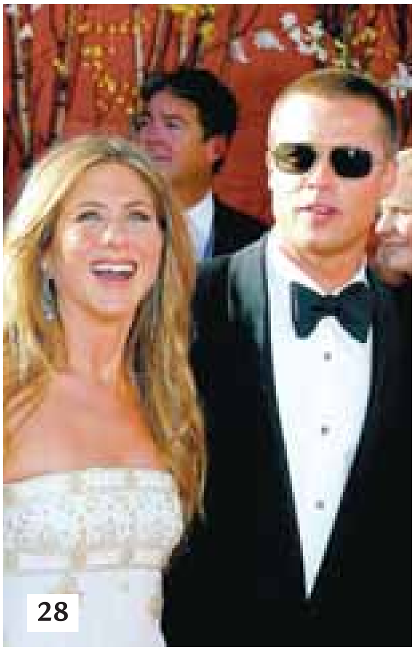
Við hjá Alcan í Straumsvík erum stolt af árangrinum sem við höfum náð!

Markmiðið með Íslensku gæðaverðlaununum er að veita fyrirtækjum og stofnunum viðurkenningu fyrir raunverulegan stjórnunarárangur og hvetja fyrirtæki til að setja sér skýr markmið og leggja reglulega mat á árangurinn.

Íslensku gæðaverðlaunin eru samstarfsverkefni Háskóla Íslands, Samtaka atvinnulífsins, forsætisráðuneytisins, Verzlunarmannafélags Reykjavíkur og Stjórnvísis og hafa verið veitt árlega frá árinu 1997.

ALCAN

ENNEMM / SÍA



Þetta helst

7 Bjart framundan á nýju ári
8 Tíðarandi
10 Partíbrennsla Gullfoss og Geysis
12 Hámóðins gamaldags glamúr
14 Ár krónprinsins í Danmörku

Viðtöl og greinar

16 Halla Vilhjálmsdóttir
Sótti snemma í sviðsljósið
20 Birtust í Birtu
Fleyg orð úr Birtuviðtölum ársins

Hann hún

22 Sætt og sniðugt yfir áramótin
28 Stjörnuást
30 Margrét R. Jónasdóttir
Allt fyrir útlitið
Stjörnuspá Birtu
32 Stjörnuspá ársins 2006
34 Heilsa
38 Sudoku

birta

30. desember - 5. janúar 2006 nr. 52

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

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

UMBROT: 365 – prentmiðlar
Einar Elí Magnússon og Örlygur Hnefill Örlygsson
PRENTVINNSLA: Ísafoldarprentsmiðja ehf.
FORSÍÐUMYND: Hari
NETFANG: birta@frettabladid.is

Birtu er dreift ókeypis á heimili á höfuðborgarsvæðinu, Suðurnesjum, Akureyri, Akranesi, Borgarnesi, Selfossi og Hveragerði.

Við sendum landsmönnum bestu óskir um gleðilegt ár með þökk fyrir samskiptin á liðnum árum. Verum samferða inn í nýja tíma í raforkumálum landsmanna.

RARIK
lifandi afl

Bjart fram undan

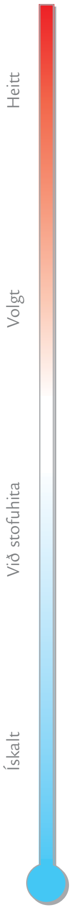
Áramótin eru tími mikilla hátíðarhalda. Margir kveðja gamla árið með söknuði vissir um að þeir hafi átt sínar bestu stundir á því. Aðrir eru hálf fegnir því að það sé liðið og vona að framtíðin færi þeim betri tíma.

Allir fagna hins vegar nýja árinu. Þeir sem hafa átt góðar stundir á liðnum árum vona að þær verði ennþá fleiri á árinu sem er að byrja og þeir sem hafa átt erfitt vona að nýja árið færi þeim ný tækifæri.

Með nýju ári verða allir vongóðir og bjartsýnir á framtíðina. Margir fara í djúpa sjálfskoðun og velta því fyrir sér hvernig þeir geti fengið sem mest út úr komandi ári. Flestir strengja áramótaheit sem eiga að stuðla að því að bæta líf þeirra á einn eða annan hátt því batnandi fólki er alltaf best að lifa.

Það er full ástæða til þess að fagna áramótunum. Nýtt ár felur alltaf í sér nýja möguleika og möguleikarnir eru óendanlegir.

heitt & kalt



ÍSLENSKAR SAKAMÁLASÖGUR
Nýjasta útrásin á annarri gullöld Íslendinga. Áður fyrr sóttu víkingar gull til nágranna okkar en nú gera viðskipta- og listamenn það sama. Rithöfundar láta ekki sitt eftir liggja og undir öruggri forystu meistara Arnaldar sækja þeir nú á ný mið.

HJÁLPUM ÞEIM
Lagið er frábært og textinn betri. Framtakið er afskaplega gott og allir eiga þakkir skilið svo... takk. Málið er bara að þessi útgáfa er alveg eins og sú '85 og þeir sem syngja um betri heim fara svo beint í Kringluna og Smáralind að selja. Gerum eitthvað nýtt og förum alla leið með það.

SMÁHUNDAR
Þeir voru vinsælir þessar elskur en nú eru það bara pelsakerlingar sem láta sjá sig með smáhund í veskinu. Þegar aumingja dýrin eru með augu sem standa svo langt út úr hausnum að þú býst við því að þau skjótist út á hverri stundu veistu að það er búið að kynrækta greyin of mikið.

GILLZENEGGER
Hann var fyndinn, en er það ekki lengur. Hann er svo sem myndarlegur pilturinn en menn sem nota frasa eins og „skíta á punginn á sér" eiga ekki að vera í fjölmiðlum.

» Áramótaheit

Ættu að heita janúarheit

Ég heiti því að spara peninga, heiti því að grennast og heiti því að læra að baka randalínur og heiti því að kaupa mér hamstur. Í slíkum heitahugsunum eru margir á gamlársdag, velta fyrir sér misförum ársins sem er að líða og lofa betrumbót. Svo þegar nær dregur miðnætti og kampavínið farið að virka er farið upp á stól, slegið í glas og haldin ræða „Áramótaheitið mitt í árh! hikk, er að hætta að reykja!" Allir klappa og ný hetja hefur litið dagsins ljós. Svo líða dagar nýja ársins og áður en þú veist af ertu ekki lengur hætt að reykja. Áramótaheitin ættu miklu frekar að heita janúarheit því flest þeirra heita sem mannfólkið strengir hafa liðið undir lok þegar janúar er á enda.

» Skál

Kampakáta kampavín

Ó hið kampakáta kampavín,
sem kætir fólk og gleður. Einhver mun þó skammast sín,
eftir smeðjur þamb og þrefur.
En engin eru áramót, án gullins vökva í glasi, þá væmin verða blíðuhót, vonandi í réttu fasi.
Lyftum glösum á loft, látum í glösum klingja, og skálum oft,
er klukkur inn árið hringja.

» Matur

Á framandi slóðum um áramót

Kengúrukjöt, strútskjöt, dádýrskjöt og fleiri framandi tegundir er að finna í betri verslunum borgarinnar um þessar mundir. Nýtt og spennandi hráefni hefur slegið í gegn hjá þeim sem eru með fingurinn á púlsinum í matargerð. Og áramótaveislurnar munu draga dám af því. Það er ekkert svakalega spennandi að setjast enn ein áramótin fyrir framan hamborgarhrygginn. Veislan verður miklu meira spennandi ef forrétturinn er úr fisktegund sem ekki hefur sést á heimilinu fyrr og aðalrétturinn úr kjöti sem ekki er á borðum oft á ári. Rétt eins og jólin eru tími hefða eru áramótin fyrirtakstíð til að prófa eitthvað nýtt.

» Flugeldagleraugu

Öryggið skiptir öllu máli

Flugeldagleraugu eru algjör nauðsyn á gamlárskvöld. Allir í fjölskyldunni ættu að eiga hlífðargleraugu og nota þau þegar flugeldunum er skotið upp. Það fylgir lítill fögnuður nýja árinu ef slys verða við hátíðarhöldin. Svo eru flugeldagleraugu bara hrikalega kúl og frábær fylgihlutur í áramótapartíið.

Símennt Háskólans í Reykjavík býður upp á fjölbreytt framboð af styttri og lengri námskeiðum fyrir starfsfólk og sérfræðinga í íslensku atvinnulífi. Hlutverk Símenntar HR er að efla þá einstaklinga sem sækja námskeið Símenntar til árangurs í lífi og starfi – og styrkja þannig samkeppnishæfni íslensks atvinnulífs.

Kíktu á heimasíðu Símenntar HR,
www.ru.is/simennt,
og skráðu þig á póstlista.

SÍMENNT HR

Styrktu stöðu þína

Starfsfólk Símenntar Háskólans í Reykjavík veitir allar nánari upplýsingar

Þór Clausen, forstöðumaður
Sími: 599 6288
thorc@ru.is

Charlotta Karlsdóttir, verkefnastjóri
Sími: 599 6258
charlotta@ru.is

Símennt HR
Ofanleiti 2
103 Reykjavík
Sími: 599 6200
Fax: 599 6201

ru.is/simennt

HÁSKÓLINN Í REYKJAVÍK
REYKJAVÍK UNIVERSITY

OFANLEITI 2, 103 REYKJAVÍK • HÖFÐABAKKA 9, 110 REYKJAVÍK
SÍMI: 599 6200 www.ru.is

brennslan mín ...

Gullfoss & Geysir

Áramótapartíbrennsla Gullfoss & Geysis

Mesta partíkvöld ársins er án nokkurs vafa gamlárskvöld. Birta ákvað því að að leita til mestu partíplötusnúða landins, Gullfoss og Geysis, og fá þá til þess að búa til skothelda áramótapartíbrennslu. „Eftir áralanga reynslu í því að koma fólki í stuð eru þetta meðal annars lögin sem við treystum á," segir Reynir Lyngdal, annar helmingur dúettsins. Á gamlárskvöld ætla þeir félagarnir að halda partíinu gangandi á Vegamótum en þetta er fjórða árið í röð sem þeir verða þar um áramótin. „Það verður hörku stuð og þessi lög eiga án efa eftir að heyrast þar."

Track 1 MICHAEL JACKSON - BILLIE JEAN
Hann er saklaus, þannig að svarthvíti kókaínfíkillinn er orðinn gjaldgengur aftur á dansgólfinu. Flott til að starta partíi.

Track 2 DOLLY PARTON – 9 TO 5
Við ELSKUM þetta lag enda prodúserað af Mike Post, þeim sama og gerir tónlistina við Law & Order. Lagið sem gerði okkur ríka!

Track 3 DAVID BOWIE – MODERN LOVE
Þetta lag grúvar svo vel að þú getur startað slammdansi í skírnarveislu með því að droppa þessu á fóninn.

Track 4 THE RAH BAND – CLOUDS ACROSS THE MOON
Átakanleg ástarjátning eiginkonu geimfara til síns heittelskaða, minnir mann pínulítið á stemninguna í kvenfélaginu í Grindavík.

Track 5 BJÖRGVIN & RAGNHILDUR – ÉG GEF ÞÉR ALLT MITT LÍF
Höstlaradiskó frá Jóhanni Helgasyni, pikkuplag lífs okkar. Þar sem fagmennirnir versla er þér óhætt...

Track 6 ABBA – MAMMA MIA
Ef við stofnuðum svona hljómsveit myndi hún heita ERJE. Við myndum sennilega ekki vinna Eurovision og ekki ná vinsældum. ABBA er hins vegar frábært partíband sem á heima alls staðar.

Track 7 OUTKAST – HEY YA
Þetta lag er þannig að það hefði gengið í partíum 1970, 1980, 1990 og 2000. Tímalaus snilld enda André og bræður hans algjörir snillingar.

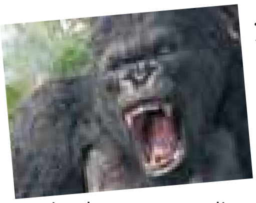
Track 8 DONNA SUMMER – LOVE TO LOVE YOU
Lagið endalausa, það kemur fólki í eins konar trans og þú getur spilað þetta lag í marga klukkutíma án þess að fólk fái flog eða leiða á laginu.

Track 9 ELTON JOHN ÁSAMT KIKI DEE – DONT GO BREAKING MY HEART
Elton nýgiftur og svona, þá er ekki úr vegi að dusta rykið af þessu lagi, horfa hugsi í kringum sig og spyrja: Hvað varð um Kiki Dee?

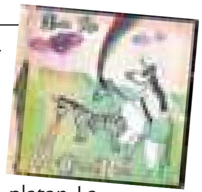
Track 10 PROUD MARY – TINA TURNER ÁSAMT OFBELDISMANNINUM IKE
Það virðast allar stelpur hafa lært einhvern dans við þetta lag sem er karlmönnum óskiljanlegt. Athyglisverð mannfræðipæling að sjá hvernig dansgólfið skiptist í tvennt, þær sem vita og svo við.

» birta mælir með...

VEITINGASTAÐNUM RED CHILI Svo virðist sem farið hafi framhjá mörgum að á Laugavegi 176 er dýrindisveitingastaður sem býður bragðlaukana velkomna. Staðurinn heitir Red Chili og er matseðilinn að mestu byggður upp af mexíkóskum réttum. Matseðillinn svalar vel þessari græðgistilfinningu sem margir kannast við, þegar við hugsum „mig langar í eitthvað djúsí". Skammtarnir eru stórir og gríðarlega gómsætir og einnig er mikið af smáréttum á seðlinum. Svo geta fótboltaáhugamenn horft á boltann í friði fyrir matargestum og öfugt, og reyklausir notið ferska loftsins í friði fyrir strompunum og öfugt.



... KVIKMYNDINNI KING KONG Peter Jackson virðist hafa eitthvað sérstakt lag á því að búa til langar en áhugaverðar myndir. Reyndar verður að segjast að hann hefur svo sem ekki vantað efniviðinn. Nýjasta mynd þessa íturvaxna nýsjálenska leikstjóra, King Kong, er góðir þrír tímar en nær aldrei að verða langdregin. Þvert á móti er hún spennandi og fjörug nær allan tímann. Þrátt fyrir stundum áberandi lélegar tæknibrellur og nokkur afar væmin atriði er þetta fyrst og fremst ævintýri. Sagan er sterk og leikurinn yfir höfuð trúverðugur. Ein besta afþreyingarmynd ársins, án nokkurs vafa.



... NOAH'S ARK MEÐ COCOROSIE Systurnar Sierra og Bianca Casady með sína aðra plötu sem kom út á seinni part þessa árs. Þær eru fallegar, hæfileikaríkar, syngja vel og svo semja þær fallega og frumlega artí-fartí tónlist. Svona getur heimurinn verið ósanngjarn. Með nýjustu plötunni sinni sína þær og sanna að þær eru ekkert slor. Hafa þétt lagasmíðar sínar til muna en fyrri platan La Maison de Mon Reve var alveg einstaklega óheilsteypt plata. Örkin hans Nóa er hins vegar mun jafnari og inn á milli reynast algjörar perlur eins og til dæmis titillag plötunnar og þríleikur þeirra systra og Antony, sem vanalega treður upp með The Johnsons, í laginu Beautiful Boyz. Afar sjarmerandi plata sem gott er að smella á fóninn í listaspíru kokkteilboði eða bara í sunnudagseftirmiðdegisþrifunum.

NÝTT

Skilríki í gemsann

Nýi hluturinn þessa vikuna er ættaður frá Japan, eins og svo margt annað sniðugt. Skólayfirvöld í Kanagwa-tækniháskólanum voru orðin langþreytt á því að nemendur gleymdu skilríkjum sínum heima lon og don. Til að ráða bót á þeim vanda var ákveðið að koma skilríkjunum fyrir í hlut sem enginn nemandi með vott af sjálfsvirðingu mundi nokkru sinni skilja við sig: Farsímanum.

Rafrænum skilríkjum verður því komið fyrir í símum sem nemendur skólans fá afhenta í vor og kemur það til með að opna fyrir marga notkunarmöguleika. Til dæmis bjóða símarnir upp á grenndarsamskipti sem þýðir að í nokkurra sentímetra fjarlægð geta þeir tekið við og sent upplýsingar til annarra tækja. Þannig verður til dæmis hægt að nota símana til að opna læstar hurðir og borga fyrir mat í mötuneytinu sem færist þá á reikning símaeigandans.

Intercoiffure óskar viðskiptavinum sínum árs og friðar!

HÖFUÐLAUSNIR HÁRSNYRTISTOFA
Hverafold 1 – 3

CARMEN
Miðvangi 41 Hafnarfirði

ÁRGERÐI HEILDVERSLUN
Gilsbúð 5 Garðabæ

SALON REYKJAVÍK
Glæsibæ

MEDULLA, HÁRSNYRTISTOFA
Strandgötu 37 Akureyri

HÁRSNYRTISTOFAN STRÚKTÚRA
Hár og Heilsa
Glerárgötu 7 Akureyri

CLEO
Garðatorgi 3 Garðabæ

MÖGGURNAR Í MJÓDD
Álfabakka 12

DÚDDI HÁRSNYRTISTOFA
Engjateigi 17

ELEGANS
Hafnargötu 61 Keflavík

PERMA
Eiðistorgi 13 – 15 Seltjarnarnesi

BÁRA KEMP – HÁR OG SNYRTING
Hverfisgötu 105

SALON V.E.H.
Húsi Verslunarinnar

intercoiffure
Í S L A N D

SPÚTNIK:

Gullskreytt pils kr. 5.400

Gulltaska og fjólubláar festar kr. 2.500 og 2.800

Fjólublár toppur kr. 6.400

Rauðar hnépallíettu-buxur kr. 2.900

Hámóðins gamaldags glamúr

Áramótin eru hátíðlegur tími, tími til að fagna í faðmi fjölskyldu og vina og tjalda öllu sem til er í fæði og klæði. Ef glamúr á einhvern tíma við þá er það um áramót.

Glitrandi skraut er ómissandi hluti áramótanna hvort sem er á veisluborðinu eða veisludressinu.

Glamúr liðinna ára svífur yfir vötnum í tískunni þennan veturinn enda hafa gamlar flíkur og hátískufatnaður með tilvísun til liðinna ára sjaldan verið jafnvinsæll.

Verslanir með gömul föt hafa sprottið upp og bjóða upp á girnilegt úrval af geðveikum gamaldags glamúrflíkum. Pallíettutoppar og kjólar eru hvað mest áberandi, fjólublái liturinn er litur ársins og glysið er alls staðar, í pilsum, blússum, töskum, skóm, skarti og höfuðfötum.

Það er auðvelt að gleyma sér við grams í glamúrnum, alltaf eitthvað nýtt sem grípur augað og það er sannarlega af nógu af taka þegar kemur og glysi og glamúr fyrir þessi áramót.

Umsjón: HILDUR HAFSTEIN Myndir: HARI OG HEIÐA

GYLLTI KÖTTURINN:

Bolero-vesti og minkur kr. 5.600 og 7.200

Fjólublár kjóll kr. 8.100
Belti kr. 3.800
Leggings kr. 2.500
Rebbi kr. 9.800

Gulltoppur, grænt pils og koparlitt pils kr. 6.800, 5.600 og 5.800

Skauta-búningur kr. 4.200

Silfurskór og hattur kr. 3.200 og 2.900

ROKK OG RÓSIR:

Svartur kjóll með marglitu og gylltu bróderíi kr. 8.200

Svartur jakki m. silfurbróderíi, silfurskór og men kr. 9.900, 3.500 og 3.900

Bleikur pallíettu-samfestingur kr. 10.200

Gylltur kjóll, gullskór og taska kr. 8.200, 3.500 og 1.900

Fjólublár kjóll kr. 9.200
Gullfestar frá kr. 1.500

Útsala
15-50%
afsláttur
af brúðar og
samkvæmis-
kjólum
PRINSESSAN
verslun/Mjódd, s. 567 4727
www.Prinsessan.is

BÓLURNAR
BURT
silicol skin
Silicol Skin®
Fæst í öllum apótekum

TEKIÐ Á MÓTI PÖNTUNUM
FYRIR ÁRAMÓTA OG
NÝÁRSFÖRÐUN
FULL BÚÐ AF MADINA
SNYRTIVÖRUM
MADINA
MILANO / REYKJAVIK
Laugaveg 30a GSM 692 0892 Sími 5344100

Friðrik, Mary og litli prinsinn sem hefur átt alla athygli Dana síðan hann fæddist.

Ár prinsins

Texti: KRISTJÁN SIGURJÓNSSON

Árið í ár verður lengi í minnum haft í dönsku konungsfjölskyldunni, enda fæddist krónprins hinn 15. október. Meðganga Mary var mál málanna frá því að tilkynnt var um óléttuna í apríl. Danska þjóðin fylgdist spennt með því hvernig kúlan stækkaði og brosið á Mary breikkaði.

Þunguð og þokkafull

Það var mál manna að prinsessan tæki sig einstaklega vel út ólétt. Hvert sem hún fór voru ljósmyndarar á eftir henni og óteljandi myndir birtust af henni í slúðurblöðunum. Fólk dáðist einnig að dugnaðinum í prinsessunni en hún sinnti opinberum skyldum sínum að miklum krafti alveg fram á áttunda mánuð meðgöngu. Reyndar fannst mörgum nóg um og var biðlað til prinsessunnar um að taka því nú aðeins rólega. Mary hlýddi loks ráðum lækna og hélt kyrru fyrir þar til hún fæddi prinsinn.

Lukkulegur faðir

Fæðingin gekk vel. Friðrik, sem stundum kallaður er grátprinsinn eftir frammistöðu sína í eigin brúðkaupi, var kampakátur þegar hann tilkynnti fjölmiðlum fæðingu sonarins. Fyrstu myndirnar birtust svo af barninu fjórum dögum síðar. Tók fjölskyldan sig vel út á þeim. Stuttu síðar var litli prinsinn svo óvænt fluttur á spítala vegna fyrirburagulu. Gekk meðferðin vel og var hann útskrifaður daginn eftir. Síðan hefur lítið til fjölskyldunnar spurst, aðeins nokkrar myndir birst af henni í göngutúrum. Hins vegar má reikna með heljarinnar veislu 21. janúar þegar skírnin fer fram.

Jóakim og nýja spænska kærastan. Hann er greinilega fyrir dökkhærðar konur.

Alexandra og Martin sem sáust í innilegum faðmlögum.

Hver er senjórítan?

Hlutskipti bræðranna Friðriks og Jóakims er misjafnt þessi misserin. Á meðan Friðrik hugar að syni sínum eltist Jóakim við óþekkta spænska stúlku. Ekkert er vitað um nafn kærustunnar eða bakgrunn hennar. Hins vegar náðust myndir af þeim saman í síðbúnu sumarfríi í Frakklandi á haustmánuðum. Vitað er að Margrét drottning er ekki ánægð með hegðun sonar síns og finnst of stutt liðið síðan gengið var frá skilnaði hans og Alexöndru.

Margrét drottning og Hinrik prins við brúðkaup Friðriks og Mary. Drottningin hefur glímt við slæma heilsu undanfarið og hefur verið ráðlagt af læknum að taka því rólega.

Alexandra og Martin

Það var fussað og sveiað víða í Danaveldi í ágúst. En þá birtust myndir af Alexöndru í innilegum faðmlögum við ungan karlmann. Martin heitir sá og er fjórtán árum yngri en prinsessan. Nú hefur sambandið þróast og dvelur Martin löngum stundum á heimili prinsessunnar í Hellerup. Óvíst er hvort hann muni eyða jólunum á heimilinu en Alexandra mun halda jólin ein með Nicolai og Felix, sonum sínum. Jóakim verður hins vegar með foreldrum sínum og fjölskyldu bróður síns.

Versnandi heilsa drottningar

Slitgigtin sem angrar drottninguna hefur ágerst í ár. Hún hefur þurft að minnka við sig vinnu og hefur Friðrik þá hlaupið í skarðið. Vitað er að Hinrik prins hefur beðið konu sína um að taka sér lengri frí og fór hún að ráðum hans í haust þegar hún dvaldi í rúma viku í höll þeirra í Frakklandi.

Þó litlar líkur séu á barnsfæðingu í fjölskyldunni á næsta ári verður eflaust nóg fyrir dönsku slúðurblöðin til að japla á. Prinsinn ungi verður eflaust vinsælt umfjöllunarefni og sennilega fá Alexandra og Jóakim lítinn frið fyrir fjölmiðlum til þróa sambönd sín. Einnig má reikna með að heilsa drottningarinnar verði undir smásjá blaðanna.

Það var altalað hvað Mary var glæsileg á meðgöngunni og hvað hún hlífði sér lítið við konunglegar skyldur sínar.

Vatnsleikfimi, ungbarnasund og skriðsund

Í sundlauginni í Mýrinni, Garðabæ.

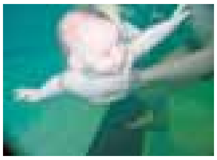
Hin sívinsælu vatnsleikfiminámskeið eru að hefjast aftur.
Frábært líkamsræktarform fyrir konur á öllum aldri.

Nýtt – Nýtt – Nýtt
Býð nú einnig upp á vatnsleikfimi fyrir barnshafandi konur.

Ungbarnasund
Þessar dásamlegu samverustundir fjölskyldunnar eru ómissandi.

Skriðsund
Þú lærir skriðsund á aðeins tveimur vikum. Frábær líkamsrækt.

Nánari upplýsingar: Birna Guðmundsdóttir – Íþrótta- og ungbarnasundskennari.
elinbirna@simnet.is
gsm: 891-8511
www.likamsraekt.is



Stafræni ljósmyndaskólinn

Nú eru að hefjast áhugaverð námskeið í meðhöndlun gamalla og stafrænna ljósmynda, flestir kannast við að taka mikið af myndum en hvað á að gera við þær?

Á námskeiðinu lærir þú:

- Að meðhöndla og flokka myndir í tölvunni
- Að varðveita gömlu ljósmyndirnar öruggt
- Að varðveita stafrænu ljósmyndirnar öruggt
- Að framkalla stafrænar myndir heima í stofu
- Að búa til úrval gjafavara með eigin ljósmyndum, td. boli, bolla, skartgripi, veggspjöld, spil, ofl.
- Að búa til DVD ljósmynda “kvikmyndadisk”
- Að búa til prentaða myndabók með texta

upplýsingar og skráning www.myndaalbum.ws

Kvöldskóli BHS

Innritun í málmiðndeild kvöldskóla Borgarholtsskóla verður eftirfarandi daga.

mi›vikudag	4. janúar	kl. 17 - 19
fimmtudag	5. janúar	kl. 17 - 19
föstudag	6. janúar	kl. 17 - 19
laugardag	7. janúar	kl. 11 - 14

Eftirtaldir áfangar verða í boði fyrir almennt bóknám og allar málmiðngreinar. Tilvalið fyrir þá sem eru að fara í sveinspróf í málmiðngreinum. Einnig eru kenndar allar suðugreinar,s. MIG/MAG, TIG, logsuða og rafsuða. Þá er í boði allir áfangar í rennismíði, handa og plötuvinnu,ásamt allvélavirkjun og áfangar fyrir pípulagnir og fl.

Bóklegt efni		Fagbóklegt efni		Teikningar		Verklegt	
DAN - 102	danska	IRB - 253	innteikningur	CAD - 113	tölvuteikning	HSU-102/202	verkleg suða
EÐL - 102	eðlisfræði	ITB - 254	innteikning pípara	GRT - 103	grunnteikning	LSU-102/202	verkleg suða
ENS - 102	enska	IVT - 112	iðnvélatækni	GRT - 203	grunnteikning	RSU-102/202	verkleg suða
ENS - 202	enska	EFM - 212	efnisfræði málma	ITB allir áfangar	innteikning bygg	RLS-102	verkleg suða
ENS - 212	enska	GÆV - 101	gæðavitund	ITM - 114	innteikning	REN-103/203	verkleg rennism.
FÉL - 102	félagsfræði	REK - 102	rekstrarfræði	ITM - 213	innteikning	REN-303/313	verkleg rennism.
ÍSL - 102	íslenska	VHM - 102	bókl. vélahlutafræði	TTÖ - 103	tölvuteikning	REN-403/413	verkleg rennism.
ÍSL - 202	íslenska	VLV - 112	loft og vökvi			VVR-123	verkleg rennism.
STÆ - 102	stærðfræði	VTB - 253	verktækni pípara			AVV-103/203	verkleg vélvirkjun
STÆ - 122	stærðfræði	VVR - 101	vélamál bóklegt			HVM-103/203	handavinna
		VVR - 112	verklegar loftstýringar			REN-103/203	verkleg rennism.
		ÖRF - 101	öryggis og félagsmál			PLV-102/202	plötuvinna
						VVR104	Smíðar
						VVR-214	Díselvél

Upphaf kennslu: mánudag 9.janúar frá 18:10-22:30 Lok kennslu: laugardaginn 13. maí frá 8:10-12:30

- athið að áfangar geta fallið niður, náist ekki nægur fjöldi í hópa

Innritunargjald verður kr. 14000. Verð á bóklega einingu er kr. 1500 og verklega einingu kr. 3000.

Hámarksgreiðsla er kr: 40.000

Sími: 535-1716 í málmdeild póstfang: www.bhs.is

Próf eru í síðasta kennslutíma, eða í samráði við kennara í viðkomandi fagi

Prófsýni og einkunnafahending er 18. Maí kl: 17-18 í stofu 262 málmskála Útskrift er 20. Maí kl: 14:00

Sótti snemma í sviðsljósið

Halla Vilhjálmsdóttir hefur verið í ströngu leiklistarnámi í London síðustu ár og stekkur nú fram á svið Þjóðleikhússins sem ein aðalstjarnan í Túskildingsóperunni, tuttugu og þriggja ára gömul.

Halla hefur tyllt sér niður við hornborð í Alþjóðahúsinu og er að panta kaffi latte þegar blaðamaður mætir. Hún valdi staðinn fyrir viðtalið og eyðir tíma sínum greinilega ekki í óþarfa ráp því hún er í vinnu hinum megin götunnar. Í sjálfu Þjóðleikhúsinu. „Mér finnst ég rosalega heppin,“ segir hún. „Þetta er algert draumahlutverk og það er ekki ónýtt að fá slíkt tækifæri,“ heldur hún áfram og rekur tildrögin að því. „Það var bara í byrjun nóvember sem Tinna þjóðleikhússtjóri hafði samband við mig. Ég var úti í London en tók fyrstu vél heim og kom beint af flugvellinum niður í Þjóðleikhús í prufur. Þá tók við erfitt ferli og miklar æfingar áður en ákvörðunin var tekin.“

Halla er líka að leika í Sölku Völku í Borgarleikhúsinu en tekur samt fram að hún sé hér á landi tímabundið því London sé draumastaðurinn og þar leigi hún íbúð. „Mig langar að búa í útlöndum en er þó ekki með Hollywood-þrá og finnst Bretland miklu áhugaverðara. Bretar hafa líka svo góðan húmor! Ég hef unnið í eitt ár úti eftir skólann, aðallega í sjónvarpi og auglýsingum en svo fóru mér að bjóðast svo frábær tækifæri hér að ég ákvað að skella mér heim. Það er gaman að leika á íslensku, gaman að leika á sviði og gaman að leika með því fólki sem maður hefur alltaf litið upp til. Svo er líka frábært að komast í mat hjá mömmu,“ segir Halla, sem er dóttir Louisu Einarsdóttur, starfsmanns hjá Flugleiðum, og Vilhjálms Guðjónssonar tónlistarmanns.

ÁTTA ÁRA Í GRÍSKUM HARMLEIK

Þegar ég hitti Höllu fyrst fyrir tæpum fimm árum var hún að æfa aðalhlutverkið í Kabarettsýningu Kvennaskólans, ásamt því að landa stúdentsprófi þar eftir þriggja ára nám og hendast í inntökupróf í hina ýmsu leiklistarskóla. Búin að leika í ótal auglýsingum, Bugsy Malone, sjónvarps- og útvarpsleikritum. Alltaf eitthvað að bralla. Hún er ein af eftirminnilegum viðmælendum mínum frá árunum á Degi, bráðlifandi og skemmtileg. Og hún hefur ekkert breyst. Ég bið hana að rifja upp sitt fyrsta hlutverk. „Ég lék grískan strák í harmleiknum Medeu í Alþýðuleikhúsinu þegar ég var átta ára. Lék yngri son Medeu. Föðursystir mín var að vinna við leikhúsið og stakk uppá að ég færi í prufu. Þannig kom nú það til.“

-Fannstu strax að þú vildir verða leikari?

„Já, já, já. Ég man ekki eftir að hafa þurft að taka þá ákvörðun. Reyndar lék ég í fyrstu auglýsingunni minni þegar ég var svona þriggja, fjögurra ára. Ég byrjaði líka að syngja í auglýsingum mjög ung. Sótti svona í sviðsljósið. Öfugt við bræður mína. Það þyrfti að greiða þeim ansi stóra summu til þess að anda í míkrófón. Foreldrar mínir vilja líka vera bak við tjöldin svo ég sé bara um þetta fyrir hönd fjölskyldunnar! Það kom aldrei sá punktur í lífi mínu sem ég hugsaði: Hm, ætti ég að fara í inntökupróf sem læknir eða leikari? Músíkin var alltaf þarna og mér fannst leiklistin sjálfsögð. Það er líka ágætt. Ég slapp við að lenda í tilvistarkreppu og gat stefnt á leikarann. Fór til dæmis á tungumálabraut í Kvennó og lagði áherslu á enskuna. Skrifaði stúdentsritgerðina um Shakespeare, þannig að ég var byrjuð að búa mig undir átökin.“

VANTAR EKKI BARA BEIN!

Höllu hefur komið vel að hafa enskuna á hreinu því hún fékk ekki inni í leiklistarskólanum hér en flaug hins vegar inn í hinn virta Guildford-leiklistarskóla rétt suður af Lundúnum. Það er strangur skóli. „Þetta er svakalega stíft nám og maður fer ekki í gegnum það með hálfum huga. Þetta verður að vera algerlega það sem maður vill því það er enginn tími fyrir utan skóla og svefn. Eitt það fyrsta sem spurt er um í prufunum er: „Myndurðu hætta með kærastanum þínum til þess að komast í skólann?“ Þar með er verið að athuga hversu mikil alvaran sé.“ Að sjálfsögðu er Halla spurð hvort hún hafi fórnað miklu á þessu altari en það vill hún ekki meina. „Ég átti að vísu kærasta þegar ég fór út en hann var hér heima þar til sambandið trosnaði.“

Hún segir mikið lagt upp úr líkamlegri getu í leiklistarskólanum, ekki síður en öðrum hæfileikum. „Dagurinn byrjar oft á klassískum ballett eða einhverri rosalegri þjálfun og ég er enn með ör á hnjánum eftir hinar og þessar fórnir í sviðsbardaga. Ef maður var ekki með blóð á hnjánum eftir æfingarnar var maður ekki að gera þetta almennilega.“

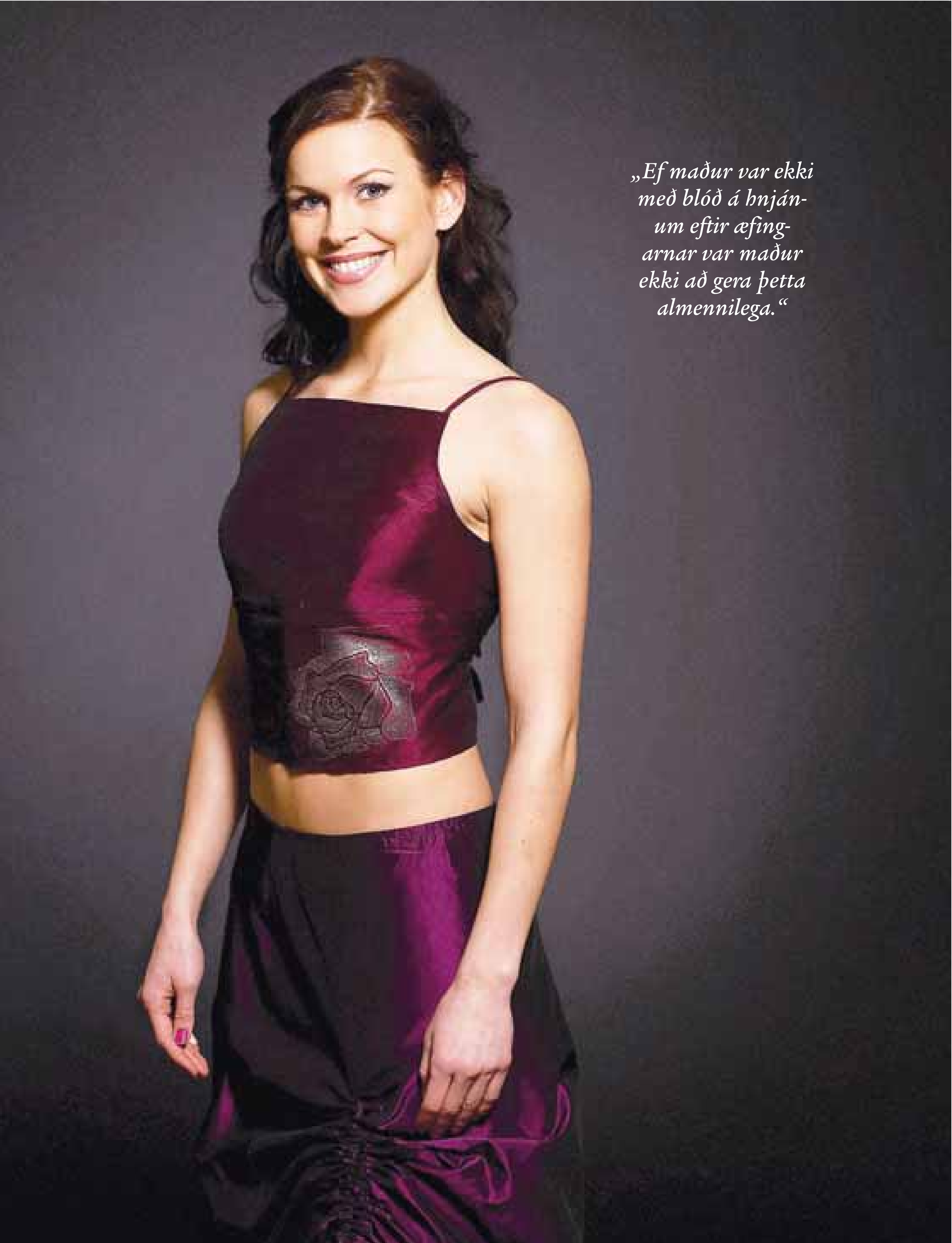
-En þú sagðir mér um árið að þú værir eiginlega fæddur trúður þannig að þú hefur líklega átt þokkalega létt með þessar hreyfingar. Mig minnir að þú hafir spáð í hvaða bein vantaði í þig!

„Það vantar nú ýmislegt í mig og ekki bara bein,“ segir hún hlæjandi. „Ég er eiginlega fædd til að vera í sirkus og er liðug og sterk. Það kemur sér vel og í Túskildingsóperunni er þetta allt notað nema hæfileikar mínir til að borða súkkulaði. Vannýtt auðlind þar! Þetta er mjög skrautleg sýning og allir sýna mikla hæfni í hinum ýmsum greinum eftir því sem við á. Þetta er allt listafólk fram í fingurgóma sem er í sýningunni og hver dagur er skóli fyrir mig. Svo er tónlistin stórglæsileg og alveg einvalalið sem flytur hana. Tíu manna band.“

GAUJA Í KRÓKNUM OG STÍNA VINNUKONA

Í Sölku Völku leikur Halla Gauju í Króknum og Stínu vinnukonu og þótt þau hlutverk séu ekki stór segir hún þau taka á. „Það er flakkað um í tíma og ég er í stöðugum hárkollu-og fataskiptingum. Ef þetta væri í krónólógískri röð væri ég Stína fyrir hlé og Gauja eftir hlé en til þess að byggja upp dramatík er miklu sniðugra að hafa þetta svona. Það er líka rosa

Viðtal: GUNNÞÓRA GUNNARSDÓTTIR Myndir: HARI



„Ef maður var ekki með blóð á hnján-um eftir æfing-arnar var maður ekki að gera þetta almennilega.“

gaman og reynir á einbeitinguna. Þetta hefur verið frábært og mikill heiður að fá að vinna með henni Eddu Heiðrúnu. Ég hef alltaf verið mikill aðdáandi hennar.“

Framtíðin? Þögn í smá stund. „Framtíðin er bara björt og skemmtileg. Ég er búin að fá tilboð eftir jól. Það stendur til að ég fari í barnasöngleik næst sem heitir Hafið og verður sýndur í Austurbæ. Þar er fullt af góðu fólki.“

En nú ertu nýskriðin út úr skóla. Hvernig vissu allir um þig. Varðstu svona fræg eftir viðtalið í Degi? „Mmmm. (Vill greinilega ekki móðga gamla Dagsblaðamanninn.) Ég hef nú komið heim af og til og tekið þátt í ýmsum smáverkefnum og bransinn virðist að minnsta kosti vita af mér.“

„Ég er eiginlega fædd til að vera í sirkus og er liðug og sterk. Það kemur sér vel og í Túskildingsóperunni er þetta allt nota ð nema hæfileikar mínir til að borða súkkulaði. Vannýtt auðlind þar!“

MARKMIÐIN FIMM

Þar sem Halla virðist ákveðin í að fara aftur út til London er hún spurð hvort hún sé bundin í einhverjum verkefnum þar? „Nei, það virkar nú ekki alveg heldur byggist allt á markmiðum,“ svarar hún og lýsir þeim nánar. „Fyrsta markmiðið er að komast inn í skóla. Þegar því er náð er næsta markmið að ljúka honum almennilega, læra sem mest og ná prófum. Næsta markmið er að ná sér í almennilegan umboðsmann sem er hægara sagt en gert. Það er haldin sýning á útskriftarárganginum í einhverju virtu leikhúsi í miðborg London og þangað koma umboðsmenn og skoða og velja þá sem þeim líst á. Ef maður nær í umboðsmann er markmið að hann reddi manni prufu og ef maður kemst í prufu er markmiðið auðvitað að landa djobbinu. Ég er búin að fara í gegnum þetta allt og verja síðasta árinu í að hitta eins marga leikstjóra og mögulegt er og afla mér tengiliða. Er með topp umboðsmenn í London sem eru að vinna fyrir mig og þarf að fara út til að halda þessu neti við. Fyrst ætla ég þó að ljúka að minnsta kosti fjórum ólíkum verkefnum hér heima sem ég lít á sem áframhaldandi skóla um leið og ég skila þeim til minna landsmanna.“

ALDREI Á LAUSU

Áður en Höllu er sleppt úr þessu viðtali er nauðsynlegt að forvitnast um „persónulegu málin“?

„Á ég einhver persónuleg mál?,“ spyr hún og þykist forviða. „Ég fer bara í vinnuna og svo heim að sofa.“

Þá er hún minnt á að fyrr í þessu samtali hafi hún sagt frá sambandsslitum við kærasta. Þýðir það að hún sé á lausu? „Nei, nei, ég er komin með einn breskan upp á arminn sem heitir James. Ég er aldrei á lausu en hef þó aldrei farið á deit og aldrei verið í strákaleit. Þegar ég á ekki kærasta þá á vinnan mig!“ Hún upplýsir að þau James séu farin að búa saman í London og hann ætli að bíða hennar þar meðan hún ljúki sinni vinnutörn á Íslandi enda verði einhver að passa íbúðina. Reyndar er hann hér á landinu núna, enda svo heppinn að fá flugmiða í jólagjöf og líka miða á frumsýningu! Skyldi hún hafa kynnst honum í skólanum? „Nei, ég held ég mundi ekki hafa áhuga á að vera með öðrum leikara. James er tölvugaur og rokksöngvari. Voða ljúfur strákur og besti vinur minn. Þetta er auðvelt samband og ég er ofsalega heppin manneskja. Það er ekkert vesen í mínu lífi.“

Fjarnám

með áherslu á starfstengt nám

Byggingagreinar
Efnisfræði, framkvæmd og vinnuvernd og grunnteikning.

Tækniteiknun
Húsateikning, raflagnateikning, innréttingateikning, vélateikning, AutoCad og grunnteikning.

Tölvubraut
Forritun, gagnasafnsfræði, vefsíðugerð, vefforritun, netstýrikerfi og vélbúnaður.

Upplýsinga- og fjölmiðlabraut
Allar greinar í grunnnámi upplýsinga- og fjölmiðlabrautar; eins og myndbygging og formfræði, myndgreining, týpógrafía og grafísk hönnun, myndvinnsla og margmiðlun, hljóðtækni, ljós- og litafræði, inngangur að fjölmiðlun.

Meistaraskóli
Allar stjórnunar- og rekstrargreinar.

Almennt nám
Enska 212, ENS303, grunnteikning, STÆ202, algebra og föll, STÆ 303, stærðfræði, UTN103, notkun upplýsingatækni og tölva í námi.

Innritun og greiðsla á neti stendur yfir og er opin til 15. jan. 2006 á www.ir.is.

Kennsla einstakra áfanga er með fyrirvara um næga þáttöku.

Allar frekari upplýsingar í síma 522 6500 eða á vef skólans www.ir.is.

Kvöldskóli

Bygginga- og mannvirkjagreinar
Verklegt og bóklegt grunn- og framhaldsnám.

Rafiðnanám
Grunnnám rafiðna 2. önn. Rafvirkjun 3.–7. önn.

Listnám
Ýmsir áfangar í kjarna og á kjörsviði almennrar hönnunar.
Öflugur undirbúningur fyrir framhaldsnám í hönnun.

Upplýsinga- og fjölmiðlagreinar
Grunnnám upplýsinga- og fjölmiðlagreina.
Undirbúningur fyrir nám í grafískri miðlun, vefsmíð, ljósmyndun, nettækni, prentun og bókbandi..

Tækniteiknun
Fjölbreyttir áfangar í AutoCad.

Meistaraskóli
Allar rekstrar- og stjórnunargreinar.
Faggreinar byggingagreina.

Almennt nám
Bókfærsla, danska, eðlis- og efnafræði, enska, félagsfræði, fríhendisteikning, íslenska, grunnteikning, spænska, stærðfræði, tölvugreinar, þýska, notkun upplýsingatækni og tölva.

Innritun og greiðsla á neti stendur yfir og er opin til 4. jan. 2006 á www.ir.is.

Innritun með aðstoð verður í matsal skólans, þri. 3. og mið. 4. jan., frá kl. 16–19. (Hægt er að greiða með peningum, debet- eða kreditkorti).
Kennsla hefst mán. 9. janúar 2006.
Kennsla einstakra áfanga er með fyrirvara um næga þátttöku.

IÐNSKÓLINN Í REYKJAVÍK

Fjöldinn allur af áhugaverðu fólki birtist á forsíðu Birtu árið 2005 og allir höfðu frá einhverju skemmtilegu að segja. Líf margra hefur tekið óvænta stefnu á árinu á meðan aðrir hafa sígildan sannleik fram að færa.

Birtust í *Birtu*

LJÓSMYNDIR/TEITUR OG HARI

Ég myndi ekki skipta á neinu ráðuneyti eða þingsæti fyrir að vera bæjarstjóri.

(Ásdís Halla Bragadóttir, forstjóri BYKO 11. mars)

Við í Quarashi ætlum síðan aðeins að halda okkur til baka úr sviðsljósinu og fylgja plötunni eftir í Japan.

(Sölvi Blöndal, 21. janúar)

Það er reyndar mín skoðun að maður eigi að hætta leik þá hæst stendur, þessvegna lendi ég heldur aldrei í leigubílaröð.

(Simmi Idolkynnir, spurður hvort þeir Jói ætluðu að taka að sér kynningarstörf í þriðju Idolseríunni, 4. febrúar)

Ég er ekki í sveitaballabransanum en það eru svo sem engar staðalímyndir í poppbransanum.

(Hildur Vala, Idolstjarna, 18. mars)

Herðapúðarnir eru samt ekki langt undan. Támjótt er á leið út en hverfur þó aldrei. Gull er að koma inn.

(Svava Johannsen, tískudrottning Íslands, 8. apríl)

Ég læri af börnunum mínum, vinum mínum og fjölskyldu – og mistökunum.

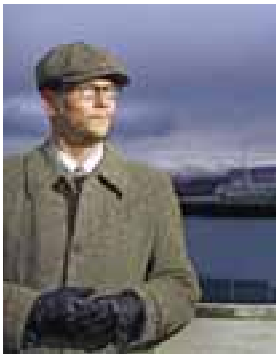
(Herdís Þorgeirsdóttir, 20. maí)

Við fáum rosalega góða reynslu úr þessum þætti og reynslan reynist oft verðmætust í þessum bransa.

(Gunnhildur og Helgi, stjórnendur Djúpu laugarinnar á Skjá einum, 15. apríl)

Fólk horfir á mig í sjónvarpinu og skoðar hárið á mér, fötin og förðunina og ef það er ekki í lagi er eins og það fari allt fyrir ofan garð og neðan sem ég segi.

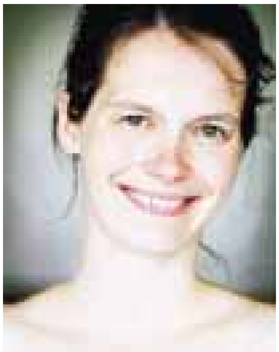
(Ingibjörg Sólrún Gísladóttir, formaður Samfylkingarinnar, 27. maí)



Við eigum að halda áfram að segja sögur og deila upplifunum hvers annars. Þannig munum við lifa af sem manneskjulegt samfélag.

(Sjón, 25. nóvember)

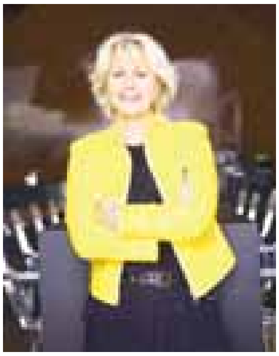
2005



Við leggjum af barneignir í fimm ár með tilheyrandi samdráttarverkjum fyrir þjóðarbúið og hvað ætli bændur geri þá?
(Oddný Sturludóttir, móðir og þýðandi, 8. júlí.)

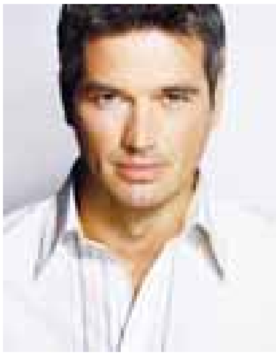
Mér fannst ég til dæmis aldrei hafa neina burði til að verða atvinnumaður og ég hafði aldrei neina háleita drauma um frægð og frama í fótboltanum.
(Birkir Kristinsson, 9. september)

Enginn vill vera misskilinn stjórnmálamaður. Ef maður talar ekki nógu skýrt verður að tala skýrar, og það var ákveðin lexía.
(Ásta Möller þingkona, 23. september)



Það er greinilega almennur misskilningur að ég segi að allt sé flott. Það er ekki rétt.
(Vala Matt, 26. ágúst)

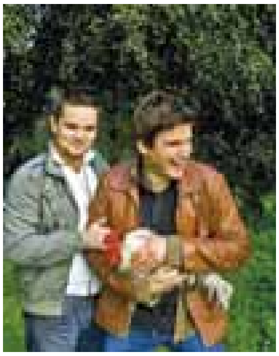
Um leið og maður ákveður að verða betri þá sér maður strax árangur.
(Ásthildur Helgadóttir, fótboltakona og íþróttakona ársins 2005, 17. júní)



Núna er ég hvorki ungur né gamall, með grásprengt hár sem er bara kostur.
(Björn Sveinbjörnsson ofurfyrirsæta, 29. júlí)

Ég hef alltaf horft á björtu hliðarnar og þess vegna er ég sennilega svona hress, 78 ára.
(Ingibjörg Þorbergs, 4. nóvember)

Treystið innsæinu, hlustið með opnum huga, ekki vera meðvirk, ekki fara út í hreppapólitík og ekki velja einhvern bara af því að hann er frændi ykkar, því þetta skiptir máli.
(Páll Óskar Idoldómari kennir fólki að kjósa, 30. september)



Ég er að taka upp plötu núna sem er poppaðri en samt í klassískum og ítölskum anda. Mér finnst að ef maður getur sungið fleiri en einn stíl, skammlaust, þá eigi maður bara að gera það.
(Garðar Thor Cortes, 7. október)

Það að vera ættleidd hefur kennt mér að vilja ná sem mestu út úr lífinu. Ég held að ég sjái tækifærin betur en margir aðrir.
(Yesmine Olsson, 2. september)

Ég tók þá afstöðu að öskra ekki, eins og margir kokkar eru þekktir fyrir að gera. Ég veit að fólk ber virðingu fyrir mér þó svo ég standi ekki í eldhúsinu og öskri.
(Hrefna Rósa Jóhannsdóttir Sætran landsliðskokkur, 16. desember)

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

Sætt og sniðugt á milli jóla og nýárs

Fyrir þá sem eru enn í stuði fyrir smá sætindi. Þessir marengstoppar eru fylltir súkkulaði og lakkrís ásamt kókosflögum. Góður biti með kampavíninu þegar fagna skal nýju ári. Lostæti í augum barna. Uppskriftin er ættuð frá Selfossi þar sem hún hlaut verðlaun fyrir nokkrum árum. Um að gera að leyfa fleirum að njóta hennar!

6 eggjahvítur
200 g sykur
200 g púðursykur
200 g lakkrísreimar, skornar í um 1 cm bita
150 g saxað suðusúkkulaði
200 g kókosmjöl eða lífrænt ræktaðar kókosflögur

Hrærið eggjahvítur þar til þær freyða aðeins, blandið þá sykrinum saman við og þeytið þar til stíft. Setjið lakkrís, súkkulaði og kókos út í og blandið varlega. Setjið með matskeið á bökunarpappír. Bakið við 150 gráður í 10-15 mín. Athugið að best er að hafa kökurnar alveg ljósar. Alls ekki baka of mikið, best að hafa miðjuna mjúka, annars harðnar lakkrísinn sem er ekki eins gott.

Nýtt
ORIGINAL
GEVALIA
HELE BØNNER
100% ARABICA KAFFE
Fyldig aroma.
Den originale smag.
400g
Loksins er komið hágæða baunakaffi frá GEVALIA fyrir allar gerðir baunavéla. Smakkaðu 100% Arabica baunakaffi um jólin.
Baunir frá GEVALIA
Það er kaffið

Saltkringlur eru hluti af snakkinu sem margir narta í á gamlárskvöld. En það má gera svolítið sniðugt við þær ... nefnilega að súkkulaðihúða þær. Þá verða þær veglegri og meiri að bíta í. Líta líka skemmtilega út. Bræðið einfaldlega súkkulaði yfir vatnsbaði, takið stórar og heilar saltkringlur og dífið í súkkulaðið. Þekið vel. Látið súkkulaðið harðna með því að leggja kringlurnar á bökunarpappír eða bökunargrind. Berið fram með góðum drykk.

Sóley Rut Ísleifsdóttir, þjónustufulltrúi hjá VÍS. Hún vinnur þar við uppgjör og öll almenn skrifstofustörf.

„Ég fékk mjög gott starf á frábærum vinnustað. Tölvu- og skrifstofunámið í Tölvuskólanum Þekkingu hjálpaði mér að öðlast það sjálfstraust sem þurfti til að sækja um nýtt og krefjandi starf. Það er aldrei of seint að byrja að læra eitthvað nýtt og fyrir mig var þetta góð fjárfesting og frábær tími í góðum félagsskap í skemmtilegum og krefjandi skóla. Takk fyrir mig!“

Tölvu- og skrifstofunám

Í þessu námi er tekið fyrir allt um tölvur, bókhald og skrifstofutækni sem fólk þarf að kunna skil á í nútímafyrirtækjum.

Sérlega viðamikið og hagnýtt 260 stunda nám í takt við þarfir markaðarins, nám sem hentar fólki á öllum aldri, hvort sem það er á leiðinni út á vinnumarkaðinn að nýju eða vill skapa sér sterkari stöðu á vinnumarkaði með aukinni menntun.
Að námi loknu eiga þátttakendur að geta unnið sjálfstætt við öll almenn skrifstofustörf og í öllum helstu skrifstofuforritunum, sem ritarar eða í bókhaldi.
Þátttakendur þurfa að vera orðnir 18 og hafa lokið grunnskólaprófi.
Kennd er ein námsgrein í senn sem lýkur með prófi eða verkefni, tölvugreinunum lýkur flestum með alþjóðlegri prófgráðu.

Tölvugreinar: Windows XP tölvugrunnur og skjalavarsla, Word ritvinnsla, Excel, Internetið, spjallrásir, MSN ofl. og Outlook tölvupóstur, dagbók og skipulag.

Margmiðlun: PowerPoint glærukynningar, Stafrænar myndavélar og meðferð stafrænna mynda í tölvu, tónlist í tölvunni og spilurum, CD - DVD vinnsla ofl.

Persónuleg færni: Tjáning og framkoma, atvinnuumsóknir, atvinnuviðtöl og ferilskrár. Enska, þjálfun í talmáli og ensk verslunarbréf, sölutækni og markaðsmál.

Viðskiptagreinar: Verslunarreikningur, VSK meðferð og reglur, bókhaldsgrunnur, tölvubókhald í Navision og tollskýrslur.

Mikið er lagt uppúr sameiningu kennslugreina til að spara tíma - „Learn by doing"- PowerPoint glærukynningar sameinaðar tjáningu, framkomu og sölutækninni, Word ritvinnslan að hluta til tekin fyrir á ensku ásamt ensku verslunarbréfunum og gerð ferilskráa. Tollskýrslur að hluta til sameinaðar tölvubókhaldinu. Verslunarreikningur og VSK útreikningar teknir saman svo eitthvað sé nefnt. Framhaldsþjálfun í Excel í bókhaldshlutanum.

Boðið er upp á morgun og kvöldhópa. Hefst 26. janúar.

TÖLVUSKÓLINN ÞEKKING

Skráning á vorönn hafin í síma 544 2210, á vef skólans; www.tsk.is og í netpósti á skoli@tsk.is

Faxafen 10 • 108 Reykjavík
Sími: 544 2210 • Fax: 544 2215
www.tsk.is • skoli@tsk.is

Frapin er ein elsta koníaksfjölskylda Frakklands og hefur framleitt koníak í tuttugu ættliði allar götur frá árinu 1270. Frægasti sonur ættarinnar er eflaust rithöfundurinn Francois Rabelais, höfundur Gargantúa og Pantagrúls. Frapin-landareignin er í hjarta Cognac og í miðju eignarinnar er ættaróðal Frapin-fjölskyldunnar, höllin Chateau Font Pinot. Framleiðslan er alvöru einnar ekru Grande Champagne koníak enda Frapin þekkt fyrir að framleiða einungis koníak úr sinni eigin uppskeru fremur en að blanda saman koníaki héðan og þaðan eins og algengt er. Sé uppkera ekki viðunandi, að mati fjölskyldunnar, er hún seld öðrum framleiðendum koníaks.

Frapin leggur mikið upp úr að benda á gæði og leyfa fólki að dæma sjálft eftir eigin höfði, t.d. varðandi aldur á koníaki.

Hér á eftir eru upplýsingar um flokkun á koníaki samkvæmt frönskum lögum. Þetta eru þau skilyrði sem þarf til að það megi fara á markað með þessum merkingum.

Gæðakoníak:

Frapin-koníak

í gjafaumbúðum

V.S.O.P.

Samkæmt lögum þarf VSOP að vera 4 1/2 árs gamalt. Frapin VSOP Cuvee Rare er 10 ára gamalt.

Frapin VSOP Cuvee Rare er selt í endurgerð af 16. aldar karöflu úr úrvals útskornu gleri í fallegum gjafapakkningum.

Verð í Vínbúðum 4.590 kr.

V.I.P. XO

Samkvæmt lögum þarf XO að vera 7 1/2 árs gamalt. Frapin V.I.P. XO er 35 ára gamalt. Frapin V.I.P. XO er selt í endurgerð af 16. aldar karöflu úr úrvals útskornu gleri með gyllingu í fæti og í munstri. Tappinn er húðaður með 24 karata gulli. Kemur í fallega gylltum gjafapakkningum.

Verð í Vínbúðum 8.990 kr.

Eldhús eftir máli

Hversdagslegar hryllingssögur

SÝNT Á SMÍÐAVERKSTÆÐINU!

ÞJÓÐLEIKHÚSIÐ

Stjörnuást 2005

Ástin getur vafist fyrir öllum en fræga fólkið býr við þá ógæfu að þurfa að lifa ástalífi sínu fyrir allra augum og það getur oft verið erfitt að bera harm sinn í hljóði undir beittu og miskunnarlausu augnaráði fjölmiðla. Árið 2005 er eins og önnur ár að því leyti að sumir fundu ástina og aðrir týndu henni, sumir virðast ætla að lifa hamingjusömu lífi til ársloka en aðrir slekija sárin og bíða eftir því í ofvæni að geta skotið árinu upp á gamlárskvöld með stærstu rakettu sem völ er á.

Kate Moss og Pete Doherty

Heimsbyggðin varpaði öndinni léttar þegar blessunin hún Kata sparkaði þessum eiturlyfjasjúka poppdreng. Því miður tókst henni ekki eins vel upp með ósiðina sem hún (að sjálfsögðu) tók upp eftir honum. Þessi heimsfræga fyrirsæta og uppreisnarmaðurinn hennar voru eins og argasti ruslaralýður þegar þau á annað borð festust á filmu – hvílíkt rugl!

Brad og Jen

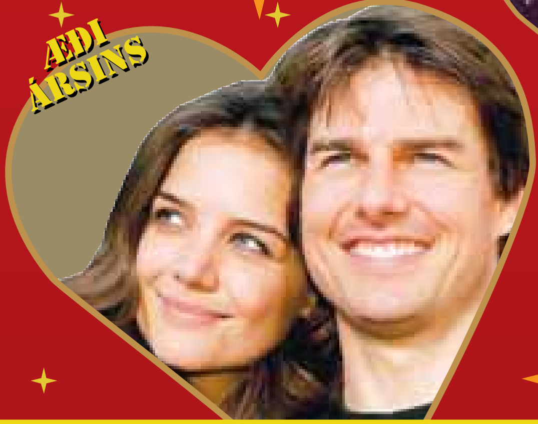
Brad Pitt og Jennifer Aniston voru ímynd hins fullkomna hjónabands. Hann hannaði heimilið þeirra og hún málaði myndir á veggina. Margir vonuðu að þetta yrði eitt af þessum góðu Hollywood-hjónaböndum sem endast og endast. En nei, ósættanlegur ágreiningur, sem síðar kom í ljós að heitir Angelina Jolie, varð til að sundra þessu fyrirmyndarsambandi og Jennifer blessunin hefur átt bágt í ár.

Brad og Angelina

Þau eru fallegasta fólk í heimi og því ekki að undra að þau skyldu falla hvort fyrir öðru. Það var hins vegar alveg óþarfi að vera í þessum þykjustuleik lengi framan af árinu og ljúga að heiminum um sambandsstöðu sína. Við aðdáendur eigum rétt á að vita hverjir eru á föstu og hverjir eru einhleypir í stjörnuheimum svo við getum látið okkur dreyma. En hvenær skyldu herra og frú Smith verða herra og frú Pitt...?

Jessica Simpson og Nick Lahey

Þessi blessuðu hjón voru svo sannfærð um eilífa ást sína að þau stofnuðu í kringum hana sjónvarpsþátt til að leyfa heiminum að taka þátt í hamingju sinni. Því miður entist hún ekki út árið enda kannski erfitt að leysa ágreiningsmál með milljónir manna inni í stofu að fylgjast með.



Katie og Tom

„Því ég elska þig svo miiiikið...“. Tom Cruise og Katie Holmes eru alveg að deyja úr ást og þau ætla heldur betur að innsigla hana með öllum ráðum. Katie hefur snúist til sömu trúar og Tom sem felur meðal annars í sér að hún þarf að láta frunsurnar sínar blómstra ómeðhöndlaðar og má ekki hafa of hátt þegar hún fæðir barn þeirra á næsta ári. Tom þurfti í staðinn að dansa apadansinn í sjónvarpinu og fórst það bara vel úr hendi.

Jude og Sienna

Hann hélt framhjá henni með barnfóstrunni og hún gat varla fyrirgefið honum en gerði það þó en samt ekki fyrr en hún var búin að sofa hjá besta vini hans og þá varð hann harmi sleginn og neitaði að setja aftur upp hringana sem þau voru þó búin að ræða sín á milli að setja upp aftur og svo ræddu þau saman og þá ákváðu þau að reyna einu sinni enn og... Jude Law og Sienna Miller bera titilinn Jójó ársins með miklum sóma.

Útsalan hefst mánudaginn 2.janúar kl. 11.00

30-50% afsláttur

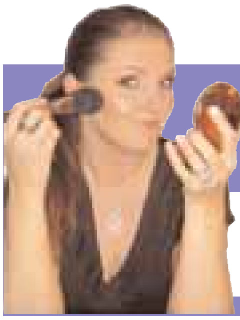
adams

Smáralind • Sími 517-5330
www.adams.is • adams@adams.is

:fá FJÖLBRAUTASKÓLINN VIÐ ÁRMÚLA

Fjarnám allt árið! Þitt nám þegar þér hentar!

Skráning á vorönn fer fram 6. – 15. janúar 2006
á heimasíðu skólans.
Slóðin er : http://www.fa.is/fjarnam/
Ármúla 12, 108 Reykjavík · Sími: 581 4022



allt fyrir útlitið

MARGRÉT R. JÓNASDÓTTIR

Hátíðaförðun

Ég hugsaði þó nokkuð út í hvernig mig langaði að hafa förðunina mína yfir hátíðirnar og ákvað að ég vildi hafa hana létta og sparilega. Ég gekk á milli til að skoða jólalínuna hjá merkjunum og í þetta skiptið fann ég flestar vörurnar hjá Esteé Lauder og Lancóme.

Ég byrjaði á að setja á undirkrem sem ég get ekki lofað nægilega mikið sem heitir Prep & Prime. Það er eins og það sé búið að dýfa andlitinu ofan í þunnt parafín vax, húðin verður svo flott; slétt og mjúk! Ég prófaði nýja farðann frá Esteé Lauder sem á að vera góður fyrir þurra húð. Farðinn lyftir og sléttir úr fínum línum og er því tilvalinn fyrir konur á besta aldri og eldri. Undir augun bar ég á hyljara og yfir hann Llama augnskugga. Sá augnskuggi finnst mér góður til að hylja enn meira og festa hyljarann þannig að hann fari ekki í línur. Einnig er skugginn gulleitur þannig að hann dregur úr bláa tóninum undir augunum og gefur ljóma. Ég valdi fallegt sólarpúður frá Lancóme sem kemur í hentugum bursta. Það eina sem þú gerir er að smella á takka og þá er púðrið komið í burstann. Á augun notaði ég Lancóme tvöfaldan augnskugga #103 Night and Day. Augnskuggar eru tilvaldir fyrir þær sem mála sig lítið en vilja vera með eitthvað nýtt og sparilegt! Annar skugginn er ljós bleikur – sanseraður og hinn er brúngrár með einstaklega fallegu gylltu fínkorna glimmeri. Ég skyggði með MAC Era augnskugga og setti pínulitið af White Frost sem highlight undir augabrún. Á kinnar setti ég mjög fallegt púður frá Esteé Lauder; Color Stones Face Powder. Púðrið er þrískipt; bleikt, gyllt og kremað. Bleiki liturinn fór í kinnar og kremaði fór ofan á kinnbein, nef og enni til að gefa flottan gljáa.

Á varir valdi ég léttan bleikan varalit # 303 Crystal Pink og ofan á hann setti ég glitrandi gloss # 322 Frosty Pink frá Esteé Lauder. Gleðilega hátíð!

Ertu óþolandi?

Á flestum vinnustöðum er einn einstaklingur sem er alveg óþolandi. Taktu prófið og ef helmingurinn af fullyrðingum á við þig gæti það jafnvel verið þú.

1 Þú ert búinn að finna nöfn á alla samstarfsmenn þína og uppnefnir þá alltaf þegar þú kallar til þeirra.

2 Skrifstofan þín er útötuð í myndum af börnunum þínum og listaverkum sem þau hafa teiknað.

3 Þú ert búin að plasta og hengja upp myndir af þér með frægu fólki við hliðina á listaverkum barna þinna.

4 Þú reynir að finna fyndar setningar sem ríma við skipanir yfirmanna þinna.

5 Þú borðar alltaf illa lyktandi mat við skrifborðið þitt.

6 Þú kemur með brenndar kökur og annað sem þú skemmdir í eldhúsinu kvöldið áður til að gefa samstarfsfélögum þínum.

7 Fólk lítur út fyrir að vera á tánum og jafnvel hrætt þegar þú nálgast það.

8 Þú sendir út fjölpóst á alla í fyrirtækinu alltaf þegar þú þarft að bregða þér frá. („Ef einhver reynir að hringja í mig er ég á klósettinu.“)

9 Þú tyggur tyggjóið þitt með látum og notar mikið ilmvatn.

10 Þú gerir símaöt í vinnufélaga þína þegar þú nennir ekki að vinna.

stjörnuspá

★★★
30. desember - 5. janúar

HRÚTUR 20. MARS – 19. APRÍL
Nýtt ár fer vel í þig enda tekur þú nýjungum yfirleitt fagnandi. Strengdu þín heit í hófi og settu þér frekar það markmið að standa við þau.

NAUT 20. APRÍL – 20. MAÍ
Þú ert alltaf pínulítið tortryggið þegar nýtt ár er í spilunum því þú kannt best við allt gamalt og gott. Breytingarnar koma samt hvort sem þér líkar betur eða verr svo þér er best að láta af þrjóskunni og fagna nýju ári.

TVÍBURI 21. MAÍ – 20. JÚNÍ
Þið skemmtið ykkur alltaf vel um áramótin enda eru hávaði og læti ykkar ær og kýr. Best er að fara á brennu til að fá ferskasta slúðrið fyrir nýja árið.

KRABBI 21. JÚNÍ – 22. JÚLÍ
Um áramótin vilt þú oftast skríða inn í skelina þína og íhuga árið sem er að líða og það sem er í vændum. Þú átt fullan rétt á því og ekki láta neinn trufla þig.

LJÓN 23. JÚLÍ – 22. ÁGÚST
Búmm, krasj!!! Flugeldar og glamúr, grímur og villt partí fram á morgun. Vakna svo rétt tímanlega til að fara í viðhafnarkvöldverð til að fagna nýju ári. Þessi helgi er sérhönnuð að þínum smekk, svo einfalt er það.

MEYJA 23. ÁGÚST – 21. SEPTEMBER
Þú ert búin að merkja allar möppurnar og fara yfir bókhaldið svo nýja árið getur komið þín vegna. Reyndu nú aðeins að slaka á skipulaginu og gerðu eitthvað óvenjulegt um þessi áramót, þú átt það skilið.

VOG 22. SEPTEMBER – 22. OKTÓBER
Áramótaheitin eru alveg að sliga þig enda ekki við hæfi að strengja færri en fjórtán. Eða hvað? Rangt, aðalmálið er að strengja eitt og standa svo við það, að minnsta kosti fram í mars.

SPORÐDREKI 23. OKTÓBER – 21. NÓVEMBER
Eru álfar kannski menn? Og ætlar þú að reyna að komast að því um helgina? Þú um það en mundu bara að þú þarft að halda út heila nótt freistinga til að eignast allt álfagullið.

BOGMAÐUR 22. NÓVEMBER – 21. DESEMBER
Flugeldarnir heilla þig alltaf jafnmikið og þú þarft að passa þig að hafa hemil á kaupgleðinni þegar þeir eru annars vegar. Þú ættir að kaupa fáa og skjóta þeim svo varlega upp. Ekki láta barnið í sjálfum þér hlaupa með þig í gönur.

STEINGEIT 22. DESEMBER – 19. JANÚAR
Þú ert alltaf frekar þunglynd á þessum árstíma og það þó afmælið þitt sé svona skammt undan. Hertu upp hugann og ekki gleyma því að sólin er farin að skríða aftur upp á himininn, jafnvel þó það sé aðeins hænufet á degi hverjum.

VATNSBERI 20. JANÚAR – 18. FEBRÚAR
Fjórðu áramótin í röð ætlar þú að fela þig í fjósinu í Húsdýragarðinum og taka upp samræður kúnna sem þá fá mannamál. Ertu viss um að það sem þær segja sé nógu merkilegt til að þú missir af öllu fjörinu um allan bæ? Og þú missir líka alltaf af hamskiptum selanna.

FISKAR 19. FEBRÚAR – 20. MARS
Syndið ykkar leið, glaðværu fiskar, stráðir glimmeri og gneistum úr flugeldum inn í nýtt ár sem verður ykkur einstaklega happadrjúgt og skemmtilegt á alla lund.

Tölvunám í viðurkenndum skóla - skráðu þig núna á vorönnina

Tölvunám vorið 2006
Menntun sem gefur forskot

Nýttu þér tölvunám TV til aukinnar þekkingar. Núna! Eyddu ekki tíma og peningum. Menntaðu þig hjá viðurkenndum skóla sem veitir þér öruggari aðgang að betra starfi til framtíðar. Tölvuskóli Tölvu- og verkfræðiþjónustunnar við Grensásveg er viðurkenndur af menntamálaráðuneytinu sem einkaskóli á framhaldsskólastigi. Skólinn er elsti tölvuskólinn á Íslandi og hafa yfir 32.500 nemendur sótt tölvumenntun sína til skólans. Nýttu þér tækifærin og skráðu þig strax. Hringdu núna í síma 520 9000 og talaðu við okkur um greiðslukjör.

Tölvuskóli TV er vottaður af innlendum og erlendum aðilum til að tryggja hagsmuni nemenda.

Tölvuvísir www.tv.is · Pearson VUE Authorised Centre · Microsoft Certified Partner

Veldu námskeið sem hentar þér og skráðu þig strax í nám hjá Tölvuskóla TV:

MCSA og MCP nám

Netumsjón MCP

Þetta er besta námið fyrir þig ef þú vilt sjá um netrekstur í fyrirtækjum og skapa þér ný tækifæri á vinnumarkaði. Lærðu grunnfræði netkerfa, Windows XP Professional (70-270) og Windows 2003 Server (70-290).

Tvö MCP próf innifalin.

Lengd: 121 stund/81 klst. *16:15-19:15*
Verð: 159.900 • Allt að 5 ára lán

MCSA netstjórnun

Taktu MCSA (Microsoft Certified Systems Administrator) gráðu og vertu í hópi þeirra eftirsóttustu. Fáðu yfirburða þekkingu á netstjórnun og Exchange.

Þú lærir netfræði, TCP/IP, Windows XP Professional (70-270), Windows 2003 Server MCP (70-290), stjórnun Windows neta og netumhverfi Windows 2003 (70-291) og Exchange Server 2003 (70-284).

Öll (4) nauðsynleg próf innifalin.

Lengd: 225 stundir/150 klst. 16:15-19:15
Verð: 299.900 • Allt að 5 ára lán

Hægt er að sækja stök MCP námskeið:
Windows XP Professional (MCP 70-270)
Windows 2003 Server (MCP 70-290)
Exchange Server 2003 (MCP 70-284)
Stjórnun Windows neta (MCP 70-291).

.NET Forritun

Visual C# .NET (+ASP) forritun

Lærðu forritun með forritunarmáli sem hefur slegið í gegn með því að sækja þetta hnitmiðaða og yfirgripsmikla nám. Krafist er góðrar tölvuþekkingar.

Lengd: 121 stund/81 klst. 18:00-21:00
Verð: 159.900 • Allt að 5 ára lán

ASP .NET vefforritun

Taktu þátt í byltingu í vefsíðugerð og lærðu ASP .NET vefforritun. Allt sem þú þarft er grunnur í forritun og góð tölvukunnátta.

Lengd: 45 stundir/30 klst. 18:00-21:00
Verð: 79.900 • Allt að 3 ára lán

Skrifstofunám

Hagnýtt bókhald

Bókhaldsnám sem borgar sig strax. Námið er fyrir þá sem vilja ná góðum tökum á bókhaldi, t.d. sjálfstæða atvinnurekendur og þá sem vinna við bókhald.

Kennt er meðal annars fjárhagsbókhald, töluvbókhald, uppgjör og skil á virðisaukaskatti, grunnur launaútreikninga, afstemmingar, undirbúningur uppgjörs og fleira

*Fullkomið bókhaldskerfi innifalið í verði! **

Lengd: 94 stundir/63 klukkust.
Verð: 99.900 • Allt að 5 ára lán

Skrifstofu- og tölvunám

Ef þú vilt verða liðtæk(ur) við margskonar skrifstofustörf og vinnu við tölvu þá er þetta hnitmiðaða skrifstofunám það rétta.

Helstu kennslugreinar:
- Tölvugrunnur, Windows, fingrasetning, Internetið, Word, PowerPoint, Outlook, Access og Excel.
- Almennar viðskiptagreinar og verslunarreikningur

Lengd: 200 stundir/133 klst.
Verð: 139.900 • Allt að 5 ára lán
(TÖK próf innifalin í námsgjaldi)

Skrifstofu- og bókhaldsnám

Þú verður í hópi eftirsóttustu starfskrafta ef þú menntar þig í bókhaldi, rekstri og skrifstofustörfum.

Helstu kennslugreinar:
- Tölvugrunnur, Windows, fingrasetning, Internetið, Word, PowerPoint, Outlook, Excel og Access.
- Almennar viðskiptagreinar og verslunarreikningur.
- Hagnýtt bókhald

*Fullkomið bókhaldskerfi innifalið í verði! **

Lengd: 300 stundir/200 klst.
Verð: 199.900 • Allt að 5 ára lán
(TÖK próf innifalin í námsgjaldi)

Allt skrifstofunám er í boði á morgnana (9:00-12:00) eða á kvöldin (19:30-22:30)

** Leyfið er takmarkað við eitt ár og einn notanda.*

Verkefnastjórnun

Hagnýt verkefnastjórnun

Vertu betri verkefnisstjóri. Lærðu grundvallaratriði góðrar verkefnastjórnunar, PRINCE2 aðferðafræðina og notkun Microsoft Project við gerð verkáætlana og stjórnun verkefna.

Lengd: 58 stundir/39 klst.
Verð: 89.900 • Allt að 3 ára lán

Góð byrjun

Almennt tölvunám

Ef þú hefur litla reynslu af tölvunotkun eða vilt fá gott og ítarlegt námskeið um allt það helsta sem gert er með tölvum þá er þetta frábæra námskeið fyrir þig.

Helstu kennslugreinar
- Windows, Word og Excel
- PowerPoint, Outlook og Internetið

Lengd: 90 stundir/60 klst. á ýmsum tímum
Verð: 69.990 • Allt að 3 ára lán

Tölvuþekking fyrir konur

Námskeið sem hefur slegið í gegn, ætlað þeim konum sem vilja ná færni í notkun tölva við margvísleg verkefni hvort sem er í vinnu eða heima.

Helstu kennslugreinar:
- Tölvugrunnur, Windows og Word
- Excel, Internetið og tölvupóstur

Lengd: 60 stnd./40 klst. morgun eða kvöld
Verð: 45.900 • Allt að 3 ára lán

Tölvunám fyrir 50+

Ef þú hefur ekki ennþá lært á tölvu og ert komin(n) yfir fimmtugt er þetta rétta námskeiðið fyrir þig.

Þægilegur hraði, spennandi efni og frábær kennsla gerir þig að öflugum tölvunotanda.

Helstu kennslugreinar:
- Tölvugrunnur, Windows og Word
- Excel, Internetið og tölvupóstur
- Stafræn ljósmyndun og vinnsla

Lengd: 72 stnd./48 klst. dag eða kvöld
Verð: 59.900 • Allt að 3 ára lán

Vefhönnun

Myndvinnsla og vefhönnun

Þetta nám er ætlað þeim sem vilja ná þeirri færni sem þarf til þess að starfa við vefhönnun, vefstjórnun og grafík.

Kennt er að nota DreamWeaver, Photoshop Flash og HTML forritun. Að námi loknu hafa þátttakendur gott vald á öllu sem tengist vefsíðugerð og myndvinnslu.

Lengd: 90 stundir/60 klst. 16:15-19:15
Verð: 99.900 • Allt að 5 ára lán

Vefsíðugerð með/án Photoshop

Allt það sem þú þarft að kunna til þess að búa til og viðhalda heimasíðu samkvæmt nútímakröfum um útlit og innihald.

Lengd: 67 stundir/45 klst. með Photoshop
Verð: 68.900 • Allt að 3 ára lán
Lengd: 45 stundir/30 klst. án Photoshop
Verð: 44.500 • Allt að 3 ára lán

Mest úrval styttri námskeiða:

Grunnnámskeið
Windows, Word og Excel
Tölvupóstur og Internetið
Windows XP fyrir byrjendur
Fingrasetning - tölvuvélritun

Access
Access I: Almenn gagnagrunnsgerð
Access II: Sérhæfð gagnagrunnsgerð
Access III: Fjölvar og forritun með VBA

Word
Word I: Almenn ritvinnsla
Word II: Kraftmikil ritvinnsla
Töflur og eyðublöð í Word
Vinnsla langra skjala í Word
Dreifibréf og markpóstur í Word

Excel
Excel I: Almenn töflureiknisnotkun
Excel II: Sérhæfð töflureiknisnotkun
Excel II: Fjármál, bókhald og endursk.
Excel III: Fjölvar og forritun með VBA

PowerPoint
PowerPoint I: Glærur og kynningar
PowerPoint II: Hreyfimyndir og hljóð

Outlook og OneNote
Outlook: tímareiða, verkefni og póstur
OneNote: Hugmyndavinna og glósur

Publisher
Publisher: Bæklingar og kynningar

Vefsíðugerð
Vefsíðugerð I: FrontPage 2003
Vefsíðugerð II: FrontPage 2003
DreamWeaver MX vefsíðugerð
Flash: Gerð hreyfimynda og myndskeiða

Myndvinnsla og grafík
Stafræn ljósmyndun
Photoshop CS2: Ljósmyndir og grafík
Photoshop Elements
Freehand: Grafík, umbrot og auglýsingar
Visio: Grafík og teikning

FileMaker
FileMaker notendanámskeið
FileMaker 7.0/8.0: Forritun og notkun

Windows XP
Gerðu Windows XP öruggara
Þráðlaus net og Windows XP

Verkefna- og tímastjórnun
Verkefnastjórnun með PRINCE2
Microsoft Project verkefnastjórnun
Project Server verkefnamiðlarinn
Tímastjórnun og Outlook

- VR, Efling og flest önnur stéttarfélög **styðja** félagsmenn sína til náms hjá okkur
- **Afsláttur** er veittur til félaga í VR, Eflingu og mörgum öðrum félögum, allt að 15%
- 30 daga ókeypis **símaþjónusta** að loknu námi
- Ókeypis **forfallatrygging** felur í sér að þú getur bætt þér upp veikindi og forföll, innan árs
- Mjög hagstæðir **greiðsluskilmálar**

Tölvunám TV til betri verka
– hringdu núna í síma 520 9000
– og skoðaðu www.tv.is til að fá meiri upplýsingar
– eða komdu í heimsókn, þú ert alltaf velkomin(n)!

TÖLVU- OG VERKFRÆÐIÞJÓNUSTAN

www.tv.is

Grensásvegi 16 · 108 Reykjavík · Sími 520 9000 · tv@tv.is · www.tv.is

Stjörnuspá á

HRÚTUR 20. MARS – 19. APRÍL
Árið verður frekar jafnt framan af og þér finnst þú ráða við allt sem að höndum ber. Það er líka alveg rétt hjá þér og gott fyrir þig að fá svolítið grunnsjálfstraust í sarpinn. Þú verður rólegri og ábyrgari í ár en mörg fyrri og fólki finnst þú traustvekjandi. Þetta á eftir að koma sér vel í ýmsum fjármálaumsvifum. Í ár áttu eftir að hreinsa vel til í fjármálunum og koma þér á þann kjöl að þér verða allir vegir færir. Í einkalífinu gengur allt í haginn svo framarlega sem þú ert einlægur og sannur í samskiptum. Nóvember er besti mánuðurinn til að byrja á einhverju nýju í þeim efnum. Þú ættir líka að fara í langþráð heilsuátak og losa þig við óþarfa óhollustu úr lífinu, núna verður það léttara fyrir þig en oft áður. Það er líka spurning hvort þú ættir að huga að því að skipta um vinnu og draga þig úr einstaklingsátakinu og yfir í meira hópefli.

NAUT 20. APRÍL – 20. MAÍ
Heimilið, öryggið og staðfestan verða í miðpunkti hjá þér á þessu ári. Þú þarft að gera hreint fyrir þínum dyrum, líklegast í bókstaflegri merkingu því þetta ár er heppilegt til alls konar endurbóta og löngu tímabærra lagfæringa á heimilinu. Þér gæti fundist erfitt að umgangast fólk utan innsta kjarna fyrri hluta ársins en reyndu samt að drífa þig út öðru hverju, það gerir þér gott og víkkar sjóndeildarhringinn. Náin sambönd eru hins vegar sérstaklega sterk og þú átt eftir að njóta þín vel í faðmi fjölskyldunnar og nánustu vina. Þú ert einstaklega aðlaðandi í september og október, bæði fyrir fólk og tækifæri, og þá verðurðu líka tilbúið að njóta þess. Þú hefur verið áttavillt um nokkurt skeið, kæra naut, en nú ertu líkast til búið að finna út hvert þú vilt fara og það er ekkert sem stöðvar naut sem veit hvað það vill.

TVÍBURAR 21. MAÍ – 20. JÚNÍ
Þið verðið á fullu allt árið að halda jafnvæginu milli vinnunnar og einkalífsins. Ykkur nægir heldur aldrei að vera bara með eitt verkefni í gangi í einu. Fyrstu þrjá mánuði ársins verðið þið svo líka í uppreisnar- og breytingahug og það eykur enn á óreiðuna. Líf ykkar gæti tekið afdrifaríkum breytingum árið 2006 og sumir ykkar taka því fagnandi. Fram í nóvember væri sniðugt fyrir ykkur að skipta um vinnu eða umhverfi en eftir það ættuð þið ekki að taka neina áhættu. Einhleypir tvíburar gætu fundið ástina í lífi sínu um miðjan desember þó líklegast sé að þetta sé einhver sem þið hittið fyrstu vikuna í júlí, þegar þið fáið aukageisla frá ástarstjörnunni Venus alveg út af fyrir ykkur.

KRABBI 21. JÚNÍ – 22. JÚLÍ
Þú verður uppáhald allra árið 2006 og meirihluti þess á eftir að snúast um ástir og skemmtanir. Þér finnst þú sennilega alveg eiga það skilið og átt það sjálfsagt líka. Þú býrð að ákveðnu sjálfsöryggi sem gerir það að verkum að þú tekur því óvænta opnum örmum og í þínu tilfelli færðu mörg óvænt tækifæri upp í hendurnar. Apríl og maí verða mjög annasamir hjá þér og þú skalt passa að leggja ekki í stórar fjárfestingar á þeim tíma. Þú nærð betri stjórn á fjármálunum en ættir samt ekki að sleppa þér í stórfellda eyðslu fyrr en 2007, betra að safna í sarpinn. Annars eru skilaboðin bara þau að lifa og njóta – þú átt það skilið og heimurinn á það skilið af þér.

LJÓN 23. JÚLÍ – 22. ÁGÚST
Ákveðin togstreita á sér stað innra með þér í upphafi árs milli ábyrgðartilfinningar og óstjórnlegrar þarfar til að eyða peningum. Þú þarft að halda þig á mottunni fram í júlí en þá hefurðu efni á því að slaka á taumunum. Fram að því krefst alheimurinn þess að þú þroskist. Þú verður dálítið hörundsárt á þessum tíma og þarft mikið á viðurkenningu annarra að halda. Ekki samt selja sál þína fyrir hana. Nánasta fólkið þitt gæti líka tekið upp á því að vera duttlungafullt og erfitt og gagnrýni þeirra er auðvitað ennþá erfiðara að höndla. Einhver fjölskyldumeðlimur á þó eftir að standa við bakið á þér eins og klettur og þetta mál leysist eins og af sjálfu sér. Vertu samt viðbúið því að þurfa að endurskoða þín nánustu sambönd og jafnvel slíta sambandi við einhvern nákominn um stundarsakir. Það er þroskandi og happadrjúg reynsla fyrir báða aðila. Frá og með nóvemberlokum verður svo allt skemmtilegra hjá þér og jólamánuðurinn fullur af skemmtilegum stundum.

MEYJA 23. ÁGÚST - 21. SEPTEMBER
Þú verður á fullu gasi árið 2006 og átt eftir að vera svo upptekin að þú nærð hvorki að passa þig né vera prúð, eins og þú átt nú stundum vanda til að gera of mikið af. Ef þú ert ekki þegar komin í hnapphelduna verður hreinlega vonlaust fyrir þig að forðast hana. Þú ert óþægilega aðlaðandi fyrir hitt kynið árið 2006 og himintunglin öll beina þér í átt til samruna við einhvern sérstakan aðila. Þú skalt samt fara hægt í sakirnar og ekki byrja á neinu fyrir alvöru fyrr en eftir 14. febrúar. Þú ættir líka að forðast fjárhagslegar skuldbindingar fram að þeim tíma og raunar gæta vel að fjármálunum allt árið. Þú átt eftir að blómstra í öllum samskiptum á árinu og bæta ýmsum hæfileikum við þig á því sviði. Hin nýja þú gæti komið ýmsum á óvart.

ársins 2006

VOG 22. SEPTEMBER – 22. OKTÓBER

Árið 2006 verður þér mestan part skapandi og skemmtilegt og án teljandi stóráfalla. Þú þarft hins vegar að veita smáatriðum eins og fjármálunum nokkra athygli og alúð, einkum í febrúar og mars þegar bankareikningurinn þinn virðist skyndilega fara að leka. Þú gætir reynt eitthvað nýtt í sjálfs- og heilsurækt á árinu sem á eftir að skila þér ánægjulegum niðurstöðum. Þú uppgötvar líka nýjar hliðar á vinnunni þinni sem gera þér kleift að njóta hennar betur. Þú gætir kúvent í samskiptum þínum við maka eða viðskiptafélaga, jafnvel skipt þeim út, en það á allt eftir að verða til hins betra fyrir þig. Ekki taka neinar afdrifaríkar ákvarðanir í því samhengi í árslok. Þú átt eftir að laða að þér fólk og fé í mars og apríl og líka fyrstu tvær vikurnar í október. Þetta er besti tíminn til að ferðast. Þú setur þér raunhæf makrmið á þessu ári og átt eftir að ná þeim flestum og vel það.

STEINGEIT 22. DESEMBER – 19. JANÚAR

Það verður ekki mikið um stórátök hjá þér árið 2006 enda kannski bara eins gott. Steingeitur vilja hafa allt í röð og reglu og þú verður óróleg þegar þú færð óvæntar sendingar frá lífinu. Þú mátt samt ekki missa sjónar á því sem máli skiptir og rækta fjölskylduna og starfsframann af alúð. Þú ættir líka að koma þér upp áhugamáli til að losna undan streitu og áreiti. Það er kjörið núna að gera langtímaáætlanir um framtíðina þó þú eigir ekkert endilega eftir að hrinda þeim í framkvæmd strax. Ástarsambönd gætu líka orðið erfið á árinu og ekki víst að allar steingeitur í sambandi verði þar næst þegar flugeldarnir fara á loft. Gættu tungu þinnar einkar vel í marsmánuði og hlustaðu vel á ráðleggingar frá systkini eða góðum vini. Í desember fer síðan allt að gerast og þú tengist þínum innri manni betur en nokkru sinni fyrr. Vertu góð við hann.

SPORÐDREKI 23. OKTÓBER – 21. NÓVEMBER

Þú hefur þurft að horfast í augu við ýmsa erfiðleika á þessu ári og hjá sumum sporðdrekum hefur lífið jafnvel tekið varanlegum breytingum. Næsta ár verður betra hægt og hægt en ekki búast við að vera laus undan áhrifum Satúrnusar fyrr en um miðjan júní. Þú þarft á viðurkenningu samfélagsins að halda en þar sem þú ert svo viðkvæmur núna er ekki víst að þú fáir nóg af slíku og þá líður þér enn verr. Þetta er ekki tíminn til að reyna að neyða hlutina til að gerast heldur skaltu bara slaka á, rækta garðinn þinn og hlú að því sem skiptir máli. Í október verðurðu svo búinn að ná fullri orku og þá fara verkefnin að streyma upp í hendurnar á þér. Þú verður ómótstæðilegur hinu kyninu frá og með aprílmánuði og þarft að hafa þig allan við að velja og hafna.

VATNSBERI 20. JANÚAR – 18. FEBRÚAR

Árið gæti byrjað erfiðlega fyrir þig en svo verður það bæði spennandi og ábatasamt. Fyrri helming ársins þarftu að sinna ýmsum vandamálum og nauðsynlegt að vera vakandi og viðbúinn öllu. Þú leggur mikið upp úr sjálfstæði þínu og einstaklingseðli en nú þarftu að einbeita þér að því að hafa yfirsýn, vinna með öðrum og jafnvel hlíta þeirra ráðum gegn betri vitund. Þetta er dulbúin blessun vegna þess að þú lærir á takmarkanir þínar, markmið þín verða skýrari og þú færð tilfinningu fyrir því hvar þú stendur. Þetta á ekki síst við um persónuleg sambönd, sem verða með stirðara móti, en þegar þú hefur lært af reynslunni verðurðu miklu sterkari fyrir vikið. Frá júnílokum og allan júlí verður aðdráttarafl þitt mikið og þú átt eftir að fá flest sem þú vilt. Vinir þínir munu reynast þér vel á árinu og þú lýkur því með glæsibrag og spennandi verkefni í desember.

BOGMAÐUR 22. NÓVEMBER – 21. DESEMBER

Árið verður þér rólegt og stöðugt og þó þú haldir að það sé ekki fyrir þig áttu eftir að komast að því að þér líkar það ágætlega. Þú átt eftir að koma ýmsu í verk, bæði í starfi og einkalífinu sem þú hefur látið sitja allt of lengi á hakanum, og átt eftir að upplifa innri frið, sem er satt að segja frekar framandi tilfinning fyrir þig. Þú átt eftir að kveða niður ýmsa gamla drauga og ef þú þarft hjálp á þessu tímabili máttu vera viss um að allt reddast á síðustu stundu. Fyrstu fjóra mánuði ársins áttu eftir að koma þér upp samböndum sem eiga eftir að nýtast vel í framtíðinni, hvort sem er í starfi eða einkalífi. Þú verður skapandi og aðlaðandi en jafnframt rólegur og yfirvegaður árið 2006 og það er vart hægt að hafa það betra.

FISKAR 19. FEBRÚAR – 20. MARS

Þið hafið gengið í gegnum gríðarlegar breytingar undanfarið og komið glænýir og ferskir út úr þeim hamskiptum. Þið eigið eftir að einbeita ykkur að nánum samböndum árið 2006 og þá sérstaklega einum einstaklingi. Andlegu málin halda áfram að vera í brennidepli og ykkur líður stundum eins og verndarengill vaki yfir ykkur. Þið gætuð lent í enn meiri yfirvinnu en undanfarin ár en það er undir ykkur komið að skipuleggja lífið þannig að þið farið ekki yfir um. Gætið tungu ykkar einstaklega vel í marsmánuði því þá gæti fólk misskilið allt sem frá ykkur kemur. Þið eruð afar heillandi í apríl svo einhleypir fiskar ættu að grípa tækifærið. Þið verðið svo á allra vörum frá og með októbermánuði og ljúkið árinu í glitrandi neistaregni farsællar framtíðar.

Timburmennina burt fyrir næsta boð

Allir eiga sér einhverjar töfralausnir við þynnku. Sumir hafa þróað með sér aðferðir gegnum árin sem henta þeim best til að losna undan þessu ástandi en fyrir þá sem enn eru að þróa sér sjálflækningalausnir koma hér góð ráð gegn timburmönnum.

Vatn
Áfengi er vatnslosandi og veldur því að fólk hefur tíðari þvaglát. Höfuðverkurinn og þurr munnur eru afleiðingar af vökvaþornun og þess vegna getur vatnsdrykkja hraðað brottför timburmannanna. Besta ráðið er að drekka hálfan lítra af vatni áður fyrir svefn. Sértu með timbumenn þegar þú vaknar skaltu súpa um tvo lítra af vatni yfir allan daginn. Ekki þamba vatnið, það gæti komið sömu leið til baka.

B- og C-vítamín
Meðan líkaminn vinnur úr innbyrtu áfengi eyðir hann upp forðanum af B-vítamínum í líkamanum. Sumir velja að taka B- og C-vítamín fyrir og eftir áfengisþamb meðan aðrir borða gerríka fæðu til að vega upp á móti tapinu. C-vítamín hjálpa lifrinni að brjóta niður áfengið. Einnig hjálpar mikið að drekka ferskan appelsínusafa. Safinn inniheldur meðal annars C-vítamín, vökva, kalíum, (finnst líka í banönum), salt sem hjálpar líkamanum að binda vatn og náttúrulegan sykur sem réttir af blóðsykurinn.

Koffín
Til að losna undan þreytunni og sleninu sem timbumennirnir bera með sér getur koffínið verið góður kostur. Sterkt svart kaffi getur losað þig undan höfuðverknum og gert þér kleift að standa upp úr sófanum. Munið að kaffi er þvagræsandi og því nauðsynlegt að drekka mikið vatn samhliða kaffinu. Ekki er mælt með notkun koffíntaflna. Þeir sem vilja ekki taka inn koffín geta fengið sér guarana-te sem hefur einnig örvandi áhrif.

Afréttarinn
Margir trúa því að einn góður afréttari kippi málunum í lag. Hins vegar hefur afréttarinn einungis tímabundin áhrif og þú ert aðeins að fresta eymdinni. Afréttarinn hefur þau áhrif að lifrin hættir tímabundið að vinna úr því áfengi sem fyrir var í líkamanum. Á endanum tekur lifrin aftur til starfa og þá skellur þynnkan á enn kraftmeiri. Munið bara að tíminn læknar öll sár, þynnkuna þar með talda.

Streita og kvillar eru bestu vinir

Lengi hefur sú kenning verið á lofti að streita kalli fram veikindi. Nú er þessi kenning orðin að staðreynd og því sannað að nauðsynlegt er að huga vel að andlegu heilsunni.

Nú hefur það verið sannað að streita gerir fólk veikt. Ástæða þess er að hormónið neuropeptide Y, sem framkallast við streituaðstæður, getur komið í veg fyrir að ónæmiskerfið starfi rétt. Að mati rannsakenda getur þessi uppgötvun hjálpað til við að koma í veg fyrir streitutengda sjúkdóma og kvilla. Jafnvel er talinn möguleiki á þróun lyfja sem örva ónæmiskerfi þeirra sem mælast með mikla streitu. Hins vegar er best að losa sig við streituna með náttúrulegri hætti, stunda jóga og slaka á.

Ástin er eins og sinueldur

Kannski er réttara að segja að ástin sé eins og vímuefni, enda sýna rannsóknir að ástin líkist fíkn.

Ný amerísk rannsókn sýnir að sömu heilasvæði og stjórna fíkn hafa áhrif á ást. Hormónið dópamín, sem hefur áhrif á verðlaunakerfi líkamans, streymir um líkamann þegar við erum ástfangin.
Við rannsóknina voru notaðar rottur og var það dópamínið sem hjálpaði rottunum að vera einkvænar en rottur eru þekktar fyrir að mynda langtímasambönd. Rannsakendur fundu að eftir samlíf rottanna losnaði dópamín inn á svæði í heila þeirra sem einnig er til staðar hjá mönnum. Dópamínið hefur nefnilega þau áhrif að fólk og dýr sækjast aftur í þær aðstæður sem kalla fram dópamínið, til dæmis kynlíf. Dópamínið er einnig ástæða þess að fíklar verða háðir heróíni og kókaíni. Ástinni er þó ekki stjórnað af einu efni enda kemur margt fleira til. Hins vegar er það ljóst er að betra er að vera háður ástinni en heróíni.

Betra Form
ÁRANGUR
8 vikna námskeið fyrir konur
Betra form er fyrir konur sem vilja léttast, auka líkamlegt þrek og andlega vellíðan
Þúsundir kvenna hafa náð frábærum árangri á Betra form-námskeiðunum.
Vertu með!
Skráðu þig strax í síma 414 4000 eða með tölvupósti á hreyfing@hreyfing.is
Morgunhópar
Daghópur
Kvöldhópar
Framhaldshópar
Barnagæsla
Innifalið:
• Þjálfun 3-5x í viku
• Fræðslu- og kynningarfundur með Ólafi G. Sæmundssyni næringarfræðingi
• Fitumælingar og vigtun
• Matardagbók
• Vandað fræðsluefni
• Lögmálin 9 um megrun - nýútkomin bók sem veitir allar upplýsingar um hvernig þú kemst varanlega í gott form.
Gott aðhald, mikill stuðningur og fræðsla
Hefst 9. jan.
HREYFING
Faxafeni 14 414 4000 www.hreyfing.is
FABRIKAN 2005 Ljósmynd: K.Maack

Freixenet

Mest selda **freyðivín** heims

Það er líklegt að fólk þekki vörumerkið Cordon Negro fremur en Freixenet, en Cordon Negro er mest selda þurra freyðivín á Íslandi og mest selda freyðivín heims.

Freixenet hefur fengist hér á landi um árabil og auk hins þekkta freyðivíns í svörtu flöskunni, Cordon Negro Seco, hafa verið á boðstólum Carta Nevada Semi-seco (hálfþurrt), Freixenet Rosado Brut sem er rósavínsfreyðivín og Freixenet Brut Nature sem er árgangsfreyðivín. Nýlega er svo komið á markaðinn hér á landi Cordon Negro Brut, aðeins þurrara og skarpara en Seco-vínið. Það er í nákvæmlega eins flöskum en sjá má á miðunum hvort um Seco eða Brut er að ræða.

Freixenet

Cordon Negro

Framleitt úr þrúgunum macabeo, xarel lo og parellada. Það er frísklegt, ávaxtaríkt og létt. Hægt er að neyta þess með öllum mat og er einstakt eitt og sér hvenær sem er. Verð í Vínbúðum er 990 kr. í 750 ml flöskum en einnig er hægt að fá kippu með þremur 200 ml flöskum, einnig á 990 kr.

Skötuselur með freyðivíni og villisveppum

8 bitar af skötusel
1 laukur
300 cl Cordon Negro
200 cl rjómi
80 g villisveppir
Fiskisoð

Sjóðið skötuselinn í soðinu með þunnskornum lauknum, freyðivíninu og villisveppunum. Látið suðuna koma upp en takið þá skötuselinn úr soðinu. Leyfið því að malla í smá stund, sjóðið það aðeins niður. Kryddið til og bætið við rjómanum og sjóðið aðeins niður í viðbót. Berið fram með kartöflum og grænmeti. Blanda má rækjum og skelfiski út í réttinn til skrauts og fyllingar!

Freixenet

Rosado Brut

Blanda af þrúgunum Garnacha og Monastrell. Áferðin er ljósrauð og bragðið hreint og frísklegt.
Verð í vínbúðum 890 kr.

Jarðarberjarós

6 fersk jarðarber
3 cl jarðarberjalíkjör (eða annar sætur líkjör)
skvetta af appelsínusafa
ísmolar
ískalt Rosado Brut

Blandið jarðarberjunum, líkjörnum, djúsnum og ísmolunum saman í matvinnsluvél eða notið kokkteilhristara. Síið í há kokkteilglös eða þess vegna lítil bjórglös. Fyllið upp með freyðivíni, nota má hvort sem er Rosado Brut eða Carta Nevada. Hrærið í varlega til að ná fram sem fallegustum lit. Skreytið með myntu eða límónu.

Freixenet

Brut Nature Vintage

Eitt af bestu árgangs cava-freyðivínum sem völ er á. Þetta er eitt allra vinsælasta freyðivínið hjá spænskum neytendum enda eru gæðin mikil. Bragðið er mikið og samræmt með votti af þurrkuðum ávöxtum, smjöri og greipaldin. Hentar vel sem fordrykkur eða einn og sér við hvers kyns hátíðleg tækifæri. Einnig tilvalið með spönskum tapas-smáréttum, ljósu kjöti eða fiskréttum.
Verð í Vínbúðum 1.090 kr.

Freixenet

Carta Nevada Semi Seco

Fyrst framleitt árið 1941 og varð strax vinsælt. Á sjöunda áratugnum náði Carta Nevada mikilli útbreiðslu í anda þess áratugar. Þetta vín er framleitt samkvæmt hinni hefðbundnu cava freyðivínsgerð og hefur fallega ljósgyllta áferð.
Verð í Vínbúðum 970 kr.

RISOTTO AL CAVA – Freyðivíns-risotto

1/2 flaska Freixenet Carta Nevada
1/2 lítri kjötsoð
400 g hrísgrjón
100 g smjör
50 g laukur, skorinn smátt
100 g parmesan-ostur

Léttsteikið laukinn upp úr smjörinu. Bætið hrísgrjónunum út í og snúið vel þar til laukurin og hrísgrjónin hafa blandast vel. Hellið freyðivíninu yfir og snúið þar til hrísgrjónin hafa tekið vínið í sig. Þá er komið að því að setja kjötsoðið út í smátt og smátt þar til hrísgrjónin eru soðin en allur vökvi gufaður upp. Bætið við hrísgrjónunum tveimur mínútum áður en matseldinni er lokið. Bon appétit!

Hversu þurr/sæt eru freyðivín?

Brut	Mjög þurr
Sec (Seco)	Meðalþurr
Demi-Sec (Semi-seco)	Sætt

Þetta eru helstu flokkanirnar en einnig er talað um Extra Brut sem er mjög þurrt, Extra-Sec sem er meðalþurrt og Doux sem er mjög sætt. Þessar merkingar eru mun sjaldgæfari og ágætt að leggja einföldu þrískiptinguna á minnið til að byrja með.

Sudoku vikunnar

#4

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

Lausnir Sudokuþrauta síðustu viku (#3)

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

Amlóði

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

Hálfdrættingur

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

Fullsterkur

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

Amlóði

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

Hálfdrættingur

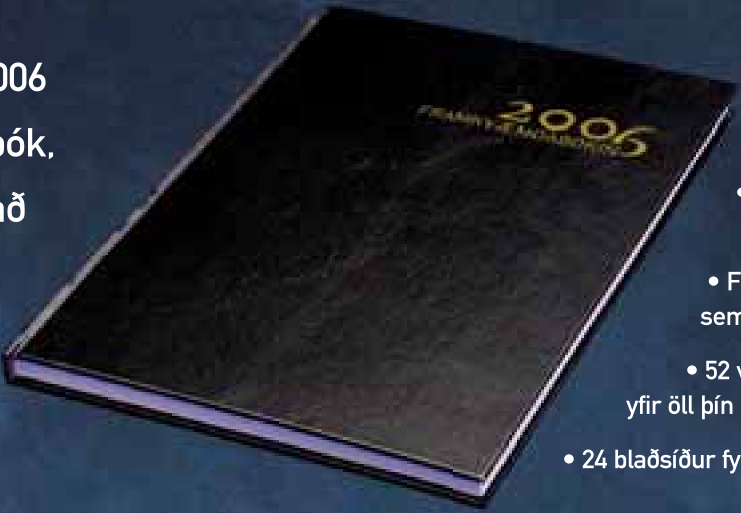
6	7			4		5		
		3	7	5				
8							2	
1			4				6	
9								3
	2				5			7
	1							9
				1	4	6		
		6		8			1	5

Fullsterkur

Lausnir þrautanna birtast eftir viku.

2006 FRAMKVÆMDABÓKIN
... og þú kemur hlutum í verk

Framkvæmdabókin 2006 er ekki eingöngu dagbók, heldur einnig tæki til að skipuleggja okkur, setja okkur markmið og ná okkar besta!



- Hvaða gildi vil ég hafa að leiðarljósi?
- Hvaða markmið vil ég setja mér?
- Framkvæmdaferill sem eykur skilvirkni!
- 52 vikur - heildarsýn yfir öll þín mál á einni opnu!
- 24 blaðsíður fyrir minnispunkta!

HEILDARSÝN YFIR ÖLL ÞÍN MÁL Á EINNI OPNU!

1. Dagbókarhluti – Yfirlit yfir hvern dag vikunnar allt árið.
2. Mál sem ég ætla að afgreiða í vikunni.
3. Markmið og verkefni sem ég ætla að vinna að í vikunni.
4. Framseld verkefni í vikunni.

2006 FRAMKVÆMDABÓKIN
... og þú kemur hlutum í verk

15

MP & BRAGI
TÓNSTIGI
SÝNI
GUÐ
KRAFTUR
HEMPU

NJÓLI
EFTIR J
KLÆÐI

SLÆM SKRIFT
2
EINS
FLANAR
EFTIR É
NÚMER

BAUN
BARDAGI
ÆXLUNARKORN
SLÁ
3
NEMA

LÖGMÁL
MASA
HÚRRA
MÖNDLUDEIG
BEITA
GOLFTREYJA

HÆNSNFUGL
4
ÞJÁNING
EINN
Í HÁLSI

HÁR
MINNKUN
SEM
PRÓFGRÁÐA
1
AFSÖGN
BEITA
FLAGG
SAFNA SAMAN
ÞRIÐJI

SAMTÖK
HIN OG ÞESSI
SKEL
LEITA AÐ
LAND
ÁVÖXTUR

ÍSL. STAFUR
HALDA BROTT
SJÁVARDÝR
SPYRJA
POTA
FROSTSKEMMDIR

STARF
5
GAT
SKÓLI
FÆÐA
TÓNLISTARMAÐUR
VERKFÆRI
SIÐA

KÆLA
UMFANG
ÖSKRA
FIRSTUR
6
RYKKORN

GALLAR

Leystu krossgátuna!
Þú gætir unnið geislaplöturnar
Hluti af mér með Heiðu
og Jónsi með Jónsa!

sena

Þú sendir SMS skeytið JA SVAR LAUSNARORÐIÐ á númerið 1900!

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

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

Viðloðandi Skaupið síðustu 15 ár

» Edda Björgvins leikstýrir Skaupinu í fyrsta sinn

Hin gamankunna gamanleikkona Edda Björgvinsdóttir leikstýrir Áramótaskaupi Sjónvarpsins þetta árið en umsjónarmenn þess eru Helga Braga Jónsdóttir og Kristín Pálsdóttir. Í Skaupinu eru eins og venjulega skoðaðir í spéspegli atburðir og persónur ársins sem er að líða. Edda leikstýrir nú Skaupinu í fyrsta sinn en hún hefur að eigin sögn verið viðloðandi Skaupið í fimmtán ár og því sé hún ákaflega fegin að fá loksins að ráða öllu. Þetta sé því einstaklega skemmtileg lífsreynsla í hennar huga.

EINS OG Í LYGASÖGU

Aðspurð segir hún að upptökurnar á Skaupinu hafi gengið ótrúlega vel, alveg eins og í lygasögu. Hún hafi fengið mikinn stuðning frá samstarfsfólkinu enda komu heilmargir að Skaupinu í ár. Óhætt er að segja að hér sé um hálfgert „stelpnaskaup“ að ræða. Höfundarnir eru þær Björk Jakobsdóttir, Hlín Agnarsdóttir, Ólafía Hrönn Jónsdóttir, Helga Braga Jónsdóttir og Unnur Ösp Stefánsdóttir. Einnig komu hjónin Stefán Karl Stefánsson og Steinunn Ólína ásamt rithöfundinum Hallgrími Helgasyni nokkuð að þessu spennandi verkefni.

Edda lofar mikilli fjölbreytni í leikarahópnum því í honum sé bæði fólk sem hafi aldrei tekið þátt í Skaupinu áður sem og gamlar kempur í gríninu. Edda telur að Íslendingar eigi að minnsta kosti þrjá hópa af hæfileikaríkum gamanleikurum. Hún segist þó hafa tekið þá ákvörðun að notast ekki við neina leikara úr Spaugstofunni né Stelpunum að þessu sinni, jafnvel þótt henni líki vel við þá vinsælu þætti. Hún vilji gefa öðrum gamanleikurum tækifæri, enda sé af nógu að taka þegar þeir eru annars vegar hér á landi. Í fyrstu segist hún hafa haft áhyggjur af því að skortur væri á fyndnum leikurum en við nánari grennslan hafi góðir gamanleikarar leynst víðar en hana grunaði.

EITTHVAÐ VIÐ ALLRA HÆFI

Edda segist vera mjög ánægð með útkomuna og að það sé góður safi í Skaupinu í ár. Allir eigi að geta fundið eitthvað við sitt hæfi, því það sé mikill hraði og fólk þurfi ekki að bíða lengi eftir næsta atriði. Edda segir að það þýði ekkert að gera áramótaskaup á einhvern sérviskulegan hátt því öll þjóðin heimti að geta hlegið að því og gangi að ákveðnum hlutum vísum. Hún lagði því áherslu á að fá fólk úr öllum áttum til að velja atriði úr handritinu og atriði sem hún hafði tekið upp. Takmarkið var að á hverju heimili ætti einhver að geta hlegið að hverju atriði.

Spurð hvort hún hlakki ekki til að sjá viðbrögð hjá almenningi segir hún að það sé aðeins tvennt í stöðunni og viti hún það vegna þess hversu oft hún hafi komið að Skaupinu. Annað hvort verði háværu raddirnar yfir sig ánægðar eða þær ætli að ganga af henni dauðri. Það sé venja að allir tali um Skaupið fram í febrúar en síðan gleymist umræðan fljótt. Hún segist þó vona samt sem áður að flestir finni einhvern brandara í Skaupinu sem þeir geta hlegið innilega að því þá finnist henni að hún og leikhópurinn standi uppi sem sigurvegarar. Hún muni glöð við sitt una ef það takmark náist.

Aðspurð hvaða skaup hafi staðið upp úr í gegnum tíðina segir hún að Skaupið árið 1984 hafa staðið upp úr. Það hafi verið kallað „kvennaskaupið“ því hún, Guðný Halldórsdóttir og Kristín Pálsdóttir hafi séð um það. Henni hafi fundist það óumdeilanlega fyndnasta skaupið.

Um áramótin ætlar Edda að vera með fólki sem hún treystir til að hafa svipaðan húmor og hún sjálf svo að þau hlæi öll að sömu atriðunum. Næsta verkefni hennar er hins vegar að enduruppfæra einleikinn Alveg brilljant skilnað, sem hún hefur leikið í um nokkurt skeið. Hún segir að margar tilraunir hafi verið gerðar til að hætta með einleikinn en það troðfyllist alltaf jafn óðum á sýningarnar og leikhúsunnendur geti því vermt hjarta sitt með því að einleikurinn verði sýndur á ný á næsta ári.

föstudagur

STÖÐ 2 KL. 24:00

TAKING LIVES Æsispennandi sálfræðitryllir frá 2004 með Angelinu Jolie, Ethan Hawke og Kiefer Sutherland í aðalhlutverkum. Jolie leikur sérfræðing FBI sem kallaður er til Kanada til að rannsaka röð morða sem framin hafa verið að manni sem sviptir fórnarlömb sín fólk lífi í einu og öllu, myrðir þau og eignar sér líf þeirra með því að taka sér nöfn þeirra. **Einkunn á imdb.com: 5,8.**

SJÓNVARPIÐ KL. 23.50

CHICAGO Margverðlaunuð bandarísk dans- og söngvamynd frá 2002. Sagan gerist í samnefndri borg á þriðja áratug síðustu aldar og segir frá glæpakvendunum Velmu og Roxie. Þær sitja inni fyrir morð en vonast til að frægðin forði þeim frá gálganum. Meðal leikanda eru Catherine Zeta-Jones, Renée Zellweger og Richard Gere. **Einkunn á imdb.com: 7,4.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20:00

CALENDAR GIRLS Dramatísk gamanmynd frá 2003. Hér segir frá nokkrum stallsystrum í Jórvíkurskíri á Englandi. Maður einnar þeirra lést úr hvítblæði og nú vilja þær efla rannsóknir á honum. Í fjáröflunarskyni gefa þær út dagatal sem vekur heimsathygli þar sem þær sitja fyrir naktar. Meðal leikanda eru Helen Mirren, Julie Walters, John Alderton. **Einkunn á imdb.com: 7,0.**

laugardagur

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.15/MONA LISA SMILE

STÖÐ 2 KL. 01.20

SCARY MOVIE 2 Sprenghlægileg hryllingsmynd þar sem margar af vinsælustu spennumyndum síðari ára fá það óþvegið. Fylgst er með ungmennum sem prófessor platar í draugahús undir því yfirskini að um verkefni fyrir skólann sé að ræða. Meðal leikanda eru Marlon Wayans, Shawn Wayans, James DeBello, Anna Faris. **Einkunn á imdb.com: 4,2.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.15

MONA LISA SMILE Dramatísk kvikmynd frá 2003 sem gerist í stúlkna Wellesley-framhaldsskólanum um miðja 20. öldina. Fæstar stúlknanna eiga stóra drauma um afrek í atvinnulífinu. Katherine Watson kemur til starfa í Wellesley, hún kennir listasögu og er fljót að hrista upp í hinu rótgróna skólasamfélagi. Meðal leikanda eru Julia Roberts, Kirsten Dunst og Julia Stiles. **Einkunn á imdb.com: 6,1.**

sunnudagur

SJÓNVARPIÐ KL. 20.40

AS GOOD AS IT GETS Bandarísk gamanmynd frá 1997. Í henni segir frá Melvin Udall sem er sérvitur rithöfundar í New York og hremmingum hans. Líf hans breytist þegar honum er falið að gæta hunds fyrir nágranna sinn sem þarf að leggjast inn á spítala. Melvin, nágranninn og þjónustustúlka á veitingastaðnum þurfa að fara saman í helgarferð. Meðal leikenda eru Jack Nicholson, Helen Hunt. **Einkunn á imdb.com: 7,7.**

STÖÐ 2 KL. 21.15/THE TERMINAL

mánudagur

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20:00

DAREDEVIL Hasarmynd frá 2003 um Matt Murdock sem átti erfiða æsku en er nú orðinn fullorðinn og hefur spjarað sig vel. Hann er virtur lögfræðingur og þykir mjög snjall í réttarsalnum. Á kvöldin grípur Matt því til sinna eigin ráða og segir glæpahyskinu stríð á hendur. Meðal leikanda eru Ben Affleck, Jennifer Garner og Colin Farrell. **Einkunn á imdb.com: 5,6.**

STÖÐ 2 KL. 22.50

OCEAN'S ELEVEN Spennumynd frá 2001 um Danny Ocean sem er nýsloppinn úr fangelsi en er ennþá við sama heygarðshornið. Hann hefur ákveðið að ræna þrjú spilavíti í Las Vegas sama kvöld og heimsmeistaraeinvígið í þungavigt fer fram og fær hjálp hjá kunnáttumönnum á þessu sviði. Meðal leikanda eru George Clooney, Andy Garcia, Julia Roberts, Matt Damon, Brad Pitt. **Einkunn á imdb.com: 7,5.**

þriðjudagur

STÖÐ 2 KL. 24.15

MIKE BASSETT: ENGLAND MANAGER Bresk gamanmynd frá 2001. Nú er svo illa komið fyrir Englandi að enginn virðist vilja stjórna landsliðinu í knattspyrnu. Enska knattspyrnusambandið kemur öllum á óvart og ræður Mike Bassett í starfið. Hann er ekki ýkja hátt skrifaður í knattspyrnuheiminum og hæpið að hann verði langlífur í starfi. Meðal leikanda eru Ricky Tomlinson og Amanda Redman. **Einkunn á imdb.com: 6,2.**

STÖÐ 2 KL. 01.45/VERONICA GUERIN

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20:00

HOPE SPRINGS Rómantísk gamanmynd frá 2003 um listamanninn Firth sem leikur mann í ástarsorg sem leitar skjóls í smábæ nokkrum. Þar kynnist hann ungri og lífsglaðri heimamær, en einmitt þegar ástin er að kvikna milli þeirra birtist hans fyrrverandi og setur allt á annan endan. Meðal leikanda eru Heather Graham, Colin Firth og Minnie Driver. **Einkunn á imdb.com: 5,2.**

miðvikudagur

STÖÐ 2 KL. 24:55

PANDAEMONIUM Bresk verðlaunamynd frá 2000. Hér segir frá ljóðskáldunum William Wordsworth og Samuel Taylor Coleridge sem kynntust undir lok 18. aldarinnar. Vinátta þeirra og samstarf var stormasamt. Wordsworth, sem var undir miklu áhrifum frá frönsku byltingunni, var bæði afbrýðisamur og þunglyndur en Coleridge var ópíumfíkill. Meðal leikenda eru Linus Roache, John Hannah, Samantha Morton. **Einkunn á imdb.com: 6,5.**

UNCLE BUCK KL. 20.00

STÖÐ 2 BÍÓ Stórskemmtileg gamanmynd frá 1989 sem stendur alltaf fyrir sínu. Russell-hjónin þurfa að bregða sér af bæ og þarf greyið Buck frændi að passa börnin á síðustu stundu en hann veit nákvæmlega ekkert um barnauppeldi. Meðal leikanda eru John Candy, Jean Louisa Kelle, Amy Madigan og Macaulay Culkin. **Einkunn á imdb.com: 6,3.**

fimmtudagur

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.00/50 FIRST DATES

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20:00

50 FIRST DATES Rómantísk gamanmynd frá 2004 um náunga sem hefur alltaf átt erfitt með að skuldbinda sig, eða þar til að hann finnur draumadísina sína. Sá galli er hinsvegar á gjöf Njarðar að hún þjáist af alvarlegu skammtímaminnisleysi. Meðal leikanda eru Drew Barrymore, Adam Sandler og Rob Schneider. **Einkunn á imdb.com: 6,8.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 22:00

THE RECRUIT Spennumynd frá 2003 um James Clayton sem klífur metorðastigann hratt hjá bandarísku leyniþjónustunni, CIA. Hinn þrautreyndi Walter Burke sér mikil not fyrir mann eins og James Clayton. Svikari leynist innan stofnunarinnar og hinni rísandi stjörnu er ætlað að afhjúpa hann. Meðal leikanda eru Al Pacino og Colin Farrell. **Einkunn á imdb.com: 6,6.**

SJÓNVARPIÐ KL. 22.15

CHARLIE'S ANGELS Bandarísk ævintýramynd frá 2000 byggð á vinsælum sjónvarpsþáttum frá áttunda áratugnum. Í myndinni segir frá þremur sætum og kraftmiklum ungum konum sem vinna sem einkaspæjarar fyrir hina dularfullu hulduveru Charlie. Meðal leikara eru Cameron Diaz, Drew Barrymore, Lucy Liu og Bill Murray. **Einkunn á idmb.com: 5,7.**

SJÓNVARPIÐ KL. 22.15/CHARLIE'S ANGELS

SJÓNVARPIÐ KL. 24.10

THE WHOLE NINE YARDS Bandarísk gamanmynd frá 2000. Kanadískur tannlæknir kemst að því sér til skelfingar að morðingi sem áður vann með mafíunni í Chicago en sveik hana er fluttur í næsta hús. Kona Tannlæknisins er fégráðug í meira lagi og rekur hann til Chicago að selja mafíunni upplýsingarnar. Meðal leikenda eru Bruce Willis, Matthew Perry og Amanda Peet. **Einkunn á imdb.com: 6,6.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 22:10

PAYCHECK Hörkuspennandi framtíðarmynd frá 2003. Michael Jennings er tölvusnillingur og mjög eftirsóttur á því sviði. Hann tekur að sér umdeilt verkefni gegn ráði samstarfsmanna. Allar upplýsingar um verkið eru þurrkaðar úr minni hans að því loknu en þar með er aðeins hálf sagan sögð. Meðal leikanda eru Ben Affleck og Uma Thurman. **Einkunn á imdb.com: 6,1.**

STÖÐ 2 KL. 21:15

THE TERMINAL Bíómynd frá 2004 sem er lauslega byggð á sönnum atburðum og fjallar um Viktor Navorski, mann frá Austur-Evrópu sem ferðast til Bandaríkjanna. Þegar hann er staddur á flugvellinum í New York berast þær fregnir frá heimalandi hans að borgarauppreisn sé hafin þar og við það fellur vegabréf hans úr gildi og hann því fastur í fríhöfninni heillengi. Meðal leikanda eru Tom Hanks og Catherine Zeta-Jones. **Einkunn á imdb.com: 7,1.**

STÖÐ 2 KL.19:45

DÍS Íslensk kvikmynd frá 2004 sem byggð er á metsölubókinni Dís. Segir hún á gamansaman hátt frá ástum og örlögum Dísar, rótlausrar stúlku á þrítugsaldri, sem býr í miðborg Reykjavíkur. Henni reynist erfitt að fóta sig og getur ekki gert upp við sig hvort hún vilji lifa áhyggjulausu lífi eða feta menntaveginn og festa ráð sitt. Með aðalhlutverk fara Álfrún Örnólfsdóttir, Ilmur Kristjánsdóttir, Þórunn Clausen og Árni Tryggvason. **Einkunn á imdb.com: 4,9.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 22:00

STAR TREK: NEMESIS Ómissandi kvikmynd fyrir alla Star Trek aðdáendur. Kafteininn Jean-Luc Picard og félagar hans í Enterprise-geimskipinu eru enn á ferðinni. Þegar á áfangastað kemur fer ekki allt eins og til er ætlast og áhöfnin verður að taka á honum stóra sínum. Meðal leikanda eru Patrick Stewart, Jonathan Frakes og Brent Spiner. **Einkunn á imdb.com: 6,5.**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 20.00/DAREDEVIL

STÖÐ 2 KL. 01.45

VERONICA GUERIN Sannsöguleg verðlaunamynd frá 2003. Blaðakonan Veronica Guerin starfaði hjá Sunday Independant í Dyflinni. Í hálft annað ár rannsakaði hún umsvif og aðferðir eiturlyfjakónganna í borginni en upplýst var um starfsemi þeirra árið 1996. Veronica fékk fjölmargar hótanir en hún hélt ótrauð sínu striki. Aðalhlutverk: Cate Blanchett, Gerard McSorley, Ciarán Hinds. **Einkunn á imdb.com: 6,8.**

STÖÐ 2 KL. 24.55/PANDEMONIUM

SIRKUS KL. 21.00

OPEN WATER Mynd frá 2003 sem er byggð á sönnum atburðum. Ungt par fer í fríinu sínu í köfunarleiðangur en gleymist síðan út í miðju hafinu. Þar eru þau föst á reki án þess að vita hvar þau eru, hvert þau eru að reka eða það sem meira er, hvað sé fyrir neðan þau. Meðal leikanda eru Saul Stein, Blanchard Ryan og Daniel Travis. **Einkunn á imdb.com: 6,1**

STÖÐ 2 BÍÓ KL. 24.00

UNFAITHFUL Hágæðaspennumynd frá 2002. Hjónin Connie og Edward Summer búa í úthverfi New York ásamt syni sínum og á yfirborðinu virðist líf þeirra slétt og fellt. Svo er alls ekki því eiginkonan á leyndarmál. Connie á sér ástmann og er heltekin af honum. Meðal leikanda eru Diane Lane, Richard Gere, Olivier Martinez. **Einkunn á imdb.com: 6,6.**

íþróttir í sjónvarpinu »

LAUGARDAGUR

12.35 ENSKI BOLTINN **Aston Villa – Arsenal** Bein útsending.

14.50 ENSKI BOLTINN **Man. Utd.m – Bolton** Bein útsending.

15.00 EB 2 **Liverpool – W.B.A.** Bein útsending.

15.00 EB 3 **Middlesbrough – Man. City** Bein útsending.

15.00 EB 4 **Sunderland – Everton** Bein útsending.

15.00 EB 5 **Portsmouth – Fulham** Bein útsending.

SUNNUDAGUR

18.25 SÝN **Ameríski fótboltinn** Bein útsending frá NFL deildinni.

MÁNUDAGUR

12.00 EB 2 **W.B.A. – Aston** Villa Bein útsending.

12.35 ENSKI BOLTINN **West Ham – Chelsea** Bein útsending.

14.50 ENSKI BOLTINN **Bolton – Liverpool** Bein útsending.

15.00 EB 2 **Newcastle – Middlesbrough** Bein útsending.

15.00 EB 3 **Everton – Charlton** Bein útsending.

15.00 EB 4 **Fulham – Sunderland** Bein útsending.

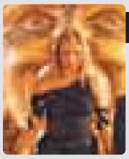
15.00 EB 5 **Birmingham – Wigan** Bein útsending.

ÞRIÐJUDAGUR

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

MIÐVIKUDAGUR

19.50 ENSKI BOLTINN **Man. City – Tottenham** Bein útsending.


KVIKMYNDIR
22.15
CHARLIE'S ANGELS

KVIKMYNDIR
20.30
THE COMMITMENTS

GAMAN
22.00
THE GRUBBS

HEIMILDAMYND
20.30
THE CORPORATION

GOLF
19.00
PRESIDENT'S CUP 2005

SJÓNVARPIÐ

DAGUR

17.05 Leiðarljós **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Tobbi tvisvar (18:26) **18.25** Villt dýr (14:26)

KVÖLD

18.30 Fjársjóðsleitin (6:6) (Skattejakten) Leikin norsk þáttaröð.
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.35 Kastljós
20.10 Latibær Textað á síðu 888 í Textavarpi.
20.40 Jólamamma (A Mom for Christmas) Bandarísk fjölskyldumynd frá 1990. Móðurlaus telpa óskar sér þess að hún fái að hafa mömmu hjá sér um jólin.
▶ **22.15 Englar Charlies** (Charlie's Angels) Bandarísk ævintýramynd frá 2000 um þrjár kjarnakonur sem fengnar eru til að endurheimta stolinn hugbúnað og beita við það ýmsum meðulum. Bönnuð börnum.

NÓTT

23.50 Chicago **1.40** Útvarpsfréttir í dagskrárlok

STÖÐ 2

MORGUN

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

DAGUR

2005 **13.05** Joey **13.30** Eldsnöggt með Jóa Fel **14.05** Night Court **14.30** The Apprentice **15.20** Entourage **16.00** Shin Chan **16.25** Beyblade **16.50** Í Erlilborg **17.15** Simpsons **17.40** Bold and the Beautiful **18.05** Neighbours

KVÖLD

18.30 Fréttir, íþróttir og veður
19.00 Ísland í dag
20.00 Arrested Development (21:22) (Tómir asnar)(Let Them Eat Cake)
▶ **20.30 The Commitments** (The Commitments) Myndin gerist í fátækrahverfum Dyflinnar á Írlandi og segir frá ungum manni sem ákveður að setja saman hljómsveit. Honum tekst að púsla saman frábærum hóp af ólíkum en léttleikandi einstaklingum.
22.25 U2 Vertigo – Live from Chicago Bein útsending frá stórtónleikum írsku hljómsveitarinnar U2 frá Chicago í Bandaríkjunum.

NÓTT

0.00 Taking Lives (Stranglega bönnuð börnum) **1.45** The Guru **3.20** S.W.A.T. (Bönnuð börnum) **5.15** Fréttir og Ísland í dag **6.20** Tónlistarmyndbönd frá Popp TíVí

SKJÁREINN

DAGUR

17.20 Cheers – 9. þáttaröð **17.45** 10th Kingdom – lokaþáttur (e)

KVÖLD

19.20 Fasteignasjónvarpið (e)
19.30 The King of Queens (e) Aðalhetjan er Doug Heffernan, póstsendillinn íturvaxni.
20.00 Charmed Bandarískir þættir um þrjár fagrar og kynngimagnaðar örlaganornir.
20.45 Stargate SG-1 Afar vandaðir þættir byggðir á samnefndi kvikmynd frá 1994.
21.30 Complete Savages Chris og Kyle lenda í matarslag í skólanum.
▶ **22.00 The Grubbs** Í Grubbfjölskyldunni eru eintómir minnipokamenn, margar kynslóðir aftur í tímann. Mitch, sem er 13 ára, virðist vera á sömu leið.
22.30 Ripley's Believe it or not!

NÓTT

23.15 Sudden Impact **1.00** Law & Order: SVU (e) **1.45** Tvöfaldur Jay Leno (e) **3.15** Óstöðvandi tónlist

SIRKUS

KVÖLD

18.30 Fréttir NFS
19.00 Laguna Beach (2:17) Önnur serían um krakkana á Laguna Beach.
19.30 Idol extra 2005/2006
20.00 Sirkus RVK (9:30)
▶ **20.30 The Corporation** Í þessari heimildarmynd er farið ítarlega ofan í allt sem tengist stórfyrirtækjum nútímans. Myndin sló í gegn á Nordisk Panorama og Litlu Kvikmyndahátíðinni þar sem hún endaði sem aðsóknarmesta myndin. Leikstjóri: Jennifer Abbott og Mark Achbar.
22.55 Smallville (3:22) (Facade) Í Smallville býr unglingurinn Clark Kent. Hann er prúðmenni og er fús til að rétta öðrum hjálparhönd.

NÓTT

23.40 HEX (13:19) **0.25** The Newlyweds (20:30) **0.50** Tru Calling (20:20)

SÝN

DAGUR

18.00 Íþróttaspjallið **18.12** Sportið

KVÖLD

18.30 Gillette-sportpakkinn
▶ **19.00 President's Cup 2005** (Forsetabikarinn) Bandaríska golflandsliðið mætti úrvalsliði alþjóðlegra kylfinga í keppni um Forsetabikarinn 22. – 25. september. Keppt var í Virginíu en Sýn var með beinar útsendingar frá mótinu alla keppnisdagana. Á meðal kylfinga í eldlínunni voru Tiger Woods, Phil Mickelson, Vijay Singh og Retief Goosen.
20.00 Motorworld Kraftmikill þáttur um allt það nýjasta í heimi akstursíþrótta.
20.30 NFL-tilþrif (NFL Gameday 05/06).
21.00 NBA (SA Spurs – Detroit) Útsending frá úrslitaleiknum í NBA.

NÓTT

23.00 Ameríski fótboltinn

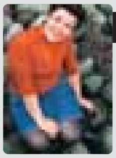
Sóley Rut Ísleifsdóttir, þjónustufulltrúi hjá VÍS.
Hún vinnur þar við uppgjör og öll almenn skrifstofustörf.

„Ég fékk mjög gott starf á frábærum vinnustað. Tölvu- og skrifstofunámið í Tölvuskólanum Þekkingu hjálpaði mér að öðlast það sjálfstraust sem þurfti til að sækja um nýtt og krefjandi starf. Það er aldrei of seint að byrja að læra eitthvað nýtt og fyrir mig var þetta góð fjárfesting og frábær tími í góðum félagsskap í skemmtilegum og krefjandi skóla. Takk fyrir mig!"

TÖLVUSKÓLINN ÞEKKING

Skráning á vorönn hafin í síma 544 2210, á vef skólans; www.tsk.is og í netpósti á skoli@tsk.is

Faxafen 10 • 108 Reykjavík • Sími: 544 2210 • Fax: 544 2215 • www.tsk.is • skoli@tsk.is



SPJALL

20.10 SÖGUR AF FÓLKI – MEÐ HELGU VÖLU

NFS

7.00 Ísland í bítið **9.00** Fréttavaktin fyrir hádegi **12.00** Hádegisfréttir/Markaðurinn/Íþróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegi-fréttaviðtal **13.00** Íþróttir/lífsstíll **13.10** Íþróttir – í umsjá Þorsteins Gunnarssonar. **14.00** Hrafnaþing/Miklabraut **15.00** Fréttavaktin eftir hádegi **18.00** Kvöldfréttir/Fréttayfirlit/Ítarlegar veðurfréttir/Íþróttafréttir/Kvöldfréttir NFS/Ísland í dag/Yfirlit frétta og veðurs

20.00 Fréttir

20.10 Sögur af fólki – með Helgu Vöul

21.00 Fréttir

21.10 48 Hours (48 stundir)(48 Hours 2005-2006) Bandarískur fréttaskýringaþáttur.

22.00 Fréttir

22.30 Hrafnaþing/Miklabraut Hrafnaþing er í umsjá Ingva Hrafns Jónssonar og Miklabraut í umsjá Sigurðar G. Tómassonar.

23.15 Kvöldfréttir/Fréttayfirlit/Ítarlegar veðurfréttir/Íþróttafréttir/Kvöldfréttir NFS/Ísland í dag/Yfirlit frétta og veðurs **0.15** Fréttavaktin fyrir hádegi **3.15** Fréttavaktin eftir hádegi **6.15** Hrafnaþing/Miklabraut

STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 Beethoven's 5th **8.00** Swingers **10.00** Deliver Us from Eva **12.00** Calendar Girls **14.00** Beethoven's 5th **16.00** Swingers **18.00** Deliver Us from Eva

20.00 Calendar Girls (Nekt fyrir málstaðinn) Hér segir frá nokkrum stallsystrum í Jórvíkurskíri á Englandi. Árlega safna þær fjármunum til góðra verka en nú beina þær sjónum sínum að hvítblæði.

22.00 Moving Target (Í skotlínunni) Hörku bardagamynd úr smiðju B-myndakóngsins Rogers Corman. Bönnuð börnum.

0.00 Foyle's War (Bönnuð börnum) **2.00** Misery (Stranglega bönnuð börnum) **4.00** Moving Target (Bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

12.00 Blackburn – Sunderland frá 28.12 **14.00** Birmingham – Man. Utd. frá 28.12 **16.00** Arsenal – Portsmouth frá **28.12** **18.00** Upphitun

18.30 W.B.A. – Tottenham frá 28.12

20.30 Upphitun (e)

21.00 Fulham – Aston Villa frá 28.12

23.00 Upphitun (e) **23.30** Man. City – Chelsea frá 28.12 **1.30** Dagskrárlok

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

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

...Fleiri stöðvar á næstu opnum »»

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Charlie's Angels

Bandarísk ævintýramynd frá 2000 byggð á vinsælum þætti á áttunda áratugnum um þrjár kjarnakonur sem vinna fyrir hinn dularfulla Charlie. Þær sprengja upp hluti, sparka fólk til, klæðast þröngum fötum og gera þetta allt að sjálfsögðu á háum hælum. Charlie fær beiðni frá forritaranum Eric Knox, eiganda Knox Technologies, en raddkennslatæki hans hefur verið stolið. Englar Charlie, Natalie, Dylan og Alex eru sendar til að koma fyrir veiru í kerfi samkeppnisaðila Erics, Rogers Corwin, sem liggur undir grun. Eftir það verk er líf englanna og yfirmanns þeirra, Bosley, komið í mikla hættu. Leikstjóri er McG og meðal leikenda eru stórstjörnurnar Cameron Diaz, Drew Barrymore, Lucy Liu og Bill Murray.

RÚV, KL. 22.15.

The Corporation

Í þessari heimildarmynd frá 2003 er farið ítarlega ofan í allt sem tengist stórfyrirtækjum nútímans. Margt kemur á óvart í myndinni, hvernig fyrirtækin nýta sér vanmátt almennings, hvernig þau fara framhjá lögunum, ganga oft á tíðum illa um umhverfið og komast upp með að svíkja og pretta fólk. Myndin sló í gegn á Nordisk Panorama og Litlu Kvikmyndahátíðinni þar sem hún endaði sem aðsóknarmesta myndin. Leikstjórar myndarinnar eru Jennifer Abbott og Mark Achbar.

SIRKUS, KL. 20.30

» Risatónleikar U2 í Chicago

Stærsta rokksveit í heimi

Fáir geta með góðum og haldbærum rökum mótmælt því að írska hljómsveitin U2 sé stærsta rokksveit í heimi og hafi verið síðustu árin, jafnvel áratugi. Engin hljómsveit, nema ef vera skyldi gömlu Rolling Stones sem löngu eru hafnir yfir allar slíkar fullyrðingar, trekkir að eins mikinn fjölda áhorfenda, enda ræðst enginn í eins viðamiklar heimsreisur nú um mundir og U2. Í kvöld sýnir Stöð 2 upptöku frá tónleikum sem U2 hélt í United Center-risahöllinni í Chicago 9. og 10. maí síðastliðinn. U2 hefur verið á Vertigo-tónleikaferðinni mestallt árið til að fylgja eftir plötu sinni How to Dismantle an Atomic Bomb sem kom út á síðasta ári.

Tónleikaferðin hefur staðið yfir í meira en ár og er sú stærsta sinnar tegundar á árinu, en henni er hvergi nærri lokið því næst liggur leiðin til Mexíkó þar sem fjórði hluti tónleikaferðinnar hefst í febrúar. Á umræddum tónleikum tók U2 tuttugu og þrjú lög og eðlilega voru flest þeirra af nýju plötunni. En þar að auki tóku Bono og félagar að sjálfsögðu nokkur af eftirlætis tónleikalögunum, lög á borð við Sunday Bloody Sunday, Pride, Where the Streets Have No Name, One, The Fly og svo lög sem sjaldnar heyrast á tónleikum, lög eins og Bullet the Blue Sky, Running to Stand Still og Zoo Station. Bono var nýverið valinn maður ársins af tímaritinu Time ásamt Gates-hjónunum Bill og Melindu vegna framlags þeirra og baráttu fyrir réttlátari heimi og klókindum í að leiða stjórnmálamenn á Vesturlöndum í skilning um fátæktarvandamál hinna svokölluðu þriðja heims ríkja. Þess má einnig geta að U2 er tilnefnd til fimm Grammyverðlauna sem afhent verða snemma árs 2006.

■ **STÖÐ 2, KL. 22.25**

Kvendjöfullinn með gullhjartað

» Angelina Jolie

Fáar Hollywood-stjörnur eru eins umdeildar og Angelina Jolie en um leið má færa fyrir því sterk rök að engin skíni þó skærar en þessi þokkafulla leikkona nú um mundir. Er hún hinn eini sanni kvendjöfull eða hin fullkomna kona með hjarta úr gulli? Það er stóra spurningin sem ótrúlega margir gefa sér drjúgan tíma til að velta fyrir sér og skeggræða fram og aftur. Ástæðan er augljós. Við erum að tala um konuna sem vogaði sér að „stela" Brad Pitt frá Vininum okkar allra, hinni sætu og saklausu Jennifer Aniston. En um leið erum við að tala um þá Hollywood-stjörnu sem hefur beitt sér hvað ötulast fyrir því að við Vesturlandabúar vöknum til vitundar um bág kjör barna í þriðja heims ríkjunum. Hún sinnir starfi sérlegs góðvildarsendiherra fyrir Sameinuðu þjóðirnar af þvílíkri alúð að eftir hefur verið tekið og hefur í því starfi lagt sérstaka áherslu á flóttabörn. Sjálf hefur hún líka kosið að ættleiða tvö munaðarlaus flóttabörn fremur en að fæða sín eigin í heiminn en á dögum gekk Brad Pitt þeim Maddox, sem er nú fjögurra ára og fæddist í Kambódíu, og Zahara, sem er tíu mánaða og fæddist í Eþíópíu, í föður stað, þannig að nú heita börnin þeirra Maddox Jolie-Pitt og Zahara Jolie-Pitt.

Burtséð frá þessu sterka almenningsáliti, sem hefur grundvallast fremur á útliti hennar og einkalífi, má ekki gleyma því að Jolie er óumdeilanlega hæfileikarík leikkona; enda á hún Óskar til að sanna það. Þann eftirsótta grip hlaut hún fyrir frammistöð sína í aukahlutverki í kvikmyndinni Girl, Interrupted. Jolie er enda af stórlistamönnum komin. Faðir hennar er, eins og flestum er kunnugt, leikarinn Jon Voight og hún sótti menntun sína m.a. til hinnar virtu leikhússtofnunar Lee Strasberg. Það kann að vekja undrun margra að Jolie er ekki nema þrítug, enda hefur hún verið lengi að, leikið í kvikmyndum frá sjö ára aldri og á að baki hlutverk í á fjórða tug kvikmynda. Þótt hún sé nú önnum kafin við barnauppeldi og góðgerðarstarf gefur hún sér enn tíma til að leika í kvikmyndum. Væntanlegar eru tvær myndir með henni á næsta ári. Í spennudramanu The Good Shepherd leikur hún á móti Matt Damon og Robert De Niro sjálfum, sem leikstýrir myndinni sem rekur fjörutíu ára viðburðaríkan starfsferil FBI-manns og hún talar fyrir Myrkradrottninguna í tölvuteiknaðri útgáfu Roberts Zemeckis af Bjólfskviðu.

■ **STÖÐ 2, TAKING LIVES, KL. 24.00.**

Þetta vissum við ekki um ...

Oliviu Newton-John

- Hún bjó í Cambridge á Englandi þegar hún var lítil en sótti grunnskóla í Ástralíu þegar hún var unglingur. Hún sneri síðan aftur til London eftir að hún vann hæfileikakeppni og uppáhaldskennarinn hennar hvatti hana til að gerast söngvari. Hún flutti síðar til L.A. og varð vel þekkt sem popp- og sveitasöngvari.
- Stærsti smellurinn hennar var lagið „Physical". Lagið var samt sem áður bannað á útvarpsstöðum í Provo í Utah vegna textans í laginu.
- Uppáhaldslykt hennar er blómstrandi jasmína.
- Dökkt karamellusúkkulaði er uppáhaldssælgætið hennar.
- Verðmætasti hluturinn í fataskápnum hennar er gullfallegur ópall og demantshringur sem hún erfði eftir móður sína.
- Hún elskar málningardót og farðar sig alltaf sjálf fyrir tökur.
- Hún fer aldrei út úr húsi nema að taka vegabréfið og varalitinn sinn með.
- Hún fór í aðgerð árið 2002 vegna brjóstakrabbameins og lýsti sig gjaldþrota.
- Þýsk móðir hennar var rithöfundur og ljósmyndari en breskur faðir hennar var skólameistari strákaskóla í Englandi. Afi hennar var Max Born, þýskur nóbelsverðlaunahafi í eðlisfræði. Systir hennar var fyrirsæta og leikkona en bróðir hennar læknir.

■ **RÚV, A MOM FOR CHRISTMAS, KL. 20.40**

CANDEREL
Ótrúlega létt
Canderel er gott bæði á heita rétti sem kalda. Það gefur gott sætubragð en án beiska bragðsins sem einkennir sum sætuefni og án kaloríanna sem eru í sykri.
Því segjum við: **Sætt án samviskubits**
Pottaleppur fylgir með Canderel krukkum í næstu verslun.
CANDEREL

EKKI MISSA AF ...

VH1, KL. 21.00

Storytellers

Pönkaða tríóið Green Day skipa Billie Joe Armstrong, Mike Dirnt og Tre Cool. Þessi vinsæla hljómsveit kemur fram í þættinum Storytellers og flytur lög af margverðlaunaðri plötu sinni, American Idiot. Hljómsveitin svarar einnig spurningum tryggra aðdáenda sinna og segir frá sögunum bak við lögin á plötunni.

BBC PRIME, KL. 21.00

Blackadder: Back & Forth

Gamanþáttur með Rowan Atkinson, Tony Robinson, Miranda Richardson, Tim McInnerny, Hugh Laurie og Stephen Fry. Einn dag setur Edmund Blackadder óvart tímavél í gang á gamlárskvöld árið 1999 og ferðast fram og til baka um enska sögu og breytir sögunni jafnóðum. Í leikaraliðinu eru einnig fyrirsætan Kate Moss sem Maid Marion og Colin Firth sem William Shakespeare.

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL
Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT
12.00 Ski Jumping: World Cup Oberstdorf **13.30** Nordic Combined Skiing: World Cup Oberhof Germany **14.15** All sports: WATTS **14.30** Cross-country Skiing: World Cup Nove Mesto Czech Republic **16.00** Football: Football World Cup Season Legends **17.00** Snooker: Snooker Hall of Frame **18.00** TNA Wrestling: USA **18.30** TNA Wrestling: USA **19.00** Figure Skating: Oberstdorf Germany **21.30** Rally: Dakar Challenge **22.00** Rally: Rally Raid Dakar **22.30** Freestyle Motocross: US Tour **23.00** Xtreme Sports: LG Action Sports **0.00** Rally: Rally Raid Dakar **0.30** Rally: Dakar Challenge **1.00** Rally: Dakar Challenge **1.30** Rally: Dakar Challenge **2.00** Rally: Dakar Challenge

BBC PRIME
12.00 To the Manor Born **12.30** Dad's Army **13.00** Popcorn **14.00** Balamory **14.25** Andy Pandy **14.30** Tweenies **14.45** Fimbles **15.05** Tikkabilla **15.35** The Really Wild Show **16.00** Animal Hospital – The Big Story **16.30** Ready Steady Cook **17.15** The Weakest Link **18.00** Holby City **19.00** Wildlife Specials **20.00** The Office **20.30** The Office **21.00** Blackadder: Back & Forth **21.35** Byron **22.50** Black Cab **23.00** Cutting It **0.00** Battlefield Britain **1.00** Journey of Life **2.00** Suenos World Spanish

NATIONAL GEOGRAPHIC
12.00 Seconds From Disaster **13.00** Seconds From Disaster **14.00** Deep Jungle **15.00** Deep Jungle **16.00** Deep Jungle **17.00** Hogzilla **18.00** Year in Review **19.00** Unlocking da Vinci's Code **20.00** Inside 9/11 **21.00** Inside 9/11 **22.00** Inside 9/11 **23.00** Inside 9/11 **0.00** Air Crash Investigation **1.00** Air Crash Investigation

ANIMAL PLANET
12.00 Amazing Animal Videos **12.30** Monkey Business **13.00** Big Cat Diary **13.30** The Snake Buster **14.00** Natural World **15.00** The African King **16.00** Pet Rescue **16.30** Wildlife SOS **17.00** Amazing Animal Videos **17.30** The Planet's Funniest Animals **18.00** The Snake Buster **18.30** Monkey Business **19.00** Predator's Prey **19.30** Big Cat Diary **20.00** Natural World **21.00** The African King **22.00** Predator's Prey **22.30** Monkey Business **23.00** Emergency Vets **23.30** Animal Precinct **0.00** Pet Rescue **0.30** Wildlife SOS **1.00** City Slickers **2.00** The Snake Buster

DISCOVERY
12.05 Fireworks **13.00** Rex Hunt Fishing Adventures **13.30** Lake Escapes **14.00** Extreme Engineering **15.00** Extreme Machines **16.00** Junkyard Mega-Wars **17.00** Thunder Races **18.00** American Chopper **19.00** Mythbusters – Specials **20.00** Brainiac **21.00** Biker Build-Off **22.00** Reel Race **23.00** Mythbusters – Specials **0.00** Forensic Detectives **1.00** FBI Files **2.00** Hitler's Women

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

VH1
12.00 So 80s **12.30** VH1 Hits **15.00** VH1 Weekly Album Chart **16.00** So 80s **17.00** VH1's Viewers Jukebox **18.00** Smells Like the 90s **19.00** VH1 Classic **19.30** MTV at the Movies **20.00** VH1 All Access **20.30** VH1 All Access **21.00** Storytellers **22.00** Friday Rock Videos **0.30** Flipside **1.00** Chill Out **1.30** VH1 Hits

CLUB
12.20 Innertainment **12.45** Girls Behaving Badly **13.10** Fashion House **13.35** Lofty Ideas **14.00** Art and Soul **14.30** Fantasy Open House **15.00** Weddings **15.30** Race to the Altar **17.00** Yoga Zone **17.25** The Method **17.50** Hollywood One on One **18.15** Fantasy Open House **18.40** e-love **19.05** It's a Girl Thing **19.30** Weddings **20.00** G-Girls **20.25** Cheaters **21.15** Sextacy **22.10** My Messy Bedroom **22.35** Women Talk **23.00** Sextacy **0.00** Women Talk **0.30** Sex Tips for Girls **1.00** Vegging Out **1.25** Sizzle **1.55** A Taste of Barbados

E! ENTERTAINMENT
12.00 The E! True Hollywood Story **13.00** E! News **13.30** Girls of the Playboy Mansion **14.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **15.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **16.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **17.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **18.00** Uncut **19.00** E! News **19.30** Celebrity Soup **20.00** The E! True Hollywood Story **22.00** Girls of the Playboy Mansion **22.30** Girls of the Playboy Mansion **23.00** Celebrity Soup **23.30** Wild On Tara **0.00** E! News **0.30** Celebrity Soup **1.00** Girls of the Playboy Mansion **1.30** Hot Love Gone Bad

CARTOON NETWORK
12.00 Cow and Chicken **12.30** Courage the Cowardly Dog **13.00** Ed, Edd n Eddy **13.30** Mucha Lucha! **14.00** Teenage Mutant Ninja Turtles **14.30** Duel Masters **15.00** Ozzy & Drix **15.30** Codename: Kids Next Door **16.00** Scooby-Doo **16.30** The Flintstones **17.00** Tom and Jerry **17.30** Looney Tunes **18.00** What's New Scooby-Doo? **18.30** Duck Dodgers in the 24 1/2 Century **19.00** Charlie Brown Specials **19.30** Tom and Jerry **20.00** The Flintstones **20.30** Looney Tunes **21.00** Dastardly & Muttley in Their Flying Machines **21.30** Scooby-Doo **22.00** Tom and Jerry **23.00** Dexter's Laboratory **23.30** The Powerpuff Girls **0.00** Johnny Bravo **0.30** Ed, Edd n Eddy **1.00** Skipper & Skeeto **2.00** Spaced Out

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

MGM
13.15 The Hillside Stranglers **14.55** Reckless **16.25** The Secret Invasion **18.00** Eddie and the Cruisers **19.35** Midnight Witness **21.05** White Lightning **22.45** Kidnapped **0.25** Save Me **2.00** Troll 2

TCM
20.00 Escape from Fort Bravo **21.35** Brainstorm **23.25** Sweet Bird of Youth **1.25** The Man Who Came to Dinner

HALLMARK
12.00 The Prince and the Pauper **13.45** The 10th Kingdom **15.15** Mary & Tim **17.00** Touched By An Angel II **17.45** Mcleod's Daughters II **18.30** Open Heart **20.15** The Runaway **22.00** My Own Country **23.45** Open Heart **1.30** My Own Country

BBC FOOD
12.00 Wild and Fresh **12.30** Ching's Kitchen **13.00** The Italian Kitchen **13.30** A Cook's Tour **14.00** Made to Order **14.30** Big Kevin Little Kevin **15.00** Dinner Party Inspectors **15.30** Chalet Slaves **16.00** The Big Stew **16.30** Ready Steady Cook **17.00** Neil Perry Fresh and Fast **17.30** Madhur Jaffrey's Far Eastern Cookery **18.00** Jancis Robinson's Wine Course **18.30** Grigson **19.00** Gary Rhodes **19.30** Tamasin's Weekends **20.00** The Occasional Cook **20.30** The Tanner Brothers **21.00** After Midnight **22.00** Floyd's Fjord Fiesta **22.30** Saturday Kitchen

DR1
12.35 Sport 2005 **13.35** Sport 2005 **14.50** Nyheder på tegnsprog **15.00** Hammerslag **15.30** Crossroads **17.00** Fandango – med Jeppe og Chapper **17.10** Richard Scarrys travle verden **17.30** TV Avisen med Sport og Vejret **18.00** Disney Sjov **19.00** Cirkusrevyen **20.00** TV Avisen **20.30** Et smukt sind **22.40** Last Man Standing **0.20** Sgt. Bilko

SV1
12.10 Din släktsaga **12.40** Utgrävarna **13.10** Det blir aldrig som man tänkt sig **15.00** Rapport **15.10** Gomorron Sverige **16.00** Året med kungafamiljen **17.00** BoliBompa **17.01** Mysteriet med den främmande flickan **17.30** Go-galan **18.30** Rapport **19.00** Riket – Stormaktstiden **20.00** Kopps **21.30** Radiohjälpen – Världens barn i Zambia **21.35** Ridsport: Världscuphoppning **22.20** Rapport **22.30** The Grifters **0.15** Sändning från SVT24

ENGLAKROPPAR
GEISLAÐU BLÓMSTRAÐU KOMDU NJÓTTU
LEYFÐU OKKUR AÐ DEKRA VIÐ ÞIG HEILSUSTÚDÍÓ
VIÐ HJÁLPUM ÞÉR AÐ LÍTA BETUR ÚT EN NOKKRU SINNI FYRR
FJÖGURRA, SEX OG ÁTTA VIKNA ÁTAK ER Í BOÐI
GRENNUM, STINNUM OG STYRKJUM LOSUM ÞIG VIÐ APPELSÍNUHÚÐ OG AFEITRUM LÍKAMANN
ÖLLUM TILBOÐUM FYLGIR 1. TÍMI Í FAKE BAKE BRÚNKUMEÐFERÐ
FAKE BAKE BRÚNKUMEÐFERÐ Á TILIBOÐI, 1.SKIPTI AÐEINS 3.100,- 3. SKIPTI AÐEINS 6.500,-
ÞAÐ NÝJASTA NÝTT Á MARKAÐNUM Í DAG ER JURTAVAFNINGUR FYRIR ALLAN LÍKAMANN 1.SKIPTI AÐEINS 8.900,- 3. SKIPTI Á TILBOÐI 15.900,-
VIÐ BJÓÐUM ÞÉR AÐ KOMA Í ÓKEYPIS PRUFUTÍMA Í EUROWAVE OG ALMENNA RÁÐGJÖF
PANTAÐU TÍMA NÚNA Í SÍMA 5873750 STÓRHÖFÐI 17
WWW.ENGLAKROPPAR.IS
VISA OG EURO LÉTTGREIÐSLUR

ez sleep
Rúm Gott
Láttu þér líða vel
EITT MESTA ÚRVAL LANDSINS AF HEILSUDÝNUM
Comfort Latex
Hjónarúm með heilsudýnum
160x200 verð frá kr. 49.740.-
180x200 verð frá kr. 59.740.-
Hægindastólar með bylgjunuddi
og hita fyrir mjóbak verð frá kr. 31.900.-
Rafmagnsrúm
80x200 verð frá kr. 59.900.-
160x200 verð frá kr. 119.800.-
55 ÁRA 1950-2005
Verslunin Rúmgott · Smiðjuvegi 2 · Kópavogi · Sími 544 2121
Opið virka daga frá kl. 10-18 - laugardaga kl. 11-16
www.rumgott.is

SJÓNVARPIÐ

GAMAN

▶ 22.20 ÁRAMÓTA-SKAUP SJÓN-VARPSINS

MORGUN

8.00 Morgunstundin okkar **8.01** Gurra grís (35:52) **8.08** Kóalabræður (47:52) **8.19** Fæturnir á Fanney (5:13) **8.32** Franklín (73:78) **8.58** Konráð og Baldur **9.11** Konráð og Baldur **9.26** Gormur (50:52) **9.50** Gló magnaða (31:52) **10.00** Kóalabirnirnir (16:26) **10.25** Jólastundin okkar **11.20** Geppetto

DAGUR

12.50 Táknmálsfréttir **13.00** Fréttir, íþróttir og veður **13.30** Lottó **13.35** Sprengingin í Seest **14.05** HM íslenska hestsins **14.55** Opna breska meistaramótið í golfi **15.50** Formúla 1 2005 **16.50** Vestfjarðavíkingur 2005 **17.50** Hlé

KVÖLD

20.00 **Ávarp forsætisráðherra, Halldórs Ásgrímssonar** Textað á síðu 888 í Textavarpi.

20.20 **Innlendar svipmyndir frá árinu 2005** Textað á síðu 888 í Textavarpi.

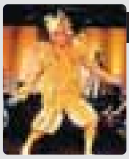
21.25 **Erlendar svipmyndir frá árinu 2005**

▶ **22.20** **Áramótaskaup Sjónvarpsins** Atburðir og persónur ársins sem er að líða í spéspegli. Umsjónarmenn eru Helga Braga Jónsdóttir, Kristín Pálsdóttir og Edda Björgvinsdóttir sem leikstýrir.

NÓTT

23.17 Kveðja frá Ríkisútvarpinu **0.10** Allt heila klabbið Bönnuð börnum. **1.45** Tónleikar á Menningarnótt **2.45** Útvarpsfréttir í dagskrárlok

STÖÐ 2



SÝNING

▶ 22.15 CIRQUE DU SOLEIL PRESENTS SALTIMBANCO

7.00 Lóa og leyndarmálið (e) **8.20** Kærleiksbirnirnir (57:60) **8.35** Grallararnir **8.55** Jellies **9.10** Pingu **9.15** Ljósvakar **9.25** Með afa **10.20** Barney 4 – 5 **10.55** Kalli á þakinu **11.20** Músti **11.25** Dýralestin

12.00 Fréttir Stöðvar 2 **12.20** The Lizzie McGuire Movie **14.00** Kryddsíld 2005 **15.40** Grease **17.30** HLÉ

20.00 **Ávarp forsætisráðherra 2005**

20.15 **Fréttaannáll 2005**

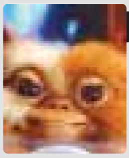
21.20 **Stelpurnar (17:20)** Samantekt á því besta og fyndnasta sem þær hafa tekið sér fyrir hendur á árinu 2005.

21.45 **Bestu Strákarnir** Sérstakur áramótaþáttur með Strákunum þar sem þeir munu vafalítið horfa um öxl og gera upp árið sem er á líða á sinn geggjaða hátt.

▶ **22.15** **Cirque du Soleil Presents Saltimbanco** (Sólarsirkusinn) Upptaka frá sýningu eins frægasta fjöllistahóps í heimi, Cirque de Soliel.

23.35 Rock Star **1.20** Scary Movie 2 (Bönnuð börnum) **2.40** Jackass: The Movie (Stranglega bönnuð börnum) **4.10** On the Edge (Bönnuð börnum) **5.35** Tónlistarmyndbönd frá Popp TíVí

SKJÁREINN



KVIKMYNDIR

▶ 22.05 GREMLINS

12.15 The Secret of My Success **14.00** Charmed (e) **14.50** Man. Utd. – Bolton (b) **17.00** Youngblood

18.45 **Survivor Guatemala (e)**

19.30 **Will & Grace (e)** Grallararnir Will og Grace eru óaðskiljanleg og samband þeirra einstakt. Þau eru meira en vinir en þó ekki elskendur, enda er Will hommi en Grace ekki. Gleðigosinn Jack vinur þeirra og hin léttkennda, kaldhæðna Karen taka virkan þátt í lífi þessa sérstaka pars, sem þó er ekki par.

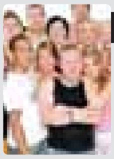
20.00 **The Jamie Kennedy Experiment** Jólasprell með spaugaranum Jamie Kennedy sem sleppur oftast við ávítur þótt hann gangi oft of langt með földu myndavélina.

20.45 **Police Academy 7: Mission to Moscow**

▶ **22.05** **Gremlins** Ungur drengur brýtur þrjár reglur varðandi meðferð gæludýrs síns og leysir þannig úr læðingi skrímsli sem fara að herja á bæinn.

23.45 Dead Pool **1.15** Ripley's Believe it or not! (e) **2.00** Tvöfaldur Jay Leno (e) **3.30** Óstöðvandi tónlist

SIRKUS



RAUNVERULEIKI

▶ 21.20 ÁSTARFLEYIÐ

18.15 Party at the Palms (6:12)

18.40 **Friends 5 (18:23) (e)** (Vinir) (The One Where Rachel Smokes)

19.05 **Game TV** Allt það sem þú vilt vita um tölvur og tölvuleiki færð þú beint í æð hér í Game TV!

19.35 **Fabulous Life of (7:20)** (Fabulous Life of: Nelly) Í þessum frábæru þáttum er farið á bakvið tjöldin hjá rapparanum Nelly.

20.00 **Friends 5 (19:23) (e)** (Vinir) (The One Where Ross Can't Flirt).

20.25 **Friends 5 (20:23) (e)** (Vinir) (The One With The Ride-Along)

20.50 **Sirkus RVK (9:30)** Sirkus Rvk er nýr þáttur í umsjá Ásgeirs Kolbeinssonar, þar sem hann tekur púlsinn á öllu því heitasta sem er að gerast.

▶ **21.20** **Ástarfleyið (11:11)** Fólkið hittist loksins og ræðir það sem dreif á daga þeirra í Ástarfleyginu. Þátturinn er gerður að erlendri fyrirmynd, Loveboat.

22.00 **HEX (13:19)** Yfirnáttúrulegir þættir sem gerast í skóla einum í Englandi. Cassie er feimin ung stelpa sem uppgötvar einn daginn að hún hefur hættulega krafta semhafa gengið í gegnum ætt hennar, kynslóð eftir kynslóð.

22.45 **Idol extra 2005/2006**

23.15 Girls Next Door (9:15)

23.40 Paradise Hotel (26:28)

0.25 The Corporation

SÝN

besta sætið

ÍÞRÓTTIR

▶ 21.00 ÍÞRÓTTA-ANNÁLL 2005

8.00 Ensku mörkin **8.30** Top 20 FIFA World Cup Moments **9.30** US PGA 2004 – PGA Tour Year In **10.30** Íþróttaannáll 2005 **11.30** Erlendur íþróttaannáll 2005

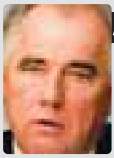
12.30 Sýn 10 ára **14.30** Mótorsport 2005 **15.30** Íþróttaárið 2005 **16.30** Íslandsmótið í golfi 2005 **17.30** HLÉ Á DAGSKRÁ

20.00 **Presidents cup offical film** (Presidents cup offical film 2005) Bandaríska golflandsliðið mætti úrvalsliði alþjóðlegra kylfinga í keppni um Forsetabikarinn 22.–25. september.

▶ **21.00** **Íþróttaannáll 2005** Íþróttaárið 2005 á Íslandi. Farið verður í gegnum öll helstu atvikin á íslenska íþróttaárinu 2005.

22.00 **Erlendur íþróttaannáll 2005** Rifjum upp öll helstu atvikin á íþróttaárinu 2005. Liverpool Evrópumeistari, Tiger Woods átti draumahögg, boxbardagi allra tíma, FH tapaði aðeins tveimurleikjum í sumar í deildinni, fyrsti bikar Eiðs Smára og margt fleira.

23.00 Sýn 10 ára



ÁVARP

20.00

ÁVARP FORSÆTISRÁÐHERRA 2005

NFS

10.00 Fréttir **10.10** Sögur af fólki – með Helgu Völ **11.00** Helgin – með Eiríki Jónssyni

12.00 Hádegisfréttir/Fréttir/Íþróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar blaðanna **14.00** Kryddsíld 2005 **15.40** Sögur af fólki – með Helgu Völ **16.35** Helgin – með Eiríki Jónssyni **17.40** Kryddsíld 2005

19.25 Hátíðarviðtal

20.00 Ávarp forsætisráðherra 2005

20.15 Fréttaannáll 2005 Samantekt fréttastofu NFS á helstu fréttaviðburðum ársins 2005.

STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 | Capture the Castle **8.00** 61 **10.05** Nicholas Nickelby **12.15** Mona Lisa Smile **14.10** | Capture the Castle **16.00** 61 **18.05** Nicholas Nickelby

20.15 Mona Lisa Smile (Bros Mónu Lísu) Dramatísk kvikmynd sem gerist í Wellesley-framhaldsskólanum um miðja 20. öldina. Þetta er stúlknaskóli þar sem fæstir nemendanna eiga stóra drauma um afrek í atvinnulífinu. Þannig er tíðarandinn en hlutirnir breytast þegarKatherine Watson kemur til starfa í Wellesley. Aðalhlutverk: Julia Roberts, Kirsten Dunst og Julia Stiles.

22.10 Paycheck (Reikningsskil) Michael Jennings er tölvusnillingur og mjög eftirsóttur á því sviði. Hann tekur að sér umdeilt verkefni gegn ráði samstarfsmanna og fær það heldur betur í bakið. Aðalhlutverk: Ben Affleck, Aaron Eckhart og Uma Thurman. Bönnuð börnum.

0.05 The Edge (Bönnuð börnum) **2.00** Full Frontal (Bönnuð börnum) **4.00** Paycheck (Bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

12.00 Upphitun (e) **12.35** Aston Villa – Arsenal (b) **14.50** Man. Utd.m – Bolton (b) **17.15** Chelsea – Birmingham

19.30 Charlton – West Ham Leikur frá því fyrr í dag.

21.30 Tottenham – Newcastle Leikur frá því fyrr í dag.

23.30 Dagskrárlok

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

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

...Fleiri stöðvar á næstu opnum »»

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Fréttaannálar og Kryddsíldin

Sjónvarpið og Fréttastofa NFS bjóða eins og endranær upp á innlenda og erlenda fréttaannála, þar sem rifjaðir verða upp helstu fréttaviðburðir ársins 2005 í máli og myndum. Umsjónarmaður fréttaannála Sjónvarpsins er Páll Benediktsson en um fréttaannál NFS, sem sýndur verður bæði á NFS og Stöð 2, sjá fréttamenn fréttastofu NFS, þau Sólveig Bergmann og Ingólfur Bjarni Sigfússon. Þá er vert að geta hins árlega spjallþáttar sem fyrir löngu er orðinn fastur liður á dagskrá Stöðvar 2 á gamlársdag, Kryddsíld. Þar hafa jafnan komið saman og gert upp árið sem er árið sem er að líða, bæði á léttum og þyngri nótum, helstu stjórnmálaleiðtogar þjóðarinnar, forystumenn stjórnmálaaflanna sem fulltrúa eiga á Alþingi. Að þessu sinni er þátturinn í umsjá þeirra Sigmundar Ernis Rúnarssonar og Egils Helgasonar og munu þeir án efa stýra skörulega umræðum um helstu stjórnmálaviðburði ársins og má þess vænta að á góma beri sögulegt brotthvarf Davíðs Oddssonar úr pólitík. Þetta verður fyrsta Kryddsíldin í ófá ár þar sem það kemur í hlut annars en Davíðs, nefnilega Halldórs Ásgrímssonar formanns Framsóknarflokksins, að mæta of seint í Kryddsíldinna vegna upptöku á áramótaávarpi forsætisráðherra sem verður á dagskrá sjónvarpsstöðvanna að kvöldi gamlársdags.

■ **STÖÐ 2, KRYDDSÍLD, KL. 14.00**

■ **STÖÐ 2, FRÉTTAANNÁLL 2005, KL. 20.15**

■ **SJÓNVARPIÐ, INNLENDAR SVIPMYNDIR FRÁ ÁRINU 2005, KL. 20.20**

■ **SJÓNVARPIÐ, ERLENDAR SVIPMYNDIR FRÁ ÁRINU 2005, KL. 21.25**

Bestu Strákarnir og Stelpurnar

Það hefur ekkert smáræði gerst á einu ári hjá þeim sem sent hefur frá sér 145 hálftímalanga sjónvarpsþætti á einu ári – hvorki meira né minna. Og það eitt er víst að það er alltaf eitthvað í gangi hjá Strákunum, fullt af uppátækjum sem lengi eru í minnum höfð hjá þeim sem á horfa. Að kvöldi gamlársdags, þegar tilefni gefst til að gera sér glaðan dag, er ekki úr vegi að rifja upp það allra skemmtilegasta, það geggjaðasta og það eftirminnilegasta sem gerist í þessum 145 þáttum hjá Audda, Sveppa og Pétri Jóhanni. Hvenær fríkuðu þeir best úti? Hverjum var best stjórnað? Hver var best heppnaða áskorunin? Hvenær meiddi Ofur-Hugi sig mest? Og hverjum varð verst við þegar hann var vakinn? Svo ekki sé nú talað um besta einleikinn og kapphlaupið litla. Þeir byrja síðan galvaskir á ný 16. janúar með glænýja þætti. Ekki má svo gleyma Stelpunum, en áður en bestu Strákarnir verða afhjúpaðir fáum við að sjá allt það fyndnasta sem þær gerðu á árinu 2005, sem um leið er góður vísir á það sem koma skal á nýju ári. Nú þegar hefur verið ákveðið að framleiða fleiri þætti af Stelpunum, með sömu Stelpum en nýjum leikstjóra; í stað Óskars Jónasonar kemur Ragnar Bragason.

■ **STÖÐ 2, STELPURNAR , KL. 21.20**

■ **STÖÐ 2, BESTU STRÁKARNIR, KL. 21.45**

Áramótaskaup Sjónvarpsins

Í Skaupinu eru eins og venjulega skoðaðir í spéspegli atburðir og persónur ársins sem er að líða. Af nógu er að taka því að þjóðin er alltaf jafnalmennileg við höfunda Skaupsins og sér til þess að þeir hafi úr nægu efni að moða þegar kemur að því að gera upp árið sem er að líða. Umsjónarmenn eru Helga Braga Jónsdóttir, Kristín Pálsdóttir og Edda Björgvinsdóttir, sem leikstýrir. Þetta er nokkuð sem enginn sannur Íslendingur má láta framhjá sér fara. Góða skemmtun!

■ **RÚV, KL. 22.25**

Kveðja frá Ríkisútvarpinu

Um 450 Sunnlendingar, söngvarar og hljóðfæraleikarar, koma fram í þættinum Kveðja frá Ríkisútvarpinu sem er að vanda á sínum stað á eftir Áramótaskaupinu í Sjónvarpinu á gamlárskvöld. Að þessu sinni verður flutt tónlist eftir sunnlensk tónskáld, Pál Ísólfsson, Sigfús Einarsson, Friðrik Bjarnason og Elínu Gunnlaugsdóttur. Hulda Sif Hermannsdóttir segir frá tónskáldunum og tónlistarlífi á Suðurlandi fyrr og nú í Húsinu á Eyrarbakka, einu elsta húsi landsins. Kórarnir sem koma fram í þessari sunnlensku tónaveislu eru Kammerkór Suðurlands ásamt Hrólfi Sæmundssyni einsöngvara, Hátíðarkór Bláskógabyggðar, Söngfélag Þorlákshafnar, Söngsveit Hveragerðis, Kirkjukór Stóra Núps og Ólafsvalla, Skólakór Mýrdalshrepps, Barnakór Odda og Þykkvabæjar, Stúlknakórinn Hekla, Barna- og kammerkór Biskupstungna, Karlakór Hreppamanna, Karlakór Rangæinga og Karlakór Selfoss. Edit Molnar, tónlistarkennari á Flúðum, stjórnar karlakórunum sem taka lagið saman en Hilmar Örn Agnarsson, kantor í Skálholtskirkju, stjórnar öðrum kórum. Lúðrasveit Þorlákshafnar leikur undir stjórn Roberts Darling og hljómsveit skipuð kennurum og nemendum í Tónlistarskóla Árnesinga og Tónlistarskóla Rangæinga flytur lög eftir Pál Ísólfsson í nýrri útsetningu Elínar Gunnlaugsdóttur. Stjórnandi er Guðmundur Kristmundsson. Elín Ósk Óskarsdóttir syngur ásamt Jónasi Ingimundarsyni píanóleikara og Marta Guðrún Halldórsdóttir ásamt Sigurði Halldórssyni sellóleikara. Mikos Dalmay píanóleikari leikur lög eftir Pál Ísólfsson.Upptökur fóru fram víða á Suðurlandi, m.a. á Þingvöllum, Laugarvatni, Þorsteinslundi í Fljótshlíð, Eyrarbakka, Stokkseyri, Ráðhúsi Ölfuss í Þorlákshöfn, Skálholtskirkju og Hveragerðiskirkju. Umsjónarmaður og höfundur handrits er Andrés Indriðason en hann annaðist jafnframt dagskrárgerð ásamt Valgerði Ingimarsdóttur.

■ **RÚV, KL. 23.20**

Þetta vissum við ekki um ...

Juliu Roberts

- Hún afþakkaði aðalhlutverkið í myndinni Shakespeare in Love.
- Hún breytti nafni sínu í Julia úr Julie þegar hún sótti um stéttarfélagsskírteini og það var til önnur leikkona sem hét Julie Roberts.
- Hún var með leikaranum Matthew Perry úr Friends og var eitt sinn trúlofuð Íslandsvininum Kiefer Sutherland.
- Hún spilaði eitt sinn á klarinett í hljómsveit.
- Faðir Juliu dó úr krabbameini þegar hún var tíu ára.
- Hún liggur á bakinu þegar hún er förðuð fyrir kvikmyndir, henni finnst það gefa henni afslappað útlit.
- Hún er launahæsta leikkona í kvikmyndasögunni.
- Á People's Choice Awards árið 2002 viðurkenndi hún að vera mikill aðdáandi sápuóperunnar Days of Our Lives og fékk að sitja sem næst leikurunum.
- Hún hafði aldrei leikið í framhaldsmynd fyrr en hún lék í framhaldsmyndinni Ocean's Twelve.
- Julia Roberts er örvhent en þurfti að læra að skrifa með hægri hendinni fyrir hlutverk sitt í myndinni Erin Brockovich.

■ **STÖÐ 2 BÍÓ, MONA LISA SMILE, KL. 20.15**

HVAÐ ER Í KASSANUM...

...hjá Jóni Gnarr?

Uppáhaldssjónvarpsþáttur?
Ég horfi lítið á sjónvarp. En ég horfi mikið á Discvovery Channel, aðallega þá MythBusters. Mér finnst þó Simpsons-þættirnir skemmtilegir.
Hvað mætti sýna oftar?
Það mætti sýna meira af leiknu íslensku sjónvarpsefni. Okkur er boðið upp á tómt hismi í formi íslenskrar dagskrárgerðar.
Hvað má missa sín?
Það má minnka fréttirnir, það er hvort sem er aldrei neitt í fréttum.
Fyrsta sjónvarpsminningin?
Þegar ég horfði á kafbátaþáttinn hjá Söllu frænku í Kanasjónvarpinu. Ég man líka eftir því að ég horfði á þáttinn Að Hæðargarði og þar hétu allir nöfnum eftir persónum úr Njálu, t.d. Kjartan. Meiri að segja þá fannst mér það hallærislegt.
Eftirminnilegasta atriði í sjónvarpsþætti?
Þegar Bobby kom úr sturtunni í Dallas eftir að hafa verið dáin heillengi og líka þegar leikkonan sem lék Miss Elly gat ekki leikið hana, þá kom bara allt önnur leikkona á skjáinn og enginn gerði athugasemd við það
Uppáhaldssjónvarpsstjarnan?
Það er hún Oprah Winfrey.

TT námskeið

Ertu á aldursbilinu 16 til 30?

Viltu ná kjörþyngd?

TÆKI OG TÍMAR:

- *líkamsrækt við skemmtilega tónlist*
- *leiðbeiningar um mataræði*
- *fundir, aðhald, vigtun og mælingar*
- *leiðbeiningar um húðhirðu og förðun*

KVÖLDTÍMAR

Um er að ræða 8 vikna námskeið, 3x90 mín. í viku.

Við búum yfir traustri þekkingu og reynslu, hjá okkur ríkir notalegt andrúmsloft og við gætum fyllsta trúnaðar.

Taktu þér tak!

Stundatafla TT-3 og TT-4

Kl	Mán	Þri	Mi	Fim	Fös
17:30					TT-3
18:40					TT-4
19:20	TT-3				
20:15	TT-3	TT-4	TT-3	TT-4	
21:10		TT-4	TT-3	TT-4	

TT-3 - 16-20 ára
TT-4 - 21-30 ára

Vertu velkomin í okkar hóp!

Hafðu samband! **Skráning hafin á janúarnámskeið**

www.jsb.is
sími 581 3730

DANSRÆKT JSB
leggur línurnar

Lágmúla 9 • 108 Reykjavík
Sími 581 3730 • Bréfsími 581 3732

EFLIR almannatengsl / HNOTSKÓGUR grafísk hönnun

EKKI MISSA AF ...

ANIMAL PLANET KL. 19.00

Animal Icons

Í þættinum í kvöld verður farið ofan í kjölinn á verum í Star Wars. Ewoks, Wookie, Jabba the Hutt eru partur af þessum dýragarði sem lifnar við þegar dýrafræðingar og sjaldgæf skot mynd-skreyta raunverulegt líf þessara tilbúnu dýra.

BBC PRIME KL. 20.50

BBC Proms 2005

The 2005 BBC Proms nær hámarki með hefðbundna þættinum Last Night of the Proms frá Royal Albert Hall í London. Aldarafmæli Henry Wood's Sea-Sons sér fyrir sjómannaþema meðan gítargoðsögnin John Williams spilar „Rodrigo" í tónlistarveislunni meðan áhorfendurnir í Proms in the Park fagna um allt land.

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL
Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT
12.00 All sports: WATTS **12.30** Figure Skating: Oberstdorf Germany **14.30** Ski Jumping: World Cup Garmisch Partenkirchen **16.00** Football: Football World Cup Season Legends **17.00** Snooker: Snooker Hall of Frame **18.00** Ski Jumping: World Cup Garmisch Partenkirchen **19.30** TNA Wrestling: USA **20.00** TNA Wrestling: USA **20.30** TNA Wrestling: USA **21.00** TNA Wrestling: USA **21.30** Rally: Rally Raid Dakar **22.00** All sports: WATTS **22.30** All sports: WATTS **23.00** All sports: WATTS **23.30** All sports: WATTS **0.00** Rally: Rally Raid Dakar **0.30** Football: Goooooal !

BBC PRIME
13.00 Doctors **13.30** Doctors **14.00** Doctors **14.30** Doctors **14.55** Yes Minister **15.55** Keeping up Appearances **16.55** The Weakest Link **17.40** Strictly Come Dancing **18.35** Wallace and Gromit: A Grand Day Out **19.00** Casualty **19.50** The Divine Michelangelo **20.50** BBC Proms 2005 **22.00** BBC Proms 2005 **23.30** Eddie Izzard **0.00** Meet the Ancestors **1.00** The Private Life of a Masterpiece **2.00** Discovering Science

NATIONAL GEOGRAPHIC
12.00 Megastructures **13.00** Megastructures **14.00** The Day James Dean Died **15.00** Unlocking da Vinci's Code **16.00** Year in Review **17.00** Demolition Squad **17.30** Demolition Squad **18.00** Demolition Squad **18.30** Demolition Squad **19.00** Demolition Squad **19.30** Demolition Squad **20.00** Most Amazing Moments **21.00** Most Amazing Moments **22.00** Year in Review **23.00** Most Amazing Moments **0.00** Most Amazing Moments **1.00** Year in Review

ANIMAL PLANET
12.00 Miami Animal Police **13.00** Ferocious Crocs **14.00** Killer Crocs of Costa Rica **15.00** Monkey Business **15.30** Animals A-Z **16.00** Living with Wolves **17.00** Living with Wolves **18.00** The Planet's Funniest Animals **18.30** The Planet's Funniest Animals **19.00** Animal Icons **20.00** Killer Whales **21.00** Killer Elephants **22.00** Ferocious Crocs **23.00** Killer Crocs of Costa Rica **0.00** The Planet's Funniest Animals **0.30** The Planet's Funniest Animals **1.00** Living with Wolves **2.00** Living with Wolves

DISCOVERY
12.05 The Greatest Ever **13.00** Science of Star Wars **14.00** Science of Star Wars **15.00** Science of Star Wars **16.00** Reel Race **17.00** Ice Hotel **18.00** Extreme Engineering **19.00** Tsunami **20.00** Krakatoa **22.00** FBI Files **23.00** FBI Files **0.00** Forensic Detectives **1.00** Forensic Detectives **2.00** Science of Star Wars

MTV
10.00 Top 100 of 2005 Music Mix **15.00** TRL **16.00** Dismissed **16.30** Just See MTV **17.30** The Trip **18.00** European Top 20 **19.00** The Fabulous Life of **19.30** Cribs **20.00** Viva La Bam **20.30** Pimp My Ride **21.00** New Year's Eve Music Mix 2005

VH1
12.00 Smells Like the 90s **12.30** So 80s **13.00** Fabulous Life of **14.00** Fabulous Life of **15.00** Storytellers **16.00** VH1 All Access **17.00** VH1's Viewers Jukebox **18.00** Hogan Knows Best **18.30** Best Songs Ever **23.00** Viva la Disco **0.30** Flipside **1.00** Chill Out **1.30** VH1 Hits

CLUB
12.15 Sizzle **12.45** A Taste of Barbados **13.10** Simply Indian **13.40** Matchmaker **14.10** In Your Dreams **14.35** Saturday Morning Kitchen **15.00** Innertainment **15.25** Backyard Pleasures **15.50** Fantasy Open House **16.15** City Hospital **17.00** Yoga Zone **17.25** The Method **17.50** G-Girls **18.15** Girls Behaving Badly **18.40** Weddings **19.10** Weddings **19.40** Other People's Houses **20.30** Matchmaker **21.00** Cheaters **22.00** Cheaters **23.00** Sextacy **0.00** Women Talk **0.30** Sex Tips for Girls **1.00** Hollywood One on One **1.25** Hollywood One on One **1.55** G-Girls

E! ENTERTAINMENT
12.00 101 Sexiest Celebrity Bodies **13.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **14.00** R.E.M. When in Rome **14.30** Celebrity Soup **15.00** The E! True Hollywood Story **17.00** The E! True Hollywood Story **18.00** The Big, Bad & Best 2005 **19.00** Celebrity Soup **19.30** R.E.M. When in Rome **20.00** Miss World 2005 **22.00** E! News Weekend **23.00** The Big, Bad & Best 2005 **0.00** R.E.M. When in Rome **0.30** Wild On Tara **1.00** 50 Biggest Celebrity Break-Ups

CARTOON NETWORK
12.00 Cow and Chicken **12.30** Courage the Cowardly Dog **13.00** Ed, Edd n Eddy **13.30** Mucha Lucha! **14.00** Teenage Mutant Ninja Turtles **14.30** Duel Masters **15.00** Ozzy & Drix **15.30** Codename: Kids Next Door **16.00** Scooby-Doo **16.30** The Flintstones **17.00** Tom and Jerry **17.30** Looney Tunes **18.00** What's New Scooby-Doo? **18.30** Duck Dodgers in the 24 1/2 Century **19.00** Charlie Brown Specials **19.30** Tom and Jerry **20.00** The Flintstones **20.30** The Jetsons **20.45** The Jetsons **21.00** Droopy Master Detective **21.30** Scooby-Doo **22.00** Tom and Jerry **23.00** Dexter's Laboratory **23.30** The Powerpuff Girls **0.00** Johnny Bravo **0.30** Ed, Edd n Eddy **1.00** Skipper & Skeeto **2.00** Spaced Out

JETIX
12.05 Braceface **12.30** Ubos **12.55** Three Friends and Jerry II **13.10** Digimon II **13.35** Moville Mysteries **14.00** Super Robot Monkey Team Hyperforce Go! **14.25** Totally Spies **14.50** Pucca **15.00** Martin Mystery **15.30** A.T.O.M. Alpha teens on machines **16.00** Spider-Man **16.30** Totally Spies **5.00** Dennis

MGM
13.10 Fight For Life **14.50** The Winter People **16.30** Far North **18.00** Midnight Witness **19.30** Diggstown **21.05** Memories of Me **22.50** A Gathering of Old Men **0.20** Cutter's Way

TCM
20.00 Ice Station Zebra **22.20** Logan's Run **0.20** Mr Ricco **2.00** The King's Thief

HALLMARK
12.00 Winter Solstice **13.30** Mermaid **15.15** Riding The Bus With My Sister **17.00** Back To You And Me **18.30** King of Texas **20.00** Law & Order Vii **21.00** While I Was Gone **22.45** Henry VIII **0.30** Law & Order Vii **1.30** Henry VIII

BBC FOOD
12.00 Jancis Robinson's Wine Course **12.30** Grigson **13.00** Gary Rhodes **13.30** Tamasin's Weekends **14.00** The Occasional Cook **14.30** The Tanner Brothers **15.00** After Midnight **16.00** Floyd's Fjord Fiesta **16.30** Saturday Kitchen **17.00** Rick Stein's Seafood Lovers' Guide **17.30** Kitchen Takeover **18.00** Decoding Ferran Adria **19.00** Coxon's Sporting Feast **19.30** Just in Africa **20.00** Dinner Party Inspectors **20.30** Food Source Asia **21.00** Friends for Dinner **21.30** Dinner in a Box **22.00** Rachel's Favourite Food **22.30** Saturday Kitchen

DR1
12.10 Boogie Nytårsshow **13.10** Dragonheart – en ny begyndelse **14.30** Sigurds Bjcrnetime **15.00** Hurra for de blå husarer **16.35** Fcr Dronningens nytårstale **17.00** Dronningens Nytårstale **17.15** Efter Dronningens nytårstale **17.30** TV Avisen med vejret **18.00** Held og Lotto **18.05** Dame Edna på Buckingham Palace **19.05** Far til fire i byen **20.40** Godt Nytår Mr. Bean **21.05** Pigen og pressefotografen **22.40** 90 års fcdselsdagen **22.55** Årsskiftet 2005/2006 **23.00** Vær velkommen **23.10** Nytårsgudstjeneste **0.00** Musik og bcgetræer i 25 år **1.00** Musik og bcgetræer i 25 år **2.00** Boogie Nytårsshow

SV1
12.20 Mat/Tina **12.50** Din släktsaga **13.20** William och Mary **14.10** William och Mary **15.00** Riket – Stormaktstiden **16.00** Swingen anfaller **17.00** BoliBompa **17.01** Disneydags **18.00** Bert **18.30** Rapport **18.45** Grevinnan och betjänten **19.00** På spåret **20.00** Suki – lejonungen **21.30** Först & sist **22.20** Rapport **22.25** Tolvslaget **23.05** Mad Max 2 – The Road Warrior **0.40** Sändning från SVT24

Verdi Spumante:

Ódýrasta vínið í Vínbúðum

Ítalska freyðivínið Verdi er ódýrasta vínið sem fæst í Vínbúðum hérlendis. 750 ml flaska kostar 500 krónur. Vínið er fremur lágt í alkóhóli og því leggjast ofuráfeng-isskattarnir ekki eins þungt á það og mörg önnur vín. Hið lága alkóhólmagn gerir það jafnframt að verkum að vínið hentar við flest tækifæri og er sérstaklega góð-ur kostur í jólaboðum. Verdi er framleitt af fyrirtækinu Bosca sem hefur um langt árabil unnið að framleiðslu freyðivíns sem fellur að smekk og þörfum nútímans. Það sem gerði þennan drykk að veruleika er uppgötv-un R&D rannsóknarstofu Bosca á þeirri byltingar-kenndu aðferð að blanda víni og vínberjasöfum við malt og gerjaðar jurtategundir. Hægt er að ná verulega góðu og frísku bragði án þess að styrkleiki sé meira en 5% sem markaðurinn kallar á í dag.

Öll bragðbætt freyðivín hafa þann galla að geymast frekar illa eftir áfyllingu. Verdi Spumante heldur full-komnum frískleika í a.m.k. 36 mánuði. Sérstakur tappi án vírumbúða sem Bosca sérhannaði, gefur þó hinn klassíska smell freyðivíns þegar opnað er. Þegar hann er settur aftur í heldur hann þrýstingi á flöskunni og er því hægt að geyma hana til notkunar síðar. Vandinn við að geyma ferskt og freyðandi vín er þannig leystur.

Verð í Vínbúðum 500 kr. í 750 ml flöskum

SÓL 101

Tilboð 20 tíma opið kort 5.490.-

Gildir til 6. janúar.

NÝJAR PERUR

Sól 101 Sólbað Stofa **Aðalstræti 9** 101 Reykjavík **sími. 551 0256**

SÓL 101

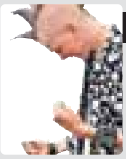
VERIÐ EKKI FÖL

ALLTAF GÓÐ TÓNLIST

SÆTAR STELPUR

BRÚNKA Í BEINNI

SÓLSTRANDAR STEMNING



HEIMILDAMYND
19.20
PÖNKIÐ OG FRÆBBBLARNIR

SJÓNVARPIÐ

MORGUN

8.00 Morgunstundin okkar **8.03** Skordýr í Sólarlaut (5:26) **8.27** Sammi brunavörður (26:26) **8.39** Hopp og hí Sessamí (35:52) **9.05** Disneystundin **9.06** Stjáni (30:52) **9.28** Sígildar teiknimyndir (16:42) **9.35** Līló og Stitch (54:65) **9.58** Matti morgunn (19:26) **10.10** Prinsessan í hörpunni **10.25** Latibær

DAGUR

13.00 Ávarp forseta Íslands, Ólafs Ragnars Grímssonar **13.40** Innlendar svipmyndir frá árinu 2005 **14.40** Erlendar svipmyndir frá árinu 2005 **15.30** Nýárstónleikar í Vínarborg **17.00** Leif Ove Andsnæs **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Stundin okkar **18.25** Elísa

KVÖLD

18.40 Danskeppnin Lísa og Magga voru einu sinni bestu vinkonur. Því eftir að Magga svindlaði í danskeppninni í fyrra og vann hafa þær ekki talast við. Myndin var tilnefnd til Edduverðlauna.

19.00 Fréttir, íþróttir og veður

19.20 Pönkið og Fræbbblarnir Heimildamynd eftir Markel þar sem rokkbálið sem kviknaði í kringum 1980 er sett í rokksögulegt samhengi. Upp úr lognmollu og grámyglu áranna á undan reis pönkið og gerði allt vitlaust.

20.40 Það gerist ekki betra (As Good as It Gets) Bandarísk gamanmynd frá 1997 um hremmingar sérviturs rithöfundar í New York. Honum er falið að gæta hunds fyrir nágranna sinn. Meðal leikenda eru Jack Nicholson, Helen Hunt og Greg Kinnear.

22.55 Talaðu við hana (Hable con ella) Spænsk bíómynd frá 2002 um tvo menn sem kynnast á meðan kærustur þeirra liggja í dauðadái. Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna.

NÓTT

0.45 Útvarpsfréttir í dagskrárlok

KVIKMYNDIR
19.45
DÍS

2

7.00 Oobi **7.10** Véla Villi **7.20** Könnuðurinn Dóra **7.45** Nornafélagið **8.10** Ginger segir frá **8.30** Stróri draumurinn **8.55** Yu Go Oh2 (43:49) **9.20** Nýja vonda nornin **9.45** The Fugitives **10.10** Merry Christmas Mr. Bean **10.35** Beautiful Girl

12.00 Hádegisfréttir **12.20** Stelpurnar (17:20) **13.00** Ávarp forseta íslands **13.20** Kryddsíld 2005 **15.10** Fréttaannáll 2005 **16.15** Meistarinn **17.05** The Haunted Mansion

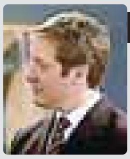
18.30 Fréttir, íþróttir og veður Fréttir, íþróttir og veður frá fréttastofu NFS í samtengdri og opinnidagskrá Stöðvar 2, NFS og Sirkuss.

18.50 Sving á NASA

19.45 Dís Íslensk kvikmynd frá 2004 sem byggð er á metsölubókinni Dís. Segir hún á gamansamanhátt frá ástum og örlögum Dísar, rótlausrar stúlku á þrítugsaldri sem býr í miðborg Reykjavíkur og er að fríka út á valkostunum. Með aðalhlutverk fara Álfrún Örnólfsdóttir, Ilmur Kristjánsdóttir, Þórunn Clausen og Árni Tryggvason, leikstjóri Silja Hauksdóttir og framleiðandi Baltasar Kormákur. Aðalhlutverk: Árni Tryggvason, Gunnar Hansson, Álfrún Helga Örnólfsdóttir, Ilmur Kristjánsdóttir og Þórunn Erna Clausen. Leikstjóri: Silja Hauksdóttir. Stöð 2 2004.

21.15 The Terminal (Flugstöðin) Kostuleg og vel leikin stórmynd eftir Steven Spielberg með Tom Hanks í aðalhlutverki. Myndin er lauslega byggð á sönnum atburðum og fjallar um Viktor Navorski, mann frá Austur-Evrópu, leikinn af Hanks, sem ferðast til Bandaríkjanna.

23.20 Gangs of New York (Stranglega bönnuð börnum) **2.00** Heroe's Mountain **3.40** Showtime (Bönnuð börnum) **5.15** Love and a Bullet (Stranglega bönnuð börnum) **6.40** Tónlistarmyndbönd frá Popp TíVí



DRAMA
21.30
BOSTON LEGAL

SKJÁREINN

14.00 Cheers – öll vikan (e) **16.00** House (e) **16.45** Once Upon a Crime **18.15** Judging Amy (e)

19.00 Stargate SG-1 (e)

20.00 Lítill heimur

21.00 Rock Star: INXS Í þættinum Rockstar er leitað að nýjum söngvara fyrir áströlsku rokksveitina INXS.

21.30 Boston Legal Í Boston Legal sjá áhorfendur heim laganna á nýjan hátt. Alan Shore er þess konar maður sem maður elskar að hata eða hatar að elska. Herkænska hans í réttarsalnum sér til þess að hann fær þá athygli og það umtal sem hann verðskuldar. Alan á í sérstöku vináttusambandi við Denny Crane sem er farinn að eldast og hættir til að gleyma. Hann lítur ekki á það sem vandamál og notar mátt sinn og megin til að afsanna það.

22.30 Rock Star: INXS

23.40 Sex and the City (e) **1.10** Cheers – 9. þáttaröð (e) **1.35** Óstöðvandi tónlist

LÍFSSTÍLL
21.20
FASHION TELEVISION

SIRKUS

16.00 Veggfóður **16.50** Summerland (5:13) **17.35** Friends 5 (21:23) (e) **18.00** Idol extra 2005/2006

18.30 Fréttir NFS

18.50 Girls Next Door (9:15) (Under The Covers)

19.20 Party at the Palms (6:12) Playboy-fyrirsætan Jenny McCarthy fer með áhorfendurna út á lífið í Las Vegas.

19.50 Ástarfleyið (11:11)

20.30 Laguna Beach (2:17) Önnur serían um krakkana á Laguna Beach.

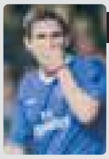
20.55 Fabulous Life of (7:20) (Fabulous Life of: Nelly) Í þessum frábæru þáttum er farið á bakvið tjöldin með þotuliðinu í Hollywood.

21.20 Fashion Television (9:34) Í þessum frægu þáttum færðu að sjá allt það heitasta og nýjasta í tískuheiminum í dag. Á síðustu tuttugu árum hefur enginn annar þáttur kynnt nýjustu tískuna jafnglæsilega og Fashion Television hefur gert. Hvort sem það eru nýjustu fötin, þotuliðið í salnum eða lætin á bakvið tjöldin, þá sérð þú það fyrst hér í Fashion Television og það á fremsta bekk.

21.45 Smallville (3:22) (Facade)

22.30 So You Think You Can Dance (12:12) Framleiðendur American Idol eru komnir hér með nýjan raunveruleikaþátt þar sem þeir leita að besta dansara Banaríkjanna.

23.20 Rescue Me (13:13)



ÍÞRÓTTIR
13.30
ERLENDUR ÍÞRÓTTAANNÁLL 2005

SÝN
besta sætið

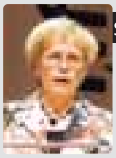
8.35 US PGA 2004 – PGA Tour Year In **9.30** Sýn 10 ára **11.30** Mótorsport 2005

12.30 Íþróttaannáll 2005 **13.30** Erlendur íþróttaannáll 2005 **14.30** Íþróttaárið 2005 **15.30** US PGA 2004 – Champions Tour Y **16.25** Gillette-sportpakkinn **16.55** Mastersmótið með Icelandair og Ian Rush **17.55** NFL-tilþrif **18.25** Amerískí fótboltinn

20.45 Presidents cup offical film (Presidents cup offical film 2005) Bandaríska golflandsliðið mætti úrvalsliði alþjóðlegra kylfinga í keppni um Forsetabikarinn 22.-25. september.

21.45 Ensku mörkin Mörkin og marktækifærin úr enska boltanum, næstefstu deild. Við eigum hér marga fulltrúa en okkar menn er að finna í liðum Leicester City, Leeds United, Reading, Plymouth Argyle og Stoke City, sem jafnframt er að meirihluta í eigu íslenskra fjárfesta.

22.15 NBA TV Daily 2005/2006 (Miami – L.A Lakers) Útsending frá NBA-deildinni. Leikurinn fór fram 25. desember 2005.



SPJALL

▶ 21.00

KRYDDSÍLD 2005

NFS

11.00 Fréttaljós

12.00 Hádegisfréttir/Fréttir/Íþróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar blaðanna **12.10** Kompás **13.00** Ávarp forseta Íslands **15.00** Kryddsíld 2005 **16.40** Ávarp forsætisráðherra 2005 **17.00** Fréttaannáll 2005 **18.05** Sri Lanka – ári eftir ósköpin

18.30 **Kvöldfréttir/Yfirlit frétta og veðurs**

18.55 **Fréttaannáll 2005** Samantekt fréttastofu NFS á helstu fréttaviðburðum ársins 2005.

20.00 **Frontline** (In Search of Al Qaeda) Bandarískur fréttaskýringaþáttur.

▶ **21.00** **Kryddsíld 2005** Árlegur áramótaþáttur, sem verður nú í fyrsta sinn í umsjá fréttastofu NFS. Leiðtogar helstu stjórnmálaflokka landsins staldra við á gamlársdag og vega og meta árið sem er að líða, bæði á alvarlegum og léttum nótum.

22.40 **Ávarp forseta Íslands**

STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 The Muppet Christmas Carol **8.00** World Traveler **10.00** A View From the Top **12.00** Race to Space **14.00** The Muppet Christmas Carol **16.00** World Traveler **18.00** A View From the Top

20.00 **The Hulk** (Jötunninn ógurlegi) Vísindamaðurinn Bruce Banner er náungi sem þú vilt ekki reita til reiði. Alltaf þegar Bruce missir stjórn á skapi sínu breytist hann í ógurlegt skrímsli. Betty Ross er sú eina sem fær tjónkað við vísindamanninn enda er hann bálskotinn í henni. Bönnuð börnum.

22.15 **Murder by Numbers** (Morðleikur) Lögreglukonan Cassie Mayweather og félagi hennar, Sam Kennedy, eru kölluð til þegar ung stúlka er myrt. Cassie er ýmsu vön en atburðir úr fortíðinni gera henni erfitt fyrir við rannsókn málsins. Grunur beinist að tveimur námsmönnum sem koma frá góðum heimilum. Stranglega bönnuð börnum.

0.15 Phone Booth (Stranglega bönnuð börnum) **2.00** Unfaithful (Stranglega bönnuð börnum) **4.00** Murder by Numbers (Stranglega bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

12.00 Aston Villa – Arsenal frá 31.12 **14.00** Tottenham – Newcastle fra 31.12 **16.00** Liverpool – W.B.A. frá 31.12 **18.00** Middlesbrough – Man. City frá 31.12

20.00 **Sunderland – Everton frá 31.12** Leikur sem fram fór í gærdag.

22.00 **Portsmouth – Fulham frá 31.12** Leikur sem fram fór í gærdag.

0.00 Wigan – Blackburn frá 31.12 **2.00** Dagskrárlok

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

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

...Fleiri stöðvar á næstu opnum »»

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Leif Ove Andsnæs

Norski píanóleikarinn Leif Ove Andsnæs er í fremstu röð ungra tónlistarmanna um þessar mundir og honum hefur verið lýst sem músíkalskasta píanóleikara sinnar kynslóðar. Tónlistaráhugi Andsnæs kviknaði snemma. Fjögurra ára var hann byrjaður að læra á píanó og þegar hann var fimmtán ára hafði hann leikið flestar sónötur Beethovens og Mozarts. Í þessari bresku mynd ræðir sjónvarpsmaðurinn og rithöfundurinn Melvyn Bragg við Andsnæs, auk þess sem honum er fylgt til heimaborgar sinnar, Björgvinjar, þar sem hann leikur verk Griegs á píanó tónskáldsins. Þá er sýnt frá æfingum hans með Sinfóníuhljómsveit Lundúna og frá tónleikum hans með Fílharmóníusveit St. Pétursborgar þar sem hann lék píanókonsert númer þrjú eftir Rachmaninov.

■ **RÚV, KL. 17.00**

Pönkið og Fræbbblarnir

Pönkið og Fræbbblarnir er heimildarmynd eftir Markel. Árið 1978 var ekkert net, enginn bjór, endalaust diskó – eitthvað hlaut að gerast Og þá kom pönkið. Í myndinni er rokkbálið sem kviknaði í kringum 1980 sett í rokksögulegt samhengi. Upp úr lognmollunni og grámyglunni reis pönkið og gerði allt vitlaust. Pönkið og Fræbbblarnir varpar nýju ljósi á hinar myrku pönkaldir Íslands og er stútfull af áður óbirtu efni. Þar á meðal eru myndir frá fyrstu pönktónleikum Íslandssögunnar og áður óséð efni úr Rokk í Reykjavík. Þessi frábæra heimildarmynd um upphaf íslenska pönksins hefur verið lofuð hvarvetna af gagnrýnendum og þeir sem láta sig íslenskt tónlistarlíf einhverju varða láta hana ekki fram hjá sér fara. Meðal viðmælenda eru Helgi Briem líffræðingur, Valgarður Guðjónsson kerfisfræðingur, Stefán Karl Guðjónsson sagnfræðingur, Arnór Snorrason skógfræðingur, dr. Gunnar Lárus Hjálmarsson rokkfræðingur, Einar Örn Benediktsson, Ámundi Sigurðsson, Jón Gnarr, Helga Möller, Ragnar Bjarnason, Steingrímur Eyfjörð Guðmundsson, Friðrik Álfur, Jens Guð rokkfræðingur, Ásgeir Tómasson, Hrafn Gunnlaugsson, Michael Dean Pollock og Friðrik Þór Friðriksson.

■ **RÚV, KL. 19.20**

Íþróttaannáll ársins 2005

Sá er siður góður og gildur að staldra við um áramót og rifja upp það helsta sem gerðist á árinu sem er að líða, þær fréttir og atburði sem lifa munu í minningunni þegar viðkomandi ár ber á góma í framtíðinni. Íþróttafréttamenn NFS og Sýnar hafa undanfarin ár haft sið þennan í heiðri og er engin undantekning þar á í ár. Að morgni gamlársdags verða sýndir bæði innlendur og erlendur íþróttaannáll þar sem farið verður yfir það markverðasta í íþróttaheiminum heima og heiman árið 2005 og verður það endursýnt í dag. Farið verður hratt og létt yfir sögu; stiklað á stóru og helstu sigrar og afrek tínduð, Íslands- og bikartitlar, met og merkilegir áfangar. Eins og þeim einum er lagið íþróttafréttamönnum og tæknimönnum íþróttadeildar þá er glettnin aldrei langt undan og því má búast við vænum skammti frá Birgi Þór Birgissyni ,sem að þessu sinni hefur veg og vanda af samsetningu annálanna af því sem ekki fór alveg á þann veg íþrótta- og afreksfólk hafði áformað og undirbúið. Síðar um daginn mun svo Guðjón Guðmundsson íþróttafréttamaður fá til sín góða gesti í myndver og ræða við þá vítt og breitt um íþróttaárið og það sem þeim þótti standa upp úr.

■ **SÝN, INNLENDUR ÍÞRÓTTAANNÁLL 2005, KL. 10.30**

■ **SÝN, KL. 11.30 ERLENDUR ÍÞRÓTTAANNÁLL 2005**

■ **SÝN, KL. 15.30 ÍÞRÓTTAÁRIÐ 2005.**

Dísin hennar Silju

Nýársmynd Stöðvar 2 er íslensk

Nýársmynd Stöðvar 2 er ekki af verri endanum, því þar fer hin bráðskemmtilega og vinsæla íslenska kvikmynd Dís eftir Silju Hauksdóttur frá árinu 2004. Myndin er byggð á samnefndri metsöluskáldsögu eftir þær Silju, Birnu Önnu Björnsdóttur og Oddnýju Árnadóttur.

Segir sagan frá ungri konu sem býr í miðborg Reykjavíkur, er einhleyp og að feta sín fyrstu skref sem sjálfstæður einstaklingur. Flutt að heiman, farin að leigja með vinkonu sinni, notar hvert tækifæri sem henni gefst til að njóta lífsins og lyfta sér upp með vinum sínum og veltir sér þessi reiðinnar ósköp upp úr því hvað hún sé að gera við líf sitt og ekki bara það heldur líka hvað hún eigi að gera við líf sitt. Á hún að halda áfram að vera laus og liðug; gefa sér tíma til að finna sig og sína réttu fjöl eða hella sér út í „pakkann“ eins og allar vinkonurnar virðast vera að gera, ná sér í karl, kaupa íbúð, gifta sig, hlaða niður börnum og finna sér praktískan frama. Þegar stórt er spurt er gjarnan fátt um svör – sérstaklega þegar hin ráðþrota Dís er annars vegar.

Dís er leikin af hinni ungu og efnilegu Álfrúnu Örnólfsdóttur en með önnur stór hlutverk fara Ilmur Kristjánsdóttir, nýbakaður Edduverðlaunahafi úr Stelpunum, Gunnar Hansson, Árni Tryggvason og Þórunn Clausen. Framleiðandi myndarinnar er Baltasar Kormákur.

Myndin var tilnefnd til þriggja Edduverðlauna; Ilmur og Þórdís fyrir bestu leikframmistöðu í aukahlutverkum og myndin sjálf sem besta kvikmyndin í fullri lengd. Þá var Dís tilnefnd til kvikmyndaverðlauna Norðurlandaráðs fyrir árið 2005.

Dís var fyrsta kvikmynd Silju Hauksdóttur í fullri lengd. Hún vann sem aðstoðarleikstjóri við gerð myndar Baltasars Kormáks A Little Trip to Heaven sem frumsýnd var á annan jóladag og síðastliðið haust var frumsýnd ný heimildarmynd eftir Silju sem heitir Kórinn.

■ STÖÐ 2, DÍS, KL. 19.45

Sving á NASA með Bjarna Ara

Upptaka frá tónleikum sem Bjarni Arason hélt á NASA við Austurvöll í desember ásamt stórsveit en tilefnið var útkoma nýrrar plötu hans sem nefnist Sving.

Platan er í „big band“ stíl og kveðst Bjarni vera ákáflega ánægður með gripinn enda er þetta eitthvað sem hann hafi alltaf langað til að gera. Hann fékk til liðs við sig fjöldann allan af frábærum tónlistarmönnum til að spila ásamt þess tók hann upp trompetið góða. Upphaflega var hugmyndin hjá Bjarna að finna íslensk lög og útsetja þau yfir í sveiflustíl. Sum lögin eru nefnilega þannig að hægt er að bjóða upp á slíkar andlitsupplyftingar t.d. eins og lagið Ástar-óður sem Helgi Björns syngur með honum en síðan læddust nokkur erlend lög á plötuna sem eru í nánast upprunalegum útsetningum.

■ STÖÐ 2, KL. 18.50

Þetta vissum við ekki um Catherine Zeta-Jones

- Hún er þjálfuð sem dansari og söngvari.
- Faðir hennar var framkvæmdastjóri sælgætisverksmiðju.
- Hefðbundinn velskur kórsöngur var sunginn í brúðkaupi hennar og Michael Douglas.
- Hún var talsmaður T-Mobile árið 2003 og einnig talsmaður Elizabeth Arden förðunarfyrirtækisins.
- Sem barn fékk hún heiftarlegan vírus sem gerði það að verkum að hún átti erfitt með andardrátt. Hún gekkst undir aðgerð sem skildi eftir ör á hálsi hennar.
- Hún er ákafur aðdáandi söngleikja, sérstaklega Mary Poppins og Chitty Chitty Bang Bang.
- Framleiðslufyrirtæki hennar heitir Milkwood eftir leikritinu „Under Milk Wood“ eftir velska höfundinn Dylan Thomas, en þau eru bæði frá Swansea í Wales.
- Söngkonan Bonnie Tyler söng í brúðkaupi þeirr hjóna en þær eru frá sama svæði í Wales.
- Catherine og eiginmaður hennar, Michael Douglas, eiga sama afmælisdag.

■ STÖÐ 2, THE TERMINAL, KL. 21.15

Mest lesna tímaritið

Lestur á tímaritinu Birtu mælist langmestur af öllum tímaritum landsins, skv. fjölmiðlakönnun Gallup. Skemmtileg efnistök og öflug sjónvarpsdagskrá vinna saman við að skapa þessar miklu vinsældir. Ef þú vilt að fyrirtækið þitt sé sjáanlegt skaltu auglýsa þar sem birtan er mest og líklegast að flestir sjái auglýsinguna. **Komdu inn í Birtuna.**

birta

Auglýsingasími 550 5000

Birtu er dreift inn á 95.000 heimili á höfuðborgarsvæðinu, Suðurnesjum, Akureyri, Akranesi, Borgarnesi, Selfossi og Hveragerði.

* Samkvæmt fjölmiðlakönnun Gallup okt. 2005.

EKKI MISSA AF ...

BBC PRIME KL. 20.00

The Office Specials

Sérstakur Office-þáttur. Gareth er núna skrifstofustjórinn, Tim virðist vera á barmi örvæntingar og David Brent er búinn að sprengja offramboð peninga sinna með því að gefa út lag og lifir á því að selja hreinsunarvörur hús í hús.

ANIMAL PLANET KL. 21.00

Living with Wolves

Þessi glænýja heimildarmynd var gerð þegar hjónin Jim og Jamie Dutcher lifðu meðal úlfa í Idaho í sex ár. Fylgstu með þessari ótrúlegu heimildamynd þar sem dansað er með úlfum.

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL
Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT
12.00 All sports: WATTS **13.00** Football: Football World Cup Season Legends **14.00** Football: Football World Cup Season Legends **15.00** Ski Jumping: World Cup Garmisch Partenkirchen **16.45** Fight Sport: Fight Club **19.30** Football: Football World Cup Season Legends **20.30** Football: Football World Cup Season Legends **21.30** Rally: Rally Raid Dakar **22.00** Olympic Games: Mission to Torino **22.30** Ski Jumping: World Cup Garmisch Partenkirchen **0.00** Rally: Rally Raid Dakar

BBC PRIME
11.30 The Lost Prince **13.00** Classic EastEnders **13.30** Classic EastEnders **14.00** EastEnders **14.30** EastEnders **15.00** EastEnders **15.30** EastEnders **16.00** Search for Polar Bears **16.30** Antiques Roadshow: The Next Generation **17.30** Carrie's War **19.00** Changing Rooms Goes to Boscastle **20.00** The Office Specials **20.45** Passer By **22.25** Pyramid **23.25** Wildlife **0.00** The Promised Land **1.00** Battlefield Britain **2.00** Suenos World Spanish

NATIONAL GEOGRAPHIC
12.00 Inside the Britannic **13.00** Titanic's Ghosts **14.00** Return To Titanic **15.00** Raise the Titanic **17.30** Treasures of the Titanic **18.00** Inside the Britannic **19.00** Titanic's Ghosts **20.00** Return To Titanic **21.00** A Night to Remember **23.00** Return To Titanic **0.00** Titanic's Ghosts **1.00** Inside the Britannic

ANIMAL PLANET
12.00 Sharks – The Truth **13.00** Tall Blondes **14.00** Living with Wolves **15.00** Living with Wolves **16.00** Return of the Pandas **17.00** Tusks and Tattoos **18.00** Natural World **19.00** The Elephant's Empire **20.00** Jungle Orphans **21.00** Living with Wolves **22.00** Living with Wolves **23.00** Gorilla, Gorilla **0.00** Sharks – The Truth **1.00** Jungle Orphans **2.00** Tusks and Tattoos

DISCOVERY
12.00 American Chopper **13.00** American Chopper **14.00** American Chopper **15.00** American Chopper **16.00** American Chopper **17.00** American Chopper Special **18.00** Biker Build-Off **19.00** American Chopper Special **20.00** Mythbusters **21.00** Rebuilding a Race Car Legend **22.00** Extreme Crash Tests **23.00** Zero Hour **0.00** Rides **1.00** Reel Race **2.00** Mythbusters

MTV
15.00 TRL **16.00** Dismissed **16.30** Just See MTV **17.30** MTV Goal **18.00** World Chart Express **19.00** Dance Floor Chart **20.00** Switched On MTV **21.00** Top 10 at Ten **22.00** I Want a Famous Face **22.30** The Trip **23.00** MTV Live **0.00** Just See MTV

VH1
12.00 VH1 Weekly Album Chart **13.00** VH1 All Access **14.00** Fabulous Life of **15.00** Hip Hop Honours 2005 **17.00** Fabulous Life of **18.00** Blondie Music Mix **18.30** Hogan Knows Best **19.00** Hogan Knows Best **19.30** Hogan Knows Best **20.00** Hogan Knows Best **20.30** Hogan Knows Best **21.00** Hogan Knows Best **21.30** Storytellers **22.30** KT Tunstall Live **23.00** VH1 Weekly Album Chart **0.00** 50 Greatest Rock Feuds **1.00** When Metallica Ruled the World **2.00** VH1 Hits

CLUB
12.15 Hollywood One on One **12.45** Weddings **13.10** Staying in Style **13.40** Matchmaker **14.10** Design Challenge **14.35** Come! See! Buy! **15.00** In Your Dreams **15.25** Completely Hammered **15.50** E-Love **16.15** City Hospital **17.00** Yoga Zone **17.25** The Method **17.50** Crime Stories **18.40** G-Girls **19.10** Girls Behaving Badly **19.40** Other People's Houses **20.30** Staying in Style **21.00** Cheaters **22.00** My Messy Bedroom **22.30** Sex and the Settee **23.00** My Messy Bedroom **23.30** It's a Girl Thing **0.00** Power Food **0.30** The Villa **1.25** Weddings **1.50** Innertainment

E! ENTERTAINMENT
12.00 It's Good To Be **12.30** Celebrity Soup **13.00** The E! True Hollywood Story **15.00** The E! True Hollywood Story **17.00** E! Entertainment Specials **18.00** E! Entertainment Specials **19.00** Celebrity Soup **19.30** It's Good To Be **20.00** E! Entertainment Specials **21.00** Rich Kids: Cattle Drive **22.00** Girls of the Playboy Mansion **22.30** Girls of the Playboy Mansion **23.00** Wild On Tara **23.30** Party @ the Palms **0.00** Celebrity Soup **0.30** Wild On Tara **1.00** 101 Even Bigger Celebrity Oops! **2.00** 101 Even Bigger Celebrity Oops!

CARTOON NETWORK
12.43 Hoppuka: Nyttårshopprennet **14.40** Heldiggrisen Babe i byen **16.20** Åpen himmel **16.50** Sametingspresidentens nyttårstale **17.00** Emil i Lønneberget **17.30** Å hoppe høyest **18.00** Dagsrevyen **18.30** Statsministerens nyttårstale **18.50** Tord Gustavsen solo **18.55** Julenøtter **19.10** Godt musikkår **20.10** Herskapelig **20.40** Fire bryllup og en gravferd **22.35** Løsning julenøtter **22.40** Kveldsnytt **22.55** David – Michelangelos mesterverk **23.45** Verdens største havseilas: Volvo Ocean Race

JETIX
orce Go! **14.25** Totally Spies **14.50** Pucca **15.00** Martin Mystery **15.30** A.T.O.M. Alpha teens on machines **16.00** Spider-Man **16.30** Totally Spies

MGM
12.45 The Mechanic **14.25** A Family Thing **16.15** Miles from Home **18.00** Diggstown **19.35** She's Gotta Have It **21.00** Woman of Straw **22.55** The Spike Gang **0.30** The Betsy

TCM
20.00 Get Carter **21.55** The Dirty Dozen **0.40** Three Daring Daughters

HALLMARK
12.00 Winter Solstice **13.30** No Ordinary Baby **15.15** My Louisiana Sky **17.00** Out Of The Woods **18.30** Off Season **20.00** Law & Order Vii **20.45** Mitch Albom's 5 People You Meet In Heaven **23.00** Monster Makers **0.30** Law & Order Vii **1.30** Monster Makers

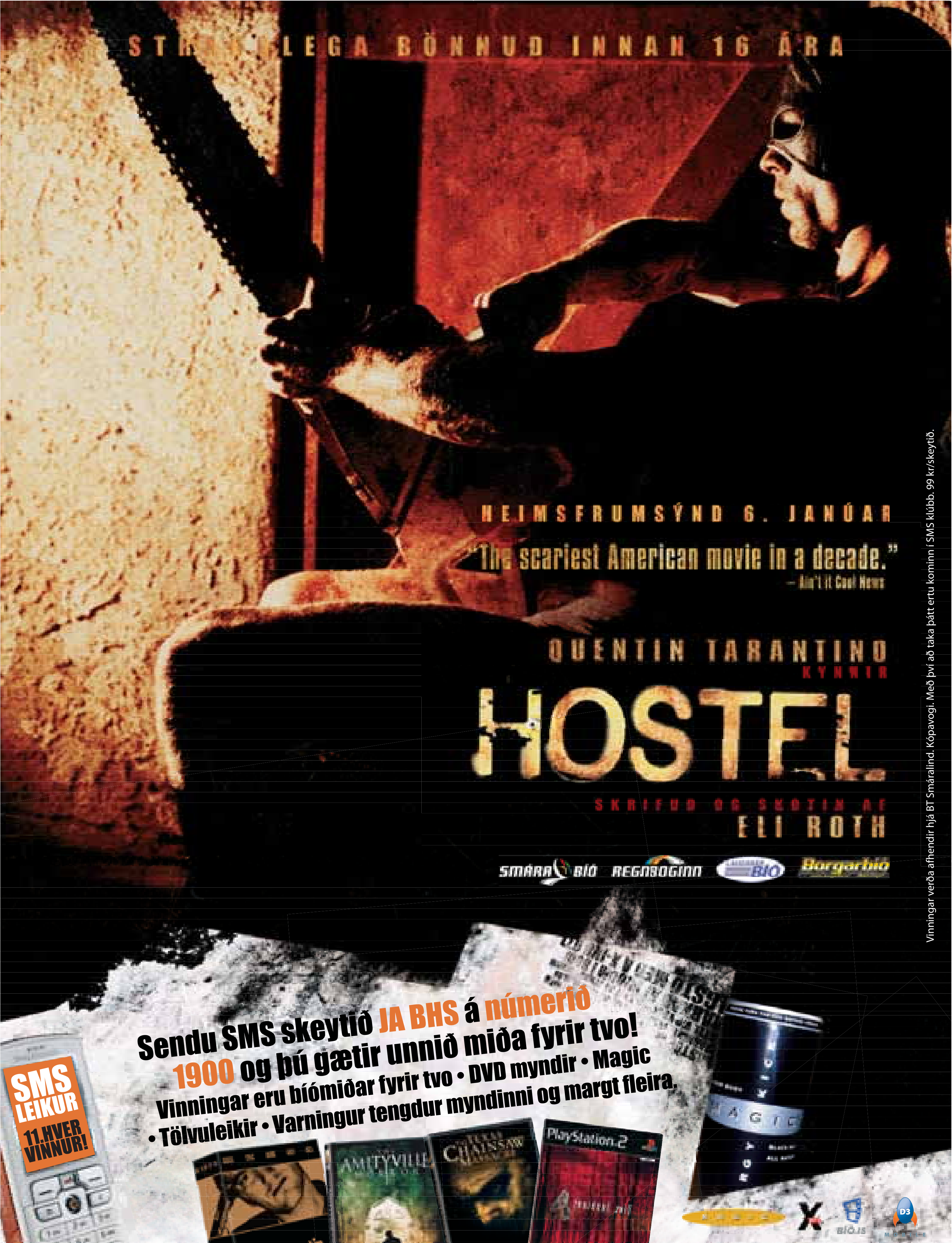
BBC FOOD
12.00 Decoding Ferran Adria **13.00** Coxon's Sporting Feast **13.30** Just in Africa **14.00** Dinner Party Inspectors **14.30** Food Source Asia **15.00** Friends for Dinner **15.30** Dinner in a Box **16.00** Rachel's Favourite Food **16.30** Saturday Kitchen **17.00** Tyler's Ultimate **17.30** Safari Chef **18.00** The Hairy Bikers Cookbook **19.00** John Cleese's Wine for the Confused **20.00** Big Kevin Little Kevin **20.30** The Tanner Brothers **21.00** The Cookworks **21.30** Made to Order **22.00** James Martin Sweet **22.30** Ready Steady Cook

DR1
12.40 Nytårsskihop **14.45** aHA **15.25** Beethovens Tredje **17.00** Kaj og Andrea **17.30** TV Avisen med Sport og Vejret **17.55** Huset på Christianshavn **18.15** Statsministerens nytårstale **18.30** Anders og Julius – for sidste gang **19.00** Krøniken **20.00** Rembrandt **21.45** Twister **23.35** Hunter: Lovens lange arm**11.40** Husker du... Julespecial **12.40** Året der gik **13.40** Året der gik **14.40** Fjerne tinder **15.35** Hvem ringer klokkerne for? **18.05** La Traviata – ifølge Kasper Bech Holten **18.10** La Traviata med Anna Netrebko **20.30** Smagsdommerne: Året der gik **21.30** Deadline **21.50** En gal en elsker eller en poet **23.10** Dolph & Wulff Nytårsshow **23.40** Den halve sandhed **0.10** Stormslag

SV1
12.50 Utgrävarna **13.20** William och Mary **14.10** William och Mary **15.00** På spåret **16.00** Citysigns 2000 **17.00** BoliBompa **17.01** Mysteriet med den främmande flickan **17.30** Astrids jul **18.30** Rapport **18.50** Kryp och andra djur **19.00** Stjärnorna på slottet **20.00** Kommissarie Lynley **21.30** Radiohjälpen hjälper i Swaziland **21.35** Story of 1 **22.35** Rapport **22.40** Örnen **23.40** Sändning från SVT24

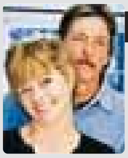
ÁSKRIFT: 515 6100 | WWW.STOD2.IS | SKÍFAN | OG VODAFONE

EINN VINSÆLASTI
GAMANÞÁTTUR Í BANDARÍKJUNUM
Entourage – föstudaga kl. 21:20



BÖNNUÐ INNAN 16 ÁRA
HEIMSFRUMSÝND 6. JANÚAR
"The scariest American movie in a decade."
— Ain't It Cool News
QUENTIN TARANTINO
KYNNIR
HOSTEL
SKRIFUÐ OG SKOTIN AF
ELI ROTH
SMÁRABÍÓ
REGNBOGINN
Borgarbíó
Sendu SMS skeytið JA BHS á númerið 1900 og þú gætir unnið miða fyrir tvo!
Vinningar eru bíómiðar fyrir tvo • DVD myndir • Magic • Tölvuleikir • Varningur tengdur myndinni og margt fleira.
SMS LEIKUR
11. HVER VINNUR!
AMITYVILLE
PlayStation 2
Vinningar verða afhendir hjá BT Smáralind. Kópavogi. Með því að taka þátt ertu kominn í SMS klúbb. 99 kr/skeytið.

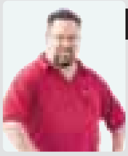
HEIMILDARMYND ▶ 20.45 KJARNAKONUR



RAUNVERULEIKI ▶ 20.30 WIFE SWAP 2

SPENNA ▶ 21.00 THE HANDLER

LÍFSSTÍLL ▶ 21.00 VEGGFÓÐUR



KEPPNI ▶ 21.00 STUMP THE SCHWAB

SJÓNVARPIÐ

DAGUR

16.00 Ensku mörkin **17.05** Leiðarljós **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Myndasafnið **18.01** Gurra grís (32:52) **18.06** Kóalabræður (47:52) **18.15** Fæturnir á Fanney (5:13)

KVÖLD

18.30 Váboði (10:13)
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.35 Kastljós
20.20 Átta einfaldar reglur (65:76) (8 Simple Rules)
▶ **20.45 Kjarnakonur** Heimildarmynd eftir Gísla Sigurgeirsson um tvær háaldraðar konur á Akureyri, Kristínu Ólafsdóttur og Jóhönnu Þóru Jónsdóttur. Gísli heimsótti þær fyrst í gamla húsið hennar Kristínar í Fjörunni á Akureyri þegar Jóhanna varð hundrað ára. Þá höfðu þær búið saman í 65 ár.
21.15 Karen og Adam – Heiðursdans
22.00 Tíufréttir
22.25 England væntir þess... (1:2) (England Expects) Atriði í myndinni eru ekki við hæfi barna.

NÓTT

23.25 Ensku mörkin **0.20** Kastljós **1.10** Dagskrárlok

STÖÐ 2

MORGUN

6.58 Ísland í bítið **9.00** Bold and the Beautiful **9.20** Í fínu formi 2005 **9.35** Oprah Winfrey **10.20** My Sweet Fat Valentina **11.05** Nánar auglýst síðar **11.35** Alf

DAGUR

12.00 Hádegisfréttir **12.25** Neighbours **12.50** Í fínu formi 2005 **13.05** Frank McKlusky, C.I. **14.35** Í sex skrefa fjarlægð... **15.35** Osbournes 3 (7:10) **16.00** Shoebox Zoo **16.25** Cubix **16.50** Skjaldbökurnar **17.15** Kýrin Kolla **17.25** Froskafjör **17.40** Bold and the Beautiful **18.05** Neighbours

KVÖLD

18.30 Fréttir, íþróttir og veður
19.00 Ísland í dag
19.35 The Simpsons (12:22)
20.00 Strákarnir
▶ **20.30 Wife Swap 2 (12:12)** (Vistaskipti 2) (Cedarquist & Oeth) Heimavinnandi húsmóðir sem uppástendur að kenna börnum heima og býr í trékofa skiptir á heimili og fjölskyldu við farsæla útivinnandi kaupsýslukonu með próf frá Harvard-háskóla.
21.15 You Are What You Eat 3 (11:17)
21.40 Six Feet Under (9:12) Bönnuð börnum.
22.30 ABC Special – Teri Hatcher
22.50 Ocean's Eleven Spennumynd á léttum nótum. Bönnuð börnum.

NÓTT

0.45 Foyle's War 3 (B. börnum) **2.25** Six Feet Under **3.15** Deadwood **4.10** Wife Swap 2 **4.55** The Simpsons **5.20** Fréttir og Ísland í dag **6.25** Tónlistarmyndbönd frá Popp TíVí

SKJÁREINN

DAGUR

12.40 West Ham – Chelsea (b) **17.55** Cheers – 9. þáttaröð **18.20** Popppunktur (e)

KVÖLD

19.20 Fasteignasjónvarpið
19.30 Allt í drasli (e)
20.00 The O.C.
▶ **21.00 The Handler** Joe biður fyrrum yfirmann sinn um aðstoð þegar tveir af mönnum hans hverfa meðan á hættulegu verkefni stendur. Heather sér um vitni sem heldur að einhver elti sig.
22.00 C.S.I. Bandarískir þættir um störf rannsóknardeildar Las Vegas-borgar. Íslandsvinurinn Quentin Tarantino skrifar og leikstýrir þessum þætti.
22.50 Sex and the City – 3. þáttaröð Aiden biður Carrie að koma með sér að hitta fjölskylduna sína en henni finnst það of mikið of fljótt og ákveður að fara ekki með honum.

NÓTT

23.20 Jay Leno **0.05** Boston Legal (e) **0.50** Cheers – 9. þáttaröð (e) **1.15** Fasteignasjónvarpið (e) **1.25** Óstöðvandi tónlist

SIRKUS

KVÖLD

18.30 Fréttir NFS
19.00 Summerland (5:13)
20.00 Friends 5 (22:23)
20.30 Fashion Television (10:34)
▶ **21.00 Veggfóður** Hönnunar og lífstíls þátturinn Veggfóður sem er undir stjórn arkitektsins og sjónvarpskonunar vinsælu Völu Matt og sjónvarpsmannsins HálfdánsSteinþórssonar. Í þættinum er lögð áhersla á innlit til fólks og umfjöllun um hönnun og arkitektúr, ásamt því að lífsstíll ýmissa þekktra Íslendinga verður í hávegum hafður. Einnig munu þau Vala og Hálfdán leggja land undir fót og heimsækja Íslendinga í útlöndum.
22.00 Summerland (6:13)
22.45 Smallville (3:22)

NÓTT

23.30 Friends 5 (22:23) (e) **23.55** The Newlyweds (21:30)

SÝN besta sætið

DAGUR

18.00 Íþróttaspjallið **18.12** Sportið

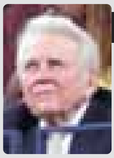
KVÖLD

18.30 Ameríski fótboltinn (NFL 05/06) Útsending frá NFL deildinni.
20.30 Ensku mörkin Mörkin og marktækifærin úr enska boltanum, næstefstu deild.
▶ **21.00 Stump the Schwab** (Veistu svarið?) Stórskemmtilegur spurningaþáttur þar sem íþróttaáhugamenn láta ljós sitt skína.
21.30 Íþróttaannáll 2005 Íþróttaárið 2005 á Íslandi. Farið verður í gegnum Rifjað verður upp öllhelstu atvikin á íslenska íþróttaárinu 2005.
22.30 England – Argentína

ÁSKRIFT: 515 6100 | WWW.STOD2.IS | SKÍFAN | OG VODAFONE

TRÚIR ÞÚ Á DRAUGASÖGUR?

Most Haunted – mánudaga kl. 22:25



FRÉTTIR

▶ 21.10

60 MINUTES

NFS

7.00 Ísland í bítið **9.00** Fréttavaktin fyrir hádegi **12.00** Hádegisfréttir/Markaðurinn/Íþróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegisfréttaviðtal **13.00** Íþróttir/lífsstíll

13.10 Íþróttir – í umsjá Þors **13.10** Íþróttir – í umsjá Þorsteins Gunnarssonar. **14.00** Hrafnaþing/Miklabraut **15.00** Fréttavaktin eftir hádegi **18.00** Kvöldfréttir/Fréttayfirlit/Ítarlegar veðurfréttir/Íþróttafréttir/Kvöldfréttir NFS/Ísland í dag/Yfirlit frétta og veðurs

20.00 Fréttir
20.10 Silfur Egils
21.00 Fréttir
▶ **21.10 60 Minutes** Framúrskarandi fréttaþáttur sem vitnað er í.
22.00 Fréttir
22.30 Hrafnaþing/Miklabraut Hrafnaþing þriðjudaga, fimmtudaga og föstudaga í umsjá Ingva Hrafns Jónssonar og Miklabraut mánudaga og miðvikudaga í umsjá Sigurðar G. Tómassonar.

23.15 Kvöldfréttir/Fréttayfirlit/Ítarlegar veðurfréttir/Íþróttafréttir/Kvöldfréttir NFS/Ísland í dag/Yfirlit frétta og verðurs. **0.15** Fréttavaktin fyrir hádegi **3.15** Fréttavaktin eftir hádegi **6.15** Hrafnaþing/Miklabraut

STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 Daredevil (Bönnuð börnum) **8.00** Looney Tunes: Back in Action **10.00** Big **12.00** Eloise at Christmastime **14.00** Looney Tunes: Back in Action **16.00** Big **18.00** Eloise at Christmastime

20.00 Daredevil (Ofurhuginn) Matt Murdock átti erfiða æsku en hann er nú fullorðinn og hefur spjarað sig vel. Bönnuð börnum.

22.00 Star Trek: Nemesis (Star Trek: Vélráð) Kafteinninn Jean-LucPicard og félagar hans í Enterprise-geimskipinu eru enn á ferðinni. Bönnuð börnum.

0.00 Collateral Damage (Stranglega bönnuð börnum) **2.00** Kalifornia (Stranglega bönnuð börnum) **4.00** Star Trek: Nemesis (Bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

12.35 West Ham – Chelsea (b)
14.50 Bolton – Liverpool (b)
18.00 Þrumuskot

19.00 West Ham – Chelsea Leikur frá því fyrr í dag.

21.00 Everton – Charlton Leikur frá því fyrr í dag.

23.00 Þrumuskot (e) **0.00** W.B.A. – Aston Villa **2.00** Dagskrárlok

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

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

...Fleiri stöðvar á næstu opnum »»

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Kjarnakonur

Kjarnakonur er mynd sem Gísli Sigurgeirsson fréttamaður á Akureyri hefur gert um heiðurskonurnar Kristínu Ólafsdóttur og Jóhönnu Þóru Jónsdóttur. Hann heimsótti þær fyrst í gamla húsið hennar Kristínar í Fjörunni á Akureyri þegar Jóhanna varð hundrað ára. Þá höfðu þær búið saman í 65 ár. Árið eftir varð Kristín hundrað ára, en það er einstakt að tvær konur með öld að baki geti búið sjálfstætt og séð að mestu um sig sjálfar. Þær höfðu til mat og kaffi, bökuðu og þvoðu þvotta. Þessar hvunndagshetjur voru léttar í lundu og höfðu ákveðnar skoðanir á samfélaginu, ekki síst hvernig búið er að öldruðum. Elliheimilin voru ekki hátt skrifuð í þeirra huga, þótt þau væru mikilvæg þegar annar kostur væri ekki í boði.

■ **RÚV, KL. 20.45**

Karen og Adam – Heiðursdans

Hjónin Karen Björk Björgvinsdóttir og Ástralinn Adam Reeve hafa á undanförnum árum heillað dansunnendur um allan heim með listfengi sínu. Þau slógu í gegn árið 2003 þegar þau urðu heimsmeistarar í tíu dönsum. Áður höfðu Adam og Karen bæði hampað Evrópumeistaratitli og unnið ástralska meistaramótið oftar en einu sinni. Leiðir þeirra lágu saman í Lundúnum þegar Karen steig sín fyrstu skref á alþjóðavettvangi sextán ára gömul. Hjónin hafa verið óaðskiljanleg síðan. Í blíðu og stríðu dansa þau saman í gegnum lífið á sífelldu ferðalagi heimsálfa á milli til að keppa, kenna og sýna. Við fáum innsýn í líf dansara á heimsmælikvarða. Það er svo sannarlega ekki bara dans á rósum heldur kostar blóð svita og tár að vera í fremstu röð. Í þættinum dansa Karen og Adam við mjög óvenjulegar og erfiðar aðstæður við Garðskagavita, um miðja Jónsmessunótt í mögnuðu sjónarspili ljóss og lita sólar. Umsjónarmaður er Björn Friðrik Brynjólfsson og um dagskrárgerð sér Gunnlaugur Þór Pálsson.

■ **RÚV, KL. 21.15**

Lokaþáttur Wife Swap

Nú er þáttaröðin, Vistaskipti eða Wife Swap, á enda. Fólk sem er orðið leitt á karlinum og jafnvel krökkunum líka og haldi að konan í næsta húsi hafi það miklu betra en það sjálft þarf að bíða eftir ráðum úr næstu seríu. Sjálfsagt hefur þessari hugsun skotið upp hjá mörgum eiginkonum. Í þessum ótrúlega myndaflokki er fylgst með konum sem stíga skrefið til fulls og skipast á eiginmönnum og börnum í tiltekinn tíma. Tvær fjölskyldur koma við sögu í hverjum þætti. Fyrstu dagana verður nýja konan á heimilinu að gera allt eins og gamla konan var vön að gera en síðan snýst dæmið við. Þá verða eiginmaðurinn og börnin að læra nýja siði og meðtaka þær aðferðir sem nýja konan innleiðir. Rétt er að taka fram að hjónarúmið er undanþegið í þessum makaskiptum. Í þættinum í kvöld skiptir heimavinnandi húsmóðir sem kennir börnunum heima og býr í trékofa við farsæla fjölskyldu, útivinnandi kaupsýslukonu með próf frá Harvard-háskóla.

STÖÐ 2, KL. 20.30

Teri Hatcher situr fyrir svörum

Sérstakur viðtalsþáttur ABC-sjónvarpsstöðvarinnar þar sem leikkonan Teri Hatcher situr fyrir svörum. Hatcher er um þessar mundir ein vinsælasta leikkonan í Hollywood en hún fer með eitt af helstu hlutverkunum í sjónvarpsþáttunum vinsælu Desperate Housewives (Aðþrengdar eiginkonur). Hatcher var fyrst kunn er hún lék blaðakonuna Lois Lane í sjónvarpsþáttunum Lois & Clark sem fjallaði um ný ævintýri Ofurmennisins. Eftir að framleiðslu á þeim vinsælu þáttum var hætt sneri Hatcher sér að leikhúsinu og lék meðal annars við góðan orðstír í hinu margfræga verki Píkusögum. Í tengslum við þá uppfærslu sótti hún Ísland heim árið 2002 í tilefni af fyrsta V-deginum hér á landi.

STÖÐ 2, KL. 22.30

Þetta vissum við ekki um Ben Affleck

- Hann er mjög góður vinur og stamstarfsfélagi leikarans Matt Damon. Þeir félagarnir seldu handritið að Good Will Hunting fyrir $600,000.
- Hann á ekta Ms. Pac-Man og Millipede leikina.
- Þegar hann var lítill bað hana mömmu sína um hund, hún prófaði hann með því að láta hann ganga með ímyndaðan hund. Ben entist þó aðeins í fimm daga og fékk því ekki að fá alvöru hund.
- Hann hætti í University of Vermont eftir eina önn.
- Hann á fimm mótorhjól.
- Móðir hans var írsk en faðir hans var skoskur.
- Af fúsum og fjálsum vilja skráði hann sig inn á Promises-endurhæfingarstöðina í Malibu vegna áfengismisnotkunar.
- Þegar hann var að vaxa úr grasi, var uppáhaldshetjan hans Daredevil. Hann fékk að leika hetjuna í samnefndri mynd árið 2003.
- Hann er með Boston Celtics-merkið málað á körfuboltavöllinn sem er í garðinum hans.
- Hann lærði að tala arabísku en talaði áður spænsku og frönsku.

STÖÐ 2 BÍÓ, DAREDEVIL, KL. 20:00

vísir

VEF TV

HLJÓÐNEMINN SEM IDOL STJÖRNURNAR HRÆÐAST!

Það er bara á VefTV sem þú finnur viðtöl við Idol keppendurna sem fá þig til að svitna! Sjáðu tilvonandi stjörnur uppgötva að hljóðneminn getur verið grimmur og frægðin er enginn dans á rósum. Idol X-Stream viðtölin sem ekki mátti sýna í sjónvarpi eru bara á visir.is.

Idol X stream

EKKI MISSA AF ...

The Andy Milonakis show

Þátturinn The Andy Milonakis Show er um brjálaðan heim Andy Milonakis. Hann tekur upp heimskulega og veruleikafirrta hrekki sem undirstika það hversu klikkaður hann er. Hann framkvæmir alls kyns skopatriði í íbúðinni sinni, talar við fólk í hverfinu sínu og kynnir okkur fyrir vinum sínum og nágrönnum.

Switched on

Glænýr og sjóðheitur þáttur sem fjallar um partí, flottustu barina og skemmtistaðina, nýjustu kvikmyndafrumsýningarnar og eftirsóttustu fatalínurnar í Evrópu. Stjórnandi þáttarins, Jason, mun einbeita sér að einu landi í hverjum þætti.

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL

Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS

Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT

12.30 Tennis: ATP Tournament Doha Qatar **14.15** All sports: WATTS **14.30** Tennis: ATP Tournament Doha Qatar **16.15** Football: Football World Cup Season News **16.30** Football: Football World Cup Season Legends **17.30** Football: Football World Cup Season Journeys **17.45** All Sports: Daring Girls **18.00** All sports: WATTS **18.30** Sumo: Kyushu Basho Japan **19.30** Fight Sport: Fight Club **21.30** Rally: Rally Raid Dakar **22.00** Football: Football World Cup Season News **22.15** Football: Football World Cup Season Legends **23.15** Football: Football World Cup Season Journeys **23.30** Rally: Rally Raid Dakar **0.00** Olympic Games: Mission to Torino

BBC PRIME

13.00 Monarch of the Glen **14.00** Balamory **14.20** Andy Pandy **14.25** Tweenies **14.45** Fimbles **15.05** Tikkabilla **15.35** Intergalactic Kitchen **16.00** Home From Home **16.30** Ready Steady Cook **17.15** The Weakest Link **18.00** Doctors **18.30** EastEnders **19.00** Ground Force Garden for Africa **20.00** The Office Specials **20.50** New Tricks **22.20** Absolutely Fabulous **23.15** Popcorn **0.00** The Human Mind **1.00** Hidden Treasure **1.30** Hidden Treasure **2.00** Brain and Behavio

NATIONAL GEOGRAPHIC

12.00 San Francisco Earthquake **13.00** Tsunami – The Day the Wave Struck **14.00** Hurricane Floyd **15.00** The Super Twisters **16.00** Hurricane Hunters **17.00** Eruption At Pinatubo **18.00** Katrina – Unnatural Disaster **19.00** Hunter Hunted **20.00** Hunter Hunted **21.00** Hunter Hunted **22.00** Hunter Hunted **23.00** Hunter Hunted **0.00** Hunter Hunted **1.00** Hunter Hunted

ANIMAL PLANET

12.00 Amazing Animal Videos **12.30** Monkey Business **13.00** Big Cat Diary **13.30** The Snake Buster **14.00** The Planet's Funniest Animals **14.30** The Planet's Funniest Animals **15.00** Animal Precinct **16.00** Pet Rescue **16.30** Wildlife SOS **17.00** Amazing Animal Videos **17.30** The Planet's Funniest Animals **18.00** The Snake Buster **18.30** Monkey Business **19.00** Predator's Prey **19.30** Big Cat Diary **20.00** The Life of Birds **21.00** Animal Cops Detroit **22.00** Predator's Prey **22.30** Monkey Business **23.00** Emergency Vets **23.30** Animal Precinct **0.00** Pet Rescue **0.30** Wildlife SOS **1.00** The Life of Birds **2.00** The Snake Buster

DISCOVERY

12.00 American Chopper **13.00** Thunder Races **14.00** Extreme Engineering **15.00** Massive Machines **15.30** Massive Engines **16.00** Junkyard Mega-Wars **17.00** Rides **18.00** American Chopper **19.00** Mythbusters – Specials **20.00** DIY Surgery **21.00** Trauma **22.00** Sex Sense **22.30** Sex Sense **23.00** Mythbusters – Specials **0.00** Forensic Detectives **1.00** FBI Files **2.00** Battlefield Detectives

MTV

12.00 Boiling Points **12.30** Just See MTV **13.00** Punk'd **13.30** Punk'd **14.00** Punk'd **14.30** Punk'd **15.00** Punk'd **15.30** Punk'd **16.00** Dismissed **16.30** Just See MTV **17.30** MTV:new **18.00** European Top 20 **19.00** Switched On MTV **20.00** Global Room Raiders **20.30** Andy Milonakis Show **21.00** Top 10 at Ten **22.00** MTV Goal **22.30** The Real World **23.00** The Rock Chart **0.30** Just See MTV

VH1

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

CLUB

11.25 The Method **11.50** Hollywood One on One **12.20** Innertainment **12.45** Girls Behaving Badly **13.10** Fashion House **13.35** E-Love **14.00** Art and Soul **14.30** Fantasy Open House **15.00** Weddings **15.30** Crime Stories **16.30** Design Challenge **17.00** Yoga Zone **17.25** The Method **17.50** Hollywood One on One **18.15** Fantasy Open House **18.40** E-Love **19.05** Girls Behaving Badly **19.30** Weddings **20.00** Awesome Interiors **20.25** Cheaters **21.15** Sextacy **22.10** My Messy Bedroom **22.35** Women Talk **23.00** My Messy Bedroom **23.30** Staying in Style **0.00** Power Food **0.30** The Villa **1.25** Weddings **1.50** Innertainment

E! ENTERTAINMENT

12.00 The E! True Hollywood Story **13.00** E! News Weekend **14.00** 101 Even Bigger Celebrity Oops! **15.00** 101 Even Bigger Celebrity Oops! **16.00** 101 Even Bigger Celebrity Oops! **17.00** 101 Even Bigger Celebrity Oops! **18.00** It's Good To Be **18.30** Celebrity Soup **19.00** E! News Weekend **20.00** THS Investigates **22.00** Dr. 90210 **23.00** Wild On **0.00** Wild On Tara **0.30** Celebrity Soup **1.00** Dr. 90210 **2.00** THS Investigates

CARTOON NETWORK

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

JETIX

12.20 Braceface **12.45** So Little Time **13.10** Goosebumps **13.35** Black Hole High **14.00** Spiderman **14.25** Moville Mysteries **14.50** Digimon II **15.15** Martin Mystery **15.40** Totally Spies **16.05** W.i.t.c.h **16.30** Sonic X

MGM

13.20 Electra Glide in Blue **15.10** So Evil, so Young **16.25** The Initiation of Sarah **18.00** She's Gotta Have It **19.25** I'm Gonna Git You Sucka **20.55** Romeo and Julia **22.30** Easy Money **0.05** Extremities **1.35** Sometimes They Come Back

TCM

20.00 Never So Few **22.00** Bad Day at Black Rock **23.20** Savage Messiah **0.55** The Loved One

HALLMARK

12.00 Out Of The Woods **13.45** Enslavement: The True Story of Fanny Kemble **15.30** Gentle Ben: Black Gold **17.00** Just Cause **17.45** Mcleod's Daughters II **18.30** Love Songs **20.15** Anne Rice's: The Feast Of All Saints **22.00** Brotherhood of Murder **23.45** Anne Rice's: The Feast Of All Saints **1.30** Brotherhood of Murder

BBC FOOD

12.00 The Hairy Bikers Cookbook **13.00** John Cleese's Wine for the Confused **14.00** Big Kevin Little Kevin **14.30** The Tanner Brothers **15.00** The Cookworks **15.30** Made to Order **16.00** James Martin Sweet **16.30** Ready Steady Cook **17.00** Just in Africa **17.30** The Occasional Cook **18.00** Dinner Party Inspectors **18.30** Chalet Slaves **19.00** Beyond River Cottage **19.30** New Scandinavian Cooking **20.00** Delia's Winter Collection **20.30** The Great Canadian Food Show **21.00** Grigson **21.30** Chef at Large **22.00** Ching's Kitchen **22.30** Ready Steady Cook

DR1

12.20 DR Friland: Så langt så godt **12.50** Sanne – et portræt af hele Danmarks rockmama **13.50** Nyheder på tegnsprog **14.00** TV Avisen med vejret **14.10** Dawson's Creek **15.00** Boogie Nytårsshow **16.00** Yu-Gi-Oh! **16.20** Droopy **16.30** Narnia på New Zealand **17.00** Palle Gris på eventyr **17.20** Pingu **17.30** TV Avisen med Sport og Vejret **17.55** Dagens Danmark **18.25** TV Avisen **18.30** Genbrugsguld **19.00** Krøniken Undervejs **20.00** TV Avisen **20.25** Horisont **20.50** SportNyt **21.00** Måske skyldig – de elskende **22.10** MacIntyres millioner **23.00** Planet X

SV1

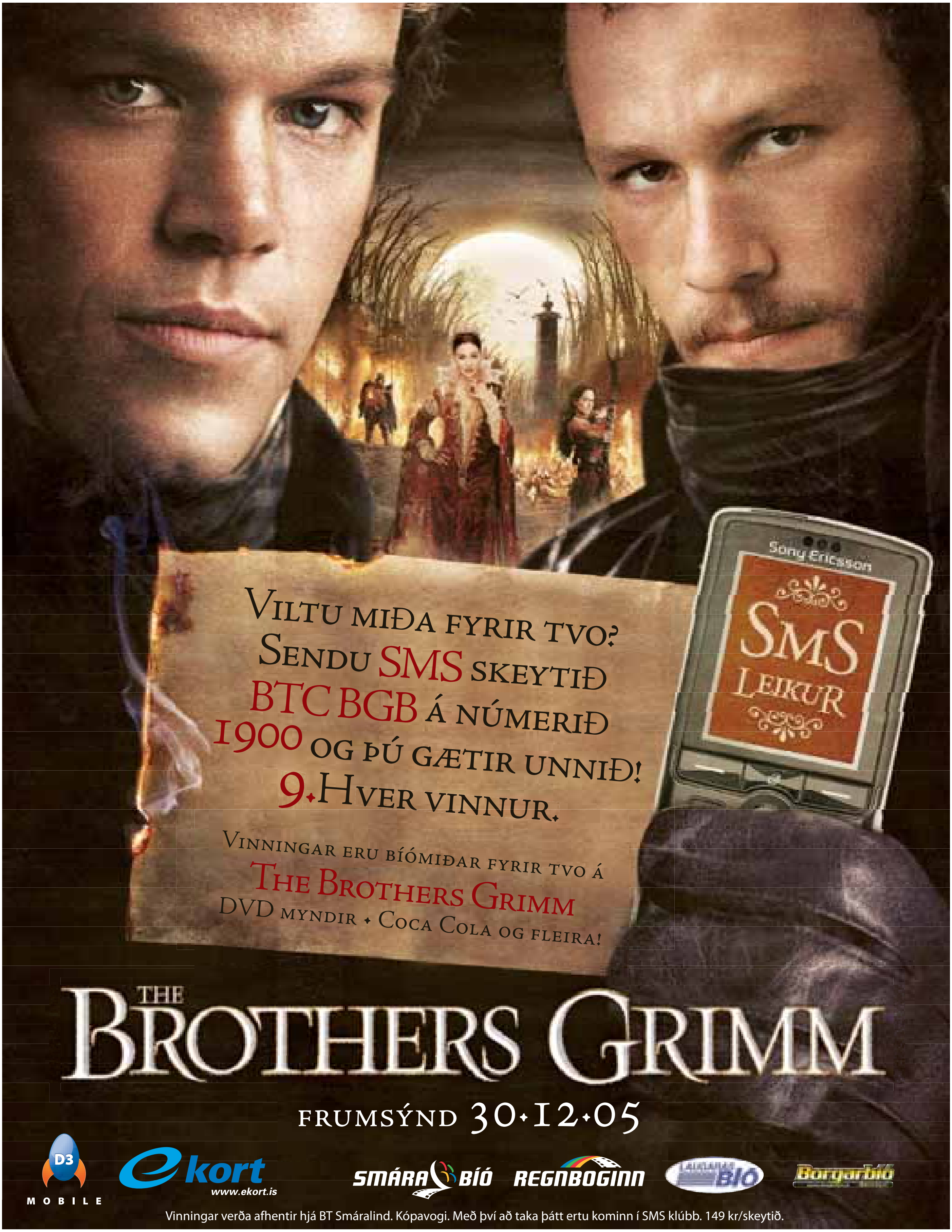
12.05 Örnungar **14.00** Go-galan **15.00** Rapport **15.10** Gomorron Sverige **16.00** Solens mat **16.30** Radiohjälpen hjälper: Mullys familjehem **16.35** Minnesstund för Monica Z **17.00** Bolibompa **17.01** Byggare Bob **17.55** Skolkören **18.05** Ge mig ett par vingar som funkar **18.30** Rapport **19.00** Stjärnorna på slottet **20.00** Kommissarie Lynley **21.30** Klostret **22.25** Rapport **22.35** Riket – Stormaktstiden **23.35** Sändning från SVT24

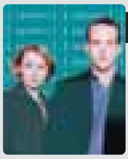
ÁSKRIFT: 515 6100 | WWW.STOD2.IS | SKÍFAN | OG VODAFONE

ÍSLENSK SNILLD

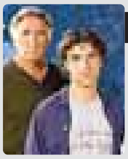
Stelpurnar – laugardaga kl. 20:20

GOTT FÓLK McCANN

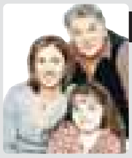

Sony Ericsson
SMS LEIKUR
Viltu miða fyrir tvo?
Sendu SMS skeytið
BTC BGB á númerið
1900 og þú gætir unnið!
9.Hver vinnur.
Vinningar eru bíómiðar fyrir tvo á
The Brothers Grimm
DVD myndir • Coca Cola og fleira!
THE BROTHERS GRIMM
FRUMSÝND 30•12•05
D3
MOBILE
ekort
www.ekort.is
SMÁRA BÍÓ
REGNBOGINN
LAUGARÁS BÍÓ
Borgarbíó
Vinningar verða afhentir hjá BT Smáralind. Kópavogi. Með því að taka þátt ertu kominn í SMS klúbb. 149 kr/skeytið.



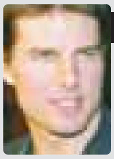
SPENNA ▶ 22.25 NJÓSNA-DEILDIN



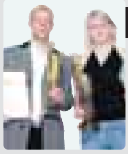
SPENNA ▶ 21.15 NUMBERS



DRAMA ▶ 22.00 JUDGING AMY



LÍFSSTÍLL ▶ 21.30 FABULOUS LIFE OF



ÍÞRÓTTIR ▶ 20.40 ÍÞRÓTTAMAÐUR ÁRSINS 2005

SJÓNVARPIÐ

DAGUR

17.05 Leiðarljós **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Allt um dýrin (19:25) **18.25** Tommi togvagn (11:26)

KVÖLD

18.30 Gló magnaða (32:52) (Kim Possible)

19.00 Fréttir, íþróttir og veður

19.35 Íþróttamaður ársins 2005 Dagskrá í beinni útsendingu frá Grand Hóteli í Reykjavík, þar sem lýst er kjöri íþróttamanns ársins.

21.15 Veronica Mars (14:22) Bandarísk spennuþáttaröð um unga konu.

22.00 Tíufréttir

▶ **22.25 Njósnadeildin (1:10)** (Spooks) Breskur sakamálaflokkur um úrvalssveit innan bresku leyniþjónustunnar MI5 sem glímir meðal annars við skipulagða glæpastarfsemi og hryðjuverkamenn. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.

NÓTT

23.15 Tíska og tónar **0.35** Dagskrárlok

STÖÐ 2

MORGUN

6.58 Ísland í bítið **9.00** Bold and the Beautiful **9.20** Í fínu formi 2005 **9.35** Oprah (2:145) **10.20** My Sweet Fat Valentina **11.15** Grey's Anatomy (6:9)

DAGUR

12.00 Hádegisfréttir **12.25** Neighbours **12.55** Í fínu formi 2005 **13.10** Eldsnöggt með Jóa Fel **13.40** The Guardian **14.25** LAX **15.10** Extreme Makeover – Home Edition **16.00** Shin Chan **16.20** Töframaðurinn **16.40** He Man **17.05** Ginger segir frá **17.30** Töfrastígvélin **17.40** Bold and the Beautiful **18.05** Neighbours

KVÖLD

18.30 Fréttir, íþróttir og veður

19.00 Ísland í dag

19.35 The Simpsons (13:22)

20.00 Strákarnir

20.30 Jack Osbourne – Adrenaline Rush (3:3)

▶ **21.15 Numbers (7:13)** (Tölur) Peningafalsarar ræna listakonu í því skyni aðneyða hana til að aðstoða sig við að falsa peningaseðla. FBI óttast að peningafalsararnir taki gísl sinn af lífi um leið og þeir hafi ekki lengur not fyrir hana en þeir hafa þegar myrt fimm manns. Bönnuð börnum.

22.00 Over There (10:13) (Á vígaslóð)Bönnuð börnum.

22.45 Crossing Jordan (18:21) (Réttarlæknirinn)

NÓTT

23.30 Inspector Lynley Mysteries (B. börnum) **0.15** Mike Bassett: England Manager (B. börnum) **1.45** Veronica Guerin (B. börnum) **3.20** Numbers (B. börnum) **4.05** Deadwood **4.55** The Simpsons **5.20** Fréttir og Ísland í dag **6.25** Tónlistarmyndbönd frá Popp TíVí

SKJÁREINN

DAGUR

17.55 Cheers – 9. þáttaröð **18.20** The O.C. (e)

KVÖLD

19.20 Fasteignasjónvarpið

19.30 The Grubbs (e) Í

20.00 Borgin mín Að þessu sinni verður leiðsögumaður Margrét Vilhjálmsdóttir leikkona, en hún ætlar að sýna áhorfendum uppáhaldsstaðina sína í Stokkhólmi.

20.30 Allt í drasli

21.00 Innlit / útlit

▶ **22.00 Judging Amy** Bandarískir þættir um lögmanninn Amy sem gerist dómari í heimabæ sínum. Amy þarf að dæma í forræðisdeilu ungrar stúlku þar sem að systur hennar finnst foreldrar þeirra ekki hæfir til þess að annast hana.

22.50 Sex and the City – 3. þáttaröð

NÓTT

23.20 Jay Leno **0.05** The Handler (e) **0.50** Cheers – 9. þáttaröð (e) **1.15** Fasteignasjónvarpið (e) **1.25** Óstöðvandi tónlist

SIRKUS

KVÖLD

18.30 Fréttir NFS

19.00 Veggfóður

20.00 Friends 5 (23:23)

20.30 Idol extra 2005/2006 Í

21.00 Laguna Beach (3:17) Önnur serían um krakkana á Laguna Beach.

▶ **21.30 Fabulous Life of (8:20)** (Fabulous Life of: Tom Cruise) Í þessum frábæru þáttum er farið á bakvið tjöldin hjá stórstjörnunni Tom Cruise.

22.00 HEX (14:19) Yfirnáttúrulegir þættir sem gerast í skóla einum í Englandi. Bönnuð börnum.

22.45 Fashion Television (10:34) Í þessum frægu þáttum færðu að sjá allt það heitasta og nýjasta í tískuheiminum í dag.

NÓTT

23.10 Friends 5 (23:23) (e) **23.35** The Newlyweds (22:30)

SÝN

DAGUR

18.00 Íþróttaspjallið **18.12** Sportið

KVÖLD

18.30 Mótorsport 2005 (Mótorsport 2005) Ítarleg umfjöllun um íslenskar akstursíþróttir. Umsjónarmaður er Birgir Þór Bragason.

19.30 Íþróttaannáll 2005 Íþróttaárið 2005 á Íslandi.

▶ **20.40 Íþróttamaður ársins 2005**

21.10 Íþróttaárið 2005 Íþróttafréttamenn Sýnar rifja upp helstu afrek íþróttamanna á árinu sem senn er liðið. Þátturinn er í opinni dagskrá.

22.10 X-Games 2005 (X-Games 2005 – þáttur 8) Í aðalhlutverkum eru ofurhugar sem ekkert hræðast. Tilþrif þeirra eru í einu orði sagt stórkostleg.

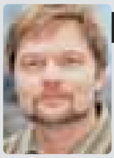
NÓTT

23.05 Ensku mörkin **23.35** Íþróttamaður ársins 2005

ÁSKRIFT: 515 6100 | WWW.STOD2.IS | SKÍFAN | OG VODAFONE

VINSÆLASTI SPJALLÞÁTTUR Í HEIMI

Oprah miðvikudaga kl. 21:00



FRÉTTIR

▶ 20.10

KOMPÁS

NFS

7.00 Ísland í bítið **9.00** Fréttavaktin fyrir hádegi **12.00** Hádegisfréttir/Markaðurinn/Íþróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegi-fréttaviðtal **13.00** Íþróttir/lífsstíll **13.10** Íþróttir – í umsjá Þors **13.10** Íþróttir – í umsjá Þorsteins Gunnarssonar. **14.00** Hrafnaþing/Miklabraut **15.00** Fréttavaktin eftir hádegi **18.00** Kvöldfréttir/Fréttayfirlit/Ítarlegar veðurfréttir/Íþróttafréttir/Kvöldfréttir NFS/Ísland í dag/Yfirlit frétta og veðurs.

20.00 Fréttir

▶ **20.10 Kompás** Íslenskur fréttaskýringarþáttur í umsjá Jóhannesar Kr. Kristjánssonar. Í hverjum þætti eru tekin fyrir þrjú til fjögur mál og krufin til mergjar. Eins og nafnið gefur til kynna verður farið yfir víðan völl og verður þættinum ekkert óviðkomandi.

21.00 Fréttir

21.10 48 Hours (48 stundir)(48 Hours 2005-2006) Bandarískur fréttaskýringaþáttur.

22.00 Fréttir

22.30 Hrafnaþing/Miklabraut Hrafnaþing er í umsjá Ingva Hrafns Jónssonar og Miklabraut í umsjá Sigurðar G. Tómassonar.

23.15 Kvöldfréttir/Fréttayfirlit/Ítarlegar veðurfréttir/Íþróttafréttir/Kvöldfréttir NFS/Ísland í dag/Yfirlit frétta og veðurs. **0.15** Fréttavaktin fyrir hádegi **3.15** Fréttavaktin eftir hádegi **6.15** Hrafnaþing/Miklabraut

STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 Serendipity **8.00** I Am Sam **10.00** Last Orders **12.00** Hope Springs **14.00** Serendipity **16.00** I Am Sam **18.00** Last Orders

20.00 Hope Springs (Með vor í hjarta) Colin Firth leikur listamann í ástarsorg sem leitar skjóls í smábæ nokkrum.

22.00 Plan B (Áætlun B) Gamanmynd um ekkjuna Fran Malone sem gerist leigumorðingi hjá mági sínum. Með því vonast hún til að laga afleita fjárhagsstöðu sína en málið er samt ekki svo einfalt. Bönnuð börnum.

0.00 Pennsylvania Miner's Story **2.00** Stranger Inside **4.00** Plan B (Bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

14.00 Newcastle – Middlesbrough frá 2.1 **16.00** Bolton – Liverpool frá 2.1 **18.00** Birmingham – Wigan frá 2.1

19.50 Arsenal – Man. Utd. (b)

22.15 Fulham – Sunderland frá 2.1 Leikur sem fram fór í gær.

0.15 Everton – Charlton frá 2.1 **2.15** Dagskrárlok

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

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

...Fleiri stöðvar á næstu opnum »»

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Íþróttamaður ársins 2005

Sýnt verður beint frá kjörinu á Íþróttamanni ársins 2005 á samtengdum stöðvum Sjónvarpsins og Sýnar í kvöld., sem endra nær. Það eru samtök íþróttafréttamanna sem standa fyrir kjörinu, sem verður nú lýst í 50. sinn en kjörið fer fram við athöfn á Grand Hótel í Reykjavík. Í fyrra varð knattspyrnumaðurinn Eiður Smári Guðjohnsen fyrir valinu og er óhætt að fullyrða að flest bendi til þess að hann vinni þessa eftirsóttu nafnbót annað sinnið í röð, enda má segja að afrek hans árið 2005 hafi verið enn glæsilegri en árið 2004. Eiður Smári varð á árinu fyrsti Íslendingurinn til að verða enskur meistari með liði sínu Chelsea og ekki nóg með það heldur vann hann einnig deildarbikarinn. Þá átti hann drjúgan þátt í að lið hans komst í fjögurra liða úrslit í Meistaradeildinni erfiðu. En þeir eru fleiri afreksmennirnir sem til greina koma; nægir þar að nefna Guðjón Val Sigurðsson er nú um mundir markahæsti leikmaður í hinni geysisterku þýsku úrvalsdeild í handknattleik, félagi hans í íslenska handknattleikslandsliðinu, Ólafur Stefánsson keppti ásamt liði sínu Ciudad Real í úrslit í

Meistaradeildinni og bróðir hans Jón Arnór Stefánsson bætti um betur og varð fyrsti Íslendingurinn til að vinna Meistaradeildina, sem hann gerði sem liðsmaður rússneska körfuknattleiksliðsins St. Pétursborg. Einnig koma til greina frjálsíþróttakonan Silja Úlfsdóttir, Sigurbjörn Bárðarson, Íslandsmeistari í hestaíþróttum, Ásthildur Helgadóttir knattspyrnukona og margir fleiri. Fylgist með kjörinu á Íþróttamanni ársins í kvöld.

■ **SJÓNVARPIÐ/SÝN, ÍÞRÓTTAMAÐUR ÁRSINS 2005, KL. 20.40**

Njósnadeildin (Spooks)

Í kvöld hefja göngu sína á nýjan leik í Sjónvarpinu geysivinsælir breskir sakamálaþættir sem heita Spooks eða Njósnadeildin. Þættirnir fjalla um störf úrvalssveitar innan bresku leyniþjónustunnar MI5, sem glímir meðal annars við skipulagða glæpastarfsemi og hryðjuverkamenn. Þannig mætti segja að hér sé á ferð breski Örninn.

Þættirnir koma úr smiðju BBC og njóta mikilla vinsælda í Bretlandi enda er viðfangsefni þeirra mjög í umræðunni þar í landi eftir hryðjuverkaárásirnar sem áttu sér stað í Lundúnum í sumar. Í þessum fyrsta þætti af tíu í fjórðu þáttaröð springur einmitt sprengja á götumarkaði í Lundúnum og lendir úrvalssveitin í æsilegu kapphlaupi við klukkuna til þess að koma í veg fyrir að þúsundir gangandi vegfarenda bíði bana af völdum sprenginganna. Meðal leikenda eru Peter Firth, Rupert Penry-Jones, Anna Chancellor, Nicola Walker og Raza Jaffrey. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.

■ **RÚV, KL. 22.25**

My Sweet Fat Valentina

» Nýir framhaldsþættir á Stöð 2

Nýir framhaldsþættir, suður-amerísk sápuópera af bestu gerð sem nýtur geysilegra vinsælda um heim allan, hefur göngu sína á Stöð 2. Framhaldsþættirnir fjalla um Valentínu, unga og svolítið svera konu sem karlmönnum þykir ómótstæðileg, enda er hún yndislega ljúf og góð og með kímnigáfuna í lagi. Þættirnir My Sweet Fat Valentina eru uppfullir af hlátri og rómantík. Leikkonan Natalia Streignard fer með hlutverk Valentínu, ungrar konu sem hefur lært að samþykkja sjálfan sig eins og hún er í raun og veru: með helling af aukakílóum en full af ást og einlægð en hún getur alls ekki hætt að borða. Hún fyllir upp eintómleika sálar sinnar með sælgæti en það eina sem hún hefur upp úr því eru blessuð aukakílóinn. Það er enginn vafi að leikkonan, Streignard, hefur þurft að reyna á hæfileika sína til að ná að skapa þennan skemmtilega karakter, persónu sem sést ekki oft í sjónvarpi. Aðrir leikarar í þáttunum eru Amilia Pérez Díaz, Carlos Marquez, Hilda Abrahms og Flavio Caballero. Þættirnir verða framvegis alla virka daga á morgundagskrá Stöð 2. Fylgist með frá byrjun!

■ **STÖÐ 2, KL. 10.20**

HVAÐ ER Í KASSANUM...

...hjá Þorvaldi Bjarna?

Uppáhalds sjónvarpsþáttur? Ég var að klára fyrri seríuna af Lost, ég var með hana í einum bunka þannig að ég unni mér ekki hvíldar fyrr en ég var búinn að horfa á alla þættina.

Hvað mætti sýna oftar? Það mætti sýna meira af heimildarmyndum og fræðsluþáttum.

Hvað má missa sín? Það má alveg slaka aðeins á raunveruleikaþáttunum.

Fyrsta sjónvarpsminningin? Það var ég þegar ég var svona tveggja ára eða minni. Þá man ég ótrúlega vel eftir fyrstu klukkunni í sjónvarpinu. Síðan man ég líka eftir sakamálaþáttunum Líkar yður ostrur.

Eftirminnilegasta atriði í sjónvarpsþætti? Þegar Hrafn Gunnlaugsson fyrrverandi dagskrárstjóri tók á því að syngja í beinni útsendingu í áramótiþætti.

Uppáhalds sjónvarpsstjarnan? Það er náttúrlega Sylvía Nótt. Það kemur ekkert annað til greina, hún turnar yfir alla aðra.

Þetta vissum við ekki um

Cate Blanchett

- Hún á eldri bróðir sem vinnur í tölvugeiranum og yngri systur sem vinnur sem leikhúshönnuður.
- Faðir hennar, sem starfaði sem auglýsingastjóri, dó úr hjartaáfalli þegar hún var tíu ára.
- Þegar hún var átján ára fór hún í frí til Egyptalands. Gestur á hótelinu þar sem hún var spurði hana hvort að hún vildi vera aukaleikari í mynd. Næsta dag var hún mætt ásamt fjölda fólks til að fagna amerískum boxara sem var að tapa fyrir Egypta. Hún óttaðist þetta verkefni og labbaði burt.
- Hún hefur gaman að því að búa til lista og krossa síðan við hvert verkefni eftir að hún hefur lokið við það.
- Hún átti upprunalega að leika hlutverk Önnu í myndinni Closer en vegna óléttu sinnar hætti hún við svo Julia Roberts fékk hlutverkið.

■ **STÖÐ 2 - VERONICA GUERIN** 01:45

ÁSKRIFT: 515 6100 | WWW.STOD2.IS | SKÍFAN | OG VODAFONE

Síminn

FYNDNIR FJÓRA DAGA VIKUNNAR

Strákarnir mánudaga til fimmtudaga kl. 20

GOTT FÓLK McCANN

EKKI MISSA AF ...

BBC PRIME, KL. 20.00

Trouble At the Top Special

Skemmtilegur þáttur þar sem fylgst er með ævintýralegum búskap fjölskyldu sem freistaðist til Frakklands sökum örlátra styrkja og ódýrra lána frá frönsku ríkisstjórninni. Þau fjárfestu í 100 hektara nautabýli og voru nýbyrjuð að finnast þau eiga heima þar þegar kreppa skall á í Frakklandi.

MTV, KL.19.30

My Super Sweet 16

Raunveruleikaþáttur frá MTV þar sem fylgst er með nokkrum fimmtán ára stúlkum sem eru á fullu að búa sig undir stærstu stund lífs þeirra hingað til. Sextán ára afmæli þeirra er á næsta leiti og samkvæmt hefðinni verður haldið stórt ball þar sem þær munu klæða sig í glæsilega kjóla og vonast til að strákurinn sem þær eru hrifnar af bjóði þeim upp í dans. Mun þetta standast væntingar þeirra eða verða þær fyrir vonbrigðum? Munu ráðríkir foreldrar, vinirnir eða frek systkini eyðileggja draumadaginn þeirra? Stundum er bara ekkert svo gaman að vera fimmtán ára!

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL
Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT
12.15 Nordic Combined Skiing: World Cup Ruhpolding Germany **12.45** All sports: WATTS **13.00** Tennis: ATP Tournament Doha Qatar **16.30** Ski Jumping: World Cup Innsbruck **18.00** Football: Football World Cup Season News **18.15** Football: Football World Cup Season Legends **19.15** Football: Football World Cup Season Journeys **19.30** Boxing: WBO World Title Magdeburg **21.30** Rally: Rally Raid Dakar **22.00** All Sports: Daring Girls **22.15** Ski Jumping: World Cup Innsbruck **23.30** Rally: Rally Raid Dakar **0.00** Olympic Games: Olympic Torch Relay **0.15** All Sports: Casa Italia: Road to Torino 2006

BBC PRIME
12.00 Porridge **12.30** Butterflies **13.00** Monarch of the Glen **14.00** Balamory **14.20** Andy Pandy **14.25** Tweenies **14.45** Fimbles **15.05** Tikkabilla **15.35** Jeopardy **16.00** Home From Home **16.30** Ready Steady Cook **17.15** The Weakest Link **18.00** Doctors **18.30** EastEnders **19.00** Top Gear Xtra **20.00** Trouble At the Top Special **20.40** Days that Shook the World **21.30** The League of Gentlemen **22.00** Casualty **22.50** Holby City **0.00** Olga Korbut **1.00** Great Romances of the 20th Century **1.30** Great Romances of the 20th Century **2.00** Lab Rats

NATIONAL GEOGRAPHIC
12.00 D-Day **13.00** D-Day **14.00** Most Amazing Moments **15.00** Most Amazing Moments **16.00** Most Amazing Moments **17.00** Most Amazing Moments **18.00** Storm Stories **18.30** Storm Stories **19.00** Hunter Hunted **20.00** Megastructures **21.00** Seconds from Disaster **22.00** Air Crash Investigation **23.00** Seconds from Disaster **0.00** Seconds from Disaster **1.00** Air Crash Investigation

ANIMAL PLANET
12.00 Amazing Animal Videos **12.30** Monkey Business **13.00** Big Cat Diary **13.30** The Snake Buster **14.00** The Life of Birds **15.00** Animal Precinct **16.00** Pet Rescue **16.30** Wildlife SOS **17.00** Amazing Animal Videos **17.30** The Planet's Funniest Animals **18.00** The Snake Buster **18.30** Monkey Business **19.00** Predator's Prey **19.30** Big Cat Diary **20.00** Predator's Prey **20.30** Predator's Prey **21.00** Animal Cops Detroit **22.00** Predator's Prey **22.30** Monkey Business **23.00** Emergency Vets **23.30** Animal Precinct **0.00** Pet Rescue **0.30** Wildlife SOS **1.00** Predator's Prey **1.30** Predator's Prey **2.00** The Snake Buster

DISCOVERY
12.00 American Chopper **13.00** Rides **14.00** Extreme Engineering **15.00** Massive Machines **15.30** Massive Engines **16.00** Scrapheap Challenge **17.00** Dream Machines **17.30** Dream Machines **18.00** American Chopper **19.00** Mythbusters – Specials **20.00** Mean Machines **20.30** Mean Machines **21.00** Brainiac **22.00** Firehouse USA **23.00** Mythbusters – Specials **0.00** Forensic Detectives **1.00** FBI Files **2.00** Air Wars

MTV
12.00 Boiling Points **12.30** Just See MTV **13.00** Madonna On Stage & On The Record **14.00** Making the Video **14.30** Wishlist **15.00** TRL Madonna Special **16.00** Dismissed **16.30** Just See MTV **17.30** MTV:new **18.00** The Rock Chart **19.00** Newlyweds **19.30** My Super Sweet 16 **20.00** Power Girls **20.30** The Osbournes **21.00** Top 10 at Ten **22.00** Punk'd **22.30** Wonder Showzen **23.00** Alternative Nation **0.00** Just See MTV

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

CLUB
12.20 Innertainment **12.45** Girls Behaving Badly **13.10** Fashion House **13.35** E-Love **14.00** It's a Girl Thing **14.30** Fantasy Open House **15.00** Weddings **15.30** Crime Stories **16.30** Design Challenge **17.00** Yoga Zone **17.25** The Method **17.50** Paradise Seekers **18.15** Fantasy Open House **18.40** E-Love **19.05** Girls Behaving Badly **19.30** Weddings **20.00** Awesome Interiors **20.25** Cheaters **21.15** Sextacy **22.10** My Messy Bedroom **22.35** Women Talk **23.00** My Messy Bedroom **23.30** Staying in Style **0.00** Power Food **0.30** The Villa **1.25** Weddings **1.50** Innertainment

E! ENTERTAINMENT
12.00 The E! True Hollywood Story **13.00** It's Good To Be **13.30** Fashion Police **14.00** Jackie Collins Presents **15.00** Jackie Collins Presents **16.00** 50 Biggest Celebrity Break-Ups **18.00** Kill Reality **19.00** Hot Love Gone Bad **19.30** Girls of the Playboy Mansion **20.00** The E! True Hollywood Story **21.00** 101 Craziest TV Moments **22.00** Celebrity Soup **22.30** Wild On Tara **23.00** Wild On Tara **0.00** E! News **0.30** Gastineau Girls **1.00** Celebrity Soup **1.30** Wild On Tara **2.00** The E! True Hollywood Story

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

JETIX
12.20 Braceface **12.45** So Little Time **13.10** Goosebumps **13.35** Black Hole High **14.00** Spiderman **14.25** Moville Mysteries **14.50** Digimon II **15.15** Martin Mystery **15.40** Totally Spies **16.05** W.i.t.c.h **16.30** Sonic X

MGM
13.25 Alias Jesse James **14.55** Lisa **16.30** Grow Old Along with Me **18.00** I'm Gonna Git You Sucka **19.30** A Home of Our Own **21.15** To Be a Rose **22.50** And Your Name Is Jonah **0.25** Cohen and Tate **1.50** Prey for the Hunter

TCM
20.00 Mutiny on the Bounty **22.55** The Angry Hills **0.40** The Split

HALLMARK
12.00 The Last Chance **13.45** Gift of Love: The Daniel Huffman Story **15.15** Escape from Wildcat Canyon **17.00** Just Cause **17.45** Mcleod's Daughters II **18.30** Ruby's Bucket of Blood **20.15** Anne Rice's: The Feast Of All Saints **22.00** Summer's End **23.45** Anne Rice's: The Feast Of All Saints **1.30** Ruby's Bucket of Blood

BBC FOOD
12.00 Dinner Party Inspectors **12.30** Chalet Slaves **13.00** Beyond River Cottage **13.30** New Scandinavian Cooking **14.00** Delia's Winter Collection **14.30** The Great Canadian Food Show **15.00** Grigson **15.30** Chef at Large **16.00** Ching's Kitchen **16.30** Ready Steady Cook **17.00** Friends for Dinner **17.30** Tamasin's Weekends **18.00** The Cookworks **18.30** Made to Order **19.00** Beauty and the Feast **19.30** Food Source Asia **20.00** Rocco's Dolce Vita **20.30** Friends for Dinner **21.00** Delia's How to Cook **21.30** Douglas Chew Cooks Asia **22.00** Wild and Fresh **22.30** Ready Steady Cook

DR1
12.00 Blomstrende sommer **12.20** Den lille forskel **12.50** Prinsessen, bcrnene og katastrofen **13.50** Nyheder på tegnsprog **14.00** TV Avisen med vejret **14.10** Dawson's Creek **15.00** Negermagasinet i USA **15.30** Rockerne **15.45** Rockerne **16.00** Lovens vogtere **16.20** Insektoskop **16.30** Store Ncrd Klassik **17.00** Lille Ncrd Klassik **17.30** TV Avisen med Sport og Vejret **17.55** Dagens Danmark **18.25** TV Avisen **18.30** Hvad er det værd? **19.00** Hjerterum **19.30** Uventet besøg **20.00** TV Avisen **20.25** Kontant **20.50** SportNyt **21.00** Måske skyldig – de elskende **22.10** Sudans glemte drenge **23.05** Musikprogrammet

SV1
12.05 Historien om 1 **13.05** Griniga gummor – julspecial **14.05** Klostret **15.00** Rapport **15.10** Gomorron Sverige **16.00** Solens mat **16.30** Aurora hunting – norrskensjakt **17.00** BoliBompa **17.01** De sista isbjörnarna **17.30** Lilla Aktuellt – året som gick **18.00** Ofattbara händelser **18.25** Konditorns julkrubba **18.30** Rapport **19.00** Rapports årskrönika 2005 **20.00** Din släktsaga **20.30** Örnen **21.25** Klostret **22.20** Rapport **22.30** Kobra special **23.30** Sändning från SVT24

ÁSKRIFT: 515 6100 | WWW.STOD2.IS | SKÍFAN | OG VODAFONE

VINSÆLASTA KAPPHLAUP Í HEIMI
Amazing Race – þriðjudaga kl. 20:30

Mest lesna tímaritið

Lestur á tímaritinu Birtu mælist langmestur af öllum tímaritum landsins, skv. fjölmiðlakönnun Gallup. Skemmtileg efnistök og öflug sjónvarpsdagskrá vinna saman við að skapa þessar miklu vinsældir. Ef þú vilt að fyrirtækið þitt sé sjáanlegt skaltu auglýsa þar sem birtan er mest og líklegast að flestir sjái auglýsinguna. **Komdu inn í Birtuna.**

birta

Auglýsingasími 550 5000

Birtu er dreift inn á 95.000 heimili á höfuðborgarsvæðinu, Suðurnesjum, Akureyri, Akranesi, Borgarnesi, Selfossi og Hveragerði.

* Samkvæmt fjölmiðlakönnun Gallup okt. 2005.

Fiton / SÍA

SJÓNVARPIÐ

GAMAN ▶ 21.25 EXTRAS

DAGUR

17.05 Leiðarljós **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Disneystundin **18.01** Steini (30:52) **18.23** Sígildar teiknimyndir (16:42)

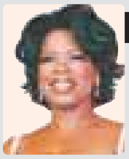
KVÖLD

18.31 Líló og Stitch (54:65)
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.35 Kastljós
20.35 Bráðavaktin (16:22)
▶ **21.25 Aukaleikarar (2:6)** (Extras) Bresk gamanþáttaröð eftir Ricky Gervais og Stephen Merchant, höfunda Skrifstofunnar. Hér er fylgst með aukaleikurum sem láta sig dreyma um að fá bitastæð hlutverk í kvikmyndum. Aðalhlutverk leika Ricky Gervais og Ashley Jensen en auk þess koma þekktir leikarar fram í eigin persónu, meðal annarra Ben Stiller, Kate Winslet og Samuel L. Jackson.
22.00 Tíufréttir
22.20 Kveðja frá Ríkisútvarpinu

NÓTT

23.10 Gerð myndarinnar A Little Trip to Heaven **23.40** Kastljós **0.35** Dagskrárlok

STÖÐ 2



SPJALL ▶ 21.15 OPRAH

MORGUN / DAGUR

6.58 Ísland í bítið **9.00** Bold and the Beautiful **9.20** Í fínu formi 2005 **9.35** Oprah Winfrey **10.20** My Sweet Fat Valentina **11.10** Strong Medicine **12.00** Hádegisfréttir **12.25** Neighbours **12.50** Í fínu formi 2005 **13.05** Whose Line Is it Anyway? **13.30** Sjálfstætt fólk **14.05** Wife Swap **14.55** Kevin Hill **15.55** BeyBlade **16.20** Ginger segir frá **16.40** Smá skrítnir foreldrar **17.05** Könnuðurinn Dóra **17.30** Pingu **17.35** Bold and the Beautiful **18.00** Neighbours

KVÖLD

18.30 Fréttir, íþróttir og veður
19.00 Ísland í dag
19.35 The Simpsons (14:22)
20.00 Strákarnir
20.30 Supernanny (9:11)
▶ **21.15 Oprah (23:145)** (George Clooney, Faith Hill and Kirstie Alley: What You Didn')
22.00 Detective (Rannsóknarlögreglan) Framhaldsmynd mánaðarins er spánný sakamálamynd í tveimur hlutum byggð á sögueftir Arthur Hailey. Í myndinni leikur Tom Berenger rannsóknarlögreglumann og fyrrverandi kaþólskan prest sem sneri baki við kirkjunni er hann ákvað að gifta sig og eignast fjölskyldu. Bönnuð börnum.

NÓTT

23.25 Stelpurnar **23.50** Numbers (Bönnuð börnum) **0.35** ABC Special – Teri Hatcher **0.55** Pandaemonium **2.55** Deadwood **3.50** Supernanny **4.35** Third Watch **5.20** Fréttir og Ísland í dag **6.25** Tónlistarmyndbönd

SKJÁREINN

LÍFSSTÍLL ▶ 21.00 QUEER EYE FOR THE STRAIGHT GUY

DAGUR

18.00 Cheers – 9. þáttaröð

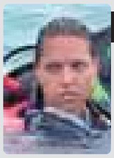
KVÖLD

18.30 Innlit / útlit (e)
19.30 Fasteignasjónvarpið
19.40 Will & Grace (e)
20.10 Jamie Oliver's School Dinners Skólinn er byrjaður aftur eftir frí og Jamie er bæði kvíðinn og spenntur að sjá hvort að kokkarnir í skólanum séu að standa sig í eldamennskunni.
▶ **21.00 Queer Eye for the Straight Guy** Samkynhneigðar tískulöggur gefa gagnkynhneigðum körlum góð ráð um hvernig þeir megi ganga í augun á hinu kyninu.
22.00 Law & Order: SVU
22.50 Sex and the City

NÓTT

23.20 Jay Leno **0.05** Judging Amy (e) **0.50** Cheers – 9. þáttaröð (e) **1.15** Fasteignasjónvarpið (e) **1.25** Óstöðvandi tónlist

SIRKUS



KVIKMYNDIR ▶ 21.00 OPEN WATER

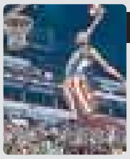
KVÖLD

18.30 Fréttir NFS
19.00 Game TV Allt það sem þú vilt vita um tölvur og tölvuleiki.
19.30 Game TV!
20.00 Friends 6 (1:24)
20.30 Party at the Palms (7:12)
▶ **21.00 Open Water** Ungt par fer í fríinu sínu í köfunarleiðangur en gleymist síðan út í miðju hafinu. Þar eru þau föst á reki án þess að vita hvar þau eru, hvert þau eru að reka eða það sem meira er, hvað sé fyrir neðan þau. Engar tæknibrellur voru notaðar við gerð myndarinnar og þurftu leikarar myndarinnar að vera í sjónum umvafnir raunverulegum hákörlum.
22.20 Laguna Beach (3:17)
22.45 Fabulous Life of (8:20)

NÓTT

23.10 Friends 6 (1:24) (e) **23.35** The Newlyweds (23:30)

SÝN



KÖRFUBOLTI ▶ 19.10 HARLEM GLOBE-TROTTERS

DAGUR

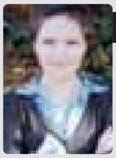
18.00 Íþróttaspjallið **18.12** Sportið

KVÖLD

18.30 Íþróttamaður ársins 2005
▶ **19.10 Harlem Globetrotters: The Team** Liðið sem breytti heiminum. Liðsmenn Harlem Globetrotters eru vægast snillingar með körfubolta.
20.05 Bestu bikarmörkin (FA Cup Greatest Goals 1)
21.00 Enski boltinn (Tottenham – Man. City) Leikur frá 4. febrúar 2004.
22.45 Erlendur íþróttaannáll 2005 Rifjum upp öll helstu atvikin á íþróttaárinu 2005. Liverpool Evrópumeistari, Tiger Woods átti draumahögg, boxbardagi allra tíma, FH tapaði aðeins tveimurleikjum í sumar í deildinni, fyrsti bikar Eiðs Smára og margt fleira.

ÁSKRIFT: 515 6100 | WWW.STOD2.IS | SKÍFAN | OG VODAFONE

5 EMMY VERÐLAUN
Arrested Development – föstudaga kl. 20



FRÉTTIR

20.10

SKAFTAHLÍÐ

NFS

7.00 Ísland í bítið **9.00** Fréttavaktin fyrir hádegi **12.00** Hádegisfréttir/Markaðurinn/Íþróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegi-fréttaviðtal

13.00 Íþróttir/lífsstíll **14.00** Hrafnaþing/Miklabraut **15.00** Fréttavaktin eftir hádegi **18.00** Kvöldfréttir/Fréttayfirlit/Ítarlegar veðurfréttir/Íþróttafréttir/Kvöldfréttir NFS/Ísland í dag/Yfirlit frétta og veðurs.

20.00 Fréttir

20.10 Skaftahlíð – vikulegur umræðuþáttur Maður vikunnar. Viðtal í umsjá fréttastofu NFS.

20.45 Dæmalaus veröld – með Óla Tynes

21.00 Fréttir

21.10 Frontline (Let's Get Married) Bandarískur fréttaskýringaþáttur.

22.00 Fréttir

22.30 Hrafnaþing/Miklabraut Hrafnaþing þriðjudaga, fimmtudaga og föstudaga í umsjá Ingva Hrafns Jónssonar og Miklabraut mánudaga og miðvikudaga í umsjá Sigurðar G. Tómassonar.

23.15 Kvöldfréttir/Fréttayfirlit/Ítarlegar veðurfréttir/Íþróttafréttir/Kvöldfréttir NFS/Ísland í dag/Yfirlit frétta og veðurs. **0.15** Fréttavaktin fyrir hádegi **3.15** Fréttavaktin eftir hádegi **6.15** Hrafnaþing/Miklabraut

STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 The Majestic **8.30** Jón Oddur og Jón Bjarni **10.05** Thing You Can Tell Just by Looking at Her **12.00** Uncle Buck **14.00** The Majestic **16.30** Jón Oddur og Jón Bjarni **18.05** Thing You Can Tell Just by Looking at Her

20.00 Uncle Buck (Buck frændi)

22.00 The Stepford Wives (Stepford-eiginkonurnar) Myndin er byggð á margfrægri skáldsögu eftir Ira Levin. Aðalhlutverk: Bette Midler, Glenn Close, Matthew Broderick og Nicole Kidman. Bönnuð börnum.

0.00 A Guy Thing (Bönnuð börnum) **2.00** Bandits (Bönnuð börnum) **4.00** The Stepford Wives (Bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

14.00 Fulham – Sunderland frá 2.1 **16.00** Everton – Charlton frá 2.1 **18.00** W.B.A. – Aston Villa frá 2.1

19.50 Man. City – Tottenham (b)

22.15 Arsenal – Man. Utd. frá 3.1 Leikur sem fram fór í gærkvöld.

0.15 West Ham – Chelsea frá 2.1 **2.15** Dagskrárlok

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

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

...Fleiri stöðvar á næstu opnum »»

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Supernanny

Ofurfóstran Jo Frost er komin til Bandaríkjanna þar sem hennar bíður ærið verk, að kenna ungu og ráðþrota fólki að ala upp og aga litla og að því er virðist óalandi og óferjandi ólátabelgi. Frost hefur slegið rækilega í gegn beggja vegna Atlantshafs, ekki einungis fyrir skemmtilega þætti heldur einnig vegna þess að hún þykir gefa gagnleg uppeldisráð sem virkilega skila árangri. Jo Frost hefur haft dálæti á börnum síðan hún man eftir sér frá barnæsku; byrjaði kornung sem barnapía og gerðist svo barnfóstra og starfaði við það í fimmtán ár áður en hún var uppgötvuð og henni boðið að að miðla þekkingu sinni í sjónvarpsþáttum. Og nú er hún orðin ein þekktasta sjónvarpsstjarna í heimi. Í þættinum í kvöld þarf Jo að kljást við Burnett-hjónin, sem eiga fimm börn og hafa algjörlega misst stjórn á uppeldinu. Hann er heimavinnandi en hún barnaskólakennari og bæði þurfa þau á leiðsögn ofurfóstrunnar að halda.

STÖÐ 2, KL. 20.30

Svona varð Himnaferðin til

Sjónvarpið sýnir í kvöld stutta heimildarmynd sem fjallar um gerð íslensku kvikmyndarinnar A Little Trip to Heaven eftir Baltasar Kormák. Myndin var frumsýnd á öðrum degi jóla hér á landi en hún hefur nú þegar vakið talsverða athygli erlendis en hún verður sýnd í kvikmyndahúsum í yfir þrjátíu löndum.

Þessi þriðja mynd Baltasars var frumsýnd á kvikmyndahátíðinni í Toronto sl. haust og fékk almennt góðar viðtökur þar. Myndin verður einnig sýnd í sérstakri dagskrá á hinni virtu kvikmyndahátíð í Sundance í Bandaríkjunum snemma á næsta ári, sem þykir og hin mesta upphefð. Kvikmyndin var framleidd af Sigurjóni Sighvatssyni og gerðu þeir Baltasar myndina hér á landi sumarið 2004, jafnvel þótt hún eigi að gerast í Bandaríkjunum og skarti nær alfarið bandarískum leikurum í helstu hlutverkum. Það eitt gerir gerð myndarinnar einkar áhugaverða, því fróðlegt er að skyggnast bak við tjöldin og sjá hvernig erlendu stjörnurnar sem leika í myndinni; Forest Whitaker, Julia Stiles, Peter Coyote, Jeremy Renner og Anne Reid, brugðust við Baltasar, Sigurjóni og íslenska tökuliðinu þeirra og ekki síður íslensku tökuaðstæðum, sem hljóta að vera talsvert frábrugðnar því sem þær eiga að venjast í Hollywood. Í þessar mynd um gerð A Little Trip to Heaven er rætt við helstu aðstandendur og leikara myndarinnar og lýsa þeir Baltasar og Sigurjón vel tökuferlinu.

RÚV - GERÐ BÍÓMYNDARINNAR A LITTLE TRIP TO HEAVEN, KL. 23.10

HVAÐ ER Í KASSANUM ...

...hjá Röggu Gísla?

Uppáhaldssjónvarpsþáttur?
Mér fannst þátturinn Listin mótar heiminn mjög skemmtilegur sem var sýndur hjá Ríkissjónvarpinu um tíma og síðan finnst mér Sylvía Nótt vera frábær.

Hvað mætti sýna oftar?
Ég vildi sjá meira af fræðsluþáttum. Mér finnst líka vanta skemmtilegt og uppbyggjandi sjónvarpsefni fyrir unglinga. Sérstaklega krakka sem eru að fara yfir á gelgjuskeiðið, það mætti leggja meiri pening og metnað í það.

Hvað má missa sín?
Mér finnst þessir raunveruleikaþættir mega missa sín. Þessi þættir eins og Bachelorinn og Ástarfleyið eru vond fyrirmynd fyrir vaxandi kynslóð. Mér finnst siðferðiskenndin hjá krökkum brenglast við áhorf á þessa þætti. Foreldrar verða að taka í taumana og skýra út að það sem komi fram í þessum þáttum sé ekki sjálfsagt mál.

Fyrsta sjónvarpsminningin?
Ætli það hafi ekki verið í Kanasjónvarpinu. Mér fannst það sem Óli Gaukur og Svanhildur voru með mjög skemmtilegt, ég kunnni meiri að segja auglýsingarnar í kringum það utan af.

Uppáhaldssjónvarpsstjarnan?
Ætli það sé ekki Paul Whitehouse og síðan Ricky Gervais sem er með Office-þættina. Þeir eru ótrúlega fyndnir.

Þetta vissum við ekki um ...

Macaulay Culkin

- Michael Jackson var guðfaðir hans.
- Frumraun hans á sviði var þegar hann var fjögurra ára í Bach Babies.
- Hann kom til greina í aðalhlutverk í stórmyndinni Titanic.
- Hann hætti að leika árið 1995 aðeins fjórtán ára gamall en snéri sér aftur á sjónvarsviðið þegar hann kom fram í Madame Melville í London þar sem hann lék ungling sem dró frönsku kennara sinn á tálar.
- 17. september árið 2004 var hann handtekinn fyrir vörslu marijúana.
- Macauly Culkin keypti fyrsta sígarettupakka rokkarans Marilyn Manson fyrir hlutverk Mansons sem Christina í myndinni Party Monster.

Stöð 2 bíó, Uncle Buck, kl. 20.00

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Detective

Framhaldsmynd mánaðarins er spány sakamálamynd í tveimur hlutum byggð á sögu eftir Arthur Hailey. Í myndinni leikur Tom Berenger (Platoon), Malcolm Ainslie, rannsóknarlögreglumann og fyrrverandi kaþólskan prest sem snéri baki við kirkjunni er hann ákvað að gifta sig og eignast fjölskyldu. En starfið gerir miklar kröfur til hans, ekki aðeins andlega heldur eyðir hann minni og minni tíma heima með fjölskyldunni; niðursokkinn í rannsókn á hrottafengnum morðmálum. Þegar dæmdur morðingi biður sérstaklega um að fá að ræða við Ainslie, manninn sem kom honum bak við lás og slá, áður en hann er tekinn af lífi. Og Ainslie stenst ekki mátið, enda vill hann freista þess að ná fram játningum á fleiri morðum sem hann telur morðingjann hafa framið. Arthur Hailey er margfrægur metsöluhöfundur sem skrifað m.a. Airport og Hotel sem báðar hafa verið kvikmyndaðar. Detective er byggð á einu af hans seinni tíma verkum og skarta auk Berengers í aðalhlutverkum Cybill Shepherd, Charles Durning. Seinni hluti framhaldsmyndarinnar verður sýndur á morgun, fimmtudag.

STÖÐ 2, KL. 22.00

þitt eigið
Kaffihús
Magic
Magic
Saeco
1964 - 2004
GRAM
BJÓDDU VINUM PÍNUM Í HEIMA-
Kaffihús
Magic Saeco
EXPRESSO - CAPPUCCINO
Kaffivélarnar mala og laga alla vinsælustu kaffi-drykkina á augabragði eins og á bestu kaffihúsum
AROMA
Fjölbreytt úrval bolla og fylgihluta
VIA VENEZIA Espresso
Mikið úrval af kaffivélum og kaffivörum
VIÐ DYRNAR
Einar Farestveit & Co.hf.
Borgartúni 28 • Símar: 520 7901 & 520 7900 • www.ef.is

EKKI MISSA AF ...

VH1 / KL. 20.00

VH1 All Access

Í þættinum í kvöld er rædd um hryllilega mjóar Hollywood-stjörnur og pressu á þær til að verða hrikalega grannar og halda sér þannig til að tolla í þessari hræðilegu tísku. Kvenstjörnur verða grennri og grennri og hefur holdafar þessara stjarna breyst í þráhyggju. Tískan byrjaði á tíunda áratugnum þegar stjörnur eins og Calista Flockhart og Lara Flynn Boyle ruddu brautina og verndu fyrirsagnir blaðanna vegna þyngdar sinnar. Nú eru allar aðalstjörnurnar í Hollywood byrjaðar að apa eftir þeim og virðast vera að hverfa.

BBC PRIME / KL. 20.00

Popcorn

Þættir sem bjóða upp á samtímasýn á nútímalífi. Oliver og Grace hafa verið bestu vinir í mörg ár. Allir furða sig yfir því hvers vegna þau hafa aldrei verið par en allt í einu takast með þeim ástir. Meðal leikanda eru Robson Green og Tina Hobley.

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL
Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT
12.30 Tennis: ATP Tournament Doha Qatar **16.00** Biathlon: World Cup Osrblie Slovakia **16.15** Biathlon: World Cup Oberhof Germany **18.00** Ski Jumping: World Cup Innsbruck **19.45** All Sports: Wednesday Selection **20.00** Equestrianism: World Cup Mechelen **21.00** All Sports: Casa Italia: Road to Torino 2006 **21.15** Olympic Games: Olympic Torch Relay **21.30** Rally: Rally Raid Dakar **22.00** Kick Boxing: Praag **0.00** Rally: Rally Raid Dakar

BBC PRIME
12.00 Porridge **12.30** Butterflies **13.00** Monarch of the Glen **14.00** Balamory **14.20** Andy Pandy **14.25** Tweenies **14.45** Fimbles **15.05** Tikkabilla **15.35** Stitch Up **16.00** Home From Home **16.30** Ready Steady Cook **17.15** The Weakest Link **18.00** Doctors **18.30** EastEnders **19.00** Changing Rooms **19.30** Rick Stein's Food Heroes **20.00** Popcorn **21.00** The Divine Michelangelo **22.00** Final Demand **23.25** Alistair McGowan's Big Impression **0.10** The Private Life of a Masterpiece **1.00** Trouble with Love **1.30** Trouble with Love **2.00** Flooded Britain

NATIONAL GEOGRAPHIC
12.00 Gladiator Wars **13.00** Rome – The Model Empire **14.00** Inside 9/11 **15.00** Inside 9/11 **16.00** Inside 9/11 **17.00** Inside 9/11 **18.00** Storm Stories **18.30** Storm Stories **19.00** Hunter Hunted **20.00** Megastructures **21.00** Seconds from Disaster **22.00** War of the Worlds – The Real Story **23.00** Seconds from Disaster **0.00** Seconds from Disaster **1.00** War of the Worlds – The Real Story

ANIMAL PLANET
12.00 Amazing Animal Videos **12.30** Monkey Business **13.00** Big Cat Diary **13.30** The Snake Buster **14.00** Meerkats **14.30** Predator's Prey **15.00** Animal Precinct **16.00** Pet Rescue **16.30** Wildlife SOS **17.00** Amazing Animal Videos **17.30** The Planet's Funniest Animals **18.00** The Snake Buster **18.30** Monkey Business **19.00** Predators **19.30** Big Cat Diary **20.00** Wild Indonesia **21.00** Animal Cops Detroit **22.00** Predators **22.30** Monkey Business **23.00** Emergency Vets **23.30** Hi-Tech Vets **0.00** Pet Rescue **0.30** Wildlife SOS **1.00** Wild Indonesia **2.00** The Snake Buster

DISCOVERY
12.00 American Chopper **13.00** Dream Machines **13.30** Dream Machines **14.00** Extreme Engineering **15.00** Massive Machines **15.30** Massive Engines **16.00** Scrapheap Challenge **17.00** A 4x4 is Born **17.30** A 4x4 is Born **18.00** American Chopper **19.00** Mythbusters – Specials **20.00** Europe's Richest People **21.00** A Haunting **22.00** Zero Hour **23.00** Mythbusters – Specials **0.00** Forensic Detectives **1.00** FBI Files **2.00** Europe's Secret Armies

MTV
12.00 Boiling Points **12.30** Just See MTV **13.00** Making the Video **13.30** Making the Video **14.00** The Fabulous Life Of **14.30** Wishlist **15.00** TRL Christina Aguilera Special **16.00** Switched On MTV **17.00** Just See MTV **17.30** MTV:new **18.00** Hit List UK **19.00** MTV Making the Movie **19.30** Making the Video **20.00** The Trip **20.30** The Osbournes **21.00** Top 10 at Ten **22.00** Jackass **22.30** Dirty Sanchez **23.00** The Lick **0.00** Just See MTV

VH1
12.00 So 80s **12.30** VH1 Hits **16.00** So 80s **17.00** VH1's Viewers Jukebox **18.00** Smells Like the 90s **19.00** VH1 Classic **19.30** Then & Now **20.00** VH1 All Access **20.30** MTV at the Movies **21.00** Pop Up Videos **21.30** Beavis & Butthead **22.00** VH1 Rocks **22.30** Flipside **23.00** Top 5 **23.30** Fabulous Life of **0.00** VH1 Hits

CLUB
12.20 Innertainment **12.45** Matchmaker **13.10** Fashion House **13.35** E-Love **14.00** It's a Girl Thing **14.30** Fantasy Open House **15.00** Weddings **15.30** Crime Stories **16.30** Design Challenge **17.00** Yoga Zone **17.25** The Method **17.50** Paradise Seekers **18.15** Fantasy Open House **18.40** E-Love **19.05** Girls Behaving Badly **19.30** Weddings **20.00** Awesome Interiors **20.25** Cheaters **21.15** Sextacy **22.10** My Messy Bedroom **22.35** Women Talk **23.00** My Messy Bedroom **23.30** Staying in Style **0.00** Power Food **0.30** The Villa **1.25** Weddings **1.50** Innertainment

E! ENTERTAINMENT
12.00 The E! True Hollywood Story **13.00** E! News **13.30** Hot Love Gone Bad **14.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **15.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **16.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **17.00** 101 Sexiest Celebrity Bodies **18.00** Fight For Fame **19.00** E! News **19.30** Style Star **20.00** The E! True Hollywood Story **21.00** 101 Craziest TV Moments **22.00** Party @ the Palms **22.30** Girls of the Playboy Mansion **23.00** Wild On **0.00** E! News **0.30** Style Star **1.00** Party @ the Palms **1.30** Girls of the Playboy Mansion **2.00** The E! True Hollywood Story

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

JETIX
12.20 Braceface **12.45** So Little Time **13.10** Goosebumps **13.35** Black Hole High **14.00** Spiderman **14.25** Moville Mysteries **14.50** Digimon II **15.15** Martin Mystery **15.40** Totally Spies **16.05** W.i.t.c.h **16.30** Sonic X

MGM
12.50 The Bridge at Remagen **14.45** Crucible of Horror **16.15** Number One **18.00** A Home of Our Own **19.45** Knightriders **21.45** Jinxed! **23.25** Access Code **0.55** Thieves Like Us

TCM
20.00 Dark Passage **21.50** ...tick...tick...tick... **23.25** Village of the Damned **0.45** Edge of the City

HALLMARK
12.00 Finding Buck McHenry **13.45** Mrs. Lambert Remembers Love **15.15** A Storm in Summer **17.00** Just Cause **17.45** Mcleod's Daughters II **18.30** Hiroshima **20.15** Bait **22.00** Strange Relations **23.45** Hiroshima **1.30** Bait **3.15** Strange Relations

BBC FOOD
12.00 The Cookworks **12.30** Made to Order **13.00** Beauty and the Feast **13.30** Food Source Asia **14.00** Rocco's Dolce Vita **14.30** Friends for Dinner **15.00** Delia's How to Cook **15.30** Douglas Chew Cooks Asia **16.00** Wild and Fresh **16.30** Ready Steady Cook **17.00** The Italian Kitchen **17.30** Rick Stein's Food Heroes **18.00** New Scandinavian Cooking **18.30** Capital Floyd **19.00** Rachel's Favourite Food **19.30** Street Cafe **20.00** Ever Wondered About Food **20.30** Paradise Kitchen **21.00** Can't Cook Won't Cook **21.30** Just in Africa **22.00** Chef at Home **22.30** Ready Steady Cook

DR1
12.00 Sport 2005 **13.20** Genbrugsguld **13.50** Nyheder på tegnsprog **14.00** TV Avisen med vejret **14.10** Dawson's Creek **15.00** Angie – en rapper **15.25** Snoop Dog Special **15.40** Becoming **16.00** Scooby Doo **16.20** Konrad og Bernhard **16.30** 21 døgn – i junglen! **17.00** Johanne i Troldeskoven **17.30** TV Avisen med Sport og Vejret **17.55** Dagens Danmark **18.25** TV Avisen **18.30** Rabatten **19.00** DR 1 Dokumentaren – Krigerne **19.35** Nationen **20.00** TV Avisen **20.25** Profilen **20.50** SportNyt **21.00** Elsker, elsker ikke **22.30** Onsdags Lotto **22.35** Krøniken

SV1
12.05 Afrikas drottning **14.00** Rapports årskrönika 2005 **15.00** Rapport **15.10** Gomorron Sverige **16.00** Solens mat **16.30** Lysande, Sickan! **17.00** Bolibompa **17.01** Nils och Nisse **17.20** Jag och girafferna **17.30** Expedition vildmark **18.00** Rea **18.30** Rapport **19.00** Stjärnorna på slottet **20.00** Kommissarie Lynley **21.30** Nobelpriset 2005 – Fredskonsert **22.30** Rapport **22.40** Inbitna vinterbadare **23.10** Sändning från SVT24

Sjónarhóll
Gleraugnaverslun
í Hafnarfirði

Gleraugu fyrir jólin !

Reykjavíkurvegur 22
S. 565-5970
www.sjonarholl.is

ÁSKRIFT: 515 6100 | WWW.STOD2.IS | SKÍFAN | OG VODAFONE

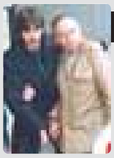
ÍSLENSK SNILLD

Stelpurnar í leikstjórn Óskars Jónassonar laugardaga kl. 20:20

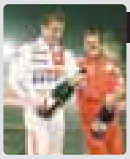
DRAMA ▶ 22.25 FÉLAGAR

SPENNA ▶ 22.45 INSPECTOR LYNLEY MYSTERIES

LÍFSSTÍLL ▶ 22.50 SEX INSPECTORS



HEIMILDARMYND ▶ 22.15 CAPTURING THE FRIEDMANS



ÍÞRÓTTIR ▶ 22.00 RACE OF CHAMPIONS

SJÓNVARPIÐ

DAGUR

17.05 Leiðarljós **17.50** Táknmálsfréttir **18.00** Stundin okkar

KVÖLD

18.30 Latibær Textað á síðu 888 í Textavarpi. e.
19.00 Fréttir, íþróttir og veður
19.35 Kastljós
20.25 Nýgræðingar (91:93) (Scrubs)
20.50 Svona var það (That 70's Show)
21.15 Launráð (Alias IV)
22.00 Tíufréttir
▶ **22.25 Félagar (1:3)** (The Rotters' Club) Breskur myndaflokkur um þrjá vini sem vaxa úr grasi í Birmingham á áttunda áratugnum. Leikstjóri er Tony Smith og meðal leikenda eru Geoff Breton, Kevin Doyle, Rebecca Front, Alice O'Connell, James Daffern og Nicholas Shaw. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.

NÓTT

23.20 Aðþrengdar eiginkonur (20:23) **0.05** Kastljós **0.55** Dagskrárlok

STÖÐ 2

MORGUN

6.58 Ísland í bítið **9.00** Bold and the Beautiful **9.20** Í fínu formi 2005 **9.35** Oprah **10.20** My Sweet Fat Valentina **11.10** Alf **11.35** Whose Line is it Anyway

DAGUR

12.00 Hádegisfréttir **12.25** Neighbours **12.55** Í fínu formi 2005 **13.10** Two and a Half Men **13.35** New Homes from Hell **14.25** The Block 2 **15.10** David Blaine **16.00** Jimmy Neutron **16.25** Með afa **17.20** Barney **17.45** Bold and the Beautiful **18.05** Neighbours

KVÖLD

18.30 Fréttir, íþróttir og veður
19.00 Ísland í dag
19.35 The Simpsons (15:22)
20.00 Strákarnir
20.30 Meistarinn Nýr íslenskur spurningaþáttur í umsjá Loga Bergmanns Eiðssonar.
21.20 Detective (Rannsóknarlögreglan)Framhaldsmynd mánaðarins. Bönnuð börnum.
▶ **22.45 Inspector Lynley Mysteries (3:8)** Breskir sakamálaþættir eins og þeir gerast bestir, í anda Morse og Taggart. Linley rannsóknarlögreglumaður er harður í horn að taka og nýtur sérlegrar aðstoðar DC Harvey við rannsókn á morðmálunum sem aðrir ráða ekki við. Bönnuð börnum.

NÓTT

23.30 Six Feet Under **0.20** Rejseholdet (Bönnuð börnum) **1.35** Rejseholdet (Bönnuð börnum) **2.55** Webs (Bönnuð börnum) **4.20** Third Watch **5.05** The Simpsons **5.30** Fréttir og Ísland í dag **6.35** Tónlistarmyndbönd

SKJÁREINN

DAGUR

17.55 Cheers – 9. þáttaröð **18.20** Queer Eye for the Straight Guy (e)

KVÖLD

19.20 Fasteignasjónvarpið
19.30 Complete Savages (e)
20.00 Family Guy
20.30 Malcolm In the Middle
21.00 Will & Grace
21.30 The King of Queens
22.00 House House og læknagengið hans reyna að finna út úr því hvað er að valda heila- og nýrnaskaða hjá þunguðum konum.
▶ **22.50 Sex Inspectors** Kynlífssérfræðingarnir Tracey Cox og Michael Alveir greiða úr kynlífsvanda para í þáttunum The Sex Inspectors. Þau greina ástarlíf fólksins og reyna að einangra vandamálið.

NÓTT

23.35 Jay Leno **0.20** Jamie Oliver's School Dinners (e) **1.10** Cheers – 9. þáttaröð (e) **1.35** Fasteignasjónvarpið (e) **1.45** Óstöðvandi tónlist

SIRKUS

KVÖLD

18.30 Fréttir NFS
18.55 Fashion Television (10:34)
19.20 Ástarfleyið (11:11)
20.00 Friends 6 (2:24) (Vinir)
20.30 Sirkus RVK (10:30) Sirkus Rvk er nýr þáttur í umsjá Ásgeirs Kolbeinssonar, þar sem hann tekur púlsinn á öllu því heitasta sem er að gerast.
21.00 Smallville (4:22) (Devoted)
21.45 Girls Next Door (10:15)
▶ **22.15 Capturing the Friedmans** Sláandi heimildarmynd um fjölskyldu sem virðist á yfirborðinu vera ofurvenjuleg en liðast í sundur þegar faðirinn er kærður ásamt yngsta syni sínum fyrir að hafa misnotað börn sem komu á heimili þeirra til að læra á tölvur.

NÓTT

0.00 Friends 6 (2:24) (e) **0.25** The Newlyweds (24:30)

SÝN

DAGUR

18.00 Íþróttaspjallið **18.12** Sportið

KVÖLD

18.30 Stump the Schwab (Veistu svarið?)
19.00 X-Games 2005 (X-Games 2005 – þáttur 8)
20.00 US PGA 2005 – Inside the PGA Tour
20.30 Preview Show 2006
21.00 NFL-tilþrif .
21.30 Fifth Gear
▶ **22.00 Race of Champions – 2005 Highlights** Fremstu ökuþórar heims mættu hver öðrum í Race of Champions. Ökumennirnir eru þekktar stjörnur úr Formúlunni, ralli og NASCAR en á meðal keppenda voru David Coulthard, Sebastien Loeb, Colin McRace, Jeff Gordon og Marcus Grönholm.
22.55 Bandaríska mótaröðin í golfi

FRÉTTIR

22.30

HRAFNAÞING/ MIKLABRAUT

NFS

7.00 Ísland í bítið **9.00** Fréttavaktin fyrir hádegi **12.00** Hádegisfréttir/Markaðurinn/Íþróttafréttir/Veðurfréttir/Leiðarar dagblaða/Hádegisfréttaviðtal **13.00** Íþróttir/lífsstíll

13.10 Íþróttir – í umsjá Þorsteins Gunnarssonar. **14.00** Hrafnaþing/Miklabraut **15.00** Fréttavaktin eftir hádegi **18.00** Kvöldfréttir/Fréttayfirlit/Ítarlegar veðurfréttir/Íþróttafréttir/Kvöldfréttir NFS/Ísland í dag/Yfirlit frétta og veðurs.

20.00 **Fréttir**
20.10 **Fréttaljós**
21.00 **Fréttir**
21.10 **60 Minutes** Framúrskarandi fréttaþáttur sem vitnað er í.
22.00 **Fréttir**
22.30 **Hrafnaþing/Miklabraut** Hrafnaþing er í umsjá Ingva Hrafns Jónssonar og Miklabraut í umsjá Sigurðar G. Tómassonar.

23.15 Kvöldfréttir/Fréttayfirlit/Ítarlegar veðurfréttir/Íþróttafréttir/Kvöldfréttir NFS/Ísland í dag/Yfirlit frétta og veðurs. **0.15** Fréttavaktin fyrir hádegi **3.15** Fréttavaktin eftir hádegi **6.15** Hrafnaþing/Miklabraut

STÖÐ 2 BÍÓ

6.00 Frank McKlusky, C.I. **8.00** Grease **10.00** Life or Something Like It **12.00** 50 First Dates **14.00** Frank McKlusky, C.I. **16.00** Grease **18.00** Life or Something Like It

20.00 **50 First Dates** (50 fyrstu stefnumótin) Aðalhlutverk: Drew Barrymore, Adam Sandler og Rob Schneider.

22.00 **The Recruit** (Nýliðinn) Aðalhlutverk: Al Pacino, Colin Farrell, Bridget Moynahan og Gabriel Macht. Stranglega bönnuð börnum.

0.00 Unfaithful (Stranglega bönnuð börnum) **2.00** The Ring (Stranglega bönnuð börnum) **4.00** The Recruit (Stranglega bönnuð börnum)

ENSKI BOLTINN

14.00 Chelsea – Birmingham frá 31.12 **16.00** Charlton – West Ham frá 31.12 **18.00** Tottenham – Newcastle frá 31.12

20.00 **Að leikslokum** Snorri Már Skúlason fer með stækkunargler á leiki helgarinnar.

21.00 **Bolton – Liverpool frá 2.1** Leikur sem fram fór síðast liðinn mánudag.

23.00 Man. City – Tottenham frá 4.1 **1.00** Fulham – Sunderland frá 2.1 **3.00** Dagskrárlok

OMEGA

Dagskrá allan sólarhringinn.

AKSJÓN

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

...Fleiri stöðvar á næstu opnum »»

KVEIKTU Á ÞESSU ...

Capturing the Friedmans

Heimildarmyndir hafa átt vaxandi gengi að fagna upp á síðkastið enda hafa þær sífellt orðið betri. Ekki nóg með það heldur virðast heimildarmyndagerðarmenn loksins farnir að átta sig á gildi þess að myndir þeirra nái til sem flestra áhorfenda, að hæglega megi gera heimildarmyndir um viðfangefni sem vekja almennan áhuga og að vel sé mögulegt að gera slíkar myndir aðgengilegar án þess að slakað sé á kröfum um vönduð og gagnrýnin vinnubrögð.

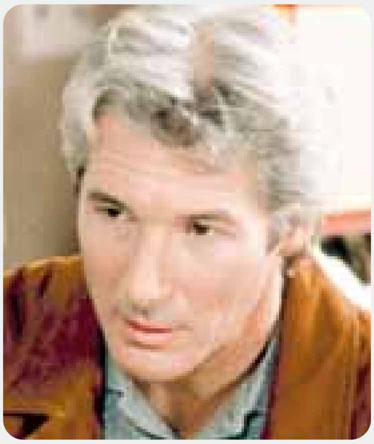
Ein af þeim kvikmyndum sem átt hefur þátt í að kveikja loksins áhuga almennings á þessu stórlega vanmetna kvikmyndaformi er bandarísk að uppruna og heitir Capturing the Friedmans. Var hún ekki einasta sýnd vestanhafs við fádæma góðar undirtektir heldur gekk hún einnig afar vel í kvikmyndahúsum hér á landi er hún var sýnd á bandaríska indí-dögum í ágúst í fyrra. Myndin þykir enda afar vel gerð; og er áleitnari, áhrifameiri og persónulegri en maður á að venjast af bandarískum heimildamyndum. Segir hún frá skelfilegu leyndarmáli sem Friedman-fjölskyldan, ofurvenjuleg millistéttarfjölskylda í ónefndu úthverfi, þagði eins og gröfin yfir, allt þar til faðirinn og yngsti sonurinn voru handteknir fyrir að vera grunaðir um að hafa framið skelfilega glæpi.

SIRKUS, KL. 22.15

Meistarinn

Hefst nú leitin að Meistaranum. Meistarinn er nýr íslenskur spurningaþáttur í umsjá Loga Bergmanns Eiðssonar sem reynir á þekkingu, kænsku og heppni keppenda. Hér er á ferð ekta spurningakeppni sem sameinar alla bestu eiginleika góðra spurningakeppna. Keppnin er með útsláttarfyrirkomulagi. Tveir etja kappi í hverjum þætti keppt verður uns einn keppandi stendur eftir sem sigurvegarinn. Meistarinn. 22 hefja þátttöku. Einn stendur eftir sem Meistarinn og fær að sigurlaunum heilar fimm milljónir króna. Í kvöld keppa Erlingur Hansson framhaldsskólakennari og Steinþór H. Arnsteinsson, blaðamaður og fyrrverandi sigurvegari í Gettu betur með Borgarholtsskóla.

STÖÐ 2, KL. 20.30



Hæfileikaríkur mannvinur

» Richard Gere

Richard Gere fæddist árið 1949 í Philadelphia. Hann var næstelstur af fimm börnum en faðir hans vann sem tryggingasölumaður. Richard byrjaði ungur að spila á mörg hljóðfæri og semja tónlist. Richard fór á fimleikaskólastyrk í háskóla í Massachusetts þar sem hann lærði heimspeki. Hann hætti í skólanum eftir tveggja ára nám til að halda áfram í leiklistinni og fékk hlutverk í uppfærslu af Grease í London árið 1973. Hann lék einnig í leikritunum Taming of the Shrew og fékk hlutverk í kvikmyndunum Looking for Mr. Goodbar. Hann eyddi tíma sínum á þessum árum í að ferðast um Nepal þar sem hann talaði við marga búddamunka. Hann sneri til Bandaríkjana og lék í leikritinu Bent og hlaut verðlaun fyrir frammistöðu sína. Hann hreppti titilhlutverkið í American Gigolo sem þeytti honum á stjörnuhimininn. Hann lék stuttu seinna í stórmyndinni An Officer and a Gentleman. Í byrjun níunda áratugsins fór Richard til Hondúras og El Salvador á meðan stríði stóð, ferðaðist um með lækni og heimsótti flóttamannabúðirnir. Hann hefur verið talsmaður mannúðarsamtaka síðan. Árið 1990 lék Richard svo eftirminnilega með Juliu Roberts í myndinni Pretty Woman en þau endurtóku leikinn seinna og léku saman í myndinni Runaway Bride, en báðar myndirnar rökuðu inn heilmiklum peningum. Richard og fyrirsætan Cindy Crawford giftust árið 1991 en skildu fjórum árum seinna. Richard eignaðist árið 2000 barn með leikkonunni Carey Lowell.

STÖÐ 2 BÍÓ, UNFAITHFUL, KL. 24.00

Svona var það ‘76 – í alvöru

» The Rotters’ Club

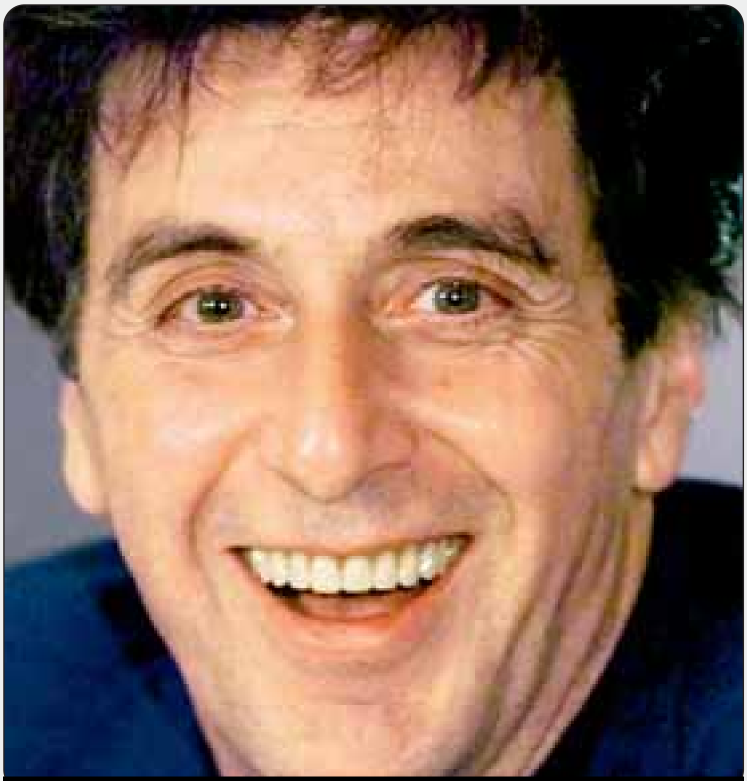
Félagar, eða The Rotters’ Club, heitir nýr breskur framhaldsþáttur frá BBC í þremur hlutum sem sýndur verður í Sjónvarpinu í kvöld og tvo næstu fimmtudaga. Þátturinn er byggður á samnefndri metsölubók eftir rithöfundinn Jonathan Coe sem er að hluta sjálfsævisöguleg að því marki að Coe var sjálfur á unglingsaldri á áttunda áratug síðustu aldar, um það leyti sem sagan á sér stund. Staðurinn er Birmingham, næststæsta borg Bretlands, og við fylgjumst þar með þremur vinum vaxa úr grasi.

Höfundurinn Coe vildi með sögunni blása á margar af þeim, að því er hann telur, þrálátu klisjum sem ráða ríkjum þegar fjallað er um þetta tímabil. Það hafi sannarlega ekki allt verið að drukkna í glysrokki, geimfaralegum satínsamfestingum, háhæluðum bomsum og taumlausu kæruleysi. Slíkt hafi hann sjálfur a.m.k. ekki þekkt. Þættirnir þrír gerast á árunum 1974-1976. Vinirnir Ben, Doug og Phillip eru að mestu leyti venjulegir strákar. Eiga margt sameiginlegt, en alls ekki allt, t.d. ekki pólitík eins og þeir komast að þegar þeir verða nógu gamlir til að fara að velta fyrir sér slíkum hlutum. Þá kemur upp úr kafinu að Doug er bullandi vinstrisinni á meðan Ben og Phillip kæra sig kollótta um allar slíkar hugsjónir og vilja heldur einbeita sér að proggrokksveitinni sinni sem þeir binda miklar vonir við að eigi eftir að slá í gegn og gera þá að goðum – einkum í augum hins kynsins, sem engum þeirra hefur tekist að skilja eða heilla fram til þessa.

En á meðan lífið þeirra er sveipað sakleysi æskunnar, áhyggjuleysi unglingsáranna, kraumar þjóðfélagið undir niðri og vofeiflegir atburðir eru yfirvofandi í Birmingham sem eiga eftir að skilja eftir djúp sár á þeim öllum og fjölskyldum þeirra. The Rotters’ Club þykir allt í senn vera fyndinn, áhrifamikill og vel gerður framhaldsþáttur sem gefur sanna og trúverðuga mynd af tímaskeiði sem oftar en ekki er falið í sælumóðu nostalgíunnar.

Leikstjóri er Tony Smith og meðal leikenda eru Geoff Breton, Kevin Doyle, Rebecca Front, Alice O'Connell, James Daffern, Nicholas Shaw, Hugo Speer, Rasmus Hardiker og Sarah Lancashire. Atriði í þáttunum eru ekki við hæfi barna.

RÚV, KL. 22.25



Þetta vissum við ekki um

Al Pacino

- Hann hætti í skóla þegar hann var sautján ára.
- Faðir hans er ættaður frá Sikiley.
- Francis Ford Coppola bað Pacino að leika Captain Willard í mynd hans Apocalypse Now. Pacino hafnaði hlutverkinu og sagði að hann myndi gera allt fyrir Francis fyrir utan að fara í stríð!
- Hann hætti að reykja tvo pakka á dag af sígarettum árið 1994 til að vernda röddina sína.
- Hann er mikill aðdáandi óperu og Shakespeare.
- Hann er ein af fáum stjörnum í Hollywood sem hafa aldrei gifst.
- Uppáhaldsliturinn hans er svartur.
- Þjáist af krónísku svefnleysi.

STÖÐ 2 BÍÓ, THE RECRUIT, KL. 22.00

ÁSKRIFT: 515 6100 | WWW.STOD2.IS | SKÍFAN | OG VODAFONE

Síminn

FYNDNIR FJÓRA DAGA VIKUNNAR

Strákarnir mánudaga til fimmtudaga kl. 20

GOTT FÓLK McCANN

EKKI MISSA AF ...

BBC PRIME / KL. 21.30

Strictly Ice Dancing

Sex stjörnur, fjögurra vikna þjálfun, einn níutíu sekúndna dans, til að leita að sigurvegara Strictly Ice Dancing Champions. Kynnar þáttarins eru Bruce Forsyth og Tess Daly en stjörnurnar sem keppa um titilinn eftirsótta eru fótboltagoðsögnin Paul Gascoigne og David Seaman, DIY-drottningin Carol Smillie, leikkonan Scarlett Johnson, Liberty X poppsöngkonan Jessica Talyor, leikarinn Marcus Patric og gamanleikarinn Roland Rivron.

MTV / KL. 20.30

The Osbournes

Raunveruleikaþátturinn með Osbourne-fjölskyldunni hefur farið sigurför um heiminn. Þessi skrýtna fjölskylda samanstendur af Jack, Kelly, Sharon og síðast en ekki sjálfum Ozzy Osbourne. Gleymdu Brady Bunch og Cosby-fjölskyldunni, Osbourne-gengið er frægasta sjónvarpsfjölskylda í heimi og þau eru svo raunveruleg og næstum of hrá fyrir sjónvarpsútsendingu. Stilltu á ljótt orðbragð, óútreiknanlega hegðun og dýragarðsfíling.

ERLENDAR STÖÐVAR

SKY NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

CNN INTERNATIONAL
Fréttir allan sólarhringinn.

FOX NEWS
Fréttir allan sólarhringinn.

EUROSPORT
12.30 Tennis: ATP Tournament Doha Qatar **14.15** Alpine Skiing: World Cup Zagreb Croatia **15.15** Biathlon: World Cup Oberhof Germany **16.15** Biathlon: World Cup Oberhof Germany **18.00** Ski Jumping: World Cup Bischofshofen **19.30** Alpine Skiing: World Cup Zagreb Croatia **20.00** Boxing: IBF World Title Leipzig **21.30** Rally: Rally Raid Dakar **22.00** Ski Jumping: World Cup Bischofshofen **23.30** Rally: Rally Raid Dakar **0.00** Olympic Games: Olympic Magazine

BBC PRIME
12.00 Porridge **12.30** Butterflies **13.00** Monarch of the Glen **14.00** Balamory **14.20** Andy Pandy **14.25** Tweenies **14.45** Fimbles **15.05** Tikkabilla **15.35** S Club 7: Viva S Club **16.00** Cash in the Attic **16.30** Ready Steady Cook **17.15** The Weakest Link **18.00** Doctors **18.30** EastEnders **19.00** As Time Goes By **19.30** 2 point 4 Children **20.00** Top of the Pops **20.35** Cutting It **21.30** Strictly Ice Dancing **22.30** The Office Specials **23.15** The Office Specials **0.05** Michael Palin's Hemingway Adventure **1.00** State of the Planet **2.00** Discovering Science

NATIONAL GEOGRAPHIC
12.00 Demolition Squad **12.30** Demolition Squad **13.00** Demolition Squad **13.30** Demolition Squad **14.00** Demolition Squad **14.30** Demolition Squad **15.00** Megastructures **16.00** Megastructures **17.00** Megastructures **18.00** Storm Stories **18.30** Storm Stories **19.00** Hunter Hunted **20.00** Megastructures **21.00** Eruption At Pinatubo **22.00** The Super Twisters **23.00** Seconds from Disaster **0.00** Eruption At Pinatubo **1.00** The Super Twisters

ANIMAL PLANET
12.00 Amazing Animal Videos **12.30** Monkey Business **13.00** Big Cat Diary **13.30** The Snake Buster **14.00** Wild Indonesia **15.00** Animal Precinct **16.00** Pet Rescue **16.30** Wildlife SOS **17.00** Amazing Animal Videos **17.30** The Planet's Funniest Animals **18.00** The Snake Buster **18.30** Monkey Business **19.00** Weird Nature **19.30** Big Cat Diary **20.00** The Chimps **21.00** Animal Cops Detroit **22.00** Weird Nature **22.30** Monkey Business **23.00** Emergency Vets **23.30** Hi-Tech Vets **0.00** Pet Rescue **0.30** Wildlife SOS **1.00** The Chimps **2.00** The Snake Buster

DISCOVERY
12.00 American Chopper **13.00** A 4x4 is Born **13.30** A 4x4 is Born **14.00** Building the Ultimate **14.30** Building the Ultimate **15.00** Massive Machines **15.30** Massive Engines **16.00** Scrapheap Challenge **17.00** Wheeler Dealers **17.30** Wheeler Dealers **18.00** American Chopper **19.00** Mythbusters **20.00** Dr G **21.00** FBI Files **22.00** FBI Files **23.00** Mythbusters **0.00** Forensic Detectives **1.00** FBI Files **2.00** Weapons of War

MTV
12.00 Boiling Points **12.30** Just See MTV **13.00** MTV News Now **13.30** Making the Video **14.00** MTV Jammed **14.30** Wishlist **15.00** Eminem & 50 Cent: Anger Management Tour **16.00** Dismissed **16.30** Just See MTV **17.30** MTV:new **18.00** The Base Chart **19.00** Pimp My Ride **19.30** Punk'd **20.00** Wonder Showzen **20.30** The Osbournes **21.00** Top 10 at Ten **22.00** Switched On MTV **23.00** Superock **0.00** Just See MTV

VH1
12.00 So 80s **12.30** VH1 Hits **16.00** So 80s **17.00** VH1's Viewers Jukebox **18.00** Smells Like the 90s **19.00** VH1 Classic **19.30** Then & Now **20.00** Fortune Files **20.30** MTV Live Bon Jovi **21.00** Hogan Knows Best **21.30** Beavis & Butthead **22.00** VH1 Rocks **22.30** Flipside **23.00** Staying Alive **23.30** Transit Staying Alive **1.00** Chill Out **1.30** VH1 Hits

E! ENTERTAINMENT
12.00 The E! True Hollywood Story **13.00** E! News **13.30** Celebrity Soup **14.00** High Price of Fame **15.00** High Price of Fame **16.00** What Hollywood Taught Us About Sex **18.00** Rich Kids: Cattle Drive **19.00** E! News **19.30** Girls of the Playboy Mansion **20.00** The E! True Hollywood Story **21.00** 101 Craziest TV Moments **22.00** Supermodels Gone Bad **22.30** Party @ the Palms **23.00** Wild On **0.00** E! News **0.30** Fashion Police **1.00** Supermodels Gone Bad **1.30** Party @ the Palms **2.00** The E! True Hollywood Story

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

JETIX
12.20 Braceface **12.45** So Little Time **13.10** Goosebumps **13.35** Black Hole High **14.00** Spiderman **14.25** Moville Mysteries **14.50** Digimon II **15.15** Martin Mystery **15.40** Totally Spies **16.05** W.i.t.c.h **16.30** Sonic X

CNN INTERNATIONAL
12.00 World News Asia **13.00** World News **13.30** Talk Asia **14.00** World News Asia **15.00** World News **15.30** World Sport **16.00** Your World Today **19.30** World Business Today **20.00** World News Europe **20.30** World Business Today **21.00** World News Europe **21.30** World Sport **22.00** Business International **23.00** Insight **23.30** World Sport **0.00** CNN Today **2.00** Larry King Live

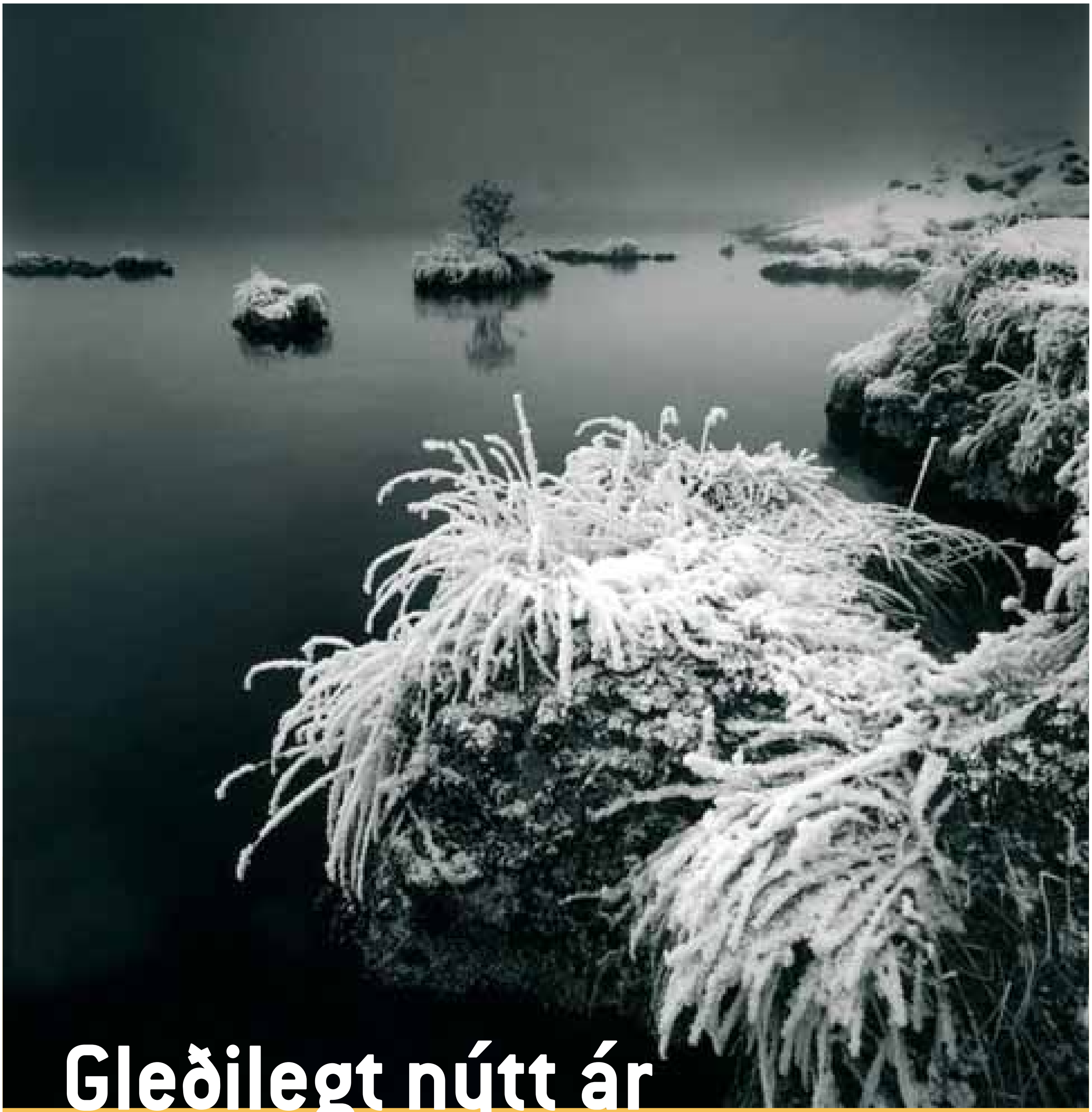
TCM
20.00 Cool Breeze **21.40** Brewster McCloud **23.25** The Best House in London **1.00** The Fearless Vampire Killers

HALLMARK
12.00 W.E.I.R.D. World **13.30** Nowhere to Land **15.15** The Red Sneakers **17.00** Just Cause **17.45** Mcleod's Daughters II **18.30** Hiroshima **20.00** Doc Martin **21.00** The Inspectors 2: A Shred of Evidence **22.45** Doc Martin **23.45** Hiroshima **1.30** The Inspectors 2: A Shred of Evidence

BBC FOOD
12.00 New Scandinavian Cooking **12.30** Capital Floyd **13.00** Rachel's Favourite Food **13.30** Street Cafe **14.00** Ever Wondered About Food **14.30** Paradise Kitchen **15.00** Can't Cook Won't Cook **15.30** Just in Africa **16.00** Chef at Home **16.30** Ready Steady Cook **17.00** The Rankin Challenge **17.30** James Martin Sweet **18.00** Wild and Fresh **18.30** Ching's Kitchen **19.00** The Italian Kitchen **19.30** A Cook's Tour **20.00** Made to Order **20.30** Big Kevin Little Kevin **21.00** Dinner Party Inspectors **21.30** Chalet Slaves **22.00** The Big Stew **22.30** Ready Steady Cook

DR1
12.00 Dyrehospitalet **12.30** Nationen **12.50** Hvad er det værd? **13.20** Uventet besøg **13.50** Nyheder på tegnsprog **14.00** TV Avisen med vejret **14.10** Dawson's Creek **15.00** Liga DK **16.00** Den amerikanske drage: Jake Long **16.20** Ulven der sultede **16.30** Livet ifølge Rosa **17.00** Fandango **17.30** TV Avisen med Sport og Vejret **17.55** Dagens Danmark **18.25** TV Avisen **18.30** Lægens bord **19.00** DR 1 Dokumentaren – Ej blot til lyst **20.00** TV Avisen **20.25** Penge **20.50** SportNyt **21.00** Dinas Dates **21.30** Dødens Detektiver **21.55** Bulletproof **23.15** Liga DK

SV1
12.05 Allsång på Skansen: Julspecial **13.05** Stjärnorna på slottet **14.05** Världscupen: Alpint Zagreb **15.30** 50 år med Siwan **17.00** Världscupen: Alpint Zagreb **17.15** BoliBompa **17.16** Piggley Winks äventyr **17.45** Ett + ett = ett **18.00** Hela Köret **18.30** Rapport **18.50** Hålla färgen **19.00** Mat/Tina **19.30** Hemvärnets glada dagar **21.50** Rapport **21.55** Misstänkt för mord **0.00** Sändning från SVT24



Gleðilegt nýtt ár

Íbúðalánasjóður óskar
landsmönnum árs og friðar
og þakkar viðskiptin á árinu

Íbúðalánasjóður - fyrir alla

Íbúðalánasjóður

www.ils.is | Borgartúni 21 | 105 Reykjavík | Sími: 569 6900 - 800 6969 | Fax: 569 6800

FABRIKAN

Fæst án lyfseðils
NOVARTIS
CONSUMER HEALTH
Voltaren Dolo
20 comprimés filmés
Fljótvirkt verkjalyf
m.a. við tíðaverkjum
Inniheldur engin ávanabindandi efni
VoltarenDolo®
Díklófenak-K 12,5 mg
ARNARSON.TK · DOL-001-210205
Voltaren Dolo® (díklófenak kalíum) 12,5 mg töflur. Notaðar við vægum eða frekar vægum verkjum, svo sem höfuðverk, tannpínu og tíðaþrautum. Verkar einnig hitalækkandi. Dragi ekki úr einkennum á nokkrum dögum, skal leita til læknis. Þeir sem eru með eða hafa haft sögu um maga- eða skeifugarnarsár eða skerta lifrarstarfsemi ættu að ráðfæra sig við lækni áður en lyfið er notað. Þeir sem þola ekki acetýlsalisýru, íbuprófen eða önnur bólgueyðandi lyf eða eru með astma eiga ekki að nota Voltaren Dolo®. Notið lyfið ekki á meðgöngu nema í samráði við lækni, en aldrei á síðasta þriðjungi meðgöngu. Leitið ráða læknis eða lyfjafræðings um milliverkanir við önnur lyf. Lesa skal vandlega leiðbeiningar á umbúðum og fylgiseðli. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá.

NOVARTIS
CONSUMER HEALTH
2 g crème/krem
Vectavir 1%
penciclovir.
Vectavir á frunsuna
Handhæg vörn, þægileg í veskið.
Fæst án lyfseðils!
Viltu losna við frunsuna?
Vectavir verkar frá byrjun einkenna.
Vectavir verkar einnig á blöðrur.
Vectavir á 2 klst. fresti í 4 daga.
Vectavir krem 2 g án lyfseðils.
Vectavir ... í veskið!
Vectavir krem er áhrifaríkt lyf til meðferðar á frunsu af völdum Herpes Simplex. Vectavir virkar á öllum stigum frunsunnar frá sting eða æðasláttar til blöðru. Í Vectavir er virka efnið penciklóvír sem stöðvar framgang veirunnar. Vectavir er ætlað fullorðnum og börnum eldri en 12 ára. Berið Vectavir á frunsusvæðið á 2 klst fresti í 4 daga. Berið á rétt fyrir svefn og um leið og vaknað er. Dæmigert er að frunsa komi fram við ofreynslu, kvef eða inflúensu eða í mikilli sól (t.d. á skíðum). Ekki á að nota lyfið ef að áður hefur komið fram ofnæmi fyrir penciklóvír, famciklóvír eða öðrum innihaldsefnum. Með Vectavir grær frunsan hraðar, verkir minnka og smittími styttist. Vectavir kremið 2 g fæst án lyfseðils. Lesið vel leiðbeiningar sem fylgja lyfinu. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá.

NOVARTIS
CONSUMER HEALTH

Vectavir á frunsuna

Handhæg vörn, þægileg í veskið.

Fæst án lyfseðils!

Viltu losna við frunsuna?

Vectavir verkar frá byrjun einkenna.

Vectavir verkar einnig á blöðrur.

Vectavir á 2 klst. fresti í 4 daga.

Vectavir krem 2 g án lyfseðils.

Vectavir ... í veskið!

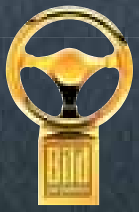
Vectavir krem er áhrifaríkt lyf til meðferðar á frunsu af völdum Herpes Simplex. Vectavir virkar á öllum stigum frunsunnar frá sting eða æðasláttar til blöðru. Í Vectavir er virka efnið penciklóvír sem stöðvar framgang veirunnar. Vectavir er ætlað fullorðnum og börnum eldri en 12 ára. Berið Vectavir á frunsusvæðið á 2 klst fresti í 4 daga. Berið á rétt fyrir svefn og um leið og vaknað er. Dæmigert er að frunsa komi fram við ofreynslu, kvef eða inflúensu eða í mikilli sól (t.d. á skíðum). Ekki á að nota lyfið ef að áður hefur komið fram ofnæmi fyrir penciklóvír, famciklóvír eða öðrum innihaldsefnum. Með Vectavir grær frunsan hraðar, verkir minnka og smittími styttist. Vectavir kremið 2 g fæst án lyfseðils. Lesið vel leiðbeiningar sem fylgja lyfinu. Geymið þar sem börn hvorki ná til né sjá.

COLT

Verð **1.485.000 kr.**

MASC stöðugleikastýring · ABS hemlalæsivörn · EBD hemlajöfnunarkerfi
MATC spyrnustýring · Akstursstölva · Hiti í framsætum · Fjarstýrðar samlæsingar
Rafdrifnar rúðuvindur að framan

HVÍTA HÚSIÐ / SÍA



Gullna stýrið og bíll ársins í Danmörku

Mitsubishi Colt snýr aftur eftir langa bið og óhætt að segja að hún hefur verið þess virði.

Bíllinn hefur sópað að sér verðlaunum, enda kostirnir augljósir: glæsileg hönnun, mikið innra rými með mikla möguleika, nýjar öflugar 94 og 109 hestafla vélar, 6 hraða „Allshift" sjálfskipting og margt fleira. Colt er óvenju vel búinn miðað við aðra bíla í sama stærðarflokki.

Komdu og prófaðu hann.

MITSUBISHI MOTORS

Umboðsmenn um land allt: Höldur hf., Akureyri, sími 461 6020 · HEKLA, Borgarnesi, sími 437 2100 · HEKLA, Ísafirði, sími 456 4666
HEKLA, Reyðarfirði, sími 470 5100 · HEKLA, Reykjanesbæ, sími 420 5000 · HEKLA, Selfossi, sími 482 1416

HEKLA, Laugavegi 174, sími 590 5000
www.hekla.is, hekla@hekla.is