



FRÍTT
EINTAK

Fyndnustu grínyrkjar Íslandssögunnar

Kaffibrúsakarlararnir

STANSLAUS STEYPA OG STURLAÐUR HLÁTUR

GÍSLI RÚNAR JÓNSSON

JÚLÍUS BRJÁNSSON

100.000

Skellihlægjandi áhorfendur sjá kaffibrúsakarlana, ef þeir hafa augun opin!



TRYGGÐU
ÞÉR MIÐA Á
MIÐI.IS

MIÐASALA Í FULLUM GANGI

KOMANDI SÝNINGAR

FÖSTUDAGUR	12. APRÍL	KL. 20.00	UPPSELT
LAUGARDAGUR	13. APRÍL	KL. 20.00	UPPSELT
FÖSTUDAGUR	19. APRÍL	KL. 20.00	ÖRFÁ SÆTI LAUS
LAUGARDAGUR	20. APRÍL	KL. 20.00	ÖRFÁ SÆTI LAUS
FÖSTUDAGUR	26. APRÍL	KL. 20.00	UPPSELT
LAUGARDAGUR	4. MAÍ	KL. 20.00	AUKASÝNING
FÖSTUDAGUR	10. MAÍ	KL. 20.00	AUKASÝNING

facebook.com/Kaffibrusakarlararnir



MIÐASALA Í AUSTURBÆ Í SÍMA 571 5900 OG Á MIÐI.IS

NESCAFÉ

HOMEBLEST GoTT...
...BÁÐUM MEGIN!

midi.is

AUSTURBÆR

Vissi snjórinn ekki að allir eiga að vera famir af nagladekkjum frá og með mánudeginum síðastliðnum?

PÁLL ÓSKAR Á 30 SEKÚNDUM

Það sem gleður mig mest þessa stundina: Hollenska Eurovision-lagið Birds með söngkonunni Anouk. Ég er búinn að hlusta á það 1.000 sinnum í dag.
Það sem veidd mér helst hugarangri þessa stundina: Of mikið að gera, of fáir klukkutímar í deginum.
Það fyrsta sem ég hyggst gera þegar ég mæti til Akureyrar: Faðma Dabba á Sjallanum, taka upp úr töskunum og hlaupa svo í „sándtékk“.



Mýnd/Ómar

Það fer mér illa að sitja of lengi á rassinum

Páll Óskar bregður sér í hlutverk dómara og dansleikjameistara á Akureyri um helgina þegar Söngkeppni framhaldsskólanna fer fram.

„Yfirborðskennnd og rembingur munu ekki eiga upp á pallborðið hjá mér, ótrúlegt en satt. Í svona keppnum vil ég ekki að söngvararnir séu að reyna að selja mér neitt heldur kys ég frekar heiðarleikann,“ segir Páll Óskar Hjálmtýsson um kröfur sínar til keppenda í Söngkeppni framhaldsskólanna þar sem gleðigjafinn sest í dómarsæti ásamt Agnesi Björt Andradóttur og Ragnhildi Gísladóttur. Keppnin fer fram á Akureyri um helgina og má með sannri segja að Páll Óskar verði þar með nokkur járnin í eldinum. „Ég mun líka skemmta á báðum böllum sem fara fram á föstudeginum og laugardeginum. Ég held að ég hafi reyndar fyrst og fremst verið ráðinn til að sjá um þessi parti og svo hafi skipuleggjendurnir bara hugsað með sér að það væri sniðugt að biðja mig um að dæma líka úr því að ég væri á annað borð að mæta,“ bætir hann við á léttum nótum. „Ég sló til en annars er mjög langt síðan ég hef dæmt svona keppni og ég hef ekki oft boðið mig fram til slíks. Ég get alveg leyst það vel af hólmi en

það fer mér annars ekkert voðalega vel að sitja á rassinum of lengi, ég verð bara óþolinmóður. Að lokum verð ég alltaf að komast upp á svið í palliuttugallanum með míkrofón í hönd, því þar er ég réttur maður á réttum stað.“

Idol-keppni síns tíma

Páll Óskar hefur mátað sig í fleiri hlutverkum í kringum keppnina en hann var kynnrí árið 1991 og keppandi árið áður, sem var jafnframt fyrsta árið sem hún fór fram. Þar söng hann Til eru fræ fyrir MH og lenti í 3. sæti. „Það var Lárus Ingi Magnússon nokkur sem vann en í 2. sæti lenti sjálf Móeíður Júnísdóttir, sem var þá í MR. Þetta endaði með því að við Móa fórum á trúnoð baksviðs og stofnuðum djassband með félögum okkar úr MH og MR og þetta band spilaði og spilaði allt sumarið. Það sýndi bara og sannaði að lífið er ekkert búið þó að keppnin sé búin. Með þátttöku í svona keppni geta krakkar skapað sér ákveðin tækifæri og svo er það bara þeirra að nýta sér þau,“ segir popparinn, en

það er fleira gott sem fæst af þátttöku að hans mati. „Mér finnst gott hjá krökkum að taka þátt af því að þetta er svo gott próf. Fyrir mitt leyti fannst mér gott að taka þátt þó það væri ekki nema bara til að nota keppnina sem mælistiku og athuga hvort það yrði klappað fyrir manni og svo framvegis. Ég hef stundum sagt að ef Idol-keppnin hefði verið haldin þegar ég var yngri, þá hefði ég tekið þátt. Það má því kannski segja að Söngkeppnin hafi verið mín Idol-keppni.“

Aðspurður að lokum um ráð til keppenda segir Páll Óskar upphitun vega þyngst. „Ég þreytist ekki á því að leggja áherslu á mikilvægi þess. Söngróddin er samspil svo margra vöðva, barkakýlis, lungna, þindar, kvíðvöðva, raddbanda, heilans, eyrnanna, tungunnar og tannanna. Það þarf að vekja þetta allt áður en maður byrjar að syngja út. Þetta er svo ótrúlega mikilvægt af því að þegar keppendur stíga loks á svið verða þeir að vera klárir í slaginn.“

elg

MONITOR

MÆLIR MEÐ...

FYRIR TÓNLISTARÁHUGAFÓLK

Það hefur líklega ekki farið framhjá tónlistaráhugamönnum að tónlistarveitan **Spotify** hóf starfsemi sína hérlendis í vikunni. Á vefnum spotify.com geta áhugasamir hlustað á 20 milljónir laga í tölvunni, farsímanum, spjaldtölvunni og hljómflutnings-tækinu án endurgjalds. „Loksins, loksins!“ hrópa líklega margir.



Á NETINU

Á heimasíðunni Humans of New York (humansofnewyork.com) er að finna stórskemmtilegt myndablogg ljósmyndarans Brandon. Ljósmyndarinn hefur tekið myndir af litríkum borgurum Stóra eplisins síðastliðin þrjú ár sem hann hleður daglega upp á síðuna með skemmtilegum tilvitnunum í fyrirsætu hverrar myndar. Sjón er sögu ríkari!



VIKAN Á FACEBOOK



Anna Svava er íslandsmeistari í karaoke "söng" kvenna 2013! Svíðsframkoma og hugreki leiddu mig til sigurs. Ekki söngurinn.

13. apríl klukkan 12:40



Tobba Marinósdóttir ég held enþá (næstum alveg viss) að ég sé ætíð/mér

hafi verið rænt. Eftir 28 ár hef ég enn engar haldþættar sannanir - allar ábendingar vel þegnar. Ég er víst ansi lík einhverri konu á Neskaupsstað?

13. apríl klukkan 10:36



Daniel Geir Moritz Kæru vinir. Í maí eða júní mun ég gefa út mína fyrstu bók og hlakka ég virkilega til. Nánar síðar :)

13. apríl klukkan 16:47



Friðrik Ómar Hjörleifsson Loga Bergmanni finnst ég ljótur.

12. apríl klukkan 21:44



Auðunn Blöndal Er veislustjóri hjá Sporthúsinu í kvöld, greyði Egill Einarsson

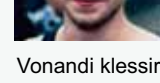


!!! Kv.Blöppop

13. apríl klukkan 17:56



Gauti Þeyr Takk einhver sem tjakkaði bílinn minn upp og stal dekki undan honum..



Vonandi klessiru á eitthvað

13. apríl klukkan 22:22

www.facebook.com/monitorbladid

BLAÐIÐ Í TÖLUM

70 prósent af netinu er klám, segir Veigar í Tveir + sex.

23 sinnum hefur Söngkeppni framhaldsskólanna farið fram

104 slaufur eru til umfjöllunar á bls. 6

0 sinnum hefur Sóli Hólm farið á leik í enska boltanum

MONITOR@MONITOR.IS Ritstjóri: Jón Ragnar Jónsson (jonragnar@monitor.is)
Framleiðslustjóri: Hilmar Gunnarsson (hilmar@monitor.is)
Bláðamenn: Einar Lövdahl Gunnlaugsson (einar@monitor.is) Lisa Hafliðadóttir (lisa@monitor.is) Anna Marsibil Clausen (annamarsy@monitor.is)
Umbrot: Monitorstaðir **Auglýsingar:** Auglýsingadeild Árvakurs (augl@mbli.is)
Forsíða: Kristinn Ingvarsson (kring@mbli.is) **Myndvinnsla:** Ingólfur Guðmundsson **Útgefandi:** Árvakur
Prentun: Landsprent **Sími:** 569 1136

ÞA MONITOR EFST Í HUGA MONITOR EFST Í HUGA MONITOR EFST

Verum þakklát fyrir frið

Það fór hrollur um mig þegar ég fékk fregnirnar af sprengjuárásinni í Boston. Það er auðvitað alveg agalegt og óréttlítt hve margir í þessum heimi eru einfaldlega illa innrættir og miskunnarlausir. Það er óhugnanlegt að hugsa til þess að slíkt geti yfir höfuð komið upp í þessum heimi og enn óhugnanlegra hversu nálægt okkur þetta ákveðna tilfelli í raun og veru er. Boston er borg þar sem margir Íslendingar stunda nám og eins eru margir Íslendingar sestir þar að. Boston er líka borg sem margir Íslendingar heimsækja á ári hverju enda flogið daglega á milli Íslands og borgarinnar. Meira að segja tóku á fjórða tug Íslendinga þátt í Boston-maraboninu sem fram fór á mánudag en sprengjuárásin átti sér stað stutt frá endamarki hlaupsins.

Sjálfr á ég vini í borginni síðan ég lærði við Boston-háskóla og það var afskaplega óþægileg tilfinning að ná ekki sambandi við sína nánustu þar skömmu eftir tilræðið. Í raun og veru finnst mér alveg fáránlegt að eiga það í alvöru á hættu að geta misst vini og

kunningja í slíku hryðjuverki en heimurinn er því miður þannig gerður að alltaf munum við þurfa að búa við hið illa að einhverju leyti.

Þessunarlega höfum við verið laus við slíka ofurillsku hér á landi þó vissulega séu alltaf svartir sauðir í mörgu fé. Ég vona að við getum áfram verið laus við skratta og djöfla því það er alltaf gott að geta til þess hugsað hvað maður býr við mikinn frið hér á Íslandinu okkar þegar stríð geysa víða um heim. Í raun og veru þurfum við að muna að vera þakklát fyrir þann góða kost sem við búum við og muna að taka ekki kyrrðinni sem sjálfsögðum hlut. Þvert á móti skulum við vera dugleg að halda sambandi við fólkíð sem okkur þykir vænt um og ekki gleyma því að láta okkar nánustu vita hvað þau skipta okkur miklu máli.

Monitor sendir jákvæða strauma til fólksins í Boston og vonar að ekkert framhald verði á ódæðisverkunum þar í borg.

jrj



Samaris skrifaði undir útgáfusamning við bresku útgáfuna One Little Indian á dögunum. Þórður Kári Steinþórsson ræddi við **Monitor** um framhaldið.



Þetta var farið að taka á taugarnar

SAMARIS

Meðlimir: Áslaug Rún Magnúsdóttir, Jófríður Akadóttir og Þórður Kári Steinþórsson.

Stofnuð: Janúar 2011 á Hemma og Valda.

Staðsetning fyrstu æfingar: Bílskúrin heima hjá Jósu.

Uppruni nafnsins: Nafnið kemur úr teiknimyndasögum úr Víkunni um ofurhetjuna Skugga (The Phantom) þar sem drottningin Samaris lifir að eilífu ung og fögur.

Fyrstu tónleikar: Músíktílaunir 2011. **Versta gigg til þessa:** Kannski ekki versta gigg en án efa vandræðalegasta augnablikið var á LungA 2012 þegar tölvan brást og allt stöðvaðist í miðju lagi. Við reyndum að byrja bara á næsta lagi en allt stoppaðist aftur, með tilheyrandi vandræðalegum þögnum. Endaði svo með því að þegar það var búið að koma öllu í lag var tíminn okkar búinn og við þurftum að yfirgefa sviðið með skottið á milli lappanna.

Draumasamvinnuverkefnið: David Bowie, Igor Stravinsky og Aphex Twin. Upptökur fara fram í þyngdarleysi í Alþjóðlegu geimstöðinni.

Innilega til hamingju með samninginn. Hvernig er stemningin í tríóinu í kjölfarið á undirritun?

Hún er mjög góð. Þessa dagana erum við einmitt að taka upp okkar fyrstu stóru plötu sem verður þá líklega gefin út í haust, bæði hérlendis af Tólf tónum og erlendis af One Little Indian. Áður en hún kemur út ætlar One Little Indian að gefa út báðar EP-plötturnar okkar úti, bæði á geisladisk og á gullfallegum vinyli. Það verður allavega mjög flottur pakki.

Hvaða þýðingu hefur þessi samningur fyrir ykkur?

Alveg mjög mikla. Þegar við fórum að hugsa út í hvaða plötuframtæki við værum helst til í að komast að hjá þá var One Little Indian einmitt efst í hugum okkar þannig að það var auðvitað virkilega skemmtilegt þegar aðilar frá fyrirtækinu höfðu samband við okkur að fyrra bragði. Svo er það fyrst og fremst algjör léttir að samningurinn sé kominn í hús. Þetta var farið að taka á taugarnar á tímabili að þurfa að bíða svona lengi (hlær).

Samaris er bókuð á Sonar í Barcelona í júní, ásamt nokkrum öðrum íslenskum tónlistarmönnum. Hvernig leggst það í ykkur?

Það er auðvitað algjör snilld. Það virðist vera að

skipuleggjendur hátíðarinnar úti hafi kynnst tónlistinni okkar þegar við vorum bókuð á hátíðina hérna heima og höfðu þá samband við okkur. Það var sem sagt virkilega skemmtilegt og bara heiður út af fyrir sig. Þarna verða líka tónlistarfólk og hljómsveitir sem maður lítur mikið upp til eins og Matthew Herbert, Derrick May og Kraftwerk, sem gerir þetta enn meiri heiður.

Stefnir þú þá á að troða þér baksviðs hjá þessum listamönnum til að fá mynd af þér með þeim fyrir Instagram-ið?

Ég á nú reyndar ekki Instagram en það verður bara að koma í ljós. Ég hugsa að ég eigi nú ekkert eftir að reyna neitt sérstaklega að sleikja þá upp ef ég skyldi hitta þá. Maður myndi örugglega reyna að halda einhverju kúli, en samt án efa missa það fljótt.

Jófríður í Samaris er líka í Pascal Pinon, sem er önnur virk hljómsveit. Er einhvern tímann vesen að láta áætlanir hljómsveitanna ganga upp?

Það hefur nú gengið ágætlega. Auðvitað hefur komið fyrir að þetta hafi skarast á, við höfum kannski þurft að hafna einhverju skemmtilegu gíggi af því Jófríður hefur verið upptekin með Pascal Pinon, en annars hefur þetta

ekki þvælst mikið fyrir hvort öðru. Það hefur sem sagt ekki komið til neins vesens.

Hljómsveitin samdi tónlist fyrir kvikmyndina XL og leikrit MH í vetur. Fer það hljómsveitinni vel?

Ég held það fari okkur ágætlega því tónlistin okkar er mjög „atmosferísk“. Þetta voru að minnsta kosti mjög þroskandi verkefni.

Hvernig væri hin fullkomna bíómynd fyrir tónlist hljómsveitarinnar?

Ég veit það ekki, það væri kannski gaman að gera tónlist við einhverja hryllingsmynd eða eitthvað, það gæti verið myndið.

OMAM vann Músíktílaunir árið á undan, setur það pressu á hljómsveitir sem hafa unnið Músíktílaunir í kjölfarið um að slá svona í gegn?

Nei, alveg engan veginn (hlær). Það er bara frábært að sjá hvað þeim gengur vel en það setur enga pressu á okkur. Við höfum alltaf verið dálítið róleg, við unnum Músíktílaunir 2011 en erum bara fyrst núna að taka upp okkar fyrstu breiðskífu. Við tókum okkar tíma, fljótum bara með og sjáum hvað gerist.



ENNEMM / SÍA / NM66736



Tilboð! 3000 SMS
og 3 GB á mánuði
eru innfalin í öllum
Snjallpökkum
til 1. júní 2013

Vertu í sterkara sambandi
með snjallsímanum á
stærsta farsímaneti landsins

*Gildir í 17 mánudögum

Veldu Snjallpakka sem hentar þér

Snjallpakinn er frábær áskriftarleið þar sem þú færð SMS, gagnamagn og innifaldar mínútur sem gilda í farsíma og heimasíma óháð kerfi. Engin upphafsgjöld eru af inniföldum mínútum.

Mamma! Pabbi!

Í Núllinu talar fjölskyldan saman fyrir 0 kr. þótt mínúturnar séu búnar.

Gildir til 27 landa

Notaðu mínúturnar til að hringja í heimasíma í 27 löndum.

Hafðu stöðuna á hreinu

Í Símaappinu geturðu fylgst með notkuninni.

Daníel og Theódór
framleiða slaufur í
massavís sem þeir
kenna við uppeldis-
hverfið sitt

**DANÍEL**

Fyrstu sex: 121093
Skóli, námsbraut og ár: Verzló, Náttúrufræðibraut,
Uppáhaldsslaufa: Afrikuslaufan
Hvernig viltu kaffið þitt: Stelpulegt
Uppáhaldsfag: Saga
Prófkviðastuðull: 6, ég er vanalegast ekki að stressa mig yfir blessuðu prófunum en þar sem ég er að fara að útskrifast núna þá er aukið álag
Uppáhaldsherramaður: Christoph Waltz

THEÓDÓR

Fyrstu sex: 230594
Skóli, námsbraut og ár: Menntaskólinn við Sund, náttúrufræðibraut á 3. ári
Uppáhaldsslaufa: Khakilítuð rúskinn-slaufa
Hvernig viltu kaffið þitt: Sykurlaust með nokkrum dropum af nýmjólk
Uppáhaldsfag: Stærðfræði
Prófkviðastuðull: 5, þar sem slaufugerðin getur verið afskaplega tímafrek hef ég ekki verið með fullan huga við námið
Uppáhaldsherramaður: Nick Wooster

Furða að saumavélin hafi ekki ofhitnað

Hvað er 104 slaufur og hvernig byrjaði ævintýrið?

Theódór: Þegar við vorum að klára jólaþrófin í lok seinasta árs þá höfðum við mikinn frítíma fyrir stafni í jólafríinu. Við tókum upp á borð gamla hugmynd sem við höfðum ekki lagt í, slaufugerð. Það sem stoppaði okkur í fyrra skiptið var það að stillanlegar festingar fyrir slaufur voru hvergi að finna hér á landi. Við fundum okkur að lokum góðan birgi í Kaliforníu og pöntuðum 144 festingar samstundis.

Daníel: Við byrjuðum á að gera nokkrar prótótýpur en þær ruku allar strax út og pantaðar voru fleiri svo við höfum í rauninni aldrei fengið tíma til þess að gera eitthvað úr öðrum hugmyndum. Úr þessu varð svo til lítil saumastofa heima hjá Theódóri og má furða sig yfir því að saumavélin hafi ekki ofhitnað við þessa miklu slaufugerð.

Af hverju 104 slaufur?

Daníel: Við höfum báðir alist upp í blíðunni í Laugardalnum. Við búum í póstnúmeri 104 og kemur nafnið þaðan, sennilega vegna hverfisstóltsins. Dalurinn er staðurinn!

Er einhver verkaskipting hjá ykkur?

Theódór: Það eru mörg verkefni sem við þurfum að kljást við og skipta á milli okkar. Ég sit meira við saumavélinu og kvarta yfir því að það séu ekki fleiri girar á henni. Daníel sér hins vegar meira um að móta, stífa og handsauma slaufurnar.

Daníel: Við höfum báðir svipað mikið/lítið viðskiptavit en Theódór er þó meiri tölukall og er alltaf með þær á hreinu. Ég hef kannski meiri reynslu í sölumennsku en þó stöndum við vanalegast báðir í þessum verkum.

Hvað gerir þið þegar þið eruð ekki að hnýta slaufur?

Theódór: Þegar mikið er að gera þá höfum við lítinn aukatíma þar sem mikill tími fer í skólann. Þegar við eigum

smá lager þá leyfum við okkur að spila tölvuleiki en við höfum báðir brennandi áhuga á tölvum. Einnig fer mikill tími í félagsstörf í nemendafélögunum en ég er grafiskur hönnuður og uppsetjari fyrir SMS og Daníel er með puttana í flestu í NFVÍ.

Stefnið þið á einhverja aðra framleiðslu en slaufur, hver er framtíð fyrirtækisins?

Daníel: Þegar það fer að hlýna og meiri tími gefst með sumrinu þá er næsta verkefni að auka slaufuúrvalið og reyna að stækka við okkur. Við erum mikið búnir að tala um að sauma og hanna ýmiskonar peysur, vesti og jafnvel skyrtur. Hvít skyrtur er strax orðin mun flottari ef maður skiptir um brjóstvasa á henni, það eru endalausir möguleikar.

Gagnast námið ykkar eitthvað í fyrirtækinu?

Daníel: Ég hef klárað grunnáfangu í ýmsum viðskiptafögum í Verzló og hefur bókfærslan reynst hentug. Það sem nýtist þó best er það sem við lærðum í handavinnu í Langholtsskóla hjá Ólöfu textílmennskennara. Við höfum áhuga á gríðarlega mörgu og hefur kunnátta á Photoshop sem áhugamál nýst okkur mjög vel.

Hvert stefnið þið eftir útskrift, frekara nám? Pásu?

Theódór: Ég á eitt ár eftir óklárað í MS en stefni að öllu óbreyttu í verkfræðideildina í HR.

Daníel: Ég ætla að taka mér fri og klára að ákveða hvað ég ætla að gera í framtíðinni. Ég ætla þó ekki að sitja aðgerðalaus enda ætlum við fjórir strákar úr Verzló að fara í heimsreiðu og leita á vit ævintýranna.

Hvað ætlið þið að gera í sumar?

Theódór: Við höfum bolverð það mikið upp á síðkastið að



hafa ekki haft nægan tíma í þetta verkefni. Því ætlum við að nýta sumarið til fulls við slaufugerð og hönnun. Við ætlum þó báðir að gera okkur gott og fara til Spánar í sitthvora útskriftarferðina.

Hvar má nálgast slaufurnar ykkar?

Daníel: Hægt er að skoða sístækkandi slaufuúrvalið og nálgast frekari upplýsingar á Facebook-síðu okkar: facebook.com/hundradogfjorir.

OPIÐ TIL MIÐNÆTTIS

18. APRÍL



Frá þeim
sem færðu okkur
**MORTAL
KOMBAT**

Sala hefst
20.00

10% 15% 20% 25% 30%

FÁÐU AFSLÁTT
AF SPILUÐUM LEIKJUM*



TILBOÐ
11.999,-

Afsláttarkort
Gamestöðvarinnar fylgir

PS3
PlayStation 3

XBOX 360

Nældu þér í eintak
á fimmtudagskvöldið
KLUKKAN 20:00

Coca-Cola
zero

INJUSTICE MÓT VINNUR ÞÚ EINTAK?



**SKRÁÐU ÞIG OG
KOMDU AÐ SPILA
Á FIMMTUDAGINN.**
Sá besti vinnur eintak af
leiknum. Mótið byrjar kl.
17:00 og verður að kaupa
leikinn til að taka þátt
(staðfesta þáttöku)
skráning hafin

Aðstaðan er sú besta í landinu,
en við bjóðum uppá 65" sjónvarp
og heimabió af bestu gerð!

BÚNINGAKEPPNI VINNUR ÞÚ EINTAK?

**ÁTT ÞÚ
OFURHETJUBÚNING?**
Sá sem mætir í flottasta
búningnum vinnur
20.000 KR. INNEIGN
í Gamestöðina
og **EINTAK AF
LEIKNUM.**



**SPILAÐU MEIRA
- BORGADU MINNA**

**GAME
STÖÐIN**

APPADU ÞIG Í GANG...

Breyttu mælieiningum

Áttu það ekki til að velta því fyrir þér hvað ákveðin upphæð í dollurum er há í evrum eða hversu margir metrar eru í einni mílu? Nú er komin á markaðinn ansi einföld lausn á slíkum vanga-veltum. Amount er smáforrit fyrir iPad, iPhone og iPod Touch sem á fágáðan og einfaldan máta breytir mælieiningum með fáeinum smellum. Það eina sem þú þarft að gera er að stimpla inn töluna sem þú vilt breyta og í framhaldinu velur þú hvaða mælieiningu þú vilt fá. Appið kostar 0.99 dollara en það ætti þó að vera hverrar krónu virði svo snjallt er það.



BÆTINGARÁÐ BERGS



Með rétta stefnu

Markmiðssetning er öflugt tæki sem alltof fáir virðast nýta sér. Góð markmiðssetning hjálpar þér að beina athyglinni að því sem þér finnst skipta máli, ýtir undir þrautseigju og hjálpar við að tækla vandamál. Settu þér sértæk og mælanleg markmið sem eru raunhæf og hafa ákveðinn tímaramma. Skráðu markmiðin þín niður og hvernig þú ætlar að nálgast þau. Hafðu litlar vörður til að nálgast lokamarkmiðið þitt. Hugsaðu um frammistöðu- og ferilsmarkmið frekar en niðurstöðu-markmið. Sem dæmi: „Fara út að skokka tvisvar í viku“ er mun betra markmið en „léttast um 5 kg“.

Bergur er fyrrverandi frjálsíþróttakappi og starfar sem ÍAKeinkabjálfi hjá Reebook Fitness. Skoðuðu fleiri ráð á www.facebook.com/baeting



ÍSL-ENSKUR TEXTI

Katy Perry Firework

You just got to ignite the light and let it shine
Just own the night like the 4th of July

Because baby, you're a firework
Come on, show them what you're worth
Make them go, oh
As you shoot across the sky

Baby, you're a firework
Come on, let your colors burst
Make them go, oh
You're gonna leave them falling down

Þú verður bara að kveikja ljós og láta það skína
Bara eiga kvöldið eins 4. júlí

Vegna barnið, þú ert skoteldur
Komdu, sýna þeim hvað þú ert þess virði
Láta það fara, ó
Eins og þú skjóta yfir himininn

Baby, þú ert skoteldur
Komdu, við skulum liti springa
Láta það fara, ó
Þú ert að ætla láta þá falla niður

Takk, Google Translate

EINTÓM ÞVÆLA



Hehe... spikfeitur tékki

Þarna duttum við í lukkupottinn, Brjánn - spikfeitur tékki!

Búktalarinn Alfreður Björk og brúðan Brjánn völuðu yfir aðra keppendur á Íslandsmótinu í búktali á dögnum.

Að njóta augnabliksins

Tíminn er stórmerkilegt fyrirbæri. Það er ótrúlegt hvað hann líður stundum ótrúlega hægt og stundum flýgur hann hjá. Mér finnst ég til dæmis líta til baka á síðustu 4-5 ár af lífi mínu og ég bara skil ekki hvert tíminn fór. Allt í einu var ég bara búin með menntaskóla og þá stendur maður frammi fyrir því að þurfa að ákveða hvaða stefnu maður vill taka í lífi sínu. Það sem er stöku sinnu erfitt að sætta sig við í sambandi við tímann er að það er aldrei hægt að fara til baka og breyta því sem manni finnst þurfa að breyta. Breyta gjörðum og ákvörðunum sem maður er ósáttur við. En þannig er tíminn bara, það er ekkert nema hér og nú sem maður hefur eitthvað að segja um.



yfirfullur af einhverju sem við höfum engin not fyrir og ekkert að gera við. Þannig getur það verið með okkur. Við verðum yfirfull af áhyggjum sem við þurfum ekki að láta hafa áhrif á okkur lengur, þess vegna verðum við bara að hreinsa til, sleppa takinu á því sem var og njóta þess sem er hér og nú og þess sem getur orðið.

Einnig þarf að passa að hafa ekki of miklar áhyggjur af því sem getur orðið. Við getum á engan hátt vitað hvað framtíðin ber í skauti sér og það er eitt af þessum óumflýjanlegu hlutum sem tilheyra lífinu. Auðvitað getur maður sett sér markmið fyrir framtíðina og hvernig manneskja maður vill verða en það er lítið annað hægt að gera í sambandi við framtíðina. Það má ekki hafa of miklar áhyggjur, eins og að temja sér þann hugsunarhátt að „hvað ef þetta eða hitt gerist“. Það getur enginn sagt þér fyrir víst að þetta eða hitt muni ekki gerast. Það er bara undir manni sjálfum komið að slaka á, láta hlutina gerast, læra svo af mistökunum og gera allt til að koma í veg fyrir að þau endurtaki sig. Þannig þroskumst við reynslunni ríkari. Við verðum líka að muna að við höfum alltaf val um viðbrögð okkar. Við veljum sjálf hvernig við viljum bregðast við því sem gerist í lífi okkar. Fortíðin er liðin tíð, framtíðin er ráðgáta og nútíminn er gjöf, eins og einhver mjög vitur sagði. Njóttum hvers augnabliks, reynum að gleyma áhyggjum og höfum gaman af lífinu!

Dóra djammkönnuður



VIKTOR OG BRYNJAR ERU ALLTAF SLAKIR Á KANTI

FRASAKÓNGARNIR

Vetrartypipi

Allir karlmenn hafa applifað það að getnaðarlímurinn skreppur saman og virðist afar lítill. Oft tengist það því að vera kalt því þá minnkar hann töluvert. Þegar límurinn er „lítill í sér“ er talað um vetrartypipi.

Dæmi: „Voðalega ertu búinn að vera lítill í þér, Teddi...“
- „Já, gamli er með létt vetrartypipi.“

Í hverri viku munu frasakóngarnir Brynjar Ásgeir og Viktor Örn kenna okkur nýjustu frasana og orðin svo við getum verið fersk í umræðunni hverju sinni.



10

týpur sem þú rekst á í stræti

- 1 JAKKAFATAGAUURINN** Hann „tipsar“ bílstjórn og talar hátt í símann til að allir viti að hann sé mikilvægur þrátt fyrir að þurfa að taka strætið af og til.
- 2 FÚLI BÍLSTJÓRNINN** Ef þig vantar tíkall upp á eða setur fætuma upp á sætið, sparkar hann þér út á nóinu.
- 3 ÁSTÆNGNA UNGLINGSÞARID** Þau sitja hlið við hlið og leiðast, leggja höfuðið í hálsakot og skiptast á tilfinningaþrungnum augnagotum á milli þess sem þau laumast til að kyssast. Þau tala hinsvegar sem minnst.
- 4 LEIKSKÓLAKENNINGURINN** Dælir út fyrirskipunum á barnahóp strangur á svip eins og sannur herforingi eða biður þau ljúfmanna um að „syngja um hjólin á strætið fyrir fólkið“.
- 5 ÚTLENDINGURINN** Þekkir ekki hinar tvær óskrifuðu strætoeglugu íslensks samfélags:
A) Ekki setjast við hliðina á fólki ef það er laust sæti annars staðar.
B) Ekki spjalla við ókunnuga.
- 6 ANDFÉLAGSLYNDNA TÝPAN** Er með stór heyrnartól og dúndrandi bassa svo öllum sé ljóst að regla B) skuli virt í kringum hana.
- 7 UNGLINGAHÓPARNIR** Setjast aftast og ræða, í ekkert svo hálfum hljóðum, hver fór í sleik við hvern á seinasta balli, hvaða kennari er sætastur eða hver er bara svo ekki að púlla diskóbuxurnar.
- 8 SÁ ATHYGLISSJÚKI** Yfirleitt er einn aðili í krakkahópum sem þarf bara að tala hærra en hinir eða ákveður að gera upphífgar í miðjum vagninum.
- 9 HRESSI BÍLSTJÓRNINN** Segir: „Ah, þetta sleppur í þetta sinn.“ þegar þú átt bara 50 kr. og blíkkar þig kankvíslega.
- 10 GAMLA MANNESKJAN** Þú ert ekki viss um hvort hún sé sofandi eða ekki en þú stóðst allavega upp fyrir henni svo þú getur farið út á næstu stöð með hreina samvisku.



VÍSINDAVEFURINN

Hvers vegna má mér ekki langa?

Sögnin að langa telst til svokallaðra ópersónulegra sagna og hefur haft frumlagsgildi í þolfalli allt frá fornu máli. Kallast það þolfallsfrumlag. Þannig er sagt: mig (þolfall) langar, þig langar, hann langar, hana langar, okkur langar, ykkur langar, þá/þær/þau langar. Dæmi um aðrar ópersónulegar sagnir með þolfalli eru mig minnir, mig grunar og mig þyrstir. Aðrar ópersónulegar sagnir hafa frumlagsgildi í þágufalli og mætti nefna sem dæmi: mér finnst, mér heyrst, mér líkar, mér sýnist. Í Stafsetningarorðabókinni er eingöngu sýnt þolfallsfrumlag með sögninni að langa og sama er að segja um Málfransbanka Stofnunar Árna Magnússonar í íslenskum fræðum. Það telst ekki vandað mál að nota þágufallsfrumlag með sögninni að langa þótt sú notkun sé orðin allaleng.

LJÓSMYNDAKEPPNI ÍSLANDS

VERTU MEÐ
Í FJÖRINU

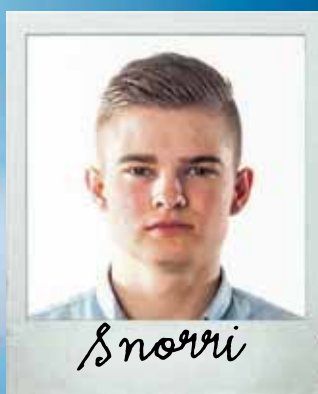
595 6000
www.skjareinn.is



Ingrid



Oddvar



Snorri



Hulda



Helgi



PPAR/TBWA • SÍA • 131013

nettó
Ódýrt fyrir heimilið!

E EIMSKIP
YFIR HAFID OG HEIM

Í KVÖLD KL. 20:40

Farðu inn á mbl.is og spreyttu þig á sama myndefni og keppendur. Stórglæsileg verðlaun.

mbl.is



SKJÁREINN

Ómótstæðilega gott



Stórfurðulegt að halda á súkkulaðikynfærum

**Sunneva Sverrisdóttir og
Veigar Ólnir Gunnarsson**
forvitnuðust um ýmsar hliðar
kynlífs fyrir þættina **Tveir**
plús sex. Monitor spurði
þáttastjórnendurna út í
vandræðaleg augnablik
og viðbrögð ömmu.



SUNNEVA
Á 30 SEKÚNDUM

Fyrstu sex: 200192.

Upphaldsmatur: Appelsínuönd er það besta sem ég fæ.

Lag í upphaldi þessa stundina: Puppy – Netsky.

Það fyndnasta sem ég hef séð á netinu: Krakkinn sem er að renna úr bungee-kúlunni og mamman getur ekki hætt að hlæja.

Upphaldsþróttamaður: Sergio Agüero.

Æskuátrúnaðargöð: Birgitta Haukdal.

VEIGAR
Á 30 SEKÚNDUM

Fyrstu sex: 070192.

Upphaldsmatur: Sushi.

Lag í upphaldi þessa stundina: Allt sem kemur upp – F.L.

Það fyndnasta sem ég hef séð á netinu: Ekki hugmynd.

Upphaldsþróttamaður: Enginn.

Æskuátrúnaðargöð: Angus Young.

„Við hnoðuðumst aðeins í stellingaþættinum.“

Lesendur Monitor kannast vafalaust við tvíeykið Sunnevu Sverrisdóttur og Veigar Ólmi Gunnarsson en þau stjórna saman sjónvarpsþættinum **Tveir plús sex** sem sýndur hefur verið á Popp Tívi undanfarnar vikur. Þátturinn fjallar á opinskáan hátt um kynlíf og hefur hlotið verðskuldaða athygli fyrir hispurslausa og jákvæða umfjöllun. Monitor hitti Sunnevu og Veigar á heimavelli þeirra í miðbæ Reykjavíkur og spurði dúettinn spjörnum úr.

Texti: Sigyn Jónsdóttir
Myndir: Kristinn Ingvarsson

sigyn@monitor.is
kring@mbl.is

Hvenær kynntust þið?

Við kynntumst fyrst þegar við vorum saman í tónfræðitímum í Tónlistarskóla Reykjavíkur þegar við vorum svona tíu eða ellefu ára. Þá var Sunneva yfirleitt með Andreu vinkonu sinni og ég man að ég þoldi þær ekki. Það voru alltaf svo mikil læti í þeim og þær voru ógeðslega leiðinlegar.
 S: Við vorum ekki ógeðslega leiðinlegar.
 V: Jú.
 S: Láttu ekki svona, við vorum bara litlar gelgjur. Ég man líka að þessir tónfræðitímar voru mín helsta martröð á þessum tíma, þetta var svo hundleiðinlegt.
 V: Seinna urðum við svona kunningjavinir í MH, er það ekki?
 S: Jú, á þriðja ári, er það ekki? Jú, við vorum alveg vinir. (Hlær)

Hvernig kom það til að þið ákváðuð að stjórna saman þætti um kynlíf?

S: Síðasta vetur starfaði ég sem snjóbrettakennari í Austurríki og þegar ég flutti heim vantaði mig eitthvað til að gera. Ég hafði verið að vinna hjá Jafningjafraðslunni sumarið áður við að fræða ungmenni hjá Reykjavíkurborg. Þau höfðu alltaf verið svo ótrúlega forvitin þegar eitthvað kom upp sem varðaði kynlíf og þar vöknudu margar spurningar. Mér fannst mikill mis- skilningur á ferðinni og greinilega mörgum spurningum ósvarað. Þá fékk ég þessa hugmynd og ákvað að búa til þáttinn. Ég ráðfærði mig við systur mína sem bentu mér á Siggu Dögg kynfræðing sem er algjörlega gulls ígildi. Systur minni fannst að ég ætti að stjórna þættinum sjálf sem ég þurfti nú aðeins að hugsa um en ákvað að slá til og svo þurfti að finna meðstjóranda af hinu kyninu. Þá datt mér í hug Veigar því hann er svo opin og skemmtilegur.

V: Mér fannst þetta ótrúlega fjarstæðukennt þegar hún sagði mér frá þessu fyrst og hélt að þetta yrði aldrei að raunveruleika. Ég komst líka að þeirri niðurstöðu að það væri betra að sjá eftir því að segja já en að sjá eftir því að segja nei. Það er ömurlegt að sjá eftir því að hafa ekki gert eitthvað.

Sérðu eftir því í dag?

V: (Híkar) Nei, nei.
 S: Kannski stundum í bænum um helgar?
 V: Já, kannski. Mér finnst þetta svolítið skrítið. Til dæmis var ég á skemmtistað nýlega og þar var hópur af stelpum sem labbaði framhjá mér. Allt í einu heyri ég útundan mér svona „þiskur“ sem var í raun bara há köll: „Hei, þarna er sexgaurinn!“ Sexgaurinn er hrikalegt nikk.
 S: Ég bjóst við leiðinlegra áreiti en það eru allir svo jákvæðir og skemmtilegir varðandi þáttinn. Þetta trufar mig allavega ekkert.

Hvernig fór boltinn að rúlla eftir að hugmyndin hafði kviknað?

S: Við leituðum til framleiðslufyrirtækis sem heitir Stórveldið og þeim leist ótrúlega vel á hugmyndina og vildu framleiða þættina. Þá var þetta bara komið og þátturinn á leið í upptökur.
 V: Svona ferli tekur samt alveg sinn tíma. Ég var eiginlega búinn að gleyma þessu þegar ég fór til Neskaupstaðar að vinna síðasta sumar. Svo átti bara allt í einu að gera þetta og þegar ég kom í bæinn var ég strax mættur á einhvern fund við eitthvað langt borð þar sem allir sátu og ræddu hugmyndir. Það hafði ég aldrei gert áður og fannst þetta mjög fullorðins.
 S: Þegar við vissum að þátturinn yrði keyptur og fórum að hitta aðila frá

framleiðslufyrirtækinu í fyrsta skipti voru alveg liðnir fimm mánuðir frá því að við töluðum um þetta fyrst. Ég held samt að það hafi alveg verið fint í sjálfu sér því við fengum þá tækifæri til að undirbúa okkur betur fyrir þættina.

Eruð þið nánari vinir eftir gerð þáttanna?

S: Alveg klárlega.
 V: Ekki spurning. Við erum náttúrulega svo ólík og ósammála í flest öllu. Lífsskoðunum, mat og bara öllu. Samt náum við alveg ótrúlega vel saman.
 S: Já, reyndar þegar þú segir það þá erum við mjög ólík, eins og svart og hvítt. Samt erum við mjög góðir vinir.
 V: Ég myndi til dæmis segja að samstarfið hafi gengið mjög vel þó að sjálfsögðu hafi komið einhverjulegur pirringur inn á milli.
 S: Það er í raun og veru ótrúlegt svona eftir á að hyggja hvað við eyddum miklum tíma saman við gerð þáttanna. Það er hálfskrítið að við séum ekki búin að kála hvoru öðru.
 V: Ekki búin að hvað?
 S: Kála hvoru öðru.
 V: Já ok, mér heyrðist þú segja: „Káfa á hvoru öðru“.
 S: Heyrðu, erum við ekki búin í þessum kynlífsþælingum? (Hlær) Við vorum aldrei að káfa neitt á hvoru öðru.
 V: Ég myndi segja að við höfum frekar verið að hnoðast.
 S: Við hnoðuðumst aðeins í stellingaþættinum.

Hvernig völduð þið umfjöllunarefni?

V: Það var mikið í gegnum Siggu Dögg og svo á fundunum við langa borðið sem ég var að segja þér frá áðan. Þar komu fram allskonar hugmyndir um hvað væri áhugavert og hvað fólk vildi sjá.
 S: Svo kom Google sér mjög vel. Við gúgluðum til dæmis „kynlíf“ og „hvað er hægt að gera í kynlífi?“ bara til að vikka aðeins okkar sjóndeildarhring. Okkur datt til dæmis ekki strax í hug að fara í tantrajóga eða fjalla um BDSM. (Hlær)

Voru einhver atriði klippt út vegna ritskoðunar?

S: Í rauninni ekki en auðvitað ráðfærðum við okkur við Stöð 2 þegar við vorum að sýna klippur úr klámi og svoléiðis.
 V: Svo var reyndar eitt atriði sem við ákváðum að hafa ekki með. Vá, hvað ég er ánægður að við klipptum það út.
 S: Sigga Dögg lét okkur sem sagt hafa mót til að gera afsteypu af kynfærunum okkar, sem við gerðum. Svo áttum við að fara með þetta mót í ákveðið bakarí og láta gera afsteypuna úr súkkulaði. Þetta átti sem sagt að vera liður í að kynnast eigin kynfærum betur á skemmtilegan og öðruvísi máta.
 V: Á þessum tímamarki vorum við að leita að einhverju uppfyllingarefni í þættina og ákváðum að slá til. Við fórum í bakaríið og létum setja súkkulaði í

mótið og allt í lagi með það. Svo rífum við utan af þessu harðnaða súkkulaði og þá er þetta bara alveg eins. Ég sá bara typpið á mér, brúnt, standandi á einhverju borði.
 S: Þetta var fullkomin eftirmynd af kynfærunum okkar. Þar sem við stóðum og horfðum á súkkulaðikynfærin okkar kom bakarinn og byrjaði að gullhúða þetta með einhverjum bursta. Á þeim tímamarki fríkuðum við út.
 V: Mér leið bara eins og ég væri að koma allsber fram í sjónvarpinu.
 S: Já, þetta hefði verið eins og að sýna á okkur kynfærin. Hver einasta háráð sást. Við börðumst hart gegn því að sýna nærmyndir af þessu í sjónvarpinu og á endanum var þetta alveg klippt út því það eina sem var þá eitthvað spennandi voru viðbrögð okkar Veigars við súkkulaðikynfærunum.
 V: Ég var í algjöru sjokki.
 S: Auðvitað er stórfurðulegt að halda á súkkulaðikynfærunum. Þetta getur samt kannski verið skemmtilegt fyrir þér að prófa. Áhugasamir geta keypt þessi mót í hvaða kynlífsbúð sem er og kannski bara brætt súkkulaðið heima hjá sér. (Hlær)

„Þar sem við stóðum og horfðum á súkkulaðikynfærin okkar kom bakarinn og byrjaði að gullhúða þetta með einhverjum bursta. Á þeim tímamarki fríkuðum við út.“

Þátttakendur í umræðuhópum þáttanna hafa verið virkilega opinskáir. Hvernig völduð þið fólk í hópana?

V: Þetta var aðallega bara fólk í kringum okkur sem við töldum að væri opið og til í þetta.
 S: Við fundum einhverja einstaklinga og Sigga Dögg fann einhverja einstaklinga sem hún þekkti. Svo héldum við smá prufur þar sem fólk var látið fyrir framan myndavél og spurt spurninga. Svo myndaðist bara þessi hópur sem við róteruðum milli þátta.
 V: Það kom mér skemmtilega á óvart hvað þau voru opin og óhrædd við að tala um þetta. Um leið varð ég smá stressaður yfir að þurfa að vera opin líka. Það sem var svo frábært við þessa umræðuhópa var að við gleymdum myndavélinni mjög fljótt. Þannig urðu til náttúrulegar og einlæggar samræður.
 S: Þetta var víst algjör hausverkur í eftirvinnslu því við tókum alltof mikið upp. Það héldu bara allir áfram að blaðra og blaðra og ég held að það sé kannski ástæðan fyrir því að þátturinn þyki ekki kjánalegur. Fyrirfram hefur fólk ábyggilega hugsað: „Jesús minn, eitthvað ungt fólk með kynlífsþátt? Þetta verður fánalega kjánalegt.“ Límið í þættinum er nefnilega einmitt hversu viðmælendur eru ótrúlega einlægir.
 V: Það er alltaf gaman að horfa á fólk vera einlægt og tala út frá sjálfu sér því það er trúverðugt.

Eruð þið sjálf ófeimin við að tala um eigið kynlíf?

S: Maður vill að sjálfsögðu halda einhverju út af fyrir sig.
 V: Vorum við nokkuð að tala mikið um okkar eigið kynlíf í þáttunum? Það er svo langt síðan við tókum þetta upp að ég man varla hvað ég sagði. (Hlær)
 S: Það er náttúrulega málið. Þetta var tekið upp fyrir einhverjum mánuðum og svo þegar ég sé þættina í dag hugsa ég: „Af hverju þurftirðu að missa þetta út úr þér Sunneva?“ Ekki það að ég sé með einhverja brjálaða eftirsjá en maður hugsar kannski smá svona eftir á.
 V: Sama hér. Ég hélt líka að ég yrði í útlöndum þegar þættirnir yrðu sýndir þannig að ég sagði kannski meira en ég hefði venjulega gert.



VEIGAR UM SUNNEVU

Þrjú orð sem lýsa Sunnevu vel í mínum huga: Skemmtileg, sjálfstæð, frumleg.
Það sem ég kann best að meta við Sunnevu: Það er bara svo gott og gaman að vera í kringum hana.
Það fyndnasta sem Sunneva hefur gert: Kaupa sér lifandi ferskvatnshákarl.
Það sem ég ófunda Sunnevu mest fyrir: Að hafa verið snjóbrettakennari í Austurríki.
Það sem pirrar mig við matarsmekkinn hennar Sunnevu: Það er ekkert við matarsmekkinn hennar sem pirrar mig en hún subbar stundum svolítið mikið þegar hún borðar.
Það sem pirrar mig við aksturslag Sunnevu: Þegar Sunneva keyrir þá er aksturinn það síðasta sem hún einbeir sér að.

SUNNEVA UM VEIGAR

Þrjú orð sem lýsa Veigari vel í mínum huga: Jarðbundinn, eðlilegur og klár.
Það sem ég kann best að meta við Veigar: Að hann er alltaf til í allt og hvað það er auðvelt að tala við hann.
Það fyndnasta sem Veigar hefur gert: Fara allsber í trantrann fyrir framan heilt upptökulið.
Það sem ég ófunda Veigar mest fyrir: Að eiga labradorhund.
Það sem pirrar mig við matarsmekkinn hans Veigars: Það tengist kannski ekki beint matarsmekknum sem slíkum en það er pirrandi hvað hann verður ómögulegur þegar hann er svangur.
Það sem pirrar mig við aksturslag Veigars: Hvað hann keyrir hægt.

Hvað kom ykkur helst á óvart við gerð þáttanna?

➤ Það var til dæmis BDSM en ég held við séum búin að nefna það í hverju einasta viðtali því við vorum svo sjokkeruð. Þetta var rosalega skrítið og eitthvað sem maður hafði aldrei kynnt sér áður.

▼ Það kom mér rosalega á óvart hversu sárt er að fara í brasilískt vax.

Hefur sýn ykkar á kynlíf breyst?

▼ Ég myndi nú ekki segja það en við vorum náttúrulega alltaf að læra eitthvað nýtt.

➤ Bara svona hlutir eins og að það eigi alveg eins að nota verjur í munnmökum og venjulegum mökum til að forðast kynsjúkdóma. Það er fullt af fólki sem hugsar „Jú, jú, ég ætla að totta án þess að hafa smokk en ég ætla alls ekki að ríða án þess að nota smokk“. Allskonar svona hlutir komu manni á óvart og maður er ábyggilega töluvert víðsýnni eftir gerð þáttanna.

▼ Áður en við byrjuðum að gera þættina kynntumst við Sögu Dögg og það kom okkur alveg svakalega á óvart hversu blygðunarlaus hún er í tali um kynlíf. Hún lætur allt flakka og lætur eins og þetta séu bara samræður um að fá sér te. Í þessu ferli höfum við þróast í þessa átt og erum orðin mjög hispurslaus í umræðum um kynlíf.

➤ Ég held að maður hugsi ekki um kynlíf á annan hátt en maður er kannski meðvitaðri um hluti eins og til dæmis að það sé allt í lagi að spyrja hinn aðilann hvað honum finnst gott og svoleiðis. Ætli þetta sé manni ekki eðlilegra.

“Í kynlífi er mikilvægt að það ríki jafnvægi og sameiginlegt traust. Þetta er eitthvað sem klám vinnur gegn því þar mætir karlmaðurinn bara inn og gerir það sem honum sýnist.”

Hver er ykkar afstaða í umræðunni um áhrif kláms á viðhorf ungs fólks til kynlífs?

▼ Ég tel að klám geti haft virkilega slæm áhrif á sýn ungs fólks á kynlíf, mjög skaðleg áhrif.

➤ Sérstaklega getur verið erfitt fyrir unga krakka að sjá skilin milli raunveruleika og kláms. Vissulega er auðvelt að segjast vita að kynlíf sé alls ekki eins og klám en ég held að þegar klám er fyrsta og jafnvel eina heimild þín um kynlíf, sé óhjákvæmilegt fyrir þig að taka eitthvað með þér úr því yfir í kynlíf.

▼ Staðan er líka sú að það eru margir ungir guttar að horfa á klám á netinu. Þeir byrja kannski að fíla einhverja ákveðna tegund af klámi eða einhverja gjörð og sækja í það. Svo þegar þeir fara að stunda kynlíf þá taka þeir það auðvitað með sér yfir í kynlífið og það getur haft vond áhrif.

➤ Í klámi er karlmaðurinn nær alltaf mjög „dominating“ og allar konurnar til í allt. Þær segja alltaf já, það er ekki til neitt sem heitir nei og þær fá alltaf fullnægingu. Það eru rosalega slæm skilaboð því við þurfum að átta okkur á því að það er ekkert að því að segja: „Nei, mig langar ekki til þess“ eða: „Ég fíla þetta ekki“. Maður er ekki leiðinlegur ef maður vill ekki gera eitthvað ákveðið í rúminu.

▼ Klám er svo springandi mikil kvenfyrirlitning og það hlýtur að síast inn hjá þeim sem horfa á það.

➤ Í kynlífi er mikilvægt að það ríki jafnvægi og sameiginlegt traust. Þetta er eitthvað sem klám vinnur gegn því þar mætir karlmaðurinn bara inn og gerir það sem honum sýnist.

Hvað finnst ykkur um hugtakið „klámkynslóð“ sem þið þá tilheyrði?

➤ Það er auðvitað sorglegt að vera af þeirri kynslóð sem er kennd við klám, sérstaklega þar sem manni finnst klám vera neikvætt fyrirbæri.

▼ Þegar ég var tólf ára var ekki hægt að tala í símann á meðan einhver fór á internetið og tölvan var frammi á gangi þannig að ég var aldrei að fara að skoða klám heima. Í dag eru fartölvur á öllum heimilum og aðgengi unglunga að klámi nær ótakmarkaður. Í því samhengi myndi ég segja að við værum kannski ekki alveg sú klámkynslóð sem þyrfti að hafa mestar áhyggjur af.

➤ Aðgengið er náttúrulega miklu meira og auðvitað leitar forvitnið ungt fólk að einhverju svona. Það væri jafnvel sniðugt að byrja fræðslu um þessi málefni fyrir, þá kannski á öðru formi en núna er gert.

▼ Forræðishyggja er náttúrulega aldrei málið í þessum efnum. Það er ekkert hægt að banna klámsíður á internetinu, 70% af internetinu er klám. Eina vopnið gegn þessu er fræðsla; að gera börn meðvituð um að þetta sé ekki raunveruleikinn. Þetta er bíómynd, bara eins og Batman.

➤ Við erum mikið spurð út í þessi málefni en við Veigar erum auðvitað engir sérfræðingar, þetta eru bara okkar skoðanir.

**Nú er búíð að sýna sex af átta þáttum. Hvernig hafa viðbrögðin verið?**

➤ Ég hef bara fengið mjög jákvæð viðbrögð. Mér fannst til dæmis mjög skemmtilegt þegar ég fór upp í vinnu til þabba um daginn og konurnar þar voru að hrósa mér fyrir þáttinn. Þær voru meira að segja að grínast með að borða hádegismatinn af hvorri annarri og voru þá að vísa í þáttinn sem benti á leiðir til að krydda kynlífið.

▼ Fólk hefur hrósað okkur fyrir framtakið og bent á að þetta hafi verið þarft í umræðuna. Amma mín hrósaði mér meira að segja en sagði þó að þetta væri ekki beint fyrir hana.

Er á dagskránni að gera aðra seríu?

➤ Það hefur ekkert verið rætt um slíkt svo ég held ekki.

▼ Ég ætla mér að vera næsti Logi Bergmann svo ég vona það. (Hlær) Nei, ég held ég muni ekki sækjast eftir því að vera í sjónvarpi aftur nema ég fengi eitthvað mjög spennandi verkefni.

➤ Ég segi það sama. Það væri gaman að vera í einhverju öðru en kynlífsfjöllun eftir að hafa þrífist í heilt ár í þessu kynlífsdæmi.

Hvernig ætlið þið að njóta sumarsins?

▼ Ég ætla að hætta í vinnunni og fara á Hróarskeldu.

Svo þegar ég kem heim ætla ég að hafa það geðveikt fínt þangað til ég byrja í Myndlistarskóla Reykjavíkur um haustið. Ég er að fara í undirbúningsnám fyrir Listaháskólann þar sem mig langar til að læra vöruhönnun.

➤ Ég ætla að njóta þess að vera í fríi frá viðskiptafræðinni. Síðastliðið ár er ég búin að vera á haus í skóla og vinnu þannig að ég ætla að vera dugleg að eyða tíma með vinkonum mínum, fara mikið í sund og kíkja kannski í eina utanlandsferð eða svo.

Hvar sjáið þið ykkur eftir fimm ár?

➤ Ég hef allavega einhverjar hugmyndir um hvar ég vil vera stödd á þeim tímamarki. Miðað við þann stað sem ég er á í námi í dag sé ég fyrir mér að ég verði að klára mastersnám ásamt því að hafa kannski unnið einhver skemmtileg og spennandi verkefni eins og þáttinn samhliða því. Það sem er mikilvægast er að ég hafi ánægju af því sem ég verð að gera.

▼ Annaðhvort verð ég í hönnunarnámi erlendis eða kominn með konu, tvö börn og raðhús í Grafarvoginum. Fyrra barnið verður stelpa sem æfir á fíðlu og seinna verður strákur sem æfir á saxófón.

➤ Viltu ekki bara gefa börnunum nafn núna?

▼ Ég ætla líka að eiga Land Cruiser. (Hlær)

the voice

TRYGGÐU ÞÉR
ÁSKRIFT

595 6000

www.skjareinn.is



PHANTOMIA • SA • 131014

THE VOICE FÖSTUDAGSKVÖLD KL. 21:30



Vertu með í fjörlinu

SKJÁREINN



**ÚT Á LÍFIÐ**

SKYRТА: TOPMAN
 ÚR: NIKE TOWN
 BELTI: HUGO BOSS
 LEÐURBUXUR: ZARA
 SKÓR: KORMÁKUR OG SKJÖLDUR

**SPARI**

JAKKI: ZARA
 SKYRТА: DOLCE & GABBANA
 ÚR: THE VINTAGE WATCH COMPANY
 BELTI: LOUIS VUITTON
 BUXUR: TOPMAN
 SKÓR: KRON KRON

**UPPÁHALDS**

LEÐURJAKKI: ALL SAINTS
 BOLUR: SELFRIDGES
 BELTI: MASSIMO DUTTI
 BUXUR: ZARA,
 SKÓR: SIZE?

**HVERSDAGS**

JAKKI: LACOSTE
 BOLUR: DKNY
 BUXUR: ALEXANDER WANG
 SKÓR: SIZE?

Gaman að eiga hluti sem enginn annar á

Stíllinn heimsótti **Berg Guðnason** þessa vikuna en hann er með einstaklega flottan og sérstakan fatastíl. Bergur er mikill áhugamaður um tísku og er óhræddur við að fara sínar eigin leiðir og leita út fyrir rammann í þeim efnum. Hér sýnir hann lesendum hluta úr fataskápnum sínum.

Hver er Bergur Guðnason?

Ég er 21 árs strákur með athyglisbrest og skósýki sem hatar Carhartt-buxur og Adidas-galla. Fæddur og uppalinn í Englandi. Stúdent úr Menntaskólanum við Sund og stefni á fatahönnun við Listaháskólann. Áhugamaður um tísku og allar íþróttir, þá sérstaklega fótbolta. Ég hlusta mjög mikið á tónlist, er matgæðingur og mikill fjölskyldumaður.

Hvernig myndir þú lýsa stílnum þínum?

Allar mínar buxur verða að vera mjög þröngar að neðan svo buxurnar gleypi ekki skóinn. Ég er mjög virkur á saumastofum landsins og hef farið með meirihlutann af mínum buxum í þrengingu. Ég hef gríðarlega gaman af því að fara mínar eigin leiðir varðandi tísku. Á Íslandi eru flestir í því sama og reyni ég því að brjóta mig út úr þessum mótum sem myndast. Ég kaup stundum hluti sem eru óvenjulegir og er kannski sjálfur ekki viss með, en skora á sjálfan mig að nota þá samt. Vinir mínir hrista oft hausinn yfir fötonum sem ég er í og þá sérstaklega Hermann Daði, félagi minn, og þá er markmiðinu mínu náð. Þetta er ein leið af mörgum til þess að fá útrás í gegnum tísku. Ég sækist í „limited edition“ flíkur. Það er fátt skemmtilegra en að eiga hluti sem enginn á! Annars er tíska tilfinning. Maður á að fylgja hjartanu sama þótt fólk finnst „múnderingin“ skelfileg. Ef þú ert ánægður þá á manni að vera alveg sama hvað öðrum finnst. Það eru allt of margir sem klæða sig fyrir alla aðra en sjálfan sig.

Hvar kaupir þú helst fötin þín?

Ég kaup flest mín föt í útlöndum. Zara, Topman, Selfridges, Size?, Urban Outfitters, Footlocker, Aspecto, All Saints, Nike Town, Fred Perry, Wood, Harvey Nics og H&M. Hérna heima eru það Kron Kron, Sævar Karl, Kormákur og Skjöldur og GK Reykjavík. Ég tel mig líka vera orðinn nokkuð góðan í að finna góðar „laumur“ hérna heima.

Hvaða árstími finnst þér skemmtilegastur hvað varðar tísku?

Mér finnst enginn árstími skemmtilegastur, allir hafa sína kosti og galla. Vetrartíminn er þó alltaf skemmtilegur. Þá getur maður klætt sig í mörg lög en aftur á móti er ómurlægt að rokka ferska skó þegar það er slabb og leiðindaveður. Ég hef rústað mörgum þörum af skóm yfir vetrartímann í gegnum tíðina.

Hver er best klæddi karlmaður í heimi?

Kanye West, Pharrell Williams, A\$AP Rocky, David Beckham, Andre 3000, Nick Wooster. Ég er nokkuð viss um að ég sé að gleyma einhverjum.

Átt þú þér uppáhaldshönnuð?

Riccardo Tisci, Alexander Wang og Marc Jacobs.

Uppáhaldstískutrendið þitt þessa dagana?

Að undanförunu hef ég verið að vinna með kínakraga. Ef ég sé

flotta skyrtu en kraginn á henni er í bullinu þá fæ ég mér samt skyrtuna og læt kippa kraganum af. Einnig hef ég verið að prufa mig áfram með „all denim everything“ undanfarið, galla-jakki, gallaskyrta, gallabuxur. Leðurbuxur eru líka að koma sterkt inn hjá mér og fékk ég mér einar slíkar um daginn.

Hvað er ómissandi fyrir stráka að eiga í fataskápnum fyrir sumarið? Stutterma gallaskyrta, góða boatshoes og shades t.d. Ray-Ban.

Er eitthvað skemmtilegt framundan hjá þér í sumar?

Eftir ca. 2 vikur kemur Gunnar, einn af mínum bestu vinum á klakann. Við vinirnir munum nýta sumarið vel því hann er bara heima yfir sumartímann. Í júlí ætla ég að sippa mér á Wireless festival í London með frænda mínum honum Davíð, þar sem við munum njóta lífsins og sjá marga af okkar uppáhaldstónlistarmönnum. Ef þetta blessaða hné mitt mun vera til friðs mun ég spila fótbolta í sumar. Annars er sumarið tíminn og ætla ég að grilla kjúlla svona 6 daga vikunnar.

Ef þú yrðir að fá þér tattu, hvernig tattu myndir þú fá þér og hvar?

Ég hef einmitt verið í tattúhugleiðingum síðustu mánuði. Ég er alnafni afa míns. Við vorum mjög nánir og samband okkar var sterkt en hann lést fyrir rúmlega 3 árum. Ég myndi fá mér undirskriftina hans einhvers staðar.



FALLEGIR LITIR OG FLOTT SAMSETNING.



VIRKILEGA FALLEGT ÚTLIT, HIPPALEGT OG FLOTT.



SUMARLEG OG SÆT. PILSÍÐ OG BOLURINN ER FLOTT SAMSETNING.



KVENLEGT OG FLOTT ÚTLIT. LITASAMSETNINGIN ER FALLEG OG SUMARLEG.



HVÍTI LITURINN VERÐUR ÁBERANDI Í SUMAR. HVÍTT VÍÐ HVÍTT KEMUR FLOTT ÚT.

SUMARLEG GÖTUTÍSKA

Götutíska er virkilega skemmtileg og gaman er að sjá ólíka stíla hjá ólíku fólki. **Stíllinn** tók saman nokkrar skemmtilegar götutískumyndir sem veita lesendum vonandi innblástur fyrir komandi sumar.



LEÐURPILS PARÓÐ VÍÐ AFSLAPPADA FLÍK KEMUR MJÖG VEL ÚT.



FLOTT AÐSNIÐIÐ FLAUELSPILS HITIR Í MARK Í SUMAR.



AFSLAPPADA SKYRTU-LÚKKIÐ OG ÞRÖNGAR GALLABUXUR VIRKA VEL SAMAN.



ÞÓ SVO AÐ LJÓSU LITIRNIR VERÐA HVAD MEST ÁBERANDI Í SUMAR ER LITAGLEÐIN ALLTAF SUMARLEG OG FLOTT.



EINFALT OG FLOTT ÚTLIT. LAUSU GALLABUXURNAR ERU TÖFFARALEGAR.

Bóluhreinsir og dagkrem

Bóluhreinsirinn virkar mjög vel á mig, bólurnar hverfa og hann sótthreinsar og græðir. Mér finnst dagkremið mjög frískandi fyrir andlitið og gefa góðan raka því ég er stundum með þurra húð. – Hlíf Sverrisdóttir



Bóluhreinsirinn hefur virkað afar vel á bólur en hann er bæði bólgueyðandi og sótthreinsandi.

Dagkremið er einstaklega rakagefandi og hentar vel fyrir venjulega, þurra og viðkæma húð.



Er á Facebook

Fæst í apótekum, heilsubúðum, Hagkaupsverslunum (Smáralind og Spönginni) og Fjarðarkaupum.

www.annarosa.is



"Við erum allir vistmenn á Kleppi. Verið svo vinsamlegir að hringja á lögregluna strax."
(Englar alheimsins, 2000)



NÝ MYND eftir 7 ára bið

Scary MoVie er frumsýnd hérlendis um helgina en myndin er sú fimmta í myndaflokknum.

Nýjasta myndin í Scary Movie-myndaröðinni, Scary MoVie, verður frumsýnd hérlendis um helgina. Myndin er sú fimmta í röðinni en fyrsta mynd seríunnar kom út árið 2000 og í kjölfarið komu út þrjár til viðbótar á fimm ára tímabili. Scary MoVie er því fyrsta myndin eftir sjö ára bið.

Leikstjóri myndarinnar er Malcolm D. Lee og með aðalhlutverkin fara Ashley Tisdale, Simon Rex ásamt Lindsay Lohan og Charlie Sheen, sem spókaði sig í Bláa lóninu um síðastliðna páska. Þess má til gamans geta að þau tvö síðarnefndu leika sjálf sig í myndinni. Fleiri sem túlka eigin persónur í



myndinni eru rapparamirnir Snoop Dogg og Mac Miller, fyrrverandi hnefaleikakappinn Mike Tyson og hjartaknúsarinn Usher.

Athygli vekur að leikkonurnar Anna Faris og Regina Hall eru ekki á meðal leikara því báðar léku þær í fyrstu fjórum myndunum og er sú fyrrnefnda gjarnan kölluð „leikkonan sem leikur í öllum Scary Movie-myndunum“ í daglegu tali.



FRUMSÝNING HELGARINNAR

Falskur fugl

Falskur fugl fjallar um Arnald Gunnlaugsson, 16 ára ólíkindatól, sem býr hjá vel stæðum foreldrum sínum. Hann er bæði myndarlegur og gáfaður en leiðist inn á rangar brautir í lífinu. Myndin gerist yfir jól, þegar svartasta skammdegið er ríkjandi á Íslandi og raunveruleikinn getur verið hvað hráslagalegastur. Í kjölfar sjálfsmorðs bróður síns má segja að veröld Arnalds hrynji og um leið tvístrar harmleikurinn fjölskyldu hans. Arnaldur höndlar ekki bróðurmissinn, situr uppi með fjölmargar spurningar en engin svör og leiðist út í óreglu sem á ekki eftir að bæta líf hans.

Leikstjóri: Þór Ómar Jónsson.
Aðalhlutverk: Styr Júlíusson, Hilmir Snær Guðnason, Ísak Hinriksson, Aron Brink, Rákel Björk Björnsdóttir, Alexía Björg Jóhannesdóttir, Þorsteinn Bachmann, Damon Younger, Davíð Guðbrandsson.
Lengd: 83 mín.
Aldurstakmark: Bönnuð innan 14 ára.
Kvikmyndahús: Smárabíó og Háskólabíó.

KVIKMYND

Aftaka án dóms og laga

Ég hef haft gaman af skandinavískum kvikmyndum síðan ég sá sænsku myndina Ondskan 2003 sem er frábær, ég finn alltaf fyrir einhverri nálægð við þannig myndir. Ég eiginlega hálf skammast mín fyrir að hafa ekki séð Jagten fyrr og hef ég heyrt mikið um hana. Ég sé sko alls ekki eftir að hafa skellt mér á hana og halda skandinavískar myndir áfram að heilla mig.



undan honum og hann sakaður um hrikalegan glæp.

Þessi mynd er frábær og er mikil áhersla lögð á persónusköpun og kemur það meira fram í líkamsburðum og svipbrigðum frekar en með orðum, sem sýnir á skilvirkari hátt hvernig alvarleg mál eins og það sem tæklað er í Jagten hafa áhrif á geðheilsu fólks. Leikstjórinn óþekkti stendur sig frábærlega og leikararnir standa sig allir með þryði. Mads Mikkelsen er frábær í hlutverki Lucasar og hin ungu Lasse Fogelstrom og Anikka Wedderkopp eru frábær, þá sérstaklega Anikka sem túlkar litlu saklausu stelpuna sem kemur öllu af stað ótrúlega vel. Myndin sýnir ótrúlega vel hversu alvarlegar svona ásanir geta verið í litlum samfélögum og hversu fljótt fólk er að dæma án allra sannana. Maður tengist persónunum svo vel að maður finnur til með þeim og vekur þessi mynd upp alls kyns tilfinningar hjá manni, það sauð á manni reiðin á nokkrum köflum í myndinni.

Jagten er leikstýrt af Thomas Vinterberg og er þetta fyrsta myndin sem ég sé eftir hann. Hann kallar á Mads Mikkelsen, skærustu stjórn Dana í kvikmyndaheiminum, sem lék m.a. skúrinn í James Bond-myndinni Casino Royale.

Lucas er leikskólakennari sem stendur í ströngu við fyrrverandi eiginkonu sína um forræði á unglingssyni þeirra. Hann

kynnist síðan konu og sama dag fær hann góðar fréttir frá syni sínum. Lífið virðist vera að breytast til hins betra fyrir hann þegar fótunum er kippt aftur



ÍVAR ORRI ARONSSON



JAGTEN

Jagten er skandinavískt drama eins og það gerist best, gerist í litlum bæ að vetrarlagi þannig að allt er grátt yfirlitum og skammdegið í algleymingi. Frábær mynd sem enginn ætti að láta framhjá sér fara og nú fer hver að verða síðastur að skella sér á hana í bíó.

VILTU VINNA MIÐA?
facebook.com/monitorbladið

TÖLVULEIKUR



Walking Dead
MMMMM
Tegund: Skotleikur
PEGI merking: 18+
Útgefandi: Activision
Dómar:
4 af 10 – Gamespot
4,5 af 10 – IGN.com
3 af 10 – Eurogamer.net

Steinsofandi uppvakningur

Allir elska góðan uppvakningu og hefur það skilað sér í því að uppvakningar eru úti um allt, en þeir spila stórt hlutverk í Call of Duty-seríunni, uppistaðan í Resident Evil-leikjunum og í aðalhlutverki í Walking Dead-þáttunum svo eitthvað sé nefnt.

En það er einmitt eftir Walking Dead-þáttunum sem leikur vikunnar er gerður eftir og skartar hann tveimur aðalleikurum þáttanna (Norman Reedus, Michael Rooker) og svo hellingi af uppvakningum. Leikurinn gerist áður en saga þáttanna byrjar og eiga aðdáendur þeirra að fá frekari upplýsingar um hvað var að gerast þá. Sagan er samt álíka þunn og pappír og skilur lítið eftir sig nema þá kannski helst óbragð í munni.

Leikurinn er fyrstu persónu skotleikur þar sem leikmenn þurfa annaðhvort að læðast framhjá hópi uppvakninga eða vaða í hann með hinum ýmsu vopnum. Auk þessa geta leikmenn tekið upp allskyns hluti sem nýtast þeim á ýmsan hátt. Vopn leiksins eru nokkuð fjölbreytt eða allt frá hníf og hamri yfir í riffla og byssur. Stýring leiksins er mjög klaufaleg og finnur maður vel hversu lítið hefur verið lagt í leikinn þegar maður byrjar að taka í hann. Einnig er frekar auðvelt að hlaupa bara í gegnum

flest borðin og gefa „læðast um“-spilun leiksins langt nef.

Fyrir utan hasarinn þurfa leikmenn að safna eldsneyti sem þeir svo nota til að ferðast á milli staða og er hægt að velja hvaða leiðir maður tekur, en þær kosta mismikið eldsneyti. Þrátt fyrir þetta val endar maður alltaf á sama stað og í raun er þetta svipað og manni sé boðinn ís og valið standi milli þess að borða grænan hlunk eða ljósgreinan hlunk.

Grafikin í leiknum er vægast sagt léleg og á lítið í aðra leiki í sama flokki. Talsetningin er ágæt, sérstaklega hjá aðalpersónunum, en það er enginn að fara að fá Edduna í flokki talsetningar. Tónlistin er fín og í raun bara í góðu meðallagi.

Besta ráðið þegar maður hittir uppvakningu er að reima á sig hlaupaskóna og hlaupa eins og fætur toga. Sama gildir um þennan leik, þegar þið sjáið hann í hillunni, byrjið þá að reima...



ÓLAFUR ÞÓR JOELSSON



@stellarosenkranz Rándýrasta mynd sem ég hef tekið! Arnar og Pharrell Williams. Our inspiration!!! #stundumaðspjallaviðpharrell



@almagood almagoodShootin @faarrow music video #party #music #fashion #la #hollywood #itsawrap



@arongunnarsson Prem haha



#monitormynd

Sérð þú lífið í filter? Monitor líka! @stellarosenkranz á mynd vikunnar að þessu sinni en hún fangaði ógleymanlegt augnablik í lífi hennar og bróður hennar.

Ert þú í Instahring Monitor? Merktu þína mynd með #monitormynd og vertu með í gleðinni. Myndirnar birtast sjálfkrafa á nýja vefsvæðinu okkar, monitor.is, auk þess sem sniðugir Instagrammarar geta nælt sér í glaðning því í hverri viku útnefnum við **Monitormynd vikunnar**.



@ymirbg #gentelman #lolípoka



@tobbamarinos Árshátíð, forréttur



@olafurarnalds I am so confused right now



@geiri_96 Grjóthardir menn hér á ferð #vorlofti #monitormynd



@liljabjgu #chemistry #philosophy #pós #kvenno #monitormynd



@jor_by_bj Goggi mátar tónskálda jakkafötin #suits #style

Þáttabankar Péturs

Pétur Örn Svansson
monitor@monitor.is



Vantar þig hugmyndir að nýjum sjónvarpsþáttum?

Pétur Örn bendir lesendum á athyglisverða þætti sem eru þó ekki á allra vitorði. Þessa vikuna tekur hann fyrir spennu- og dramabætti en í næstu viku verða það gamanþættir.

Nei hæ, sá ykkur ekki þarna. Í pistlinum í dag langar mig aðeins að renna yfir þáttalandslagið og mæla með nokkrum nýjum og ferskum þáttum í bland við þá eldri og reyndari. Þannig að ef þú ert að leita að tillögum að sjónvarpsþáttum þá mæli ég með frekari lestri.



FERSKUR **House of Cards:** Þeir sem hafa séð þá eru núna með fullnægðarglott að kinka kollu. Ein þáttaröð komin og blessunarlega er verið að vinna í þeirri næstu. Kevin Spacey er trylltur og hafa þættirnir mjög skamman aðlögunartíma. Stjórnmalasvikadrama af bestu gerð enda verður flest sem Kevin Spacey snertir að gulli. Þó svo að hugmyndin gæti hljómað dálítið þung og hæg þá eru þeir hraðir, spennandi og fánalega skemmtilegir. 9,0 á IMDb.



ELDRI **Luther:** Þessir eru rosalegir. Breskur sálfræðitryllir um rannsóknarlögregluna Luther sem vinnur í jaðrinum og nær svo sannarlega árangri. Hann er í rugli með einkalífíð og fer oft yfir strikið til að leysa málin en það er skrifað raunsætt þannig að áhorfandinn styður hann í að taka þetta auka, óæskilega skref til að klófesta sökudólginn. Þeir hafa þennan breska raunveruleika sem gerir þáttinn einstaklega trúverðulegan og að algjörum toppklassa í mínum bókum. 8,5 á IMDb.



Misfits: Mjög skemmtilegir þættir um unglinga í samfélagsþjónustu sem öðlast yfirnáttúrulega krafta eftir að stormur gengur yfir. Fyrsta þáttaröðin er skylduáhorf. Lesendur kunnugir þáttunum eru mér eflaust sammála um að Nathan er besta persónan. Smá svona Heroes/No Ordinary Family í þeim en bara betri. Samskiptin og húmorinn í aðalhlutverki á meðan ofurkraftarnir sitja í baksætinu, sem er mjög jákvætt. Fyrsta þáttaröðin finnst mér rosaleg, svo dala þættirnir aðeins en þá er maður búinn að fjárfesta það tryggt að það bitnar ekki á upplifuninni. 8,5 á IMDb.



Sherlock: Virkilega góðir þættir um spæjarann í Baker Street 221B. Um ræðir breska þætti og eru þeir töluvert betri en Elementary sem er bandarísk útgáfa um sama efni. Sherlock sjálfur er ekkert sérstaklega þekktur en hann er magnaður í þáttunum sem sérvitur snillingur. Áhorfendur þekkjja hins vegar Martin Freeman (The Hobbit, The Office UK) sem fer með hlutverk aðstoðarmannsins trausta. Þættirnir líta ekkert sérstaklega spennandi út fyrstu fimm mínúturnar en ég var niðurnegldur í sætið frá tólftu mínútu og út alla þættina. Annað jákvætt: Þú ert ekkert að fara detta úr skóla eða flosna úr vinnu við að festast í þeim því allt í allt eru þetta bara níu þættir. 9,2 á IMDb.



VANMAT **The Black Donnellys:** Þeir voru bara eitthvað að dúlla sér á SkjáEinum og ég þældi ekkert í þeim að neinu viti. En eftir hvatningu frá góðum vini tók ég þættina alla í einu og þeir eru hörkugóðir. Bara ein þáttaröð þannig að þetta er þægilegur og spennandi vikupakki. 7,2 á IMDb.



OFMAT/VONBRIGÐI **The Following:** Lofaði rosalega góðu, mér brá nokkrum sinnum og var sífellt komið skemmtilega á óvart til að byrja með en svo finnst mér bara eitthvað hafa fjarð undan þeim. Vonandi er einhver ósammála mér því ég óska Kevin Bacon alls hins besta þó hann hafi verið algjört dick í River Wild og Sleepers. 7,9 á IMDb.



Í SKOÐUN **Hannibal:** Það eru bara komnir tveir þættir þegar þetta er skrifað og þeir virkuðu mjög vel á mig. Mads Mikkelsen, sem lék um síðast í Jagten, fer með hlutverk Dr. Hannibal Lecter og svo má nefna Lawrence Fishbourne þarna nokkuð svalt. Lofar góðu en getur brugðið til beggja vona. 8,5 á IMDb.

GAMANÞÆTTIR



FERSKUR **Worst Week:** Ekki nýir en ég var bara að kynna þeim nýlega. Þeir eru bandarísk endurgerð af breskum þáttum og heppnuðust mjög vel. Ég er allavega hrifnari af bandarísku útgáfunni en þeirri bresku. Mjög skemmtilegir þættir með smá svona Curb/Klovn óþæginda-vibe. **7,3 á IMDb.**



ELDRI **Peep Show:** Hér höfum við grínþætti í algörum toppklassa og það besta er að þetta eru níu þáttaraðir. Ég er ekki viss hvort að þættirnir urðu betri með hverri þáttaröð eða ég komst bara betur inn í þættina og fílaði þá þess vegna betur og betur. Staðreyndin er allavega sú að ég dýrka þennan ást/haturs-bromance-þátt sem ég skellihló yfir. **8,6 á IMDb.**



The Inbetweeners: Margir kannast kannski við bíómynd um þá félagi sem kom út 2011. Þættirnir eru til í breskri útgáfu og svo bandarískri endurgerð. Báðar góðar en breska þó betri. Þetta er um fjóra vini í menntaskóla, þeir eru hvorki lúðarnir né hluti af svala hópnum, heldur svona mitt á milli eins og nafnið gefur til kynna. Mjög myndinn og hentugur þriggja þáttaraða pakki. **8,4 á IMDb.**



Workaholics: Um vinina Blake, Adam og Sanders. Tveir síðarnefndu eru í miklu uppáhaldi hjá mér og það er mjög gaman að láta þessa þætti rúlla. Svöltil steik og ekkert svo ólíkir It's Always Sunny in Philadelphia. Mér finnst lagið í intro-inu líka svo gott og reyni alltaf að beatboxa með því. **8,2 á IMDb.**

Eastbound & Down: Ef þú hefur ekki kynnt þessari snilld þá skaltu nýta þetta uppsafnaða veikindafri og sökkva þér í þættina. Söguþráðurinn skýrist strax á fyrstu mínúturnum og drífðu þig að horfa á þá. Ég meina það, hættu að lesa þetta og drífðu þig að horfa. **8,2 á IMDb.**



VANMAT **Better off Ted:** Mér finnst þessir þættir ekki hafa fengið það kredit sem þeir eiga skilið. Ekki Messi þáttanna en mjög skemmtilegir, svona Ramirez, með góða spretti í finu liði en maður er ekki beint með veggspjald af honum uppi á vegg nema maður þekki hann. **8,0 á IMDb.**



OFMAT **New Girl:** Þetta eru finir þættir til að láta rúlla og manni leiðist ekkert við áhorf en þeir eru aldrei geggjáðir. Ég er að heyra í kringum mig að þetta séu uppáhaldsþættir margra en það finnst mér algjört ofmat og hvet fólk til að stíga varlega til jarðar. Schmidt er mjög nett steik en ég held að þessir þættir verða gleymdir um leið og þeir fara af dagskrá. **7,9 á IMDb.**



Í SKOÐUN **Go On & The Mindy Project:** Báðir þessir þættir eru finir en fljótt á titið eru þeir ekkert að fara á neina skylduáhorfslista hjá mér. Þetta er ekkert rusl eins og 2 Broke Girls, \$#! My Dad Says eða How to Live with Your Parents heldur skemmtilegir þættir sem mér finnst fint að hafa á skjánum í bakgrunni þegar ég er að borða. Ætla aðeins að sjá hvernig þeir spilast og hvort ég uppfæri áhorfið á þá í 100% athygli.



SPJALLÞÆTTIR **Comedy Central Roast:** Það eru fáir þættir skemmtilegri í áhorfi. Þetta er með roast-fyrirkomulagi þar sem fólk eins og Donald Trump, Pamela Anderson, Charlie Sheen og Rosanne Barr hafa verið tekin fyrir. Þarna safnast saman nokkrir af bestu grínistum heims og gjörsamlega drulla yfir gestinn. Ég er oft ekki viss hvort ég eigi að arga úr hlátri eða skammast mín fyrir að finnst þetta myndi. Niðurstaðan er allavega sú að ég elska þegar nýtt roast kemur út en ég myndi ekki hafa samvisku í að hlæja að þessu með foreldrum mínum.

Jeselnik Offensive: Þeir sem hafa horft á nýjustu Comedy Central Roastin gætu kannast við Anthony Jeselnik. Þættirnir eru í uppstands- og spjallformi og ganga út á „shock value“ þar sem gert er grín að óviðeigandi hlutum. Ekki beint þættir til að horfa á marga í einu en gaman að kíkja á þá þegar einhver er í heimsókn og þið eruð uppskröppa með umræðufni. **7,5 á IMDb.**



„HÆKKUN GRUNNFRAMFÆRSLU NÁMSLÁNA UM TÆP 40% – ÞESS VEGNA KÝS ÉG VG“

EYRÚN ÞÓRA GUÐMUNSDÓTTIR
NÁMSMAÐUR Í HÍ

FYRIR FÓLKID Í LANDINU





HVAÐ ER TÍTT?

Nafn: Agnes Björt í Sykri.
 Á forsíðu: 12. apríl 2012.
 Fyrirsögn viðtals: Þjóðin sem dansar aldrei dansaði.

Það er allt fínt að fréttu af mér, takk fyrir. Ég er oftast upptekin við að vinna í Fatamarkaðinum og spila eða vinna að nýju með hljómsveitinni. Það er svo gaman að vera til á þessum árstíma, þegar sólin lætur sjá sig oft en vanalega og allir að komast í fíling. Ég er strax orðin spennit fyrir sumartískunni og hlakka til að sjá hvaða stefnu hún tekur í Reykjavík.

Svo er ég að fara að dæma Söngkeppni framhaldsskólanna sem verður spennandi og örugglega erfitt en ég verð alltaf jafnstolt að sjá hvað það er mikið af ungu hæfileikafólki á þessu landi.

Ég er spennit fyrir framtíðinni og held að sumarið verði fullt af góðri tónlist, flottum sumarkjólum, ást og vináttu.

LOL-MAIL MONITOR

Hitler og Göring voru að rífast um hvort gyðingar væru vel gefnir eða ekki. Hitler hélt því fram að þeir væru vitlausari en gangstéttarhellur en Göring mótmælti og sagði þá óvenju klóka, líklega klókari en aría.

Eftir langt og mikið rifrildi leiddi Göring Hitler inn í þýska búshaldaverslun og bað um tebola fyrir örvhenta. Afgreiðslukonan hváði og sagðist ekki eiga neitt slíkt til.

Þegar út var komið spurði Hitler hvað í ósköpunum þetta ætti að sanna. Göring bað hann að sýna þolinmæði, fór með hann inn í aðra búshaldaverslun, bað aftur um örvhentrabolla og fékk sömu viðbrögð. Hitler hvæsti, hvað ætti þessi vitleysa eiginlega að þýða? Göring bað Hitler að hafa sig hæg-an og fór með hann í þriðju verslunina, sem í þetta sinn var í eigu gyðinga. Þar bað hann enn á ný um það sama. Afgreiðslukonan fór inn á lager, rótaði lengi, kom svo fram með tebola og undirskál og stillti bollanum þannig að Göring gæti tekið hann upp með vinstri. Göring borgaði fyrir bollann og þeir fóru út. Sérðu, sagði Göring, ég sagði þér að þeir væru gáfaðri en Þjóðverjar. Gáfaðri? sagði Hitler – það er nú varla meira en tilviljun að hún hafi átt bollann á lager?!

Ég skora á Kristján Frey Halldórson, bóksalatrommara. Kveðja. Eiríkur Örn Norðdahl

LOKAPRÓFIÐ

| 18. apríl 2013 |
MONITOR
 skólinn

Ég heiti Kristján Hafþorsson.

Ég byrjaði í heimspeki við HÍ í haust og uppáhaldsheimspekingurinn minn er

Þú veist hver ég er af því að Eg er leikari og kærleiksbjörn



Ég get bókstaflega ekki beðið eftir föstudeginum því

- a) Þá er parti, parti heima hjá mér.
- b) á föstudögum keyri ég alltaf niður Laugavegin með lagið Friday með Rebecca Black í botni.
- c) það er alltaf pítsa í matinn hjá mér á föstudögum.
- d) Þá verður grunnurinn að heimsfræð minni lagður.
- e) Ég fer á frumsýningu á Fölskum fugli klæddur í mitt finasta púss.

Draumamótleikarinn minn er

- a) Ingvar E. Sigurðsson
- b) Hilmir Snær Guðnason
- c) Styr Júlíusson
- d) Brad Pitt
- e) Johnny Depp

af því að Hann er frábær gæji og efasleysi leikari landsins

Helsta áskorunin við að túlka Hödda í Fölskum fugli var

- a) að setja sig í spor vandræðaunglings sem á við fíkniefnavanda að stríða.
- b) að þurfa alltaf að vera alvarlegur og grjótharður, því ég er almennt alltaf brosmildur og hress.
- c) að þurfa að framkalla tár fyrir framan myndavélina.
- d) eiginlega engin því við erum alveg eins týpur.

Það sem mér þykir mikilvægast í lífinu er að Spila öllum list, kærleik og vandræðu.

Sem fótboltamaður hef ég klæðst treyju

- a) Vals
- b) Fram
- c) KR
- d) Knattspyrnufélags Hlíðarenda
- e) Liverpool er góð en Liverpool eiga stærsta hlutann í hjarta mér.



- a) Aristóteles
- b) Pýþagóras
- c) Sókrates
- d) John Locke
- e) Óli Stef
- f) ég sjálfur
- g) _____

enda er hann frábær og yndislegur

Eiginhandarítunin mín lítur svona út:

Kristján Hafþorsson

Ef ég væri ekki Kristján Hafþorsson væri ég til í að vera

- a) Kristján Gíslason, fyrrverandi Eurovisionfari
- b) Kristján „heiti ég“ Ólafsson, persóna í Spaugstofunni
- c) Kristján Jóhannsson, söngvari
- d) Cristiano Ronaldo, langnæstbesti fótboltamaður heims
- e) Christian Bale

af því að þú væri ég leikari og fótboltamaður

Ég hef einmitt hitt Cristiano Ronaldo og samræðurnar okkar voru svona:

K: Hóla Cristiano! Can I have one photo?
 C: yes, no prob!
 K: Thank you so much!

C: No prob. Good luck with Falskur fugli!
 Fyrir utan Falskan fugl er

- a) Nova-auglýsingin sem ég lék í
- b) KFC-auglýsingin sem ég lék í
- c) Spaugstofupátturinn sem ég lék í
- d) ógleymanleg frammistaða mín í Áramótaskaupinu 2011
- e) _____

klárlega hápunkturinn á leiklistarferlinum til þessa af því að Það var í fyrsta stán sem ég lék í sjónvarpi



VEL GERT

Nemendur Hagaskóla héldu sinn árlega góðgerðadag í gær og söfnuðu fyrir Ungum aðstandendum

krabbameinsgreindra hjá Ljósinu og Amnesty International. Söfnunin fór fram með marg-

vislegum hætti en á meðal þess sem var á dagskrá var veitingasala, happdrætti, draugahús, ýmis skemmtiatriði auk þess sem tvær stelpur úr skólanum, Elísabet Huld Þorbergsdóttir og Elín María Árnadóttir, létu hár sitt fjúka í þágu góðs málefnis. Sýnt var beint frá rakstrinum í sjónvarpsfréttum RÚV í gærkvöldi.



SÓLMUNDUR HÓLM

ÉG HEF ALDREI

... farið á leik í ensku úrvalsdeildinni. Skandall, en það stendur til bóta. Stefni á að fara með Matthías son minn að sjá okkar menn í Liverpool í haust.

1

... borðað skötu. Lyktin fælar mig frá og mun gera næstu árin.

2

... ekið á og keyrt í burtu. Langar reyndar ekki að prófa það.

3

... rænt sjoppu, stal reyndar einu sinni súkkulaðistykki úr Glæsibæ en fékk samviskubit og skilaði því aftur til verslunarstjórans.

4

... farið á gæs.

5

... landað framhjá vigt. Verða ekki allir að prófa það?

6

SÍÐAST EN EKKI SÍST

► Vikan í baksýnispegli Sigríðar Maríu, ræðumanns Íslands.

STAÐURINN: Ætli Fjalakötturinn, eða Katze, verði ekki að hljóta þann heiður. Kósý kaffihús í miðbænum með bar, eldstæði og internettingu. Svo eru þeir líka búinir að átta sig á því að tónlistin þarf ekki að kæfa allar samræður.



STUNDIN: Þegar oddadómurinn sagði að sigurvegari MORFÍs 2013 væri Verzló. Það tók mig nokkra stund að átta mig á hvað hafði gerst en svo helltist yfir sæluvíma sem á sér enga hliðstæðu, ergo þú þarft ekki eiturlyf til að skemmta þér.



MATURINN: Lambafillet marinerað upp úr olíu, hvítlauk og timjan framreitt með rósmarynkrydduðu rötargrænmeti og bernaíse. Við kærastinn erum eiginlega búin að fullkomna þessa (einu) uppskrift.



MAÐURINN: Ú, æðislegt, loksins get ég opinberað ást mína á Alan Rickman. Það er draumur minn að hann biðji um að fá að ættleiða mig sem barnabarn sitt, þá gætum við átt heimspekilegar samræður og ég fengi að knúsa hann.

LAGIÐ: Hlýtur að vera I Just Died In Your Arms tonight með Cutting Crew, það er ekki hægt að finna betra lag til að dansa vandræðalega í einrúmi við.

FRÉTTIN: „Púðluhundur reynist vera möður á sterum“. Útúrðopai möðurinn var bilaðslega sætur en nánari internetsörf leiddi í ljós að hann er kannski ekki besta gæludýrið.




NÝR VEFUR KOMINN Í LOFTIÐ

www.monitor.is

ÞÚ HEFLUR EKKERT
BETRA AN GERA



MONITOR



„Helstu kostir lagadeildar HR eru tvímælalaust metnaðarfullir kennarar sem leggja mikið upp úr því að tryggja gæði námsins. Nemendur eru hvattir til að taka virkan þátt í tímum og að vera óhræddir við að spyrja spurninga. Fyrir vikið verður námið mun áhugaverðara og bekkurinn samheldnari.“

Marteinn Áki Ellertsson
Nemi í lögfræði

VELKOMIN Í HR

FRAMSÆKINN ALÞJÓÐLEGAN HÁSKÓLA

OPIÐ FYRIR UMSÓKNIR TIL 5. JÚNÍ



HÁSKÓLINN Í REYKJAVÍK
SAMAN LÁTUM VIÐ HJÓLIN SNÚAST



www.hr.is