

MONITOR



FRÍTT
EINTAK

TÓNLIST, KVIKMYNDIR, SJÓNVARP, LEIKHÚS, LISTIR, ÍÞRÓTTIR, MATUR OG ALLT ANNÆÐ

Já, já, já!
Ný boxmáltíð á KFC

BLAZIN'

TOWER Zinger-borgari

Blazin' Tower Zinger-borgari með kartöfluskífu, osti, iceberg og sjóð-
heitri sósu, þrír Hot Wings, franskar, gos og maís eða kokteillsósa!

Sjóðheit
boxmáltíð
á aðeins

1.590
kr.



svoogott™

FAXAFENI • GRAFARHOLTI • SUNDAGÖRDUM
HAFNARFIRÐI • KÓPAVOGI • MOSFELLSBÆ
REYKJANESBÆ • SELFOSSI WWW.KFC.IS

Fyrir 42 árum fór fram síðasta aftakan með fallöxi fram í Frakklandi.



ÞORRI

Fyrstu sex: 151080.
Ég séf í: Náttbuxum.
Lag á heilanum: Break my Stride með Matthew Wilder.
Fyrirmynd í æsku: Michael Jordan.
Ef ég væri drykkjarvara væri ég: Svalli með appelsínukeim.

Bullandi rómantík hjá Tilbury

Mynd/Kristinn

Í kvöld fagnar hljómssveitin **Tilbury** útgáfu plötunnar *Northern Comfort* með tónleikum í Hörpu. **Monitor** heyrði í forsprakka sveitarinnar, **Þormóði Dagsyni**, sem jafnframt hefur slegið í gegn í vetur í sjónvaprþáttunum *Hulli*.

Hljómssveitin Tilbury heldur útgáfutónleika í Hörpu í kvöld en forsprakki sveitarinnar Þormóður Dagsyni, segir mikla skemmtun í vændum. „Þetta verða lengstu tónleikar okkar til þessa. Við erum búnir að æfa okkur mjög vel og binda lögin saman í eina þetta sýningu,“ segir hann og laumar því að blaðamanni að eins muni sveitin fá nokkra gesti á svið, þ.á.m. Steina úr Moses Hightower. Liðsmenn Tilbury munu þó ekki slá slöku við eftir tónleikana því morgun treður sveitin upp á Græna Hattinum á Akureyri og kynnr nýju plötuna fyrir Norðlendingum.

Þormóður eða Þorri, eins og hann kys að kalla sig, lýsir tónlist Tilbury sem syntapoppi með allskonar kryddi. Blandan sú hefur runnið ljúflega ofan í landsmenn allt frá útgáfu fyrstu breiðskífu sveitarinnar, *Exorcise*, fyrir rúmu ári síðan. „Ég hafði spilað á trommur í mörg ár með ýmsum hljómssveitum og mig langaði að prófa eitthvað nýtt,“ segir Þorri um tilurð Tilbury. „Ég samdi þá nokkur lög og tók upp demó. Ég kom fyrst fram sem Formaður

Dagsbrúnar með Erni Eldjárn á gítar og iPod sem spilaði trommur, bassa og synta.“ Síðan þá hafa þeir Kristinn Evertsson, Guðmundur Óskar Guðmundsson og Magnús Trygvason Eliassen bæst í hópinn og nú sendir sveitin frá sér nýja plötu sem Þormóður segir talsvert þroskaðri en þá fyrri. „Við lærðum svo mikið við gerð fyrri plötunnar og sá lærðómur nýttist okkur mjög vel á nýju plötunni. Við vorum ekki eins feimnir við að prófa nýja hluti,“ segir Þorri.

Platan ber titilinn *Northern Comfort* og Þormóður kveður þema hennar vera íslenska veturinn. „Lögin fjalla um alls konar ævintýri sem verða til við þessar köldu og stormasömu aðstæður,“ segir Þorri og bætir við að oft megi þar finna bullandi rómantík, hlýjuna í kuldanum.

Dúðaður geimfari á hjara veraldar

Þormóður er bróðir spéfuglsins og listamannsins Hugleiks Dagssonar en sá á einmitt heidurinn að báðum plötuumslögum sveitarinnar. Þorri segir fjölskyldutengslin koma sér

vel enda leiti hann mikið til til bróður síns með allskonar hugmyndavinnu í kringum sveitina. Margir muna eftir grænu köllunum með bráðnuðu andlitin á plötuumslagi *Exorcise* en nú er þetta einkennismerki sveitarinnar komið í geimfarabúning. Aðspurður um breytinguna segir Þorri að það hafi verið haldinn þankastorms fundur á Snaps þar sem Hugleikur muldraði allskyns hugmyndir. „Ég sagði bara já með reglulega millibili og þetta varð niðurstaðan. Dúðaður geimfari í snjó á hjara veraldar. Mér fannst hugmyndin passa vel við plötuna og þema hennar, sérstaklega titillagið,“ segir Þorri um lokaútkomuna.

Samstarf þeirra bræðra hefur áður vakið athygli enda er Þorri unnu þeir saman að þáttunum um Hulla sem sýndir voru á Rúv í haust. Þorri er jafnframt fyrirmynd og nafni einnar aðalpersónunnar. „Ég er lágmaeltur og meðvirkur rómantíker, eins og Þorri í þáttunum,“ segir hann ynntur eftir því hversu líkir þeir nafnar séu. „En hann er vonandi meiri aumingi en ég.“

MONITOR

MÆLIR MEÐ...

FYRIR SPILAVINI

Verslunin Spilavinir flutti nýlega í ný húsakynni á tveimur hæðum í Faxafeni. Þar geta snemmbúin jólagjafakaupendur fundið allt milli himins og jarðar í þakkann fyrir jólabörn á öllum aldri. Í versluninni eru reglulega haldin spilakvöld fyrir skólahópa, félagsmiðstöðvar og vinnustaði auk þess sem þangað mæta barnabóka-höfundar um helgar og lesa upp úr verkum sínum.



FYRIR HÁLENDISFÓLK

Hljómssveitin Highlands er glænýr dúett þeirra Karinar Sveinsdóttur og Loga Pedro úr Retro Stefson. Tvíeykið sendi á dögunum frá sér sitt fyrsta lag, en það ber heitið *Hearts* og má m.a. heyrja það á heimasíðu Monitor. Sveitin er með fimm lög tilbúin og stefnir á útgáfu smáskífu strax í desember. Þess má geta að Karin er sautján ára gamall nemi við Menntaskólann í Hamrahlið en með sína undurfögru rödd munu landsmenn vafalaust sjá meira af henni í framtíðinni.



FYRIR PRÓFKVÍÐNA

Prófin eru blessun en ekki bö, enda eru þau markmiðin sem nemendur hafa stefnt að alla önnina. Hægt er að njóta prófanna á ýmsan hátt, m.a. með því að safna prófaskeggi eða mæta í sérstökum prófajakka fyrir hverja námsgrein. Monitor mælir með því að lesendur njóti prófanna og sigli síðan sáttir og sælir inn í jólin.



VIKAN Á FACEBOOK



Gauti Þeyr
Random sms frá Úkraínu um að ég eigi pakka í pósthúsinu...

Fékk sent nr. með og það stemnir að þakinn sé kominn. Hverjar eru líkurnar á að einhver nái að senda sprengju eða haus í pakka... WHAT IS THIS? Nennir einhver að opna þetta fyrir mig
26. nóvember kl. 10:48



Sunna Ben
Mér finnst að það ætti að vera kvóti fyrir hversu margar túrista-búðir má opna á Laugarvegnum. Það stýttist í að Reykvíkingar hætti að nenna að hanga í þessu lundabangsavíti.
27. nóvember kl. 13:35



Atli Fannar Bjarkason
Blackfish er frábær mynd. Horfið á hana! og ef þið þurfið

eitthvað til að kítla þjóðerniskenndina þá kemur fram í myndinni að sárþjáði morðhvalurinn Tilikum var fangaður við Íslandsstrendur á níunda áratugnum, eftir að Sea World var bannað að fanga háhyrninga við strendur Washington-fylkis.
24. nóvember kl. 11:44

www.facebook.com/monitorbladi

BLAÐIÐ Í TÖLUM

17 Friends þættir innihéldu forsíðu-fyrirsætuna Paul Rudd

3 Þekktir Suðurríkjarapparar létust eftir neyslu Purple Drank

14 af hverjum þúsund konum milli 15 og 19 ára fóru í fóstureyðingu árið 2012

MONITOR@MONITOR.IS Ritstjórar:

Anna Marsibil Clausen (annamarsy@monitor.is), Jón Ragnar Jónsson (jonragnar@monitor.is) (f. fæðingarorlofi)

Framleiðslustjóri: Hilmar Gunnarsson (hilmar@monitor.is) **Blaðamenn:** Rósa María Árnadóttir (rosamaria@monitor.is) Hersir Aron Ólafsson (hersir@monitor.is), Lís Hafliðadóttir (lisa@monitor.is)

Umbrot: Monitorstaðir **Auglýsingar:** Auglýsingadeild Árvakurs (augl@mbl.is) **Forsíða:** AFP **Myndvinnsla:** Ingólfur Guðmundsson **Útgefandi:** Árvakur

Prentun: Landsprent **Sími:** 569 1136

ÞA MONITOR EFST Í HUGA MONITOR EFST Í HUGA MONITOR EFST

Fjólublá fíkniefni

Síðustu daga hefur fíkniefni sem kallast upp á ensku „purple drank“, „purp“ eða „lean“ verið mikið í umræðunni. Fíkniefni þetta er blanda af hóstasafni með kóðíni og Sprite eða öðrum gosdrykk. Annar þáttastjórnandi *Barmageddon*, Sunna Ben, stakk upp á því á Facebook að nafn drykksins yrði íslenskað sem fjólusaft og mun ég halda mig við það í þessum pistli.

Fjólusaft hefur lengi notið vinsælda í Suðurríkjum Bandaríkjanna ef ég skil internetið rétt. Það er vinsælt yrkisefni rappara og nýverið söng Miley Cyrus um efnið í laginu 23. Að því er mér skilst eru öll lyf sem innihalda kóðín lyfseðilsskyld hér á landi og það er eflaust þess vegna sem ekki hefur farið mikið fyrir neyslu á fjólusaftri áður. Þegar ný fíkniefni verða vinsæl eru fjölmiðlar oft seinir að taka við sér og kynna efnin almenningi. Hvernig á maður að varast vitan ef maður veit ekki hver þau eru?

Ég kannast við stelpu sem var í Bandaríkjunum fyrir skemmstu og drakk þar

fjólusaft í góðra vina hópi. Ég fékk meira að segja Snapchat frá henni með myndbandi af dreng að blanda drykkinn. Ég get fullt að þessari stúlku kæmi annars aldrei í hug að prófa fíkniefni. Hún virðist ekki hafa gert sér grein fyrir því að fjólusaft væri fíkniefni einfaldlega af því að efnið er í vökvaforni og drykkurinn var fullkomlega eðlilegur í augum vina hennar.

Það eru ekki skuggalegir, útjaskaðir dópistar eða krimmar sem bjóða meðalmanninum dóp. Þeir sem bjóða okkur dóp eru oft vinalagt, traustvekjandi fólk sem meinar yfirleitt vel. Það getur verið erfitt að neita því fólk, sérstaklega þegar þetta fólk hefur kannski enn ekki átt slæma reynslu af efninu. Við þurfum að móta með okkur sterka, gagnrýna hugsun sem nær til alls og allra, einnig okkar nánustu vina. Gagnrýnin hugsun bjargar mannlífum.

Anna Marsý



Prófataktík dúxins

Andrea Björnsdóttir er ein af dúxum Verzlunarskólans auk þess að vera virkur þátttakandi í félagslífi skólans. **Monitor** fékk Andreu til að deila með lesendum nokkrum góðum ráðum fyrir prófin.

Nú þegar líða fer að jólu tekur prófstressið, sem allir námsmenn kannast við, að gera vart við sig. Maður er búin að vita af prófunum síðan önnin hófst en svo allt í einu er komið að þeim og það kemur manni alltaf jafn mikið á óvart. Tíminn líður alltof hratt! Þegar kemur að prófaundirbúningi er alltaf best að frumlesa ekki efnið rétt fyrir próf enda tönglast kennararnir stöðugt á því að lesa alltaf heima. En það kemur fyrir alla einhvern tímann að þurfa að frumlesa fyrir próf.

Auðvitað er mismunandi hvaða 'prófataktík' hentar fólki best. Ég er t.d. alveg ótrúlega vanaföst og það mætti jafnvel segja að vottur af þráhyggju leynist í mér þegar kemur að prófaundirbúningi. Það verður allt að vera á hreinu áður en ég hef lestur fyrir próf því annars er enginn möguleiki á að ég nái almennilegri einbeitingu. Þetta eru helstu hlutirnir sem ég geri til þess ná árangri á prófunum.

1. Ef ég er að frumlesa efnið

Það sem mér finnst best að gera er að lesa einhverjar glærur eða stikkorð áður en ég fer í það að lesa námsefnið. Þá veit ég nokkurn veginn hver aðalatriðin eru og því er einfaldara að fókusera á þau þegar ég les efnið.

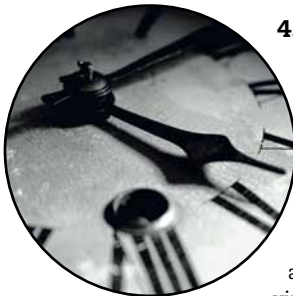


2. Skipulag og áherslur

Ég vil alltaf vera með á hreinu hvar allt námsefnið er, í hvaða röð það er og hvað það er sem leggja þarf mesta áherslu á. Er eitthvað sem kennarinn sagði að ég mætti sleppa eða nefndi hann að leggja ætti meiri áherslu á eitthvað eitt frekar en annað?

3. Hvernig ætla ég að læra fyrir þetta fag?

Maður lærir ekki eins fyrir öll próf, auðvitað undirbýr maður sig á annan hátt fyrir stærðfræðipróf heldur en söguþróf. Þá finnst mér gott að skrifa niður á blað hvernig og í hvaða röð ég ætla að læra fyrir hvert próf. Hvort sem ég ætla að lesa og glósa, skrifa litla minnismiða, fara yfir glósur frá kennara eða fara einhverja aðra leið sem hentar mér betur.



4. Tímamörk

Því næst set ég mér tímamörk. Ef ég ætla til dæmis að lesa og glósa gef ég mér x langan tíma til að glósa x margar blaðsíður. Tímamörkin halda mér við efnið og koma í veg fyrir að hugurinn leiti eitthvert annað, á Facebook, Instagram eða hvað þá Snapchat!

Ég passa mig samt á því að gefa mér auka hálf tíma á hverjum degi til þess að „vinna upp“. Yfirleitt gleymi ég mér aðeins á facebook eða einhversstaðar og næ þess vegna

ekki alveg að standast planið. Þá er gott að eiga auka hálf tíma til vara, sem kemur í veg fyrir stress um að ná ekki að klára.

5. Hitta vini, læra með þeim og af þeim.

Maður má ekki alveg gleyma sér og læsa sig eina inni í prófunum. Sumir geta reyndar engan veginn haldið einbeitingu í kringum annað fólk. Mér finnst samt alltaf gott að gefa mér tíma til þess að fara yfir efnið með bekkjarsystkinum mínum. Þá er hægt að spyrja hvert annað út úr eða ræða um efnið. Það brýtur upp daginn og lærdóminn sjálfan. Það er líka gott að rífa upp efnið og hvað þá með skemmtilegu fólki. Betur sjá augu en auga.

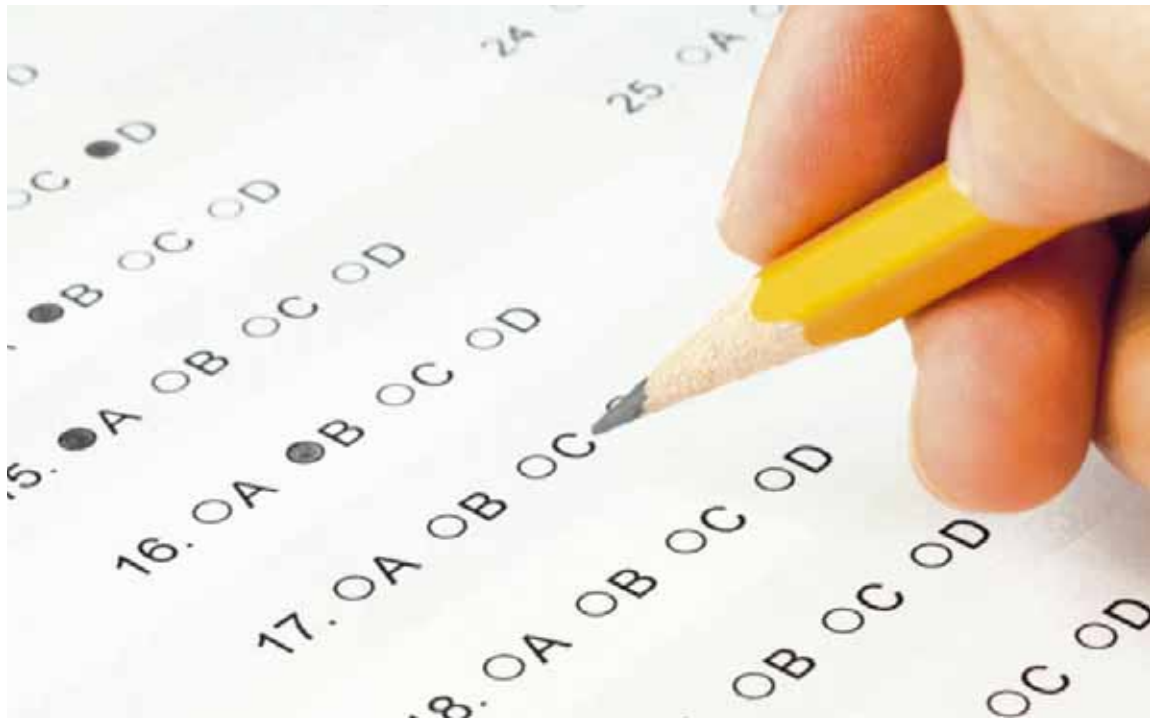
6. Hafa hreint í kringum mig.

Ég verð alltaf að laga til hjá mér áður en ég sest niður til að læra. Einbeitingin verður miklu betri ef það er hreint í kringum mig. Mér líður líka bara betur í hreinni og skipulagðara umhverfi.

7. Sofa og borða vel.

Að lokum annað klassískt ráð sem kennarar og foreldrar síendurtaka. En þetta er alveg rétt. Maður heldur alltaf að maður þurfi ekkert að sofa svo lengi. Það er alltaf hægt að pína sig til þess að læra þrátt fyrir lítinn svefn. Það er samt bara þannig að það er mun auðveldara að halda einbeitingu og muna efnið eftir góðan svefn.

Það er líka ómögulegt að verða svangur því þá verður maður svo órólegur og á erfiðara með að læra. Prófatíð er því líka góð afsökun fyrir því að troða í sig!



Kvillar í prófatíð

Þau eru ófá vandamálín sem steðja að stressuðum nemendum þegar líður að prófum. **Monitor** hefur ekki sérfræðibekkinguna til að leiðbeina lesendum með prófkvíða en býr að reynslumiklum blaðamönnum þegar kemur að öðrum próftengdum vandamálum sem margir kannast við.

Prófljóta

Hvað: Þegar líður að prófum fara andlit nemenda að fölna, baugarnir undir augum þeirra að stækka og metnaður í fatavali fer minnkandi. Þetta á sérstaklega við fyrir jólaprófin þar sem D vítamín skortur er farinn að láta á sér kræla í takt við lækkað sól.

Hvernig þú losar þig við hana: Taktu þér hálf tíma á hverjum laugardegi til að skipuleggja fataskápinn fyrir vikuna svo þú freistist ekki til að eyða henni í sömu skitugu náttbuxunum. Líttu á sturtuferðir sem tækifæri til að þylja utanaðbókarlærdóm. Passaðu að fá nægan svefn bæði til að berjast gegn baugum og til að hafa orku í lærdóm morgundagsins.

Hvernig þú lifir með henni: Mundu að allir fá prófljótauna á einhverjum tímamarki þó svo að fólk upplifir hana í mismiklum mæli. Próftímabilið er kjörið til að gefa skít í útlitskröfur samfélagsins og leyfa sér að vera sjúkaður. Fagnaðu ljótunni með óþvegnu hári, ósamstæðum sokkum, og baugum niður á nafla.



Próffita

Hvað: Margir kannast við að kíkja oft inn í ísskáp þegar álagið er mikið og það er varla til sá íslenski háskóla- eða menntaskólanemi sem ekki kannast við neyðarferðir á nammibarinn í prófalærdómi. Nartið tekur sinn toll á mittismáli margra og það eru eflaust margir sem kannast við að víkka beltið í prófunum.

Hvernig þú losar þig við hana: Nartþörfin hefur oft lítið sem ekkert með sykurþörf að gera. Þurrkaðir ávestir og hnetur gefa svipaða upplifun án þess að auka á björgunarhringinn. Eins er gott að gefa sér tíma í hreyfingu á hverjum degi en sagt er að hálf tíma líkamsrækt auki einbeitingu og úthald yfir daginn.

Hvernig þú lifir með henni: Gakktu í víðum og þægilegum fötum á próftímabilinu og gleymdu öllu sem heitir vigt eða rækt. Smá ástarhandföng eru nú bara kósi og þar fyrir utan segir Oprah að fólk sé fallett sama hvernig það er í laginu. Bættu prófatínu á jólaáts reikninginn sem þú borgar seinna. Kleinuhringurinn skilur þig líka mikið betur en hrökkbrauðið.



Prófgredda

Hvað: Hugurinn á það til að leita á allt aðrar slóðir þegar maður á að vera að einbeita sér að prófaundirbúningi. Nýlega var gerð könnun meðal nemenda í Háskóla Íslands þar sem fram kom að 15% svarenda höfðu stundað kynlíf í einhverjum af byggingum háskólans og telur Monitor að meirihluti þessara tilfella megi rekja til kynferðislegs æsings í prófatíð.

Hvernig þú losar þig við hana: Gefðu þér fimm mínútur í að lesa um útrýmingar-búðir nasista, kynna þér meltingarfæri og saurmyndun eða hringja í ömmu þína. Ef það slekkur ekki kynlífslöngun þína í góða stund ættir þú líklega að leita þér sálfræðihjálpar.

Hvernig þú lifir með henni: Sjálfum er höndin hollust segir spakmælið. Í því felast mikil sannindi enda geta ástarleikir með félaga leitt til frekari dagdrauma að leiknum loknum. Þó er ekki úr vegi að leyfa sér smá mannleg samskipti á milli lesstofustunda og hví skyldu þau ekki vera líkamleg? Munið bara að setja öryggið á oddinn því kynsjúkdómar fara ekki í jólafrí.

Síminn, Spotify og þú



 Diamonds

Rihanna

3:45

Dagný Brynjarsdóttir | Knattspyrnukona

 SNJALLPAKKI 300 3.490 kr./mán. 300 mín. 300 SMS 300 MB	 SNJALLPAKKI 500 4.990 kr./mán. 500 mín. 500 SMS 500 MB
 SNJALLPAKKI 1000 7.990 kr./mán. 1000 mín. 1000 SMS 1000 MB 3G aukakort í 12 mán.	 SNJALLPAKKI 1500 10.990 kr./mán. 1500 mín. 1500 SMS 1500 MB 3G aukakort í 12 mán.

Hlustaðu á tónlistina þína í símanum hvar og hvenær sem er.

Þú finnur upphaldslögin þín á Spotify, einni stærstu tónlistarveitu í heimi.

Veldu Snjallpakka sem hentar þér!

Snjallpakki er frábær áskriftarleið þar sem þú færð gagnamagn, SMS og innifaldar mínútur sem gilda í farsíma og heimasíma, óháð kerfi.

Spotify Premium áskrift í 6 mánuði, að andvirði 1.590 kr./mán., fylgir öllum Snjallpökkum gegn 6 mánaða samningi.

BÆTINGARÁÐ BERGS



Prófatörnin

Nú fer að hefjast prófatörn hjá mennta- og háskólanemum landsins. Því vill oft fylgja lítill svefn og mikil kaffidrykkja. Tíminn virðist fljúga út um gluggann og fólk hættir að hugsa um mataræðið og hreyfingu. Skyndibiti í öll mál og nammi til að narta í inn á milli meðan maður bölvur sig í gegnum próflesturinn. Skítt með æfinguna, þegar prófin eru búin kemur átakið.

Þetta er allt þínu öfugsniði því rétt matarræði, hreyfing og góður svefn geta hjálpað ótrúlega í próflestri.

Borðaðu flókin og góð kolvetni sem nýtast þér út daginn og veita þér stöðuga orku í stað þess að rjúka upp en falla svo jafnhvort niður í sykursjokki.

Leyfðu heilanum að vinna úr þeim upplýsingum sem þú ert að taka inn með því að hvílast. Á daginn tókum við inn upplýsingar, þegar við sofum vinnum við úr þeim.

Æfingin þarf ekki að vera löng. Erfiður en stuttur þrekhringur nær hjartanu af stað, eykur blóð- og súrefnisflæði, og vekur okkur upp af slénu en hjálpar okkur svo að sofna um kvöldið.

Bætingaráð Bergs

ISL-ENSKUR TEXTI



Steinar - Up

I'm going up
everything I do everything I do is
going up
higher
see you took my heart
and you bled it out
I don't know why
but everything I do is going up
higher
Ég ætla upp
allt sem ég geri allt sem ég geri er að
fara upp
hærrí
sjá þig tók hjarta mitt
og þú blæddi það út
Ég veit ekki af hverju
en allt sem ég geri er að fara upp
hærrí

Takk Google Translate

EINTÓM ÞVÆLA



Til riskinga kom þegar Inspector Scholae tók af sér annan vettlinginn og ógnaði menntamálaráðherra með klóri við mótmæli í vikunni. Engin alvarleg slys urðu þó á fólk.

Að vera netgeðklofi

Ég er með mann á facebook sem poppar reglulega upp á „chattinu“ og segir „BLESSADUR MAÐUR, HVAÐ SEGIR KJÖTTLINN?“. Eftir að hafa fengið svar og verið spurður sömu spurningar á móti fylgir hann gjarnan eftir með „GEGGJAD MAÐUR, SNÁKURINN BARA BRAKANDI FERZKUR!“. Þennan mann hitti ég líka stundum á fórnum vegi og heilsa honum með sama hætti, en þá rétt kinkar hann kalli og gengur meðfram veggjum.

Ég þekki annan mann sem er hinn ljúfasti dagsdaglega, brosir vinalega, talar með blíðri (Paul) rödd og er alltaf góður við börn og dýr. Þegar hann hins vegar kemst með sína löngu og spriklandi fingur á lykilorð verður gjarnan fjandinn laus og hin ýmsu fréttæfni á DV.is fá að finna fyrir kommentum eins og „Þessi ætti nú bara að hoppa í sjóinn!“ og „AFSAKIÐ MEÐAN ÉG ÆLI, GUBB“. Stundum spyr hann meira að segja spekingulegur „Halló, góðan DAGINN, er þetta nú frétt?“.

Allt er hins vegar þegar þrennt er. Ég þekki stelpu nokkra sem skrifar sömu athugasemdi við prófilmyndir nánast allra vinkvenna sinna, en hún hljóðar nokkurn veginn svona: „Vá, sætust í heimigeimi“. Fullyrðingin gjaldfellur strax þar sem tíu stelpur geta ekki allar verið sætastar í heimi, hvað þá ef geimurinn er tekinn með.

Áður en lengra er haldið átta ég mig alveg á því að umræðan um „samskipti á netinu“ er að flestra mati þreytt röfl og kjaftæði sem fæstir nenna að lesa. Þau eru samt sem áður bara svo áhugaverð og þarf ekki að líta lengra en í eigin barn til þess að sjá dæmi um það. Ég bý almennt yfir temmilega miklu sjálföruggi og tel mig ekki þurfa mikla viðurkenningu á mínum gjörðum til þess að verða sáttur. Þessu er hins vegar á annan veg farið á Facebook og Instagram. Þegar ég set stöðuuppfærslu, hlekk eða sniðuga mynd inn á þessa miðla stend ég mig nánast alltaf að því að endurhlaða síðunni á u.þ.b. tíu mínútna fresti til þess að sjá hversu margir voru ánægðir með færsluna og smelltu á „læk“. Ekki nóg með það heldur hef ég einnig gerst sekur um að eyða út mynd sem fékk ekki nógu góð viðbrögð þrátt fyrir að ég væri fullkomlega sáttur við hana sjálfur.

Eitt sinn breytti „vinur“ minn friðhelgisstillingunum mínum þannig að aðeins ég sjálfur sá mína eigin pósta og vikan sem leið þar til ég áttaði mig á hreknum var einhver sú versta sem ég hef upplifað. Ég skammast mín lúmskt fyrir þessa hegðun, en hef samt hreinlega enga stjórn á henni, ég einfaldlega þrífst á þeirri viðurkenningu sem felst í einum litlum læk.

Á mínum stutta starfsferli á „unglingablaðinu Monitor“ hef ég tekið viðtöl við ýmsa áhugaverða einstaklinga, þ.á.m. fólk með geðraskanir, fegurðardrottningu, forsætisráðherra, heimsfræga sjónvarpsstjörnu, ungt fólk sem strýkur að heiman, ung eineltisfórnlömb og mann sem hefur afplánað fangelsisdóma í þremur löndum. Í samtölum mínum við þetta fólk hafa netumræður alltaf komið upp og þá oftast á neikvæðum nótum.

Þannig að það sé á hreinu er ég ekki áttæður og mér finnst netið snilld. Hins vegar er merkilegt hvernig fólk fær oft útrás fyrir sínar dýpstu og bældustu hvatir þegar komið er í „skjól skjásins“ eins og vitringur mikill mælti eitt sinn. Ljúfustu lömb skoða „sifjaspells-klám“, kurteisir samfélagsþegar breytast í ófreskur á kommentakerfum og fólk með heimsins harðasta skráp brotnar saman ef læk-talan fer undir 50.

Það er því ekki úr vegi að spyrja sig hvort geðraskanir framtíðarinnar verði flestar greindar á netinu. Verður Narfi nágranni greindur net-þunglyndur eftir 20 ár og verð ég á lyfjagjöf vegna netgeðklofa? Verður jafnvel nauðsynlegt að ná sér í lykilorðaleyfi og ganga með tölvunotkunarskírteini í veskinu? Ég kann ekki svörin en mér finnst þetta allavega áhugaverðast í heimigeimi.

Hersir Aron Ólafsson



ELTU ÞENNAN

Ellen Degeneres er þrettándi vinsælasti Twitter notandi heims. Um daginn „live tweet-aði“ hún feluleik við eiginkonu sína Portia De Rossi sem var vægast sagt kostulegur.

ELLEN DEGENERES

@TheEllenShow



Ellen DeGeneres @TheEllenShow 9 Nov
There's some jam on the wall of this cupboard. You know you've been hiding in a cupboard too long when wall jam starts to look good.



7

Breiköppleiðir fræga fólksins
Nú þegar rúmur mánuður er til jóla er síðasti séns að hætta með kæró án þess að eyðileggja hátíðarnar. Monitor kynnti sér hvernig fræga fólkíð hættir saman.

1 Með símtali. Taylor Swift segir að Joe Jonas hafi hætt með henni í símtali sem entist 27 sekúndur.

2 Með faxi. Daniel Day Lewis mun hafa sent Isabel Azzano fax um sambandsliit þeirra sem hún svaraði með faxi um að hún væri ólétt.

3 Með fallöxi. Henry VIII lét hálshöggva tvær af eiginkonum sínum þegar hann varð leiður á þeim.

4 Með barni. Arnold Schwarzenegger eignaðist barn með herbergisþernu sem starfaði á heimili hans og Mary Sraiver. Þótt furðulegt megi virðast nennti Sraiver ekki að vera fjórða hjólið.

5 Með ógildu hjónabandi. Ef þú lætur vúdúprest á Bali gifta þig eins og Mick Jagger og Jerry Hall gerðu geturðu tæknilega séð bara látið þig hverfa.

6 Flyðu land. Julia Roberts flaug til Írlands og faldi sig þar aðeins nokkrum dögum fyrir fyrirhugað brúðkaup sitt og Kiefer Sutherland.

7 Með stríði. Ef við einföldum sagnfræðina svoltið lýsti Marcus Antonínus yfir stríði á hendur þáverandi tengdabroður sínum, Ágústusi keisara, til að geta verið með Kleópötru.

VÍSINDAVEFURINN

Hvers vegna stíflast nefið þegar maður fær kvef?

Nefstífla er oftast afleiðing kvefs vegna veirusýkingar, en getur einnig stafað af ofnæmi, sepum í nefi og ofnotkun nefúða.



Margir telja að við kvef stíflist nefið vegna mikillar framleiðslu slíms, eða hors. Í raun stafar stíflan þó helst af bólgu í slímhimnu og æðum í henni. Nefholið er klætt slímhúð og í henni er mikið af æðum. Slímið myndast í sérstökum kirtlum sem opnast út á yfirborð og í frumum í þekjunni sem kallast bikarfrumur.

Framleiðsla slíms stjórnast fyrst og fremst af áreiti á slímhúðina svo sem vegna veira, ofnæmisvalda eða annarra ertandi agna. Þegar að fólk fær kvef ræðst veira á slímhúðina og sýkir hana. Í upphafi verður þá vart kláða og hnerra en svo veldur aukin slímmyndun gulgrænu nefrennsli. Við þetta áreiti verður einnig bólguviðbragð í slímhúðinni og æðum á svæðinu sem veldur nefstíflunni sjálfri.



VESTI 12900



NÆRBUXUR
1 STK. 1990
2 STK. 3490



BUXUR 13900



BOLUR 3990



SKYRTA 7990



BOLUR 5990

JACK  JONES®

KRINGLUNNI OG SMÁRALIND

Engar geldingar

Á sunnudaginn hóf skemmtiþátturinn **Orðbragð** göngu sína í Ríkissjónvarpinu. **Monitor** tyllti sér með þáttastjórnendum **Braga Valdimar Skúlasyni** og **Brynju Þorgeirsdóttur** og ræddi um þáttagerðina og ástina á íslenskri tungu.

Hvernig þáttur er Orðbragð?

Bragi Í sem stystu máli þá fjallar Orðbragð um íslensku og þar fjöllum við um tungumálið og allar hliðar þess.

Brynja Hann á sér sænska fyrirmynd. Þar var verið að fíflast svolítið með tungumálið og það er það sem við erum að gera. Við erum að leika okkur með tungumálið og snúa því á haus. Ég hitti hann Kjartan Rögnvaldsson leikara um daginn og hann sagði að þeir tungumálþættir sem hefðu verið gerðir hingað til væru menningarlegar geldingatangir. Þeir væru svo leiðinlegir að fólk yrði afhuga tungumálinu.

Bragi Við erum ekki með geldingatangir. Aðalatriðið er að þetta sé skemmtilegt og fyrir alla. Þetta eru hraðir þættir með viðtölum, innslögum og leiknum sketsum, vonandi einhverju fyrir alla.

Brynja Eidiur Guðna mun segja „Þetta er alltof mikill fíflangangur.“

En þið eruð líka að miða þáttinn inn á ungt fólk ekki satt?

Bragi Jú.

Brynja Það er mjög kröfuharður hópur og við erum að reyna að uppfylla þeirra kröfur.

Bragi Eða í það minnsta koma í veg fyrir að þau slökki á sjónvarpinu eftir eina mínútu heldur haldi út í 25 slíkar.

Finnst ykkur mikil þörf á vakningu meðal ungs fólks um íslenska tungu?

Bragi Ég held að það sé alltaf þörf á að minna á að fara vel með tungumálið og að það sé þarna. Það er ekki sjálfsgagt að við eigum þetta tungumál. Það er allt í lagi að minna fólk reglulega á það og við eigum að leyfa okkur að toga það og teygja í allar áttir.

Brynja Það er algjör óþarfi að nota erlend mál til að tjá sig, eins og allskonar slangur og slettur.

En er allt slangur slæmt?

Bragi Nei, á einhverjum tímapunkti eru öll orð ný. Sum orð sem við notum dagsdaglega voru einhvern tíma slettur sem voru kannski litin hornauga. Núna er síðan öllum sama og orðin hafa öðlast íslenskan ríkisborgararétt.

Brynja Í slangurorðabókinni frá 1982 eru orð eins og „elskulegur“ og „flottur“.

Bragi Það er bara tíminn sem segir til um hvort orðin lifa eða ekki. Sum orð deyja af því að hluturinn sem það er notað yfir dettur úr notkun. Ætli fólk eigi eftir að nota „segulbands-tæki“ mikið í framtíðinni?

Við hefðum líka varla viljað sitja uppi með „sjálfrennreið“ eða hvað?

Bragi Nei, einmitt. „Bíll“ vann. Það var einfaldara að nota það.

Brynja „Þyrila“ vann „þyrilvængju“ og „þota“ vann „þrýstiloftsflugvél“.

Bragi „Dekk“ vann „togleðurshring“.

Brynja „Banani“ vann „bjúgaldin“.

Bragi „Rauðaldin“ varð „tómatur“, „tröllaldin“ er „melóna“. Á einhverjum tímapunkti var reynt að þýða þetta allt saman.

Brynja Ég held samt að við séum sammála um það að við deilum ekki áhyggjum fólks sem heldur því fram að ungt fólk tali svo lélega íslensku. Þar er akkúrat mesta gerjunin í gangi. Ungt fólk leikur sér mest með tungumálið og er uppfinningsamast og sniðugast.

Bragi Ég heyrði einhvern útvarpsmann tala um að eitthvað lag í spilun væri „ruglheit“. Mér finnst það mjög gott orð.

Í þáttunum takið þið líka fyrir SMS-tungumál og skammstafanir sem því fylgja sem mörgu eldra fólk hryllir við.

Bragi Já, það má benda því fólk á að fara upp á

AF HVERJU BLÓTUM VIÐ?

Sálfræðingar segja að þetta sé lærd hegðun, við lærum í uppeldinu að grípa til blótsyrða til að lýsa miklum tilfinningum. Rannsóknir sýna þó að við fáum einhverskonar tilfinningalega útrás þegar við blótum, og það truflar heilastarfseminu örlítið og fái okkur þannig til að gleyma hugsanlegum óþægindum um stund. Það hafa verið gerðar tilraunir á hvort fólk þolir sársauka betur ef það blótar á sama tíma og það er verið að pína það svolítið. Svo virðist sem sársaukinn sé þolanlegri, ef fólk fær að blóta um leið.

ÚRELT SLANGUR

Slangur er sibreytilegt og verður hratt úrelt. Hér er hæstmóðins slangur frá 1982 sem flestum eða öllum er gleymt.

Ástarslanga
getnaðarlimur

Bísi

1 róni, smákrímmi.

2 í orðasambandinu vera á bísanum, lifa á sníkjum og smáhnupli.

Dika

stúlka sem heldur sig vel í klæðnaði, glæspía

Handspregja

1 kjöttbolla.

2 hálf flaska af brennivíni.

Kæsa

Fara illa með, spæla

Kyssitau

Varir, munnur

Lensa

Kasta af sér vatni, pissa

Nöddur

Heimskingi, bjáni, nött (sbr. nut)

Pensla

Í orðasambandinu að pensla nýrun, hafa samfarir (við konu)

Putterí

Vasapjófnður

Pulli

Heimskur maður, bjáni

Æritónlist

Hávær dægurtónlist

(Heimild: Orðabók um slangur, slettur, bannorð og annað utangarðsmál (1982) e. Mörd Arnason, Svavar Sigmundsson og Örnólf Thorsson.)



tangir

HVAÐ GERIR ORÐ DÓNALEGT?

Hvað gerir orð dónalegt? Oft er það nefnilega ekkert endilega bein merking orðsins sem býr til dónaskapinn. Rassgat er til dæmis frekar dónalegt orð. Samt köllum við stóreyga hvolpa og falleg lítil börn „rassgöt.“ Hún er svo mikið rassgat! Rassgatarófa, jafnvel. Svo höfum við heiti á sætum dýrum, eins og öpum. Apar eru krúttleg, mjúk, sniðug og skemmtileg dýr. Það þykir hinsvegar frámunalega dónalegt að kalla einhvern apa. Prófaðu að kalla lítið fallegt barn „apa“. Það mun ekki vekja eins mikla lukku og „rassgat“.

SAMHVERFUR

SAMHVERFUR eru orð eða setningar sem hægt er að lesa afturábak og áfram.

AMMA SÁ AFA KÁFA AF ÁKAFA Á SAMMA
KET, ÓPAL, APÓTEK
RAKSÁPUPÁSKAR
ÍRAKABAKARÍ
FORDIST SIÐROF
KAJAK
LÖGGUR BANNA BRUGGÖL
ALLIR GRILLA
RIDÐARARADDIR
TÓMAR ÁMUR UM ÁRAMÓT
Ó HÆ HÓ! KAKÓ! HÆ HÓ!
SNIFFUM MUFFINS
LÍBANIR AKA TOYOTA KARINA BÍL
TÓMATAMÓT
RANGALARÖRALAGNIR

Árnastofnun og skoða Konungsbók Eddukvæða eða einhver handrit því þar má sjá nákvæmlega það sama. Maður er bara „m“. Það er allt gert til að spara pláss svo það eru skammstafanir út um allt.

Brynja „Vituð er enn eða hvað,“ er skrifað v-e-e-h. Það er ekki skrifað fullum fetum alveg eins og „lol“ eða „yolo“ og allt þetta. Þetta hefur verið gert á Íslandi í 900 ár.

Bragi Tungumálið leitar alltaf í lausn. Þetta er lífandi tæki.

Brynja Eins og einn viðmælandi okkar sagði þá á maður ekki að vera hræddur við að leika sér með tungumálið. Það er heilbrigðismerki á tungumáli að þar komi fram slangur enda verður ekkert slangur til í dauðum tungumálum.

Bragi Einu sinni þorði fólk varla að tjá sig af ótta við að segja eitthvað vitlaust, að tala „vont mál“. Ég held að það sé hverfandi því núna eru allir á Twitter og Facebook. Það eru allir að tjá sig, alltaf. Við tölum öll íslensku, við þurfum bara að hafa hana snyrtilega.

Brynja Og tala fallega. Ég held að það sé aðalatriðið, að tala fallegt mál og umgangast það af virðingu.

Hvaðan er áhugi ykkar á íslensku sprottinn?

Brynja Ég hef nú sagt að hann sé sprottinn af sömu rótum þar sem við ólumst bæði upp með nefið ofan í bókum.

Bragi Já, ætli það sé ekki bara það. Svo ágerist þetta með árunum.

Nú fannst mér íslensk setningafræði það allra leiðinlegasta sem maður þurfti að læra í grunn- og menntaskóla. Reynið þið eitthvað að hressa upp á setningafræðina í þáttunum?

Brynja Nei, við förum nú ekkert í setningafræði.

Bragi Mér finnst reyndar setningafræði sjúklega skemmtileg. Ég man ekki eftir að hafa farið í neina setningafræði í grunnskóla, það hefur kannski ekki verið komið í tísku þá.

Brynja Jú víst, erum við ekki á svipuðum aldri?

Bragi Þá hef ég örugglega verið sofandi. Það segir kannski sína sögu. En þegar ég var í íslensku uppi í háskóla var ég með ótrúlega skemmtilegan setningafræðikennara, Hóskuld Þráinsson. Hann gerði setningafræðina alveg ótrúlega skemmtilega, þú þarft bara að tala við hann.

Hvað er það skemmtilegasta sem þið gerðuð í þáttunum?

Bragi Við fengum að setja vaxtarræktarfólk í ísbað. Við athuguðum hvort það þylði lengur að vera ofan í vatninu þegar það blótaði. Það

var mjög gaman, sérstaklega fyrir okkur sem þurftum ekki að fara ofan í.

Brynja Það var dálítið gaman að spekulera í dónalegu orðunum. Til dæmis gengum við með lista af dónalegum orðum og fólk átti að segja hvað væri dónalegast. Svo tókum við viðtal við lögregluþjón um hvort það mætti vera dónalegur við lögregluna og hvaða afleiðingar það hefði.

Bragi Við skoðuðum líka af

SÍGILD ÍSLENSK BLÓTSYRÐI

HVAÐ ER HÆGT AÐ SEGJA Í STAÐINN FYRIR SJITT OG FOKK?

Það er ekki nokkur þörf á að hrópa signt og heilagt upp yfir sig á ensku götumáli þegar mikið liggur við. Í staðinn mætti til dæmis segja eitthvað af orðunum á neðangreindum lista. Eða taka Kolbein Kaftein úr Tinna-bókunum sér til fyrirmyndar og vera svolítið litrík/ur í orðavali. Prófið til dæmis næst þegar þið rekið tána í að segja ekki „sjitt“ heldur romsa út úr ykkur: Fari það í þúsund trilljón tryllta, tarfóða, tólgsadda, tannhvals-étandi, termitabitna túnfiska í Trékyllisvík!

- SKRATTANS
- HVER ÞREMILLINN
- BÉVÍTANS
- ÓLUKKANS
- FJANDAKORNID
- ÓHRÆSIS
- HVER GREFILLINN
- FARI ÞAÐ GRÁKOLAÐ
- DÉSKOTANS
- FARI ÞAÐ Í SJÓÐANDI, HOPPANDI
- FARI ÞAÐ Í SÓTSVART, ÞREIFANDI
- HVER RÖNDÓTTUR
- EKKISENS
- FARI ÞAÐ Í HURÐARLAUST, GRÆNGOLANDI
- ANSVÍTANS
- RÆKALLINN

hverju orð verður dónalegt.

Brynja Svo var mjög gaman að gera innslag sem fjallaði um sérfræðingatungumál. Stjórnmalamenn og sérfræðingar tala oft svo óskiljanlega og þetta er eins og mjög skritinn ávani. Við reyndum að komast til botns í af hverju þetta er svona.

Hafið þið lært eitthvað af því að gera þessa þætti?

Bragi Nei (hlær). Jú, ætli við höfum ekki aðallega fengið staðfestingu á því hvað íslenska er skemmtileg.



HÖNDLARÐU HITANN ?

THE ORIGINAL
**TYRKISK
PEBER**

Paul Rudd þarf vart að kynna fyrir neinum. Þessi vinsæli Hollywood leikari hefur komið fram í annarri hverri gamanmynd síðustu ára og glatt áhorfendur með breiðu brosi og grípandi húmor. Nýjasta verkefni leikarans er kvikmyndin **Prince Avalanche**, en hún er byggð á íslensku myndinni **Á Annan Veg**.

Var ekki töff plötusnúður

Blaðamaður fékk ekki þann heiður að hitta Pál sjálfan, en beið þó í ofvæni eftir símtali seint á þriðjudagskvöldi. Þegar tólið var tekið upp beið á línunni umboðsmaður sem tilkynnti að við félagarnir hefðum tíu mínútur í spjallið. Tímann nýttum við vel og á vinalegu viðmóti Páls var engan veginn hægt að skynja að hér væri um alþjóðlega stórstjörnu að ræða.

Texti: Hersir Aron Ólafsson hersir@monitor.is
Myndir: AFP

Hvernig kom það til að þú lékst í endurgerð af tiltölulega lágstemmdri íslenski kvikmynd?

David (David Gordon Green) er leikstjóri sem mig hefur alltaf langað að vinna með og ég ber ómælda virðingu fyrir honum. Hann hafði samband við mig og spurði hvort ég hefði áhuga á að búa til kvikmynd með honum og ég sló auðvitað bara til. Það kom ýmislegt til greina og ein af myndunum sem hann sendi mér var íslensk mynd um menn að mála götur úti í óbyggðum. Ég horfði á hana og vissi engan veginn hvað ég var að fara út í, ég bjóst alveg eins við að þetta yrði bara efni sem við myndum sýna fjölskyldunni yfir nokkrum björum.

Hefur þú komið til Íslands eða séð aðrar íslenskar myndir?

Nei, aldrei. Myndin (Á annan veg) var líka á íslensku þannig að samtölin síuðust ekki mikið inn en það var samt einhver stemming og undirtónn í henni sem heillaði mig.

Er mikill samhljómur í Prince Avalanche og Á annan veg?

Það er erfitt að segja, ég horfði bara einu sinni á íslensku myndina og síðan fór vinnan við Prince Avalanche á fullt þannig að í raun hugsaði ég þetta aldrei út frá því. Þetta var ný mynd, nýtt verkefni sem ég var að taka þátt í. Undirtónninn og söguþráðurinn er klárlega sá sami þó að nýja myndin hafi auðvitað verið stílfærð og löguð að aðstæðum í Texas þar sem hún fer fram. Þar erum við að vinna að vegaviðgerðum eftir skógarelda, en árið 2011 urðu raunverulega gríðarmiklir skógareldar á svæðinu.

Nú segja gagnrýnendur að tengslin milli þín og hins aðalleikarans, Emile Hirsch, séu veigamikill hluti af sjónarspilinu. Voruð þið góðir vinir áður en myndin var tekin upp?

Nei, satt að segja höfðum við aldrei hist áður. Við eyddum heldur ekki ýkja miklum tíma saman fyrir tókur, heldur mættum við bara á staðinn og tókur hófust fljótlega. Við náðum hins vegar vel saman og skemmtum okkur virkilega vel við verkefnið. Emile var auðvitað líka aðalhlutverkið í Into The Wild svo hann hefur náð góðu sambandi við náttúruna þarna í skóginum.

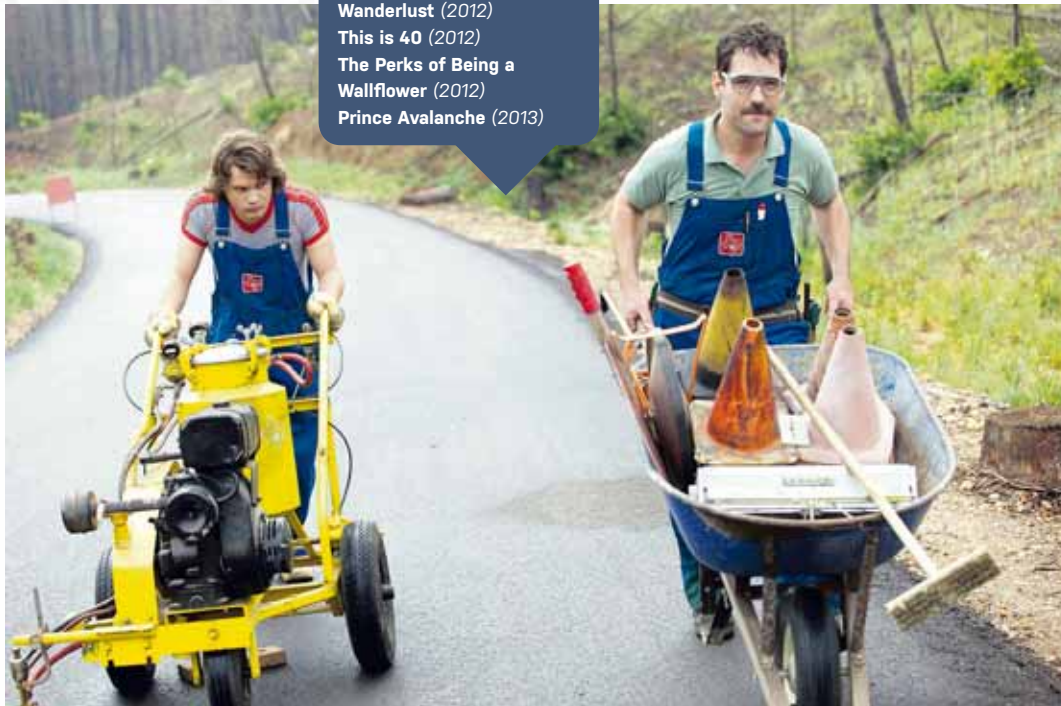


NOKKRAR STAÐREYNDIR:

- Paul er gyðingur og upprunalegt ættarnafn fjölskyldunnar er Rudnitzky.
- Fyrsta kvikmynd Paul er frá 1995 og heitir Halloween: The Curse of Michael Myers. Hún fær 4,7 í einkunn á IMDB og hefur Paul marggöft sagt frá stríðni sem hann hefur orðið fyrir í tengslum við hana á síðari árum.
- Í háskóla vann Paul að hluta með skólanum sem plötusnúður.
- Í háskóla var Paul einnig hluti af bræðralaginu Sigma Nu. Slík fyrirbæri þekkja ekki hérlendis en spila stóran hluta af háskólalífi Bandaríkjanna.
- Paul hefur leikið í nokkrum verkum á Broadway og hefur mikið dálæti af leik á sviði. Hans fyrsta Broadway sýning var The Last Night Of Ballyhoo árið 1997.
- Fyrsta stóra myndin sem Paul lék í var líklega Romeo & Juliet, en þar lék hann m.a. samhliða Leonardo DiCaprio og Claire Danes.

HELSTU MYNDIR

Anchorman: The Legend of Ron Burgundy (2004)
The 40 Year Old Virgin (2005)
Knocked Up (2007)
I Love You, Man (2009)
Our Idiot Brother (2011)
Wanderlust (2012)
This is 40 (2012)
The Perks of Being a Wallflower (2012)
Prince Avalanche (2013)



Nú á myndin að gerast árið 1988 þegar þú varst sjálfur ungur að árum. Hvernig var Paul Rudd sem krakki?

Það var áhugaverður tími. Ég flutti mikið vegna vinnunnar hans þabba og gekk í ýmsa skóla. Ég hugsaði alltaf mikið um að verða samþykktur af hinum krökkunum og með það að leiðarljósi reyndi ég gjarnan að skera mig úr, ég var með sjálfstæðan stíl og klæddi mig öðruvísi en flestir krakkarnir. Í áttunda bekk var ég t.a.m. mjög stoltur af því að eiga ekki einar einustu gallabuxur. Ég var annars almennt nokkuð góður nemandi og var ekki mikill „töffari“ í þeim skilningi.

Mér skilst að þú hafir unnið fyrir þér sem plötusnúður samhliða leiklistarnámi?

Já, þetta var samt ekki eins og þú ímyndar þér, ég var ekki töff. Ég var að spila sérkennilega tónlist í Bar Mitzvah veislum og annað í þeim kantinum. Ég myndi í rauninni aldrei líta til baka og segja að ég hefði verið plötusnúður.

Hvað fékk þig síðan til þess að fara út í leiklist?

Ég veit það ekki alveg. Ég var alltaf mjög góður að tala og koma mér þannig á framfæri og ætlaði alltaf að vinna við eitthvað því tengt. Eitt leiddi síðan af öðru og ég fór að læra leiklist. Ég fór m.a. í stuttan tíma í leiklistarskóla í Oxford í Englandi, það var mjög skemmtileg reynsla.

■ ■ Ég hef aldrei beint litið á mig sem hluta af þessum Friends-hóp.

Nú eru foreldrar þínir einmitt báðir breskir að uppruna, lítur þú á þig sem Breta að einhverju leyti?

Maður er auðvitað alltaf trúur rótunum upp að einhverju marki, en annars lít ég bara á mig sem Bandaríkjamann enda er ég alinn upp hér og hef eytt hér allri ævinni. Það er hins vegar margt mjög töff við Bretland, ég kann vel við mig þar og „fla“ menninguna og síðina.

Nú ert þú fyrst og fremst þekktur fyrir hlutverk þín í gamanmyndum, lítur þú á þig sem gamanleikara eða finnst þér spennandi að takast á við önnur hlutverk?

Nei, alls ekki. Ég hef auðvitað verið mikið í þeim gir að leika í gamanmyndum síðustu ár, og þá kannski fyrst og fremst vegna þess að ég hef unnið mikið með mönnum eins og Seth Rogen, Judd Apatow og þeim öllum. Ég hef hins vegar mikinn áhuga á að taka að mér ólík hlutverk og var líka mikið í alvarlegri dramatískum verkum sérstaklega þegar ég var að læra. Þá lék ég líka mikið á sviði og finnst það eitt af því skemmtilegasta sem hægt er að gera sem leikari.

Í þeim myndum sem þessi vinahópur gerir saman koma grasreykingar oft mikið við sögu og eru gjarnan eðlilegur hluti af framvindunni. Nú er lögleiðing kannabis vinsælt þrætuepli hérlendis eins og víða annars staðar, hver er þín skoðun á

því máli?

(Hlær) Áhugaverð spurning, ég held grínlaust að ég hafi aldrei verið spurður að þessu af fjölmiðli áður. Ég er engan veginn stórfelldur grasreykingamaður sjálfur, en get samt alveg sagt frá því að ég er fylgjandi lögleiðingu kannabis og finnst mörg mjög augljós og greinargóð rök fyrir því að það sé gert. Við þurfum samt ekkert að útlista þau hér.

Að öðru, nú spilaðir þú nokkuð stóran þátt í Friends-þáttunum vinsælu sem Mike Hannigan. Hefur þú lent í því sem ég kalla oft „Joey-syndrome“, að komast ekki út úr hlutverkinu og vera alltaf minnst sem Friends-persónunnar?

Ég var auðvitað bara í ákveðið mörgum þáttum og hef aldrei litið á mig sem hluta af þessum Friends-hóp þannig séð. Ég hef í rauninni aldrei velt þessu fyrir mér sem möguleika, en ég held allavega að fólk liti almennt ekki á mig sem Friends-leikara.

Ég las nýlega nokkurra ára gamla tilvitnun í þig þar sem þú talar um að þú getir hæglega gengið um strætín án þess að vera angraður þar sem enginn þekki þig hvort sem er. Á þetta við enn þann dag í dag?

(Hlær) Þetta hljómar mjög skuggalega, að „ganga strætín“. Ég er kannski orðinn eitthvað eilítið þekktari núna en þegar ég lét þetta út úr mér. Ég á hins vegar almennt ekki í neinum vandræðum með að ganga um á almannaferi og upplifi mig þannig séð ekki sem einhverja „stórstjörnu“. Auðvitað kemur það fyrir að fólk vill myndir, eiginhandararitir o.s.frv. en það er ekkert verið að bíða á öllum hornum. Fólk horfir líka oft og ávarpar mig kannski með línu úr einhverri mynd o.s.frv. en þetta hefur aldrei verið vandamál fyrir mér.

Hvernig er Hollywood-lífsstíllinn samt almennt? Verður stjórnlúfið ekki þreytandi?

Fólk er almennt mjög viðkunnalegt og kurteist og ég hef þannig séð bara gaman af öllum samskiptum. Það kemur samt stundum fyrir að fólk verður ýtið og hópast að til þess að fá myndir og slíkt. Ég reyni hins vegar alltaf að taka vel í slíka athygli, en það fer auðvitað mikið eftir aðstæðunum. Ef börnin mín eru með mér verð ég mjög passívur á allt svona, leyfi t.d. ekki myndatökur og vil halda þeim algjörlega frá þessum heimi öllum. Almennt er raunin samt sú að ég vinn við að gera það sem mér finnst skemmtilegast, mér leiðist ekki í vinnunni og við erum alltaf að skapa eitthvað nýtt. Ég á gott líf og allt áreiti bliknar klárlega í samanburði við allt það góða sem ég fæ út úr starfinu.

Hér tekur umboðsmaðurinn fram í og tilkynnir að tíminn sé á þrotum, en spyrja megi einnar stuttrar spurningar enn.

Að lokum, hvað er á döfinni hjá þér núna næstu misseri?

Við erum auðvitað búin að vera að vinna í alls kyns kynningarstarfi fyrir Prince Avalanche og nú tekur við um tveggja mánaða kynningarferðalag fyrir Anchorman 2 sem kemur út bráðlega. Við munum ferðast vítt og breitt um heiminn og kynna myndina og ég er mjög spenntur fyrir því. Síðan er alltaf nóg á döfinni og hellingur af verkefnum framundan.



PAUL RUDD

Fyrstu sex: 060469

Hjúskaparstaða: Giftur
síðastliðin tíu ár

Börn: Tvö, Jack og Darby

ODDUR OG ÓLI
EIGENDUR SONS

Myndir/Kristinn

Aukahlutir fríska upp á fataskápinn

SONS er nýtt merki sem félagarnir **Oddur** og **Óli** stofnuðu nú á dögnum en það hefur verið draumur hjá þeim lengi. **SONS** býður upp á handgerð bindi, slaufur og vasaklúta úr 100% silki, ull og bómull. Hægt er að versla hjá þeim á síðunni sons.is en þetta er jólagjöfin í ár handa strákunum að mati **Stílsins**.

Hverjir eru Oddur og Óli?

Oddur er Reykvingur og háskólanemi sem hefur samhliða námi unnið í tískubransanum í mörg ár. Óli er viðskiptafræðingur og fæddur í Hafnarfirði. Hann hefur einnig unnið í tískubransanum en það var einmitt þar sem við hittumst. Okkur varð fljótt ljóst að við höfðum sömu hugmyndir um tísku, gæði og hvaða vörur vantaði fyrir íslenska karlmenn.

Hvaðan kemur merkið **SONS**?

Þetta er nýtt vörumerki sem við sköpuðum og fæst á vefsíðunni www.sons.is. **SONS** hefur verið draumur hjá okkur báðum mjög lengi. Við vildum bjóða vöru sem uppfyllti þær kröfur sem við gerum, bæði hvað varðar gæði og útlit.

Hvernig kom það til að þið ákváðuð að opna vefsíðu?

Við byrjuðum að vinna línuna í upphafi árs með það í huga að geta opnað fyrir jólin 2013. Við teljum að miðað við þróunina erlendis komi Íslendingar til með að versla í mun meiri mæli á netinu í náninni framtíð. Við erum mjög netvædd þjóð og það getur komið sér vel að skoða vörurnar heima og láta okkur sjá um að koma þeim til þín í stað þess að viðskiptavinurinn þurfi að sækja vöruna sjálfur. Okkur finnst þetta vera næsta skref í að veita viðskiptavininum betri þjónustu.

Hvað hefur síðan upp á að bjóða?

Eins og stendur eru það handgerð bindi,



ELTON

slaufur og vasaklútar úr 100% silki, ull og bómull en við ætlum að breikka vöruúrvalið fljótlega. Við bjóðum upp á vörur sem henta bæði fyrir hversdags notkun og sparilegri tilefni.

Hvað er nauðsynlegt í alla fataskápa stráka í dag?

Aukahlutir eru góð leið til að fríska upp á fataskápinn án þess að þurfa að brjóta sparigrísinn. Þrjónabindi og slaufur hafa verið mjög vinsælir aukahlutir síðustu ár. Það hefur verið vöndun á sjálfhnyttum slaufum og verður vonandi breyting á því. Það er ekkert meira mál að hnýta slaufu en bindi, þú verður bara að læra það.

Er **SONS** einungis netverslun eða sjáid þið fyrir ykkur að opna búð?



DRAPER



CHURCHILL

ÞAD ER EKKERT MÁL AÐ
HANDHNYTA SLAUFUR, ÞÚ
VERÐUR BARA AÐ LÆRA ÞAD

Eins og stendur erum við einungis með vefsíðu og viljum einbeita okkur að henni enda trúum við báðir að netverslun sé framtíðin.

Hefur **SONS** einhverja sérstæðu?

Við bjóðum aðeins upp á handgerðar vörur úr 100% silki, ull og bómull. Hjá okkur fær

viðskiptavinurinn gott verð, frábæra þjónustu og mikil gæði. Þjónustan skiptir okkur miklu máli þar sem við viljum aðstoða alla til þess að finna sinn eigin stíl. Við hvetjum því viðskiptavini til að senda okkur skilaboð á Facebook eða á www.sons.is ef við getum aðstoðað með samsetningar og val á vörum.

„Þéttur hljómur“

Daníel Ágúst

MOMENTUM On-Ear
Glæsilegt útlit. Einstök hljómgæði.



Söluastaðir:
Pfaff, Grensásvegji – ELKO – Macland – Tölvutek

 **SENNHEISER**
HLJÓMGÆÐI ERU LÍFSGÆÐI



SKREIÐ



BIÐUKOLLA

VEGG list

Saman hafa systurnar **Kristín, Sigrún og Lilja** stofnað fyrirtækið **VEGG** sem selur sérhannaða vegglimmiða með íslensku ívafi. Vegglimmiðar eru nútímaleg, einföld og falleg leið til að skreyta auða veggi og því þótti **Stílnum** afar spennandi að spjalla við systurnar um þessu sniðugu lausn fyrir heimilið.



AFSAKIÐ HLÉ

Hverjar eru Kristín, Sigrún og Lilja?

Við höfum allar ólíkan bakgrunn, Kristín er sjúkraþjálfari, Sigrún fyrrum flugfreyja með BA í sálfræði og Lilja menntuð tónlistarkona, en við deilum sameiginlegum áhuga á hönnun og myndlist. Með tímanum erum við farnar að sjá hvernig ólíkir styrkleikar okkar nýtast í fyrirtækinu og hver og ein fær sitt hlutverk. Ein er til dæmis köldust við að hafa samband við fólk, önnur er snjöllust í tæknimálunum og sú þriðja hefur skipulagsgáfuna og stórt tengslanet. Við erum sífellt að læra eitthvað nýtt og skemmtilegt í tengslum við fyrirtækið. Þetta er búið að vera frábært ævintýri frá upphafi og við hlökkum til framhaldsins.

Hvaðan kom hugmyndin að vegglimmiðunum?

Hugmyndin að fyrirtækinu kviknaði þegar við systurnar sátum saman á kaffihúsi eitt vetrarkvöld snemma árs 2012. Við spjölluðum um ýmislegt þetta kvöld, m.a. hvað það væri gaman að vinna að einhverju skapandi saman og stofna jafnvel fyrirtæki í kringum það. Umræða um vegglimmiða dúkkaði einnig upp þar sem tvær af okkur voru að leita sér að slíkum límmiðum. Okkur fannst vegglimmiðar vera snilldarlausn í rými, bæði flottir og praktískir. Það er skemmtilegt hvernig þeir samlagast veggnum, nánast eins og myndin hafir verið máluð á. Þeir eiga við alls staðar og á sumum stöðum eru þeir sérstaklega sniðugir, t.d. í leiguíbúðum þar sem bannað er að negla og einnig fyrir ofan rúm þar sem þeir geta ekki dottið ofan á fólk. Við ræddum um að það væri gaman ef úrval vegglimmiða væri meira hér á Íslandi og þá kviknaði hugmyndin um að við gætum sjálfar stofnað fyrirtæki og framleitt vegglimmiða. Oft lætur maður sig dreyma um hlutina en guggnar á því að láta raunverulega verða af þeim. Maður er hræddur um að manni mistakist og það er einfaldlega þægilegra að halda sig við gömlu rútínuna. Við systurnar könnuðumst allar við að hafa fengið góðar hugmyndir sem við þorðum síðan ekki að framkvæma. Í þetta skiptið vorum við þó ákveðnar í að láta ekkert stoppa okkur!

Hver hannar/velur límmiðana og hvaðan fáid þið innblástur?

Þegar kom að því að velja myndefni fannst okkur Ísland bjóða upp á óþrjótandi uppsprettu hugmynda, svo viðkvæmt og kraftmikið í senn. Okkur fannst að það yrði skemmtilegt fyrir Íslendinga að prýða veggina



SYSTURNAR KRISTÍN HARÐARDÓTTIR, LILJA BJÖRK RUNÓLFSDÓTTIR OG SIGRÚN ÞURÍÐUR RUNÓLFSDÓTTIR

Mynd/Runólfur Birgir Leifsson



EINAR BEN

með einhverju sem er þeim svo kunnuglegt og einnig erlenda ferðamenn sem gætu þannig átt eitthvað til minningar um landið. Við vorum einnig mjög spenntar fyrir því að tengja saman íslenska myndlist og vegglimmiða. Sú leið hefur ekki verið farin áður svo við

vitum til og okkur fannst það afar áhugaverð nýjung. Úr þessu spruttu fram tvær vörulínur: Farsælda Frón, vegglimmiðar með áherslu á sögu, menningu og náttúru Íslands og Kvak, vegglimmiðar unnir af myndlistarkonunni Guðrúnu Sigurðardóttur. Við vonduðum mikið til verks við báðar þessar vörulínur og erum virkilega ánægðar með afraksturinn. Límmiðarnir eru alfarið framleiddir hér heima á Íslandi og við skerum þá út í hágæðafilmu sem endist lengi á veggnum. Umbúðirnar eru sterkar og koma í veg fyrir að þeir verði fyrir hnjaski. Hverjum límmiða fylgir síðan fræðslutexti um myndefnið, bæði á íslensku og ensku.

Hvar er hægt að versla vegglimmiðana?

Vegglimmiðarnir fást í nokkrum fallegum búðum í Reykjavík og á Akureyri. Einnig höfum við nýlega opnað okkar eigin vefverslun, www.vegg.is, en þar er hægt að skoða vöruúrvalið og fá nánari upplýsingar.



DROTTNINGARFJÖÐUR



GAMLA REYKJAVÍK



Jóla- og útskriftarkjólar




Dúkkuhúsið

Kringlan ★ Vatnsstígur 3
Sími 5170044



SLANGURYRÐI

- Purple Drank
- Sizzurp
- Actavis
- Syrup
- Lean

ALWAYS TRIPPY #DABS #WAX
#ACTAVIS #ACTRIGHT #LEANSEASON
#LEANTEAM#TEXASTEAM #MUD
#BRICKS #ACTONLY #WFAYO #PURPLE
#DRANK #SYZURP EMAIL ME#SEALED

**ÖRLÖG TÓNLISTARMANNA
 TENGD PURPLE DRANK:**



Þann 16. nóvember árið 2000 lést rapparinn **DJ Screw**. Dánarorsökin var skráð sem ofneysla kódeins, sem er aðaluppistaðan í „Purple Drank“. DJ Screw var einn helsti talsmaður drykkjarins og samdi ýmis lög um efnið.



Rapparin **Pimp C** fannst látinn á hótelherbergi í Hollywood þann 4. Desember 2007. Hann var frá Texas og hafði líkt og ofangreindir listamenn rappað mikið um efnið, m.a. í lagi sínu „Pourin' Up“. Dauða hans var talið að mætti rekja til samspils undirliggjandi sjúkdóms og neyslu Purple Drank.



Þann 14. október 2007 lést rapparinn **Big Moe** eftir að hafa fengið hjartaáfall. Hann var rétt eins og DJ Screw frá Texas og gaf frá sér heilu plötur sem byggðust á Purple Drank, þ.a.m. City of Syrup og Purple World og rappaði hann almennt mikið um drykkinn. Talið var að hjartaáfall hans mætti einmitt rekja til neyslu drykkjarins.



Í mars síðastliðnum var rapparinn **Lil Wayne** lagður inn á spítala eftir neyslu drykkjarins. Hann fékk flog og var talinn í lífshættu í nokkurn tíma og þurfti m.a. að dæla upp úr maganum á honum þar sem mikið magn kódeins fannst. Rapparin slapp þó lifandi frá atvikinu. Lil Wayne gaf frá sér lagið „Me and my drank árið 2009“

Fjólusaft skemur skemmtanalífið

Sumir þekkja það sem **Actavis**, aðrir sem **Sizzurp** og enn aðrir sem **Purple Drank**. Hér er komin nýjasta váin á eiturfjamarkaðnum.

Reglulega riður ný bylgja eiturfjafa yfir heimsbyggðina með tilheyrandi skaða. Fíkniefnið Mollý hefur hlotið mikla umfjöllun hérlandis upp á síðkastið og hefur efnið valdið miklu heilsutjóni og hörmungum eins og fjallað var um í nýlegu tölublaði Monitor. Mollý er þó ekki eina váin sem ber að dyrum í fíkniefnaheiminum, en „Purple Drank“ eða „Fjólusaft“ hefur víða gert vart við sig í skemmtanalífinu.

Vökvar geta líka verið eiturlif

Því miður virðist fíkniefnaheimurinn vera í sífelldri „framþróun“ og hugmyndir bæði fikla og eiturfjafasala um nýjar blöndur og efni eru nánast óþrjótandi. Mat fólks á því hvenær um er að ræða eiturlif og hvenær ekki er æði misjafnt, en margir virðast tengja orðið helst við sprautunálar, pillur eða reykingar af ýmsu tagi.

Síðustu árin hefur það hins vegar orðið ljóst að ærin ástæða er til þess líta ýmis efni innbyrt í vökvaformi sömu augum, en fólk á það til telja slíkt saklausara en annað enda þar „bara drykkur“ á ferð.

Nýjasta „æðið“ í fíkniefnaheiminum er einmitt innbyrt með þessum hætti, en það gengur undir hinum ýmsu nöfnum. Þó hér sé um nýlega bylgju að ræða er fyrirbærið þó ekki nýtt af nálinni, en það á rætur sínar að rekja allt aftur til seinni hluta síðustu aldar.

Læknadóp úr hóstasaftri

Vinsælasta heiti fyrirbærisins er „Purple Drank“ og er það samsett úr sérstakri gerð hóstasaftri og einni eða annarri gerð gos- eða ávaxtadrykkja. Fyrirbærið varð fyrst vinsælt meðal rappara frá suðurhlutum Bandaríkjanna og eftir að nokkur lög og plötur höfðu verið gefnar út með tilvísun í drykkinn fór hann sem bylgja um suðurhluta landsins. Nú virðist slík bylgja vera að taka við sér aftur og hefur fyrirbærið komið upp víða, bæði hér á Íslandi sem og erlendis.

Blandan hefur reynst gríðarlega hættuleg enda inniheldur hóstasaftrið sem notast er við morfínverkjalyfið kódein. Saftrið er lyfssæðilskilt og er því um svokallað læknadóp að ræða. Talað hefur verið um fyrirbærið í ýmsum rapplögum í gegnum tíðina, en athygli vekur að margir þeirra sem röppuðu og töluðu einna mest um efnið enduðu með því að látast langt fyrir aldur fram vegna neyslu þess.

Tengsl við íslenskt lyfjafyrirtæki

Þrátt fyrir að hafa ekki enn tröllriðið Íslandi í sama mæli og Bandaríkjunum tengist drykkurinn fjólublái Íslandi þó að nokkru leyti. Þannig er nefnilega mál með vexti að hóstasaftrið sem mest er notað í blönduna er framleitt af lyfjafyrirtækinu Actavis og er eitt slanguryrðanna yfir drykkinn einfaldlega nafn fyrirtækisins.

Hægt er að finna myndbönd undir heitinu „Mixin' Actavis“ og fjölmargar Instagram myndir bera hash-tögg eins og #actavis, #actavisonly, #actavislifestyle og #actavisforsale. Hægt er að kaupa „actavis varning“ eins og derhúfur, límmiða og bolla og er þar í öllum tilfellum átt við drykkinn. Í ljósi þessarar þróunar áætla fyrirtæki að taka lyfið af markaði í Bandaríkjunum. Hér má finna ýmsar myndir, punkta og slanguryrði tengd drykknum.



TÓNLISTAR-HEIMURINN

“I sipp codeine , It makes a southside playa lean (makes me leeeaaaaan)”

– Sippin Codeine með DJ Screw (1998)

„Smokin out, throwin up, keepin lean up in my cup”

– Big Pimpin' með Jay Z (1999)

„Sipping and dipping and tripping, man I'm bout all out Sippin' on some sizzurp, sip, sippin' on some, sip”

– „Sippin' on some syrup” með Three 6 Mafia (2000)

„I got them rainbow colors in my cup, That's that syrup”

- Rainbow Colors með Three 6 Mafia (2003)

“Please don't blow my high When I'm sippin' that purple rain”

– úr laginu Purple Rain með Beanie Sigel (2005)

“Purple drank n my sprite purp n my blunt got me high as a kite I'm jus livin my life”

– Purple Drank með Gorilla Zoe (2008)

“Up in the studio me and my drank Please let me be and let me do my thang Thinkin about a certain..certain somebody that perfect somebody sexy purple body”

– Me and my drank með Lil Wayne (2009)

“Purple drank, I still sip, purple weed blunt still lit”

- Purple Swag með A\$AP Rocky (2011)

„Pop a molly, smoke a blunt, drink some Actavis”

– úr laginu Randy Savage með Waka Flocka Flame (2012)



FINNDU RÉTTU GREIÐSLUNA FYRIR ÞIG!

NÝ BÓK EFTIR
METSÖLU-
HÖFUNDINN
ÍRISI SVEINS-
DÓTTUR



„HRIKALEGA SKEMMTILEG OG GAGNLEG BÓK!“

ARON PÁLMARSSON, HANDBOLTASTRÁKUR



„STÓR-
SKEMMTILEG
BÓK FYRIR
STRÁKA.“
ARI ELDJÁRN, GRÍNISTI

AÐ EYÐA FÓSTRI

Fóstureyðingar eru aðgerðir sem sjaldan er rætt um á opinskáan máta. Allir virðast hafa skoðanir á fóstureyðingum en þegar öllu er á botninn hvolft hefur samfélagið gefið konunum sjálfum ákvörðunarvald yfir eigin líkama. **Monitor** ræddi við tvær ungar konur sem báðar hafa tekið þá erfiðu ákvörðun að fara í fóstureyðingu með ólíkum afleiðingum þó.

Hætti við á síðustu stundu

Fyrir fáeinum árum síðan hætti viðmælandi **Monitor** við að eyða fóstri þrátt fyrir þrýsting frá fjölskyldu, vinum og barnsföður. Hér segir hún Monitor sína sögu.

Hvernig voru þínar aðstæður þegar þú komst að því að þú ert ólétt?

Ég var 17 ára og ekki í sambandi. Það var mjög erfitt. Ég var með það prentað í hausinn að ég ætti að fara í fóstureyðingu. Barnsfaðir minn var mjög ósáttur við þetta og lét mig heyra það. Af hans viðbrögðum mætti halda að ég hefði orðið ólétt á eigin spítur.

Notaðist þú við getnaðarvarnir á þessum tíma?

Nei, ég var lítil og vitlaus. Þegar við vinkonurnar höfðum verið með einhverjum gæjum höfðum við oft talað um að ef við yrðum óléttar færum við bara í fóstureyðingu. Ég átti vinkonur sem höfðu farið í fóstureyðingu og fyrir þeim var þetta ekkert mál.

Hvernig uppgötvaðir þú að þú værir ólétt?

Mér leið eitthvað rosalega illa. Ég fór á djammíð og þurfti að gubba eftir tvo bjóra og þá fattaði ég að það væri ekki alveg allt í lagi hjá mér. Ég vissi náttúrulega bara ekkert hvað ég ætti að gera, það hafði aldrei hvarflað að mér að eignast barn. Ég endaði með að taka óléttupróf með vinkonum mínum í algeru rugli. Svo fór ég upp á læknavakt. Ég tók annað próf á læknavaktinni sem var líka jákvætt og lækningin sagði mér að ef prófið væri jákvætt þá væri það bara jákvætt.

/// Svo sagði ég við mig „Jú helvítis, ég bara geri þetta.“

Hvað tók við eftir það?

Ég komst snemma að því að ég væri ólétt svo ég hafði tíma til þess að ihuga þetta vel. Ég hugsaði með mér að ég gæti ekki átt þetta barn svo ég pantaði tíma í fóstureyðingu og hitti í framhaldinu félagsráðgjafa. Hún talaði við mig og spurði mig út í allt, afhverju ég vildi ekki eiga barnið og svoleiðis. Ég fór tvisvar að hitta hana, ég man ekki afhverju en ég fékk ekki að skrifa undir pappírana í fyrra skiptið. Þegar ég kom aftur var hún tilbúin með pappírana og ég átti að skrifa undir en ég bara brotnaði niður og grét. Ég hafði komið til þess að skrifa undir en ég bara gat það ekki. Svo sagði ég við mig „Jú helvítis, ég bara geri þetta,“ en þá stoppaði félagsráðgjafinn mig af og sagði „Þú ert ekki tilbúin, hugsaðu þetta í viku“. Raunin var að ég var ekki andlega tilbúin til að fara í fóstureyðingu þó svo að ég hafi ætlað mér það. Ég hefði verið ónýtt eftir á.

Hvernig brást þitt nærumhverfi við þegar

FRÆÐSLA FÆKKAR FÓSTUREYÐINGUM

Árið 2012 voru framkvæmdar 980 fóstureyðingar á Íslandi en það er svipaður fjöldi og undanfarin ár. Fóstureyðingum meðal kvenna yngri en 20 ára hefur hinsvegar fækkað talsvert undanfarinn áratug. Þannig fóru 13,6 konur af hverjum 1.000 á aldrinum 15 til 19 ára í fóstureyðingu árið 2012 en á árunum 1997 til 2001 voru framkvæmdar yfir 20 fóstureyðingar ár hvert hjá hverjum 1.000 konum í þessum sama aldurshópi. Jens A. Guðmundsson yfirlæknir á kvennadeild Landspítalans segir þar forvarnarstarfi læknanema undir merkjum Ástráðs um að þakka en hann telur ungt fólk vera meðvitaðara um getnaðarvarnir nú en áður.

ERU FÓSTUREYÐINGAR HÆTTULEGAR KONUM?

Jens segir að fóstureyðingum fylgi ávallt einhver áhætta líkt og raunin er með öll inngrip í mannlíkamann. Monitor spurði Jens hvort fóstureyðingar gætu skaðað líkur kvenna á að geta eignast börn síðar meir en hann segir að svo sé aðeins í undir 1% tilvika. Í raun er áhættan við barnsfæðingu nokkuð meiri en áhættan við fóstureyðingu en Jens bendir á að áhættan við barnsburð sé hinsvegar oftast metin út frá öðrum forsendum og þyki almennt ákjósanlegri en sú áhætta sem fylgir fóstureyðingum.

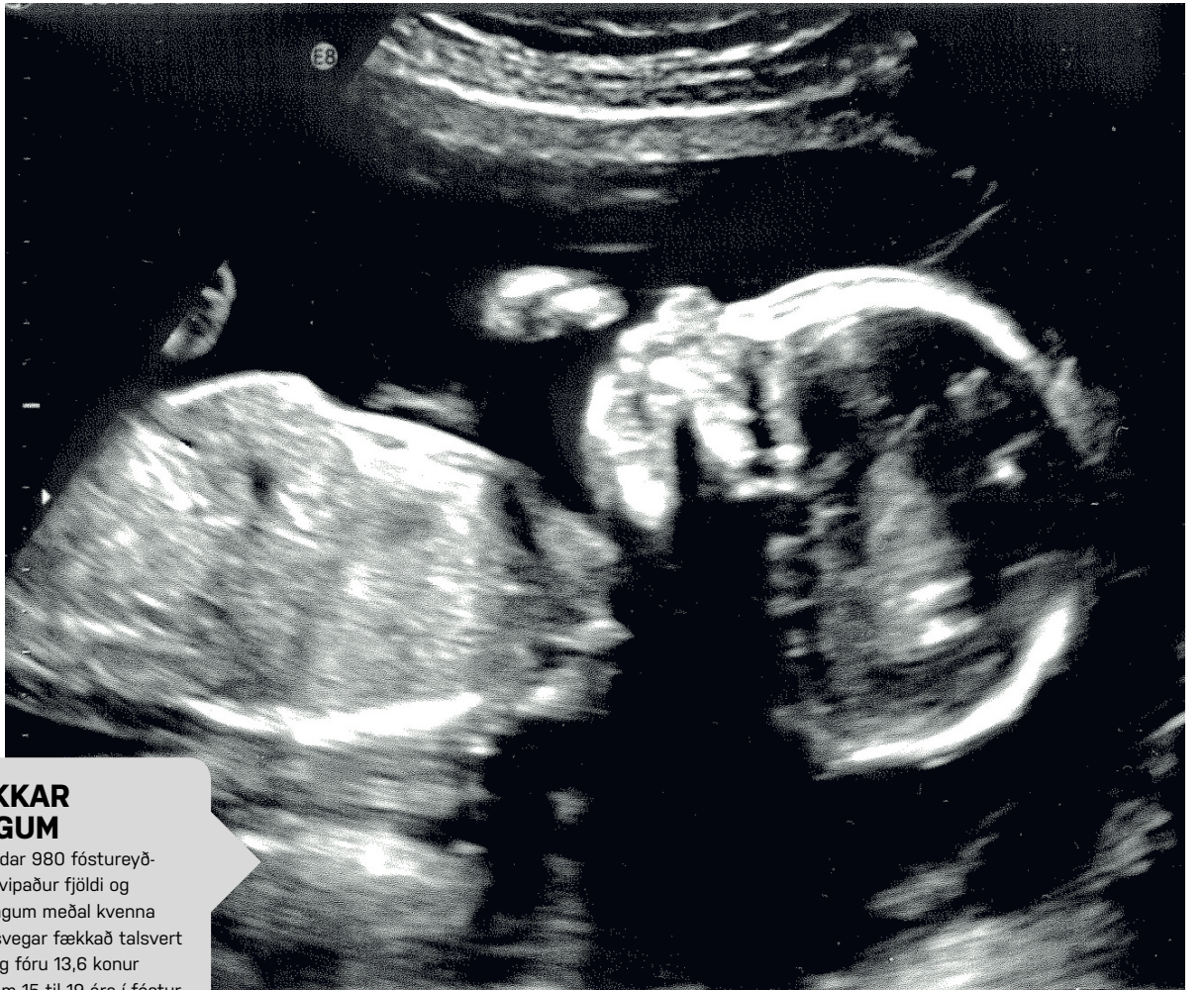
PSST... Stúlkur undir 16 ára aldri þurfa samþykki foreldris til þess að gangast undir fóstureyðingu.

Þú ákvaðst að fara ekki í fóstureyðingu eftir allt?

Fólk var ekkert sérstaklega ánægt með það. Barnsfaðir minn var náttúrulega brjáláður. Þetta var auðvitað mjög erfitt og eflaust sérstaklega út af þessari pressu. En þetta var svo mikið frekar einhver tilfinning sem ég hafði en ekki einhver ákvörðun sem ég gæti bara tekið sí svona. Ég fann fyrir morgunógleðinni mjög snemma og vinkonur mínar sögðu „Þældu í því, þegar þú ert búin í fóstureyðingu þá er þetta allt bara farið,“. Þá helltist þessi hugsun yfir mig að jú, þá væri bara allt farið, ógleðin og barnið líka. Ég ákvað þess vegna að gera þetta bara ein og að ég ætlaði bara að gera þetta af hörku. Og ég gerði það, þrátt fyrir að ég væri alveg ein í þessari ákvörðun.

Sættist fólk við ákvörðunina þegar leið á?

Já, fjölskyldan mín sættist við þetta með tímanum. Á þessum aldri á maður svo kannski vini sem eru rosalega mikið að djamma og maður er bara unglingur í sínu



unglinga umhverfi en það hvarf smátt og smátt. Maður hafði háleitar hugmyndir um að við yrðum bara á Laugaveginum með vagninn og með barnið á kaffihúsum en svo er þetta auðvitað ekki þannig. Þetta er ekkert eins rómantískt og maður ímyndar sér. Eitt áfallið virtist reka annað á meðgöngunni og svo datt ég í svona „baby blues“ eftir á. Venjulegir unglingar eru ekkert tilbúnir að eiga við svona og ég ímynda mér að flestar konur taki hormónaköstin frekar á mennina sína. Æskuvinkonur mínar stóðu þó þétt við bakið á mér og seinna meir eignaðist ég yndislegan vinahóp.

Hvað með aðrar vinkonur frá þessum tíma?

Við erum alveg kunningjar. Ég vil ekkert dæma og ég skil mjög vel að 17 ára stelpur nenni ekki að hlusta á einhvern tala um barnið sitt út í eitt. Ég varð líka þreytt á djammssög-unum svo við bara misstum tengslin.

Þessi stund sem þú tókst ákvörðunina að eiga barnið hefur væntanlega tekið mikið á. Manstu hvenær þú gladdist fyrst yfir því að vera að verða mamma?

Öruglega í fyrsta sónumum. Þar var allur skalinn af tilfinningum. Að sjá barnið á skjánum er eitt það merkilegasta sem hefur komið fyrir mig og þá varð þetta raunverulegt. Þá byrjaði maður að leyfa sér að dreyma.

Gerðir þú þér grein fyrir hversu erfitt það yrði að ala upp barn einsömul þegar þú tókst þessa ákvörðun?

Nei. Barneignir og uppeldi eru erfið fyrir fólk í hjónabandi en hvað þá fyrir 17 ára stelpu sem er ekki með mann og ber alla ábyrgð á barninu sjálf. Ég man að fyrstu nóttina með syni mínum hélt ég að maður yrði að skipta á honum í hvert skipti sem hann pissaði. Hann pissaði svona fimm sinnum yfir nóttina svo ég var alltaf að, ég vissi náttúrulega ekkert hvað ég var að gera (hlær). Ég á sem betur fer frábæra fjölskyldu sem hefur stutt vel við bakið á mér. Faðirinn hefur aldrei verið inni í myndinni og það var mun erfiðara en ég hafði ímyndað mér. Það er alveg fátíðlegt erfitt að gera þetta einn.

Ert þú á móti fóstureyðingum eftir þína reynslu?

Ég er ekki á móti fóstureyðingum en mér finnst oft eins og þetta sé svo léttvægt í hugum margra. Maður fari bara í fóstureyðingu og að það sé bara auðvelt. Sumar stelpur virðast bara stunda þetta en maður er auðvitað ekkert í aðstöðu til að dæma annað fólk.

Eftir alla þá pressu sem þú upplifðir, fannst þér þá samfélagið gefa í skyn að lífið sé búið eftir barnsburð?

Já, kannski. En ég var frá upphafi ákveðin í að láta ekki stimpla mig með einhverri staðalímynd. Auðvitað fattaði ég að fólk var bara eitthvað „Hvað er hún að pæla,“ en ég tók þá ákvörðun að ég ætlaði bara að sýna þeim. Ég fór í háskóla og útskrifaðist þaðan á undan mörgum sem voru með mér í menntó. Ég beit bara á jaxlinn og var hörð. Það þarf ekkert að vera þannig að barnið skemmi fyrir manni. Ég varð mikið skipulagðari eftir að ég eignaðist barn. Ég hafði verið að drolla svolitíð en þetta breytti mér og mínu lífi til hins betra.

/// Að sjá barnið á skjánum er eitt það merkilegasta sem hefur komið fyrir mig.

Ert þú sátt við þína ákvörðun í dag?

Já, ég er 100% ánægð. Þetta er mjög erfitt en maður fær svo miklu meira til baka.

Er eitthvað sem þú vilt segja að lokum.

Ég vil kannski bara hamra á því að það að fara í fóstureyðingu á ekki að snúast um einhverjar kaldar ákvarðanir heldur um tilfinninguna. Það eru örugglega margir sem eru tilbúnir og sáttir við sitt en ef manni finnst maður ekki geta farið í fóstureyðingu á maður alls ekki að gera það. Maður þarf að muna að gera ekki bara það sem annað fólk vill því maður tekur þessar ákvarðanir fyrir sjálfan sig.

REYÐINGAR SKAÐA SJALDAN MÖGULEIKA KVENNA Á BARNEIGNUM

FJÖLDI FÓSTUR- EYÐINGA EFTIR ALDRI ÁRIÐ 2012

Aldur	Fjöldi
0-15 ára	2
15-19 ára	153
20-24 ára	306
25-29 ára	216
30-34 ára	163
35-39 ára	97
40-44 ára	39
45 ára og eldri	4
Samtals	980

Fjöldi fyrri fóstur- eyðinga hjá konum sem fóru í fóstur- eyðingu árið 2012

Engin eða ótilgr.	631
1	241
2	82
3	26



Óttaðist mest að þurfa að horfa

Viðmælandi **Monitor** hafði lesið ýmsar hryllingssögur á netinu sem gerðu ákvörðunina um fóstureyðingu erfiðari. Hún segist hafa verið hrædd en er sátt við sitt í dag.

Notaðir þú getnaðarvarnir að staðaldri áður en þú varðst ólétt?

Já, ég hef alltaf verið á pillunni og var til-tölulega nýhætt á henni af því að ég var hætt með kærastanum mínum. Ég var satt best að segja bara búin að gleyma því að ég væri ekki á henni. Ég hafði ekki verið með neinum í langan tíma en fór heim með fyrrverandi eitt kvöldið. Ég hafði verið með þessum stráki svo lengi og alltaf verið á pillunni, ég hugsaði ekki einu sinni út í það næstu daga.

Hvernig komstu að því að þú værir ólétt?

Ég var svolítið lengi að viðurkenna það fyrir mér að þetta gæti verið að gerast. Ég vissi þetta samt alveg, ég hafði lagt saman tvo og tvo. Ég gat ekkert borðað nema græn epli í næstum því viku. Svo fann ég að brjóstin voru þrútin og aum. Þegar ég hugsaði til þess að ég hefði sofið hjá og ekki verið á pillunni þá passaði þetta líka við tíðahringinn. Svo óléttu-prófið var aðallega til að gera sig ekki að kjána þegar ég færi til læknis. Ég fór svo í sturtu eftir að ég tók prófið og hágrét í sturtunni. Þó svo að ég hefði vitað þetta allan tímann þá var þetta samt sjokk.

Mér fannst erfitt að sjá lítil börn og heyra af því að einhver væri óléttur.

Hvers vegna ákvaðst þú að fara í fóstureyðingu?

Við vorum lengi frekar hlynt því að eiga það heldur en að eyða því. Við vorum í alveg tvær, þrjár vikur að ákveða þetta. Við ákváðum loks í sameiningu að þetta væri ekki sniðugt á þessum tímamarki í lífi okkar. Mér leið eins og ef að sambandið myndi halda áfram þá væri það bara af því að ég hefði orðið ólétt og við værum að fara að eignast barn. Það var ein af helstu ástæðunum fyrir því að ég vildi ekki eiga barnið. Sambandið var ekki gott, þar var ekkert traust og ég vildi ekki setja þannig pressu á lítið barn. Svo vissi ég að það væru

líkur á því að ég þyrfti að standa í þessu ein. Kannski er það eigingjarn en ég bara treysti mér ekki í það. Mér fannst þetta ekki vera kjöraðstæður til að bjóða litlu barni. Hann var líka að fara til útlanda í nám og þetta hefði líklega stoppað hann í því. Hann þrýsti aldrei á mig að gera þetta, en það spilaði samt inn í að ég vildi ekki stoppa hann frá því að gera það sem hann vildi gera.

Getur þú sagt okkur frá þinni reynslu af fóstureyðingarferlinu?

Maður hringir og fær tíma hjá félagsráðgjafa sem metur hvernig maður er staddur. Eftir það er maður sendur í sónar þar sem athugað hvað maður er kominn langt á leið.

Hjúkrunarfræðingurinn í sónarum tók eftir því að að ég væri með samviskubit enda er þetta er ekki skemmtileg ákvörðun. Hún hélt í hendina á mér og talaði um hvað þetta væri nú bara pínupons, þetta væri nú bara lítil baun og eiginlega ekki neitt til að hafa áhyggjur af. Ég bað um að fá að sjá myndirnar eftir á. Hjúkrunarfræðingurinn ætlaði ekki að leyfa mér það fyrst en svo náði ég að sannfæra hana um að það væri allt í lagi. Það var ógeðslega erfitt en ég þyrfti að sjá staðfestingu á því að þetta væri alvöru.

Næst tók ég pillu hjá hjúkrunarfræðingnum. Hún lét mig hafa svona stíla sem maður setur upp í leggöngin. Hún sagði mér hvað myndi gerast og að ég mætti búast við því að þetta yrði sárt. Ég fékk val um að vera heima eða á spítalanum og ákvað að fara heim. Þar setti ég þessa stíla inn og þá var það bara að bíða. Maður á að vera liggjandi svo ég fór að sofa í svona tvo tíma. Ég var alltof stressuð og vildi ekki hugsa of mikið um þetta á meðan að þetta væri að gerast. Þegar ég vaknaði þyrfti ég að drífa mig á klósettið. Þetta byrjaði að hreinsast út og mér varð rosalega óglatt á meðan. Ég var bókstaflega bara á klósettinu með fötu að gubba. Þetta stóð yfir í svona tvo tíma þar sem ég var bara á klósettinu, ég komst ekkert annað. Svo þarf maður að kíkja og sjá hvað er að koma af því að maður þarf að vera viss um að allt hafi hreinsast út. Að þurfa að sjá þetta er held ég það ömurlegasta. Verkirnir og svoleiðis eru bara eitthvað sem maður þarf að komast í gegnum en að sjá

HVENÆR MÁ FARA Í FÓSTUREYÐINGU?

Í lögum nr. 25 frá 1975 segir:

FÓSTUREYÐING ER HEIMIL:

1. Félagslegar ástæður: Þegar ætla má, að þungun og tilkoma barns verði konunni og hennar nánustu of erfið vegna óviðráðanlegra félagslegra ástæðna. Við slíkar aðstæður skal tekið tillit til eftirfarandi:

- Hafi konan alið mörg börn með stuttu milli-billi og skammt er liðið frá síðasta barnsburði.
- Eigi konan við að búa bágar heimilisástæðu-ur vegna ómegðar eða alvarlegs heilsuleysis annarra á heimilinu.
- Þegar konan getur ekki vegna æsku og þroskaleysis annast barnið á fullnægjandi hátt.
- Annarra ástæðna, séu þær fyllilega sambærilegar við ofangreindar aðstæður.

2. Læknisfræðilegar ástæður:

- Þegar ætla má, að heilsu konu, líkamlegri eða andlegri, sé hætta búin af áframhaldandi meðgöngu og fæðingu.
 - Þegar ætla má, að barn, sem kona gengur með, eigi á hættu að fæðast vanskaþað eða haldið alvarlegum sjúkdómi vegna erfða eða sköddunar í fósturlífi.
 - Þegar sjúkdómur, líkamlegur eða geðrænn, dregur alvarlega úr getu konu eða manns til að annast og ala upp barn.
3. Ef konu hefur verið nauðgað eða hún orðið þunguð sem afleiðing af öðru refsiverðu atferli.

FÓSTUREYÐING SKAL FRAMKVÆMD EINS FLJÓTT OG AUÐIÐ ER OG HELST FYRIR LOK 12. VIKU MEÐGÖNGUTÍMANS.

Fóstureyðing skal aldrei framkvæmd eftir 16. viku meðgöngutímans, nema fyrir hendi séu ótvíræðar læknisfræðilegar ástæður og lífi og heilsu konunnar stefnt í því meiri hættu með lengri meðgöngu og/eða fæðingu. Einnig skal fóstureyðing leyfileg eftir 16 vikur, séu miklar líkur á vansköpun, erfðagöllum eða sköddun fósturs.

þetta og vita að næsta skref er að sturta því niður er ömurlegasta tilfinningin.

Eftir það fylgdu blæðingar í tvær, kannski þrjár vikur. Svo fór ég í eftir á skoðun og þá var allt bara búið að hreinsast. Mér leið betur eftir það og ég er mjög sátt við mína ákvörðun í dag.

Varstu hrædd?

Já, ég var aðallega hrædd af því að ég var búin að lesa hryllingssögur um að maður þyrfti að horfa á það sem væri að koma út.

Ég var hrædd um það að ég myndi allt í einu sjá eftir þessu. Það er ekki eins og maður geti bara stungið því aftur upp. Ég fékk alveg þessa tilfinningu og spurði mig hvernig ég hefði getað gert þetta og hvernig ég gæti verið svona vond en maður er lík andlegu og líkamlegu uppnámi í þessum aðstæðum. Um leið og það var farið og ég náði að róa mig þá var mér eiginlega bara létt.

Umræða samfélagsins um fóstureyðingar og barneignir er fyrirferðarsmikil. Hefur hún einhvern tímann farið fyrir brjóstið á þér?

Ég man eftir því þegar Sólvi Tryggvason fjallaði um hvað það væru margar fóstureyðingar framkvæmdar á Íslandi miðað við önnur lönd. Ég er með Sólva á Facebook og hann setti eitthvað inn um þennan þátt og það kom komment frá manni sem sneri að því hvað þetta myndi kosta heilbrigðiskerfið og hvort að peningunum væri ekki betur varið annars staðar. Mér fannst það mjög sárt því hann talaði eins og fólk væri bara að gera þetta að gamni sínu. Mér fannst bara ekki meika sens að tala um eitthvað svona í tengslum við kostnað. Hver er kostnaðurinn ef fólk eignast barn sem það getur síðan ekki hugsað um? Ég var í skólanum þegar ég las þetta, ég fékk tár í augun og fór öll í kerfi. Ég tók alla umræðu um svona mjög nærri mér í nokkra mánuði eða jafnvel ár eftir fóstureyðinguna. Mér fannst erfitt að sjá lítil börn og heyra af því að einhver væri óléttur. Vinkona mín eignaðist barn ekki löngu síðar og mér fannst líka erfitt að heimsækja hana fyrst. Svo jafnar maður sig bara á því og áttar sig á því að einhvern tíman muni maður eignast börn og að það verði þá bara frábært og æðislegt.

Fóstureyðingar eru jafnan mikið feimnismál, segir þú fólk frá þinni reynslu?

Ég er ekkert að segja fólk frá þessu dagsdaglega enda kemur þetta engum við. En ég hef orðið vitni að umræðum sem mér finnst ekki vera málefnalegar, þegar fólk er að tjá fordóma á einhverjum staðalímyndum og segja að þær sem fari í fóstureyðingar séu bara stelpur í einhverri vitleysu sem fari jafnvel oft og finnst þetta ekkert mál. Þá hef ég stundum blandað mér í umræðuna og sagt „Hey, ég hef gert þetta einu sinni,“ og sagt stuttlega frá mínum ástæðum og afhverju ég gerði þetta. Ég vona að allir hugsi sig um áður en þeir segja eitthvað svona því maður veit aldrei hvað manneskjan sem maður er að tala við hefur gengið í gegnum. Það sjokkerar fólk svolítið þegar ég segi frá en það virðist líka skilja að það séu engar staðalímyndir. Og það er gott.

True love is just like a ghost - people talk about it but very few have actually seen it.
Alvin, Prince Avalanche

KÍKTU Í HEIMSÓKN

WWW monitor.is

ÞÚ HEFLUR EKKERT BETRA AÐ GERA

MONITOR



FRUMSÝNING HELGARINNAR

Delivery Man

Það er Vince Vaughn sem leikur aðalpersónuna David Wozniak í gamanmyndinni Delivery Man eftir leikstjórnann og handritshöfundinn Ken Scott, en hún er endurgerð hans eigin myndar, Starbuck, sem var á frönsku.

David er á fimmtugsaldri og starfar sem sendill hjá kjötverslun föður síns. David er frekar kærulaus og síðasta konan af mörgum sem hann hefur verið í tygjum við er við það að gefast upp á honum, rétt

eins og faðir hans. Dag einn breytist allt þegar lögfræðingur sæðisbanka kemur til Davids og segir honum að sæði sem hann seldi bankanum fyrir 20 árum hafi fyrir mistök verið notað til að geta 533 börn og að 142 þeirra hafi nú ákveðið að höfða mál fyrir dómstólum þar sem þau krefjast þess að fá að vita hver faðir þeirra er. Segja má að þessar upplýsingar snúi lífi Davids á hvolf, sérstaklega eftir að hann fær í hendur nafnalista barna sinna og

Aðalhlutverk: Vince Vaughn, Chris Pratt, Cobie Smulders, Britt Robertson, Jack Reynor, Bobby Moynihan og Chris Hernandez
Leikstjórn: Ken Scott
Sýningarstaðir: Sambíóin Álfbakka, Egilshöll, Kringlan, Keflavík og Akureyri, Selfossbíó, Ísafjarðarbíó og Bíóhöllin Akranesi.
Aldurstakmark: 12 ára

ákveður að kynna nokkrum þeirra persónulega og ef til vill aðstoða þau á svipaðan hátt og raunverulegur faðir myndi gera.

KVIKMYND

Hetjudáð eða ofsapráhyggja?

Um síðustu helgi var nýjasta mynd leikstjórans Bill Condon, The Fifth Estate, frumsýnd. The Fifth Estate er sagan um Wikileaks ævintýri Julians Assange og féлага. Myndin tengist Íslandi á nokkurn hátt, hún var að hluta tekinn upp hér á landi og stór persónu í myndinni er íslensk.

Bretinn Benedict Cumberbatch fer með hlutverk Assange en hann hefur verið að gera góða hluti uppá síðkastið sem Sherlock Holmes í þáttum um spæjarann sérvitra. Þjóðverjinn Daniel Bruhl leikur síðan hægri hönd og samstarfsmann Assange en hann lék nýlega í kappakstursmyndinni Rush auk þess að leika í mynd Valdísar Óskarsdóttur, Kóngavegur. Síðan fer hollenska leikkonan Carice Van Houten, sem íslendingar þekkja helst sem Melisandre úr Game of Thrones, með

hlutverk Birgittu Jónsdóttur Þingmanns Pírata. Ekki slæmt það Birgitta. Myndin segir frá hvernig Daniel, leikinn



af Bruhl, kemst í kynni við Julian Assange og í kjölfarið fara þeir að vinna saman að því að uppljóstra leyndarmálum yfirvaldsins á vefsíðu sinni, Wikileaks. Því fleiri leyndarmál sem þeir félagar afhjúpa, því bitastæðari verða þau. Þeir þurfa gjörsamlega að helga líf sitt þessum leyndarmálum og virðist Assange svo gjörsamlega heltekinn af þessu verkefni að þetta verður bara að ofsapráhyggju. Á endanum eru leyndarmálin orðin svo stór að þau gætu mögulega breytt heiminum.

Það þekkja allir sögu Assange og Wikileaks í grófum dráttum, en smáatriðin þekkjum við ekki og var ég þess vegna þokkalega spenntur fyrir þessari mynd, já og að sjá hversu mikinn þátt íslendingar ættu í þessu öllu saman. Ég dreg það nú alveg í efa að þessi mynd sé góð heimild þegar kemur að þessu máli og að atburðarrásin hafi verið krydduð þokkalega. En burt séð frá því er myndin ágætis skemmtun og bara frekar spennandi. Leikararnir standa sig með þryði og Cumberbatch sýnir það í þessari mynd að hann er frábær leikari. Ef þig langar til að fræðast um

Wikileaks skaltu sleppa þessari mynd, en ef þú vilt sjá spennandi bíómynd þá er hún



THE FIFTH ESTATE

ÍVAR ORRI



VILTU VINNA MIÐA?

facebook.com/monitorbladið



TÖLVULEIKUR



Assassins Creed 4: Black Flag
MMMMM
Tegund: Hasarleikur
PEGI merking: 18+
Útgefandi: Ubisoft
Dómar:
 9 af 10 - Gamespot
 8.5 af 10 - IGN.com
 9 af 10 - Eurogamer.net

Síkatir sjóræningjar

Assassins Creed serían er ein sú svakalegasta sem komið hefur á út síðari ár. Hér fara leikmenn í hlutverk hinna ýmsu leigumorðingja og upplifa mismunandi skeið í heimssögunni í hverjum leik.

Í nýjasta Assassin Creed leiknum eru það sjóræningjarnir og heimur þeirra sem eru forgrunni. Þetta er heillandi tímabil sem kemur manni í góðan gir. Leikmenn fara í hlutverk Edward Kenway, en hann er sjóræningi sem á ættir sínar að rekja til leigumorðingja og því gjaldgengur sem aðalsöguhetja í leiknum. Okkar maður þarf svo að þvælast um karabískahafið, ræna þar og rupla, stýra sjóræningjaskipum, finna fjársjóði og ýmislegt fleira. Umhverfi leiksins er mjög litríkt og flott og er hann klárlega sá flottasti og stærsti í seríunni hingað til.

Spilun leiksins er keimlúk því sem við þekkjum úr fyrri leikjum. Leikmenn þurfa að læðast um og ræna fólk eða hlera það sem sagt er, ráðast á ákveðin fórnarlömb og ýmislegt fleira. Nú bættist við að leikmenn geta synt og kafað og skoðað því veröldina frá öllum

sjónarhornum.

Eins og í fyrri leikjum flakka menn einnig til nútímans og fara þau borð leiksins fram frá fyrstu persónu sjónarhorni sem er nýtt og virkar það mjög vel. Þar þurfa leikmenn að njósna um allskyns mál sem fara fram í því umhverfi og er sá hluti leiksins rólegri, en skapar

þó ákveðna spennu.

Fyrir utan söguþráðinn er öflug net-spilun sem virkar vel, en ég efast um að margir festist þar í ruglinu, enda er það söguþráðurinn fyrst og fremst sem menn elska við Assassins Creed leikina.

Persónulega finnst mér Assassins Creed 4: Black Flag besti leikur seríunnar, sagan og umhverfið heilla mig mest og svo er spilunin orðin svo fípuðu að það er erftit annað en að dragast inni þennan djöful.



ÓLAFUR ÞÓR JÓELSSON



Orðið er frjálst

Vertu með um 7000 tilvitnanir við höndina og nýttu þér þá auðlegð sem felst í tungumálinu.

Íslenska er okkar mál. Hún er forn en um leið lífandi. Hún er mikilvægt tæki til að tjá hugsanir okkar og tilfinningar. Tungumálið – ástkæra, ylhýra málið – er eitt af því sem sameinar okkur sem þjóð. Þess vegna þarf orðið að vera frjálst!

Nú er tilvitnanaorðabókin **Orð í tíma töluð** eftir Tryggva Gíslason fyrirverandi skólameistara komin út sem snjallforrit fyrir Android síma og spjaldtölvur.

Þú getur sótt appið þér að kostnaðarlausu hjá Google Play. **Orðið er frjálst!**



Nánari upplýsingar á www.ord.tvr.is





ÍSLENSKA
HAMB
ORGARA
FABRIK
KAN
2010



JÓLAHÁDEGISTÓNLEIKAR FABRIKKUNNAR OG COKE ZERO

BÓKAÐU BORD Í TÆKA TÍÐ Í SÍMA 575 7575 EÐA Á FABRIKKAN@FABRIKKAN.IS



MÁNUDAGUR 02. des

ÍKORNI

kl. 12.00



ÞRIÐJUDAGUR 03. des

**DÆGURLAGA
FÉLAGIÐ**

kl. 12.00



MÍÐVIKUDAGUR 04. des

LAY LOW

kl. 12.00



MÍÐVIKUDAGUR 04. des

**DR. GUNNI
& FÉLAGAR**

kl. 18.00



FIMMTUDAGUR 05. des

DRANGAR

kl. 12.00



MÁNUDAGUR 09. des

YLJA

kl. 12.00



ÞRIÐJUDAGUR 10. des

VÖK

kl. 12.00



MÍÐVIKUDAGUR 11. des

LEAVES

kl. 12.00



MÁNUDAGUR 16. des

OJBA RASTA

kl. 12.00



ÞRIÐJUDAGUR 17. des

**SIGRÍÐUR
THORLACIUS**

kl. 12.00



MÍÐVIKUDAGUR 18. des

KALEO

kl. 12.00



MÍÐVIKUDAGUR 18. des

**SVEPPI &
VILLI**

kl. 18.00



MÁNUDAGUR 23. des

ÞORLÁKSMESSUTÓNLEIKAR

BÓ & CO.

kl. 12.00

**BEIN
ÚTSENDING**

Tónleikarnir fara fram
í Reykjavík og eru í beinni
útsendingu á Fabrikkunni á
Akureyri og á Cokezero.is.