

# MONITOR



FRÍTT  
EINTAK

**TÓNLIST, KVIKMYNDIR, SJÓNVARP, LEIKHÚS, LISTIR, ÍPRÓTTIR, MATUR OG ALLT ANNÆÐ**



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

ÞORLÁKSMESSÚTÓNLEIKAR

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.

Vissir þú að **Mona Lisa** er ekki með neinar augabrúnir. Á endurreisnartímanum í Flórens var í tisku að raka þær af.

## Logi Pedro Stefánsson og Karin Sveinsdóttir skipa nýstofnuðu sveitina Highlands.

Karin Sveinsdóttir hefur vakið mikla athygli undanfarið fyrir fallega rödd sína en hún hefur m.a. þanið raddböndin í ýmsum tónlistarmyndböndum Menntaskólans í Hamrahlið þar sem hún er við nám. Tvíeykið þekktist ekkert áður en þau ákváðu að spila saman.

„Ég dæmði Karin í söngkeppni og hún stóð sig mjög vel þar. Síðan rakst ég bara á hana í einhverju partí og þaðan byrjaði þetta allt saman“ segir Logi. „Við þekktumst í rauninni ekki neitt, en eigum samt fullt af sameiginlegum kunningjum,“ bætir Karin við.

### Ætluðu að heita Hi\*\*lands

Nafnið Highlands þótti Monitor nokkuð frumlegt og lék forvitni á að vita hvort þar væri verið að vísa til íslenska hálandisins. „Við völdum þetta nafn af því að hálandið heillar, hálandið er dularfullt og hættulegt. Fólk sér oft ekki fegurðina við íslenska hálandið. Við ætluðum samt fyrst að heita Hi\*\*lands en Facebook bannaði okkur það.“

Undanfarið hefur lag þeirra Hearts hljómað bæði í útvarpi og á vefsíðu Monitor en að sögn Loga er töluvert meira efni á döfinni. „Við erum komin helvíti langt með fyrsta mixteipið, það verður þó stutt, líklegast fimm til sex lög. Það er búið að taka upp flest lög en nú þarf bara að leggja yfir þeim og gera allt sexy. Ég er alltaf að tease-a fólk á Snapchat og Instagram þannig að ég mæli með því að fólk fylgist með þar“.

### Lagið hljóðblandað í svefnherberginu

Logi og Karin eru einu meðlimir sveitarinnar og því mætti velja fyrir sér hvort aldrei myndist nein spennan eða vandamál í svo nánun samstarfi. „Við erum alltaf bara tvö og við náum mjög vel saman. Nú erum við líka frekar nýkomin inn í fast stúdíórými. Hearts var til að mynda tekið upp og hljóðblandað í svefnherberginu mínu þannig að þetta gerir aðstæður aðeins þægilegri,“ segir Logi.

Þrátt fyrir aukna vinnu og metnað í Highlands lætur Logi það ekki hafa áhrif á starf sitt með Retro Stefson. „Ég slæ ekkert af þar, maður segir sig ekkert úr fjölskyldunni. Við erum að gera fullt í Retro líka og erum m.a. að halda Síðasta sjens 30. desember í Vodafonehöllinni. Það er alltaf flott leið til þess að loka árinu“.

Logi og Karin hafa enga ákvörðun tekið enn varðandi plötuútgáfu. „Við erum ennþá að vega og meta hina og þessa möguleika. Við erum varla búin að setjast niður með þeim sem hafa haft samband og erum í rauninni ekki að flýta okkur. Hins vegar kemur mixteipið líklegast út í byrjun janúar 2014.“

# Hálendið heillar



#### LOGI

Fyrstu sex: 290892  
Hálendi eða láglandi? Hálendi  
Líf mitt í einu lagi: Lust for Life - Drake,

#### KARIN

Fyrstu sex: 110896  
Hálendi eða láglandi? Hálendi  
Líf mitt í einu lagi: Geimþrá - Mammút

## BLAÐIÐ Í TÖLUM

- 3** bækur hefur rithöfundurinn Elí Freysson skrifað.
- 11** ára byrjaði Steinar að semja tónlist.
- 6** ungir ljósmyndarar sýna listir sínar á síðu 20.
- 22** orð er að finna í stafarugli Monitor.

#### MONITOR@MONITOR.IS Ritstjórn:

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), Lísa Hafliðadóttir (lisa@monitor.is) **Forsíða:** Gólli (gollu@mb.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

# Lukkutröll í prófum

Á þessum tíma árs er ég vanalega þungt haldin af prófjótunni og sú var aldeilis farin að síga á fyrir rúmlega viku. Með lækkandi sól hafa baugarnir stækkað og andlitid fólnað en það sem verst er þá var liturinn farinn að vaxa full-vel úr hárinu á mér og endarnir minntu helst á hárið á lukkutrollum. Sem fátækur námsmaður hef ég aðeins leyft mér að fara í klippingu tvisvar á ári og þá alltaf eftir próf enda kostar það skildinginn að lifga við lökkana á mér.

Ég og leit á tvílitu lukkutrollið í speglinum og hugsaði með mér hvað það yrði nú gott þegar prófin yrðu búin. Þá rann upp fyrir mér ljós. Ég var hreint ekki í prófum. Og ég á pening! Í sæluvímu pantaði ég tíma í klippingu strax daginn eftir og viti menn, ég er um það bil 25% minna ljót en ég var fyrir klippingu.



Nú þarf ég bara að læra að setja á mig brúnkukrem og hugsanlega venja mig á að mála mig á morgnana og þá þarf enginn að vita að í mér hafi einhverntíma búið fátækt stúdents-grey. Ég gæti jafnvel kreist inn tíma til að fara í ræktina og orðið skínandi fitnesspía. Og þó.

Hreint út sagt þá sakna ég þess að vera í prófum. Flestir af mínum vinum eru í háskólanum og hittast reglulega til að læra eða taka kaffipásur frá lesstofunni. Ég er mikil B-manneskja og naut þess út í æsar að sökkva mér í lærdóm seint á kvöldin með góðum hópi af fólki. Þegar ég byrja aftur í námi á næstu önn verð ég líklega búin að gleyma öllu um þennan söknuð en þangað til óska ég þeim sem sitja sveittir við próflestur gleðilegrar hátíðar.

Anna Marsý



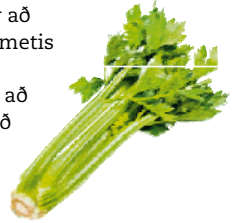
## MONITOR

### MÆLIR MEÐ...

#### FYRIR SÆLKERA

Sérfræðingar eru flestir sammála um það að dagleg neysla ávaxta og grænmetis sé lífsnauðsynleg, bæti heilsu og auki lífslíkur.

Þegar kemur að neyslu grænmetis er auðvitað nauðsynlegt að velja eitthvað sem bæði er hollt og bragðgott. Að mati



Monitor er salleri hér fremst í flokki, en það er mjög geymsluþolið og passar vel í hrásalat, með lambakjöti eða fiski. Auk þess hefur salleri verið notað í ídýfur í seinni tíð og er því ljóst að möguleikarnir eru óendanlegir kjósi lesendur að lifa sallerilífsstílnum.

#### FYRIR KAFFIÞYRSTA

Þessa dagana standa margir í ströngu við próflestur með tilheyrandi kvíða, svitaköstum og svefnlausum nóttum. Te

& Kaffi hefur nú lagt sitt af mörkum fyrir þjáða nema og býður upp á þrjár gerðir af jólakaffi-drykkjum.



Einn þeirra ber heitið Grýla, en þar er um að ræða tvöfalda latte með heslihnetu- og súkkulaðisrópi, rjóma, karamellusósu og muldum heslihnetum. Grýla á tvo kollega, en þeir bera heitin Leppalúði og Leiðindaskjóða og segja kaffifróðir að þeir séu engu síðri. Monitor mælir eindregið með því að allir „tríti sig“ aðeins inn í jólin, hvort sem prófávain sveimar yfir þeim eða ekki.



## VIKAN Á FACEBOOK



#### Jón Birgir Eiríksson

Það er kannski bara ég.. En vantar ekki allt gospel í þessar leiðréttingartilögur?

3. desember kl. 20:48



#### Vodafone IS ÁRÍÐANDI SKILABOÐ:

Persónulegar upplýsingar um einkamál fólks

er að finna í þeim gögnum sem tyrkneskur hakkari stal í innbroti á vefsíðu Vodafone í nótt.

30. nóvember kl. 19:00



#### Marta María Jónasdóttir

„Er þetta dóttir ykkar,“ spurði virðuleg kona Sigmund Davíð

og Svanhildi Hólm.#smartland #stemning #hringferð

1. desember kl. 17:58



#### Birgir Örn Steinarsson

„Æ, æ. Greyið á ekki peninga fyrir fötum.“

- Kolbrá Kría, 5 ára, þegar hún sá Wreckingball myndbandið með Miley Cyrus.

3. desember kl. 15:29

www.facebook.com/monitorbladid

# Fær aldrei ógeð á góðum bjór

**Árni Theódór Long** er bruggmeistari hjá Ölvisholti. Hann sagði **Monitor** undan og ofan af þessu áhugaverða starfi.



## ÁRNI THEODÓR LONG

Fyrstu sex: 190385

Uppáhalds Disney-persóna: Andrés Önd

Uppáhalds bjórsnarl: Góðir ostar eða kræklingur.

Ef ég væri bjór væri ég: Mettaður af humlum.

### Hefur þú alltaf ætlað að verða bruggari eða hefur eitthvað annað komið til greina í gegnum tíðina?

Það að verða bruggari var reyndar það fyrsta sem ég fann virkilega að ég vildi verða. Áður hafði ég haft áhuga á öðru en aldrei fundið jafn mikla ástríðu fyrir neinu. Ég hef reyndar mikinn áhuga á mat, ég hefði alveg getað endað í annars konar matvælaframleiðslu.

### Hvernig fékkstu þá hugmynd að mennta þig í greininni??

Ég held að hugmyndin hafi fyrst komið upp árið 2004 en gerjaðist í einhvern tíma hjá mér. Það var nú ekki fyrr en ég var byrjaður hér í Ölvisholti fyrir um ári að ég komst loksins í námið sem ég var alltaf á leiðinni í. Þá byrjaði ég á að taka kúrsa í elsta bjórgerðarskóla Bandaríkjanna. Sá skóli er í Chicago og heitir Siebels Institute of Technology. Ég mun taka það nám í lotum, það er alveg meira en nóg að gera í brugghúsinu líka svosem.

### Hvernig hefur þinn starfsferill verið?

Fyrsta reynsla mín af starfi við bjórgerð var hjá Ölgerðinni. Þar fékk ég reynslu í stóru tæknilegu brugghúsi, margt þar var sjálfvirkt en brugganir þurfti að vakta vel. Einnig fékk ég góða reynslu á norskum „brewpub“ sem heitir Ægir Bryggeri. Á þeim stað lærði ég að brugga á töluvert minni bruggtækjum, í þessum minni bruggverksmiðjum er maður mjög náinn vörinni, öllu er stjórnað jafnóðum í höndum. Það var svo fyrir einu og hálfu ári að mér var boðið að sækja um starf bruggmeistara hjá Ölvisholti.

### Hvernig er hefðbundinn vinnudagur hjá þér?

Fæstir dagar eru hefðbundnir hjá mér. Reyndar eiga allir dagar það sameiginlegt að ég byrja á klukkutíma akstri í vinnuna, ég bý í Grafarvogi og Ölvisholt er í Flóahreppi í grennd við Selfoss. Á leiðinni í vinnuna púsla ég yfirleitt saman deginum í hausnum á mér. Daglega athuga ég stöðuna á öllum þeim bjórum sem eru í gerjun eða þroskun á tönkum. Við erum að brugga einu sinni til tvisvar í viku og átappanir eru álika oft. Þar fyrir utan þarf að filtera bjór. Það eru ótal mörg verk sem tæta upp daginn hjá okkur, alltaf nóg að gera.

### Hvað þarf maður að hafa til brunns að bera til að verða bruggari?

Það er mjög mikilvægt að vera nákvæmur í öllu sem maður gerir og vera með hausinn á réttum stað. Það er líka mikilvægt að geta einbeitt sér að nokkrum hlutum á sama tíma, það eru oft margir hlutir í gangi á sama tíma í brugghúsinu. Það hjálpar líka til þegar menn hafa brennandi áhuga á vörinni.

### Þú vinnur við að brugga bjór og þarft þú líklega að smakka mikið af honum, getur þú alltaf keyrt heim úr vinnunni?

Það er jú hluti af þessu að smakka bjórinn, það er mikilvægt. Enginn ætti að þekkja bjórinn þinn betur en þú sjálfur. Annars er smakið aldrei drykkja og ef ég þarf að gera það geri ég það fyrir hádegi og í litlu magni.

### Er þetta besta vinna í heimi?

Best fyrir mig. Ég hef mjög gaman af að vinna með vöru sem ég hef eytt miklum tíma í að kynna mér og hef möguleika á að framleiða þann bjór sem mig langar til, það er mikilvægt. Ég verð að minnsta kosti ánægður ef ég get gert eitthvað nýtt og skemmtilegt reglulega. Það eru margir bjórar sem ég hef beðið eftir að brugga, margt að hlakka til.

### Færðu aldrei ógeð á bjór?

Nei, ekki góðum bjór. Bjór er fjölbreyttur og með ótrúlega breidd. Það er til bjór sem passar með nánast öllum mat og tilefni.

### Hvað er besti bjór sem þú hefur búið til?

Af því sem ég hef skapað var ég mjög hrifinn af bjór sem ég kom með í haust sem hét Skaði, Farmhouse Ale. Það var bjór sem ég var búinn að vera með í maganum lengi og hafði bruggað heima hjá mér fyrir nokkrum árum. Annar bjór sem ég bruggaði en skapaði ekki sjálfur stendur líka hátt, Ægir Lynchburg Natt. Sá bjór er Imperial Porter þroskaður á Bourbon-eik, einn sá eftir-minnlegasti sem ég hef fengið.

### Hver eru einkenni góðs bjórs?

Góður bjór getur verið margs konar, hann má finna á mörgum stöðum. Góður, vel gerður bjór passar vel inn í vissar aðstæður eða með vissum mat. Góðan bjór má smakka oft og aldrei upplifa eins, hann er fjölbreyttur með dýpt. Það er samt auðvitað smekksatriði hvað mönnum finnst vera góður bjór.

### Hver er framtíðin hjá þér?

Ég hef áður reynt að hafa áhrif á mína framtíð eða spáð í hana. Ég hef gefist upp á því, ég enda alltaf á öðrum stöðum en ég hef getað ímyndað mér.

# „Hljómurinn þarf að vera sannur“

Daníel Ágúst

## MOMENTUM On-Ear

Glæsilegt útlit. Einstök hljómgæði.

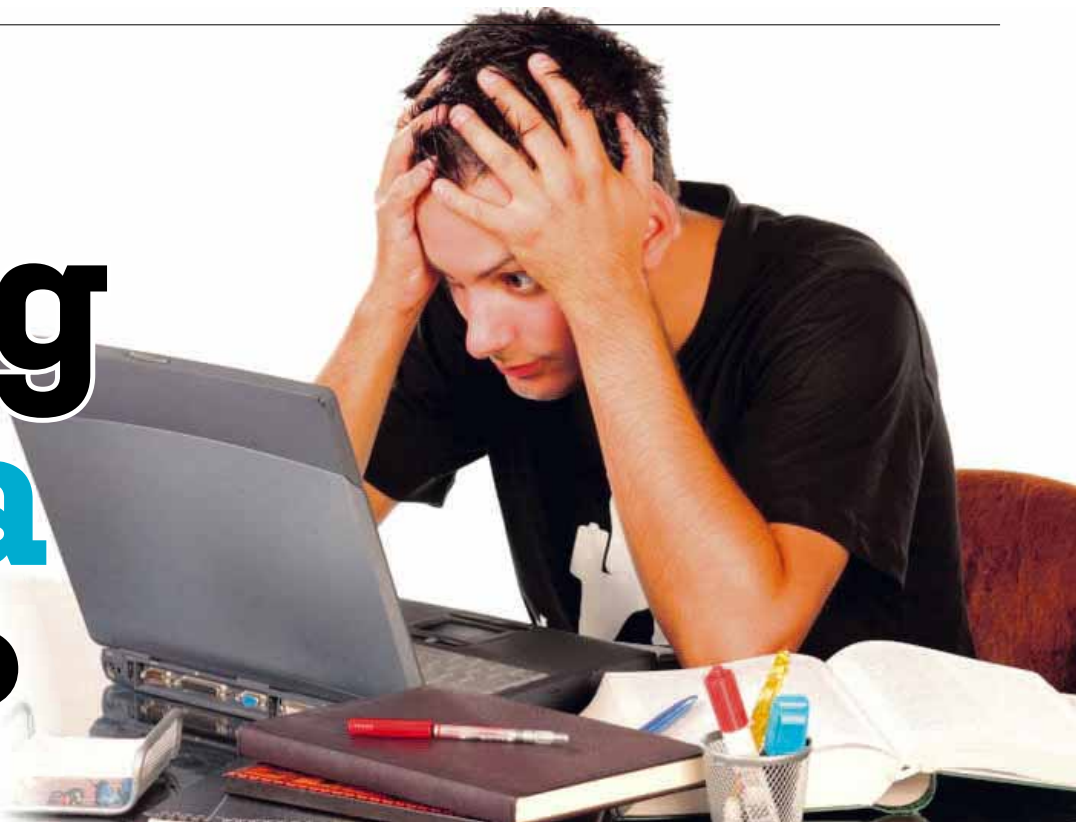


Söluastaðir:

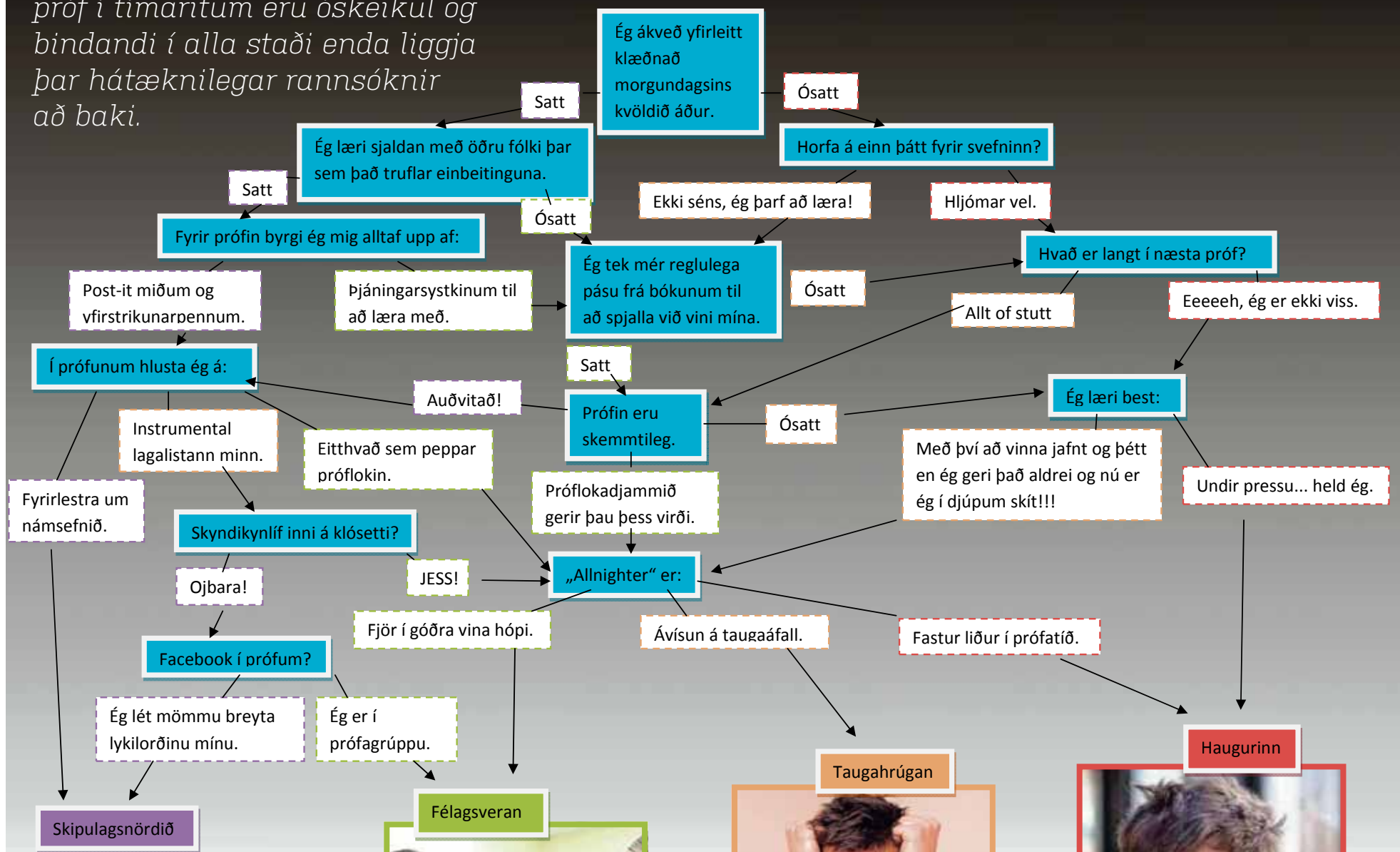
Pfaff, Grensásvegji – ELKO – Macland – Tölvutek

 **SENNHEISER**  
HLJÓMGÆÐI ERU LÍFSGÆÐI

# Hvernig prófatýpa ert þú?



Við vitum það öll að að persónuleika-próf í tímaritum eru óskeikul og bindandi í alla staði enda liggja þar hátæknilegar rannsóknir að baki.



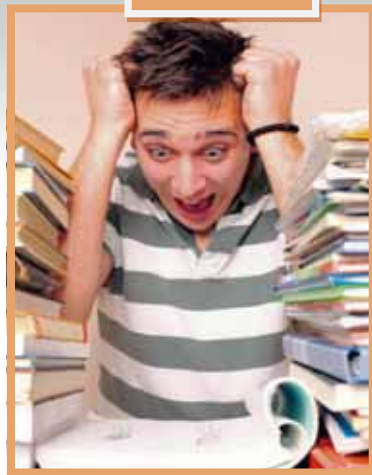
## Skipulagsnörðið

Þú ert með allt á hreinu fyrir prófin enda hefur þú unnið jafnt og þétt fyrir prófin eins og mamma þín tönnlast á út í eitt. Glósumar þínar eru gulls ígildi og þú færð pervertískan sæluhroll við að opna nýjan pakka af glósupennum. Eina manneskjan sem virðist skilja þig er kennarinn. Annað fólk sér þig sem andfélagslega prófamaskínu en þú veist vel að þó það sé einmanalegt á toppnum ert þú með besta útsýnið.



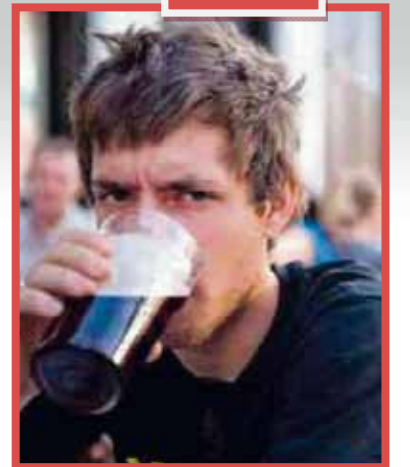
## Félagsveran

Þú værir líklega ekki í skóla ef ekki væri fyrir vini þína. Þú ert hrókur alls fagnaðar á göngunum og kemst iðulega á séns í prófatíð. Þú lærir best á því að ræða við aðra og hefur oftast en einu sinni fengið hærra á prófi en vinurinn sem kenndi þér efnið. Einkunnir skipta þig ekki máli svo lengi sem þú klárir, því við endann á göngunum sérðu glitta í ilmandi jólafrelsi og seiddandi próflokadjamm.



## Taugahrúgan

Mánuði fyrir próf ferðu að eiga erfitt með svefn. Þú lokar þig af frá vinum og fjölskyldu af því að þú þarft að læra en endar með því að naga bara neglurnar út í eitt og fara yfir hvað gerist ef þú fellur. Þú drekkur óhóflegt magn af orkudrykkjum og spyrð sammendur þrálátra spurninga um námsefnið sem jafnvel kennarinn veit ekki svörin við. Þú munt gráta minnst einu sinni í prófunum en þá er eina leiðin upp á við.



## Haugurinn

Frestunaráráttan er þinn heimavöllur. Þú ert svo sultuslakur/slök yfir prófunum að það mætti halda að þú hefðir samið námsefnið. Þú lítur á prófin sem afsökun til að vera enn slakari en áður, borða fjall af nammi og ganga í náttbuxum allan daginn. Þetta pollrólega viðhorf til lífsins gerir það að verkum að prófin innihalda undantekningarlaust andvökunætur við lærdóm fyrir próf. Þú hefur þó litlar áhyggjur af þeirri staðreynd enda ertu næturdyr í eðli þínu.



# EMILÍANA TORRINI

## ELDBORG - HARPA

**FÖSTUDAGUR 6. DESEMBER 2013**

19:00 FYRRI TÓNLEIKAR

22:30 SEINNI TÓNLEIKAR

Tryggðu þér miða núna á [harpa.is](http://harpa.is),  
[midi.is](http://midi.is) eða í síma 528 5050



„Allt í allt er Tookah frábær plata  
sem sýnir enn og aftur hversu flinkur  
tónlistarmaður Emiliana Torrini er.  
Biðin var vel þess virði.“

**Mbl. – Jón Agnar Ólason**

[emilianatorrini.com](http://emilianatorrini.com)



**Klara Arnalds og Guðrún Harðardóttir** voru meðal styrkþega **Hönnunarsjóðs Auroru** 26. nóvember síðastliðinn. Klara hlaut styrk til starfsnáms hjá hinum verðlaunaða og virta Hjalta Karlssyni, grafískum hönnuði hjá hönnunarfyrirtækinu karlssonwilker í New York, en Guðrún fær styrk til starfsnáms hjá Statens Værksteder for Kunst í Kaupmannahöfn. **Stíllinn** fékk að heyra aðeins í stúlkunum og fræðast örlítið meira um Hönnunarstyrk Auroru.



Klara vann mörkunar- og konseptvinnu fyrir Loft hostel, en það var lokaverkefni hennar í Listaháskólanum. Hún gerði alla grafík innanhúss og starfaði einnig með innanhúsarkitektum við útlit staðarins.

# Íslenskir hönnuðir

## Á mikið af brjálæðislega hæfileikaríkum vinum

### Hver er Klara?

Klara er Reykvíkingur, grafískur hönnuður og þúsundþjalasmiður. Þar fyrir utan er ég söngkona í diskóhljómsveitinni Boogie Trouble.

### Hvað lærðir þú og hvar?

Ég lærði grafíska hönnun við Listaháskóla Íslands og útskrifaðist þaðan vorið 2012.

### Getur þú sagt aðeins frá styrknum sem þú fékkst afhentan nú á dögunum og hvað felst í honum?

Ég hlaut starfsnámsstyrk frá Hönnunarsjóði Auroru, sem er mikill heiður! Ég er á leiðinni út í starfsnám til New York á hönnunarstofuna karlssonwilker, sem er rekin af Íslendingnum Hjalta Karlssyni og Þjóðverjanum Jan Wilker. Styrknum er ætlað að standa straum af kostnaði við dvölinu, þar sem starfsnámið sjálft er ólaunað (fyrir utan metrokort, hádegismat og vonandi fullt af ævintýrum).

### Sérhæfir þú þig í einhverjum ákveðnum verkefnum?

Ekki þannig séð, ég er enn svo ung og ómótuð að ég vil síður festa mig of mikið við eitthvað eitt og sjá eftir því síðar. Ég hef þó gaman af því að fá að taka þátt í stórum verkefnum sem gera mér kleift að hugsa upp konsept í stærra samhengi.

Dæmi um þetta er Loft Hostel, en ég vann mörkunar- og konseptvinnu fyrir það sem lokaverkefni úr Listaháskólanum. Í framhaldi af því fékk ég svo að þróa hugmyndina áfram í verki og vera með puttana í öllu frá grafík yfir í val á kaffitegundum og allt þar á milli.

### Hvaðan færðu innblástur?

Héðan og þaðan, ég væri líklega að ljúga ef ég setti internetið ekki efst á lista. Annars er ég svo heppin að eiga ótrúlega mikið af brjálæðislega hæfileikaríkum vinum, bæði í músík, hönnun og myndlist, og ég sæk mikinn innblástur til þeirra. Svo er tónlist alltaf vel til þess fallin að koma hausnum á flug.

### Hvað er næst á dagskrá?

Næst á dagskrá er að telja dagana og svo flýg ég til New York um áramótin til að hefja starfsnámið hjá karlssonwilker.

### Þykir þér góður vettvangur á Íslandi fyrir unga og upprennandi hönnuði?

Tvímælalaust. Senan á Íslandi er alveg ótrúlega frjóg og mikið af hæfileikaríku og kraftmiklu fólki til að líta til eða vinna með. Smæðin er mikill kostur þegar maður er að koma undir sig fótunum – tengslanetið er mjög þétt og það er auðvelt að verða sér úti um það sem maður þarf til að koma hug-

Klara art-directaði myndatökunni af plötukoveri Kiriya Family og týpógrafían er hennar líka. Ljósmyndari var Aníta Eldjám.



myndum í framkvæmd, hvort sem það er samstarfsfólk, búnaður eða annað.

### Hvar sérðu þig eftir 10 ár?

Ég stefni á að verða hamingjusamlega hallærisleg svona upp úr fertugu, svo ég verð líklega bara að vinna í því. Að öllu gamni slepptu, þá er ég ekki mikið fyrir að gefa neinar slíkar yfirlýsingar. Þegar ég var tvítug þá lýsti ég því yfir við alla sem heyra vildu að ég ætlaði í íslensku og málvísindi í háskólanum og kenna í MR, nú fimm árum seinna er ég grafískur hönnuður. Þannig að tíminn verður bara að leiða í ljós hvað bíður mín.



Merki sem Klara gerði fyrir Þú getur - forvarna- og fræðslusjóð. Merkið var valið úr keppni sem haldin var í Listaháskólanum og hefur verið notað sem merki sjóðsins síðan þá.





**Series X-bekkirir** eru unnir í samstarfi við Kötlú Mariudóttur og Baldur Helga Snorrason sem hönnunarteymið MÓT. Bekkirir voru upprunalega hannaðir sem partur af Torg í biðstöðu 2012, verkefni á vegum Reykjavíkurborgar sem gekk út á það að blása lífi í 'gleymda' staði í Reykjavík. Við höfum síðan þá haldið áfram að þróa þá og voru þeir til dæmis nýverð sýndir á samsýningunni 'Net á þurru landi' á Sjóminjasafninu.

# r nema land

## Hver er Guðrún?

Guðrún Harðardóttir er 28 ára, fædd og uppalin í Reykjavík. Hún hefur gaman af því að flakka um heiminn, skapa sér tækifæri og koma sér í vandræði. Hún hefur verið búsett í Berlín mestan part af árinu, annars vegar að aðstoða við leikmynd og búninga í leikhúsi og hins vegar í starfsnámi hjá hönnunarfyrirtækinu Dóttir&Sonur. Næsta stopp hjá Guðrúnu er Kaupmannahöfn.

## Hvað lærdir þú og hvar?

Ég lærði vöruhönnun við Listaháskóla Íslands, 2009-2012. Þar á undan var ég í Iðnskólanum í Hafnarfirði í 2 ár á hönnunarbraut.

## Getur þú sagt aðeins frá styrknum sem þú fékkst afhentan nú á dögunum og hvað felst í honum?

Ég fékk hálf milljón í styrk frá Áróru fyrir dvalarsetri hjá Statens Værksteder for Kunst í Kaupmannahöfn. Þar mun ég vinna í mínu eigin verkefni í fimm mánuði og kynna svo fullbúna prótótypu er dvalarsetrinu lýkur, 27. júní. Styrkinn mun ég nýta bæði í verkefnakostnað og uppihald en öll aðstaða, vinnustofa, verkstæði og gisting fylgir dvalarsetrinu.

## Hvaðan færðu innblástur?

Ég fæ mikinn innblástur á því að hrúga fyrir framan mig alls konar efnum, pappír eða hverju sem er og byrja bara að skissa, leika mér með form og efni, litla skala og stóra. Þá gerist alltaf eitthvað skemmtilegt. Mér finnst líka gaman að skoða hvað er að gerast í hönnun, hin og þessi blogg, gömul blöð, ljósmyndir, fara á sýningar og í göngutúra, skoða umhverfið.

## Hvað er næst á dagskrá?

Næst á dagskrá eru jólin, held ég bara, glühwein og jólamarkaðir. En þar fyrir utan þá er ég í starfsnámi hér í Berlín hjá hönnunarfyrirtækinu Dóttir&Sonur og verð hér þangað til ég fer til Kaupmannahafnar í lok janúar. Það er svona það sem er næst á dagskrá.

## Þykir þér góður vettvangur á Íslandi fyrir unga og upprennandi hönnuði?

Vöruhönnun er ungt fag á Íslandi og hefur sína kosti og galla. Markaðurinn er lítill og þar af leiðandi kannski þekkt fólk betur sín á milli en annars staðar en kostnaður er mikill hvað varðar efni og framleiðslu og möguleikar og framboð þar af leiðandi takmarkað. En þökk sé styrkjum eins og þeim frá Áróru sem gera manni kleift að koma hugmynd í framkvæmd. Svo vonar maður nú að það verði ekki mikill niðurskurður á sviði menningarmála svona í framtíðinni...

## Hvar sérðu þig eftir 10 ár?

Góð spurning. Ég veit ekki einu sinni hvar ég verð eftir 1 ár svo það er ansi langt í 10 árin! En vonandi verð ég starfandi sem hönnður, helst í einhverju skemmtilegu og skapandi teymi. Þessi draumur má gerast hvar sem er í heiminum, Berlín, Kaupmannahöfn, Reykjavík, Hawaii jafnvel!



Fæ innblástur á því að hrúga fyrir framan mig efnum

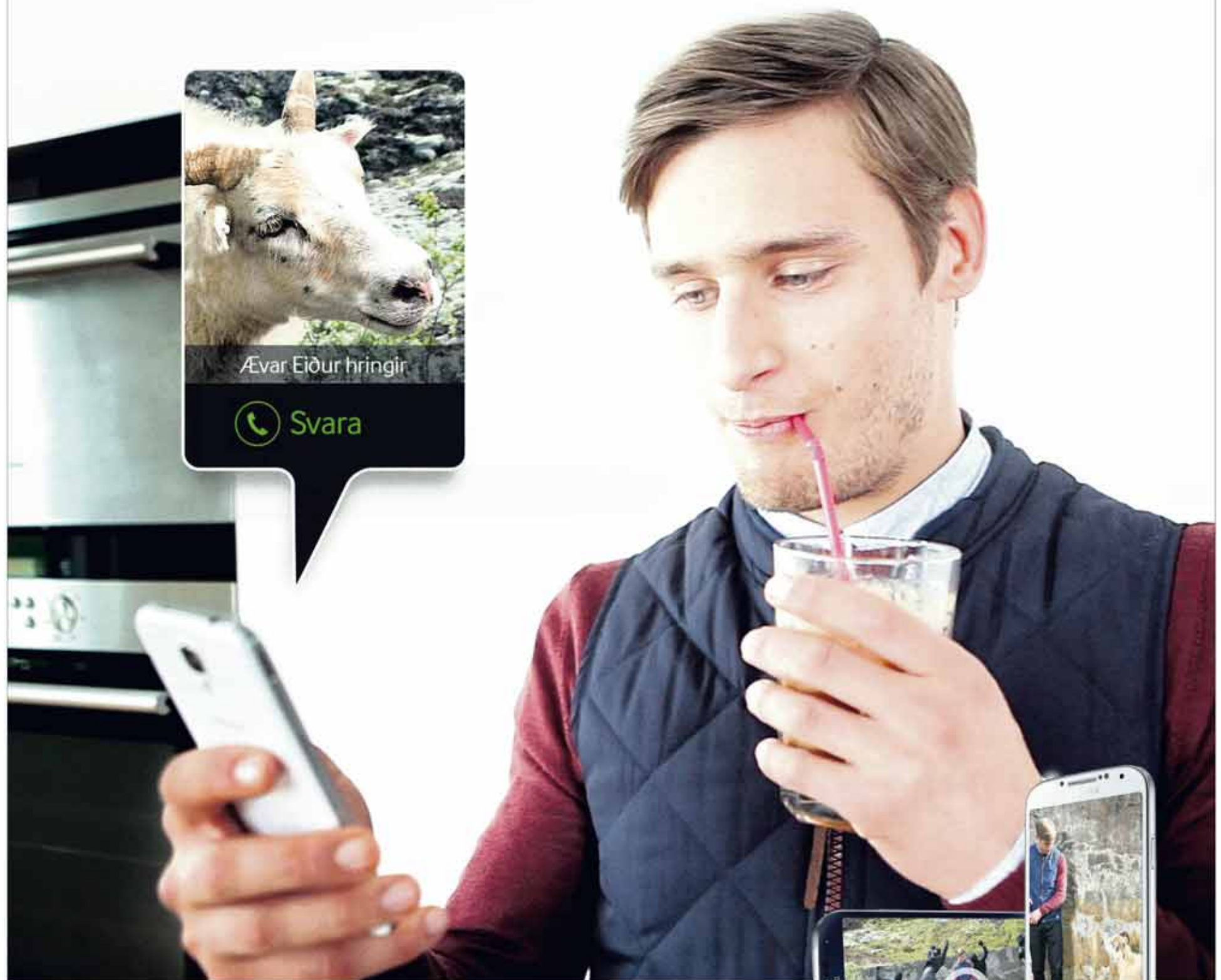


**EkkiEinar** er verkefni sem ég vann í Listaháskólanum. Okkur var fengið það verkefni að hanna vöru í samstarfi við íslenskt framleiðslufyrirtæki og í mínu tilfalli var það Oddur. EkkiEinar eru einingar úr bylgjupappa sem mynda bókahillu með hjálp bókana sem í henni eru. Hillan er svo stækkanleg bæði upp og til hliðar.

## NÁNAR UM HÖNNUNARSJÓÐ AURORU

- Hönnunarsjóður Auroru veitir hönnuðum og arkitektum styrki til að koma hugmyndum sínum og vörum á framfæri ásamt aðstoð við vöruþróun og markaðssetningu hérlendis og erlendis.
- Hönnunarsjóði Auroru er ætlað að styðja við bak efnilegra hönnuða, efla starf í hönnun og vera vettvangur hugmynda og skapandi hugsunar í greininni.
- Velgerðasjóðurinn er stofnaður af þeim hjónum Ingibjörgu Kristjánsdóttur landslagsarkitekt og Ólafi Ólafssyni stjórnarformanni Samskipa.
- Mörg góð verkefni hafa notið stuðnings sjóðsins en umsóknun fer stöðugt fjölgandi og þar af leiðandi aðeins hægt að veita lítlum hluta umsókna styrk.

SAMSUNG



## Fáðu þér síma sem veitir frelsi og skilur íslensku

Nú geta notendur Android snjalltækja frá Samsung glaðst enn á ný. Snjalltækin frá Samsung skilja íslensku og getum við nú loks nýtt okkur máltækni til hagræðis og yndisauka – til dæmis með því að tala við tækin í stað þess að stimpla inn texta með lyklaborðinu.

Notkunarmöguleikarnir takmarkast aðeins af ímyndunaraflí okkar sjálfra.



Kynntu þér málið á [GalaxyS4.is](http://GalaxyS4.is)

Samsung  
GALAXY S4

# Ætlar að semja jólalag með Bruno Mars

**Steinar** kom eins og þrjú úr heiðskíru lofti inn í tónlistarmenningu Íslendinga fyrir örfáum vikum. Á skömmum tíma hefur hann þó látið verkin tala og gefið út heila plötu auk þess að eiga lag á toppi íslenska lagalistans í heilan mánuð.





**ANNADHVORT EÐA..****Kanye eða Kim?** Kanye**Rækjur eða lúða?** Þorskur**Hundar eða kettir?** Kettir**Uppbretta eða niðurbretta?**

Uppbretta, alltaf uppbretta, uppbretta á mánudögum, þriðjudögum, miðvikudögum, alla daga. Nema kannski sunnudaga.

**UPPÁHALDS:****Litur:** Myndi halda rauður.**Matur:** Pítsa**Tónlistarmaður:** Kanye West**Fjall:** Bólfell

sem hljóma frekar fáránlega, eins og ég fór t.d. í hollenskt útvarpsviðtal um daginn. Ég fékk allt í einu skilaboð frá gaur í Hollandi sem vildi endilega taka viðtal við mig og við tókum þetta bara á Skype. Hann sagðist filu lagið og ætla að spila það oft þannig að ég vona bara það besta í þeim málum.

**Ertu eitthvað að vinna að því að markaðssetja þig erlendis annars eða er of snemmt að vera í slíkum pælingum?**

Ég er langmest að pæla í því að gera tónlistina mína umfram allt annað. Hitt kemur svo vonandi bara, ég er að syngja á ensku og vinn vel í því að koma plötunni á framfæri þannig að ég sé síðan hvernig fer. Ég bjó í Englandi í þrjú ár þannig að ég finn góð tengsl við enskuna og á betra með að syngja á henni, mér finnst oft eitthvað óþægilegt eða skrýtið við það þegar ég reyni að syngja á íslensku og býst ekkert sérstaklega við að ég muni gera það mikið.

**Er meira efni á döfnni? Ertu alltaf að semja og spila eitthvað nýtt?**

Já já, ég er með nóg í „horninu mínu“. Það eru náttúrulega bara níu lög á plötunni og þau lög voru valin út úr töluvert fleiri lögum. Mikið af þessu er hins vegar bara bútar og lagahlutar sem á eftir að vinna og setja saman betur en ég mun vinna áfram að því.

**Hvert er síðan planið eftir menntaskóla?**

Ég er ekki mikið að plana hlutina langt fram í tímann, heldur finnst mér skemmtilegra að vera bara í núinu og það kemur síðan í ljós hvað gerist. Ég vona allavega að ég verði ennþá á fullu að semja og spila tónlist og hafa gaman að þessu. Í æsku ætlaði ég bara að verða fótboltamaður, ég var ekkert að flækja þetta. Þegar ég var um fimmtán ára aldurinn ákvað ég hins vegar að hætta í fótboltanum og einbeita mér alfarið að tónlistinni.

**Ég man á samtölum við fólk í skólanum fyrir nokkrum vikum að þetta var bara „einhver nýr gæi í Verzló“ á bak við „þetta Up-lag“. Voru skólafélagar þínir í Verzló lengi að tengja andlitið þitt og lagið?**

Ég hef mjög oft fengið svona komment, þar sem fólk vissi ekkert að þetta væri íslenskt heldur hélt að þetta væri bara einhver útlenskur tónlistarmaður. Fólk er núna byrjað að tengja andlitið meira við þetta, en það tók sinn tíma. Lagið var búið að vera í spilun í alveg tvær vikur þegar krakkarnir í bekknum fóru að tengja þetta og fengu margir smá-sjokk.

**Nú ert þú á fullu í prófum samhliða allri tónlistarvinnunni, hvernig gengur að samtvinna þetta?**

Það er alveg hörku vinna stundum og það koma svona móment þar sem maður hugsar: „Ei, ég fer bara í sjúkrapróf,“ en það er alltaf betra að reyna og gera sitt besta. Ég var í fyrsta prófi í morgun og það gekk alveg ágætlega og ég held að þetta gangi allt saman alveg upp. Skólinn hefur líka verið nokkuð sveigjanlegur í ár þegar ég þarf að fara og gera hluti tengda plötunni og slíkt.

**Ertu almennt að spila mikið af „giggum“? Finnst þér það skemmtilegt?**

Já, alveg slatta. Það er mikið hringt inn og ég er búinn að vera að spila hér og þar. Þetta er alltaf misskemmtilegt, oftast er mjög gaman en ég hef lent í því tvisvar að þurfa sjálfur að vera hljóðmaður og það myndast oft smá-stress í kringum það. Síðan hef ég líka spilað fyrir hóp þar sem enginn var að hlusta og ég fékk enga athygli og það er alltaf leiðinlegt. Annars er oftast mjög skemmtilegt að spila „live“ og sérstaklega þegar það er góð umgjörð og flott fólk að vinna í kringum þetta.

**Hvaða fólks lítur þú mest upp til í tónlistinni?**

Það eru ansi margir. Chris Brown er maður sem ég lít mikið upp til í tónlist en engan veginn í lífinu sjálfu þar sem hann er með allt upp á bak. JT er náttúrulega ótrúlega flottur og ég hlusta líka mikið á Bruno Mars. Ég á mér þann draum að búa til jólagag með Bruno Mars, það kemur að því einn daginn.

**Að lokum, hvernig líta næstu vikur út hjá þér?**

Fyrst og fremst ætla ég að klára prófin og síðan fer jólafríið að miklu leyti í að spila bara, ég verð að spila á Þorláksmessu og í ýmsum veislum og hátíðum í desember. Síðan eru auðvitað tónleikarnir með Jóni Jónssyni 19. desember þannig að það er nóg á döfnni.

**Verður þú aldrei þreyttur á því að vera alltaf að spila?**

Nei, ég get ekki sagt það. Ég væri mun meira til í að gera þetta á fullu heldur en að vera að vinna einhversstaðar annarsstaðar. Tónlistin er það skemmtilegasta sem ég geri þannig að ég stefni á að vera í henni eins lengi og ég get.

Ég fékk allt í einu skilaboð frá gaur í Hollandi sem vildi endilega taka viðtal við mig og við tókum þetta bara á Skype.

**SÍÐASTA..**

**Utanlandsferð:** Ég hef verið alltof lengi á klakanum, fór síðast út fyrir svona 4 árum. Þetta fer ekki vel með mann.

**Snoðun:** Þegar ég var í 5. flokk í Fjölni.

**Skipti sem ég borðaði egg:** Fyrir rúmum mánuði.

# FOCUS

Nýi orkudrykkurinn...  
þessi öfluggi án sykurs!

Aðeins 2 hitaeiningar og 0,5 g kolvetni í 100 ml.

## Koffín, guarana og ginseng... virkar strax!

15 kraftmiklar freyðitöflur í einum stauk.

Skellt út í vatn nákvæmlega þegar þér hentar  
– heima, í vinnunni, skólanum, í ræktinni, í golfinu...

## Handhægt, bragðgott og frábært verð

Vertu alltaf með orkuna við höndina  
og gríptu einn stauk af FOCUS í  
næsta apóteki .

Áhrifarík  
innihaldsefni  
- virkar  
samstundis

Fæst í helstu apótekum, brokkoli.is



# Skortur á góðum kvenhasarhetjum

Rithöfundurinn **Elí Freysson** hefur hlotið afar góða dóma fyrir bækur sínar en sögurnar eiga sér allar stað í öðrum heimi. Elí fræddi **Monitor** um fantasíur og bók sína **Kallið**.



## ELÍ FREYSSON

Fyrstu sex: 111182

Lag á heilanum: Enter the Metal World með Battle Beast

Uppáhalds LOTR-persóna: Gimli.

Æsku-átrúnaðargóð: Spider-Man og Tinni

### Hvenær byrjaðir þú að skrifa og af hverju?

Ég byrjaði að skrifa árið 2004, eftir að ég útskrifaðist úr VMA. Þá hafði ég loks tíma til að sinna slíku og þurfti líka að fara að hugsa um það hvað ég vildi gera við líf mitt. Þetta byrjaði sem hálfgeft fikt en ég fór svo að taka að skapa persónur og sögur.

### Þú skrifar fantasíusögur sem gerast í heimi þar sem hið yfirnátúrulega spilar stóran sess. Hvaðan kemur þinn áhugi á fantasíum og því yfirnátúrulega?

Það er bara svo heillandi að fara út á svið ímyndunarafnsins og skoða aðra heima. Maður hefur algjörlega frjálsar hendur í fantasíum. Þar eru engar takmarkanir.

### Þú hefur gefið út þrjár bækur, Meistara hinna blindu, Ógnarmána og Kallið sem kom út í október. Eiga þessar bækur mikið sameiginlegt?

Þær gerast jú allar í sama heimi og fjalla í raun um mismunandi anga af baráttu mannkyns við hin myrku öfl. Ég einblíni líka alltaf á söguhetjur sem hrærast í stórum atburðum.

Ég finn að ég á sífellt auðveldara með að skapa umgjörðina í kringum hverja sögu og hef sífellt betri sýn á þennan heim, en áherslurnar eru ósköp svipaðar, held ég.

### Kallið fjallar um unglingsstúlkuna Kötju. Er einhver sérstök ástæða fyrir því að þú skapaðir þessa persónu?

Að vissu leyti verða persónur til í höfðinu á mér upp á sitt einsdæmi, en mér finnst líka bara skortur á góðum kvenhasarhetjum. Ég ákvað því að gera eitthvað í því sjálfur.

### Áttirðu gott með að setja þig inn í hugarheim unglingsstúlkuna eða þurftir þú að setja þig í sérstakar stellingar?

Ja, það væri kannski erfiðara ef ég væri að skrifa um sextán ára stúlkuna á Íslandi, en Katja býr í allt öðrum heimi, er fjarri því að vera eðlileg manneskja. Ég tel mig því hafa frjálsar hendur með persónusköpunina. Auk þess lít ég alltaf svo á að fólk sé einstaklingar fremur öllu öðru og að höfundar þurfi ekki að miða við eitthvert meðallag eða staðalímyndir í skrifum sínum.

### Hvernig varð þessi bók til?

Kallið byrjaði í raun sem smásaga. Eftir að ég kláraði Ógnarmána var ég aðeins að prófa mig áfram og ná betra taki á vissum hluta af þessum heimi mínum. Allir sem sáu árangurinn urðu svo hrifnir að ég ákvað að teygja hana út í heila bók, og nú er þessi smásaga fyrsti kafinn í Kallinu.

### Allar bækurnar þínar gerast í sama heimi. Geturðu sagt okkur aðeins frá þessum heimi, hvernig hann varð til og af hverju hann er þér mikilvægur?

Fyrir þúsund árum áttu sér stað yfirnátúrulegar hörmungar sem hleyptu illum öflum inn í mannheima og bækurnar segja í raun frá nýjstu átökunum við hinar ýmsu birtingarmyndir þeirra. Það hefur ákveðið hlé ríkt á opnum átökum í þrjár aldir og söguhetjurnar taka því með einum eða öðrum hætti þátt í skuggaátökum sem kölluð eru þögla stríðið.

Þessi heimur varð einfaldlega til svo ég gæti sagt þær sögur sem ég vildi segja, og hann miðast við það.

### Sérðu fyrir þér að hverfa einhvern tíma frá þessum heimi og skrifa utan fantasíuþemans?

Ég mun leggja þessa sérú á hilluna einhvern daginn en ég sé ekki fyrir mér að skrifa annað en fantasíur. Ég er með hugmyndir að ýmsum öðrum fantasíuseríum í höfðinu og þær munu ekki láta mig í friði fyrr en ég er búinn að skrifa þær. Það er bara enginn annar geiri sem kallar á mig.

### Eru verk þín miðuð inn á sérstakan markhóp?

Upphaflega bjóst ég við að þetta myndi aðallega ná til fólks eins og mín og unglinga, sem eru klassísku fantasíu-lesendurnir, en ég er hissa á því hversu víður aldursflokkur kann að meta þessar bækur mínar. Ég skrifa þó bara þær sögur sem ég vil, án þess að reyna að ná einhverjum sérstökum hópi eða reyna að ná sem víðast. Viðbrögðin hafa verið mjög góð. Fólk hrósar mér fyrir hraðan takt og skemmtilegar persónur, sem er einmitt það sem ég reyni að skapa.

### Hvað er framundan hjá þér?

Ég er semsagt búinn með næstu bók um Kötju og hún kemur út næsta haust. Ég er svo byrjaður á þriðju bókinni og ætti að klára hana næsta sumar og hún kemur út 2015. Árið eftir kemur út önnur bók um Mikael úr Meistara hinna blindu sem ég er þegar búinn að skrifa og í millitíðinni skrifa ég aðra bók. Ég stoppa ekki!





# NÝ SENDING



pixel ehf

## BÆTINGARÁÐ BERGS



### Farðu að sofa!

Svefninn er okkur lífsnauðsynlegur. Í raun það nauðsynlegur að svefnleysi hefur verið notað sem pyntingartæki. Svefninn hefur áhrif á okkur bæði andlega og líkamlega, Svefnvana fólk er viðkvæmara fyrir áreiti, það verður orkuminna og heldur ekki einbeitingu. Líkamleg geta minnkar einnig þar sem vöðvar ná ekki að hvílast. Svefnleysi er tengt við allskyns kvilla eins og skapstyggð, maníu, ofsónir, minnisleysi, þunglyndi, offþyngd, vöðvaverki og jafnvel styttri lífsævi.

Líkaminn framkvæmir allskyns hlutverk meðan við sofum. Heilarit (ECG) sýna að heilastarfsemi er mjög virk í seinni stigum svefnis en sá hluti er tengdur við úrvinnslu minninga og tilfinninga. Þegar við sofum förum við í svokallað anabólískt ástand. Líkaminn sparar orku í stað þess að eyða henni eins og þegar við vökum. Hitastig líkamans lækkar, og hann byrjar að setja allskyns hormónum, slekkur á meltingarkerfinu og byrjar að gera við sjálfan sig.

Það var nefnilega alltaf rétt hjá mömmu og pabba. Svefninn gerir okkur stór og sterk.

Bætingaráð Bergs



### Jason Derulo Talk Dirty

I'm that flight that you get on,  
international  
First class seat on my lap girl, riding  
comfortable  
Cause I know what the girl them  
need, New York to Haiti  
I got lipstick stamps on my passport,  
make it hard to leave

Been around the world, don't speak  
the language  
But your booty don't need explaining  
All I really need to understand is  
Will you talk dirty to me?  
Talk dirty to me  
Talk dirty to me  
Talk dirty to me

Ég er að flótti að þú fáir á, alþjóðleg  
Fyrsta flokks sæti í kjöltu stelpunni  
minni reið þægilegt  
Því ég veit hvað stúlkann þeim þarf,  
New York til Haití  
Ég fékk varalitur frímerki á vegabréf-  
inu mínu, gera það erfitt að yfirgefa

Verið um allan heim, ekki tala  
tungumálið  
En hlutskipti þitt þarf ekki að útskýra  
Allt sem ég þarf virkilega að skilja er  
Ætlar þú klæmast við mig?  
Klæmast við mig  
Klæmast við mig  
Klæmast við mig

Takk Google Translate

## EINTÓM ÞVÆLA



Giljagaur gaf staðalmyndum kynjanna langt nef þar sem hann hljóp í árlegu maraþonhlaupi jólasveina. Í samtali við blaðamann kvaðst Giljagaur alltaf hafa haft dálæti á stuttum kjólum og hví þá ekki á sjálfum sér.

## Að safna „like-um“

Ég var beðin um að koma í viðtal til Monitor sem varðaði unga foreldra. Ég eignaðist sjálf barn þegar ég var 18 ára og kom því vel til greina. Eftir að hafa setið niðri í Stúdentakjallara í góðu spjalli með fréttamanni Monitor kom ljósmyndari og smeltti nokkrum myndum af mér og dóttur minni fyrir utan háskólann. Í þakklætisskyni fyrir tímamann sem ég lét í té fékk ég svo myndina senda í tölvupósti. Að sjálfsgöðu greip ég tækifærið og skellti henni á Facebook-síðuna mína. Þá gerðist nokkuð sem ég hafði ekki átt von á. Meðalmanneskjan ég fór að fá fleiri „like“ en ég hafði nokkru sinni fengið áður, og ályktaði ég sem svo að það væri vegna þess að ég var orðinn vísir að einhvers konar opinberri persónu. Ég fylgdist (óþarflega) spennt með framvindu mála. Fólk (sem ég hitti sjaldnar en ég kærir mig um að viðurkenna) deildi greininni minni, „like-uðu“ myndina mína, skildu jafnvel eftir vinaleg ummæli við hana. Eins kjánalegt og það kann að hljóma þá dundaði ég mér jafnvel við að lesa þau ef ég varð niúrdregin, því í hvert einasta skipti hvarflaði að mér: „Vá... fólk er í alvöru ekki alveg sama.“

Svo leið tíminn og til þess að vera í takt við það sem tíðkast breytti ég nú á endanum um forsíðumynd. Nokkrum sinnum jafnvel. Svo gerðist það eitt kvöldið þegar ég var eitthvað að renna í gegnum myndirnar mínar að ég rekst eitt-hvað óþarflega harkalega í lykklaborðið og svo, eins og dögg fyrir sólu, hvarf áðurnefnd forsíðumynd með öllum sínum „like-um“, ummælum og tilheyrandi. Í kjölfarið fann ég fyrir sorg og reiði, afneitun jafnvel. Með klaufaskapnum í mér hafði ég eytt einu sönnuninni sem ég hafði um að heiminum væri ekki alveg sléttisama. Í stuttu máli, þá fór ég í fýlu. Það leið ekki á löngu þó áður en ég fór að skammast mín. Var ég virkilega orðin svona efnishyggjukennnd? Allt í kringum mig er fólk sem ég elska og elskar mig og sýnir það á svo margan annan hátt heldur en að láta mér í té sekúndu af degi sínum til þess að klicka á „like“-hnappinn.

Í miðjum prófalestrinum lagðist ég í þungar þælingar um þetta. Í pistli sem birtist á vef Monitors velti ég því fyrir mér hvort hamingjan kæmi með réttu holdafari. Niðurstaða mín var sú að svo væri ekki. En kemur þá hamingjan ef til vill með því að heimurinn lýsi yfir samþykki sínu á þér með „like-um“? Ég fann vissulega fyrir einhvers konar óhamingju þegar ég „glataði“ þessari lófafylli sem ég hafði fengið í kjölfar greinarinnar um mig. Og ég fylltist virkilega einlægum áhyggjum um að mér myndi aldrei hlotnast þessi skammvinnna sæla aftur! Já, ég skammaðist mín vissulega í kjölfar þessarar lítið merkilegu óhamingju minnar. Lífið mitt var allt í einu hætt að snúast um það að sækjast eftir einhvers konar eiginlegri umhyggju, efnisleg umhyggja í formi Facebook-„like-a“ hafði komið í staðinn fyrir hana. Það versta var e.t.v. að ég vissi að margir voru mun verr staddir en ég, hvað þetta varðaði. Og það olli mér réttmætum áhyggjum.

Like eru svo sem ekki slæm í sjálfu sér. Þau eru ágætis aðferð til þess að láta í ljós skoðanir sínar á einhverju. Það er hins vegar varhugavert þegar þau eru farin að stjórna líðan okkar svo mikið að dagurinn er ónýtur ef „like-in“ standast ekki væntingar. Niðurstaða mín er þessi: Fjöldi „like-a“ er ekki mælikvarði á vinsældir manns, fegurð eða verðleika. Manneskja sem fær mörg „like“ þarf ekkert fram yfir þann að hafa sem fær færri. Forðumst það að láta þetta hafa áhrif á álit okkar á manneskjum, sérstaklega okkur sjálfum. Lífið er ekki keppni í „like-um“.

### Hulda Hvönn Kristinsdóttir



## ELTU ÞENNAN

LENA DUNHAM

@lenadunham



Skapari Girls er ein fyndnasta leikkonan í Hollywood og það er vel þess virði að fylgjast með þankagangi hennar á Twitter.



Lena Dunham @lenadunham 14 Nov  
Anyone else on here feel like your dog is a reincarnated sex offender sent to live with you as their punishment? No? Just me? As you were.  
Expand



# 10

## Pikköpplínur í prófunum

Prófn eru tilvalinn tími til að draga sig upp úr einhleypingsleninu og taka samnemanda á löpp.

- 1 Eigum við að fara að skoða fatlaðra klósettíð á Þjóðar-bóklöðunni?
- 2 Ég er að fara í próf í fyrramálið svo þú þarft að koma mér í rúmið fyrir miðnætti.
- 3 Eigum við að læra saman fyrir munnlega prófið?
- 4 Ég hef ekkert á móti hópvinnu ef þú veist hvað ég á við.
- 5 Ég er búin að læra yfir mig, vilt þú læra undir mig?
- 6 Mér finnst stærðfræði frekar leiðinleg en ég er allveg til í að leggja okkur saman.
- 7 Uppáhalds persónufornafnið mitt er þú.
- 8 Ef franska er tungumál ástarinnar veit ég hvernig við ættum að læra undir prófið.
- 9 Ég hef heyrt að þú sért góður kennari, viltu hjálpa mér í rúmfræði?
- 10 Ef ég væri kennari myndi ég gefa þér 10 bara fyrir að mæta.

## VÍSINDAVEFURINN



### Afhverju hafa úlfaldar hnúð á bakinu?

Það er algengur misskilningur að hnúðarnir séu fylltir vökvu og nýtist þess vegna sem hálfgerð vatnstunna í neyð. Svo er ekki, enda mæta dýrin vökvaskorti með öðrum hætti. Í hnúðunum er fita sem dýrin geta umbreytt í næringu þegar lítið er um mat. Hjá kameldýrum getur hvor hnúður innihaldið allt að 36 kg af fitu. Fá úlfaldar ekki mat í langan tíma gengur á fitufordann í hnúðunum sem verða slappir og lafa alveg þegar varabirgðirnar klárast.

Það er þumalputtaregla meðal eyðimerkurþjóða Afríku og Asíu að útlit hnúðsins gefi vísbendingu um heilbrigði dýranna, þar með talið næringarástand. Því þrýstnari sem hnúðurinn er, því betur er dýrið haldið.

Taktu þér hvíld frá prófum og vinnu og einbeittu þér að einhverju gagnlegu eins og að finna orðin í töflunni. Orðin geta legið fram og til baka, upp, niður og á ská

|   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | S | B | Á | G | T | F | G | P | A | H | R | Ý | S | R | Ð | K | R | K | Ó |
| P | T | K | S | J | Í | H | J | L | R | T | K | H | J | U | K | Á | S | Þ | Í |
| Ó | E | Y | U | E | Ú | E | E | Æ | S | U | Ó | Þ | Í | K | Ö | M | V | Ö | A |
| R | I | B | B | L | M | R | L | Y | Í | I | V | J | R | E | Ý | S | U | R | P |
| V | N | H | E | G | D | R | B | T | T | S | X | N | L | R | V | S | Ó | L | A |
| D | A | D | Y | J | B | A | U | Ú | Ó | G | S | N | V | F | T | L | I | J | P |
| I | R | Ð | Z | U | N | Ð | N | M | R | N | Y | M | O | R | Ó | S | G | L | P |
| M | Ó | U | H | R | É | B | Á | I | U | A | Þ | Ö | D | N | D | R | Ú | N | Í |
| O | S | J | Ú | R | T | G | Ö | L | Ð | B | M | Ú | A | Þ | B | Ð | P | Æ | R |
| Æ | Ú | N | S | Ð | P | Ú | T | E | E | U | É | Æ | F | E | R | T | Í | U | S |
| P | P | S | A | Y | N | A | X | Y | K | L | R | Ó | O | L | L | Y | K | Ý | P |
| Þ | Æ | F | S | T | K | S | V | O | M | L | Á | F | N | Ú | Á | I | R | S | É |
| U | F | O | K | K | R | U | P | T | Á | Ú | V | A | E | B | E | G | Ð | M | S |
| Þ | V | K | Ó | N | G | U | R | I | N | N | Ð | H | E | L | E | K | I | P | I |
| B | U | L | L | P | Í | P | S | D | Ö | S | T | S | S | P | L | M | U | L | I |
| Þ | I | A | I | É | P | M | Í | Ð | P | I | H | Ó | V | S | A | I | Á | E | P |
| E | Y | I | D | L | A | F | L | Ú | D | J | A | M | M | F | Í | K | N | Ó | M |
| S | R | T | E | M | Æ | K | N | L | Ö | E | Ó | X | K | Ý | Ö | V | Ú | G | G |
| H | Ú | G | N | A | G | A | Ö | Ý | Þ | Æ | X | L | Ð | Y | M | Í | N | Ó | A |
| L | Æ | J | H | Í | F | Y | K | S | D | O | V | B | Ó | M | U | L | A | S | S |
| T | V | Ö | R | K | U | R | R | T | U | K | Ý | R | T | O | N | K | L | Æ | T |

# Leikur að orðum

- Miley
- Skuldaniðurfelling
- Djammfíkn
- Leki
- Gjelgur
- Vodafone
- Herra
- Kóngurinn
- Jóló
- Húsaskóli
- Steinar
- Tvörk
- Takk Óli
- Snúllubangsi
- Sleikur
- Hey
- Prófljóta
- Að spúna
- Pappírspési
- Sykur
- Róló
- Frekur



## Jólagjafirnar fást í Dogma!

**Hopside Down**  
Björglas  
3.490 kr.

**12 Gauge**  
4 stk staupglös í formi skothylkja  
3.500 kr.

**Rolling Stones**  
Kaffibollur  
1.990 kr.

**Unzipped**  
Glerskál í formi zip-lock poka  
3.590 kr.

**iPlunge**  
Skemmtilegur standur fyrir allar gerðir síma  
1.490 kr.

**Vinyl Coasters**  
6 stk glasamottur í formi lítilla vinyplatna  
2.790 kr.

**DOGMA**  
Stuttermabollur  
3.490 kr.

**Scratch Map**  
Skafðu af þeim löndum sem þú hefur komið til  
2.990 kr.

**American Apparel**  
Hettupeysur  
8.900 kr.

**American Apparel**  
Hettupeysur  
8.900 kr.

SMÁRALIND · LAUGAVEGUR 32 · KRINGLAN



FLICKR.COM/ATLIARNARS

**ATLI ARNARSSON**

Fyrstu sex: 291195

Skóli: MH.

Græjurnar: Canon EOS 60D,  
18-135mm f/3.5-5.6 og 50mm  
f/1.8, báðar Canon

# AÐ FANGA AUGNABLIKIÐ

**Ljósmyndun** er öflugt og skemmtilegt listform sem nýtur mikilla vinsælda í framhaldskólum landsins þar sem nemendur eru iðnir við blaðaútgáfu. **Monitor** fékk hæfileikaríka hirðljósmyndara nokkurra framhaldsskóla til að deila verkum sínum með lesendum.

**Hvers konar ljósmyndun finnst þér skemmtilegust?**

Mér finnst skemmtilegast að taka myndir af fólki sem ég þekki og þykir vænt um. Það hefur auðvitað orðið til þess að ég get nú

kallað stóran hluta nemendahópsins í MA vini mína.

**Segðu okkur frá myndinni þinni.**

Þetta eru Egill Þór Ívarsson og Ísey Dís Hávarsdóttir. Myndin er tekin í vor þegar leikfélagið, LMA, setti upp Þrek og tár.

**Er ljósmyndun áhugamál eða framtíðarverkefni?**

Eins og er er þetta bara áhugamál með skólanum. Ég stefni á hjúkrunarnám en það er aldrei að vita nema að ég fari í eitt-hvað tengt ljósmynduninni í framtíðinni

**ÁSTA GUÐRÚN EYDAL**

Fyrstu sex: 260396

Skóli: Menntaskólinn á Akureyri.

Græjur: Canon EOS Rebel T1i. Svo nota ég  
Canon EF-S 18-55mm f/3.5-5.6 og Canon  
EF-S 55-250mm f/4.0-5.6 til skiptis**Hverskonar ljósmyndun finnst þér skemmtilegust?**

Portrett-ljósmyndun úti. Eða bara alls konar ljósmyndun úti. Mér finnst skemmtilegast að mynda úti því birtan þar er miklu fallegri og skemmtilegri heldur en sú sem kemur frá langflestum inniljósnum. Portrett-ljósmyndun er líka þægileg að því leyti að maður getur stillt manneskjum upp eins og maður vill og ráðið þannig útkomunni nokkurnveginn.

**Segðu okkur frá myndinni þinni.**

Myndin er af Agent Fresco að spila í Edrúhöllinni. Þeir eru uppáhalds-hljómsveitin mín og það er fátt skemmtilegra en að fara á tónleika með þeim því það er svo ótrúleg orka sem myndast hjá þeim þegar þeir spila live. Mér finnst þessi mynd ná að fanga það frekar vel og ég fíla líka uppstillinguna, myndbygginguna og litina.

**Er ljósmyndun áhugamál eða framtíðarverkefni?**

Áhugamál. Ljósmyndunin er mjög skemmtileg en stefnan hjá mér hefur alltaf verið meiri á tónlist. Nú er ég í hljómsveit og hún fær yfirleitt að vera fremst í forgangs röðinni. Það er samt aldrei að vita nema ég skipti um skoðun og tiki ljósmyndunina fram yfir eða kannski bara eitthvað allt annað en það á bara eftir að koma í ljós.

**Hvenær kviknaði áhugi þinn á ljósmyndun?**

Vá, ég man eftir fyrstu digital myndavélinni okkar sem ég fór alveg hamföllum með, fékk oft að heyra: „Jæja, Ágústa Mekkín, er þetta ekki komið gott?“ Ætli það hafi ekki verið árið 2005. Hvers vegna veit ég eiginlega ekki, mér fannst þetta bara svo flott og spennandi.

**Segðu okkur frá myndinni þinni.**

Þetta er Ellý litla frænka mín sem er algjör sprellari. Þessi mynd er með svo dularfullum bakgrunni, það er það sem gerir myndina einstaka, blanda af dulrænu og gleði barns. Smellpassar þó saman. Það er eitthvað við þessa mynd sem lætur mig brosa.

**Er ljósmyndun áhugamál eða framtíðarverkefni?**

Eins og staðan er í dag er þetta bara áhugamál. Aldrei að vita nema maður geri eitthvað. Annars sagðist ég oft ætla að verða ljósmyndari þegar ég var lítil. Tilgangur minn með ljósmyndun er að getað endurlifað minningar í gegnum myndir.





**Hverskonar ljósmyndun finnst þér skemmtilegust?**

Ég hef mjög gaman af andlitsmyndum þar sem á bakvið hvert andlit er einhver saga og tilfinningar sem maður túlkar sjálfur út frá svipbrigðum og öðru. Svo standa landslags- og náttúruhlífsmýndir alltaf fyrir sínu.

**JÓHANNES GAUTI ÓTTARSSON**

**Fyrstu sex:** 150994  
**Skóli:** Menntaskólinn í Reykjavík.  
**Græjurnar:** Canon 60D myndavél og Canon EF 50mm f/1.4 og Canon EF-S 18-135mm f/3.5-5.6 linsur. Svo er iPhoneinn oft tiltækur og tekur finar myndir.



FLICKR.COM/PHOTOS/JOHANNESGAUTI/

**Segðu okkur frá myndinni þinni.**

Myndina tók ég í útskriftarferð MR þegar við fórum til Krítar á þessu ári. Við vorum nokkur að skoða minjagripabúðir þegar ég kom auga á þennan mann og ákvað að smella nokkrum myndum af honum með símanum mínum. Hann spottaði þetta þó eftir smá og á síðustu myndinni sem ég tók af honum horfir hann beint í myndavélina með smá-andstyggð svo ég hætti að ónáða hann.

**Er ljósmyndun áhugamál eða framtíðarverkefni?**

Ætli þetta verði ekki frekar áhugamál heldur en eitthvað annað. Gríp stundum í myndavélina við tækifæri, t.d. eins og þegar fjölskyldan gerir eitthvað skemmtilegt saman. Þá er gott að geta tekið flottar fjölskyldumyndir.



FLICKR.COM/PHOTOS/HAUKZINN/



**Af hverju fékkst þú áhuga á ljósmyndun og hvenær byrjaðir þú að mynda?**

Ætli áhuginn hafi ekki kviknað þegar ég keypti mér litla Sony-vasamyndavél þegar ég var 13 ára og fann strax að þetta væri eitthvað fyrir mig. Svo þegar ég var 15 ára keypti ég myndavélina sem ég nota enn þann dag í dag.

**Hverskonar ljósmyndun finnst þér skemmtilegust?**

Í rauninni finnst mér ekki nein ein ákveðin ljósmyndun skemmtilegust en ég heillast rosalega af myndvinnslu og að blanda saman myndum í tölvu. Þessa dagana hef ég mikið verið að taka myndir í stúdíói. Það skemmtilega við ljósmyndun er hversu ótakmörkuð hún er, maður getur alltaf prófað eitthvað nýtt.

**HAUKUR KRISTINSSON**

**Fyrstu sex:** 240395  
**Skóli:** Verzlunarskóli Íslands.  
**Græjur:** Canon 550D, EF 17-40mm f/4L og 50mm f/1.8

**Segðu okkur frá myndinni þinni.**

Ég tók þessa og vann fyrir myndapátt sem var birtur í Viljanum, skólablaði Verzlunarskólans, í fyrra. Þemað var andstæður og ég ákvað að vinna með eld og ís.

**Hverskonar ljósmyndun finnst þér skemmtilegust?**

Skemmtilegast finnst mér að fara einhvert ein út í náttúruna, að tynast bara ein með sjálfri mér. Annars skoða ég allskonar ljósmyndun og ligg mikið inni á hinum ýmsu ljósmyndabloggum.



**Segðu okkur frá myndinni þinni.**

Myndina tók ég á canon-vélina mína með 55-250mm linsunni í fyrrasumar kvöld eitt þegar himinninn skartaði sínu fegursta. Ég keyrði niður á höfn og smellti af, það var eitthvað við þessi mótív sem heillaði mig svo.

**Er ljósmyndun áhugamál eða framtíðarverkefni?**

Eins og stendur er ljósmyndun aðeins áhugamál en ég myndi samt alltaf vilja læra meira og bæta mig. Þó svo að það sé ekki á neinum framtíðarplönunum núna þá hef ég samt klárlega hugsað mér að leggja þetta fyrir mig og ef tækifæri gæfist myndi ég líklega gera það.

**VAKA MAR VALSDÓTTIR**

**Fyrstu sex:** 050494  
**Skóli:** Menntaskólinn á Akureyri.  
**Græjur:** Canon eos 550 rebel, 50mm, 18-55mm og 55-250mm



Au revoir, Shosanna!  
Col. Hans Landa - Inglorious Basterds



KÍKTU Í HEIMSÓKN

WWW  
monitor.is

ÞÚ HEFLUR EKKERT  
BETRA AÐ GERA

MONITOR



## FRUMSÝNING HELGARINNAR

### Tvöföld jólaklassík

Nú gefst Íslendingum kostur á að sjá tvær klassískar jólamyndir í kvikmyndahúsum en það eru fjölskyldumyndin Home Alone og hasarmyndin Die Hard.

Í Home Alone segir frá Kevin sem er aleinn heima og það á jólonum! Þessi klassíska jólamynd eftir John Hughes ætti að vera flestum kunn og eflaust eru þeir margir sem horfa á hana hver einustu jóla.

Í Die Hard fylgjumst við aftur á móti með harðhausnum John McClane sem neyðist til að bjarga eiginkonu sinni og fjölda annarra úr klóm Hans Gruber á sjálfan aðfangadag.

Myndirnar verða sýndar í hámarksgæðum í hlýlegri jóla-stemningu í Smárabíói helgina 6. til 8. desember.

#### Sturlaðar staðreyndir

- Bruce Willis var sjöundi leikarinn sem fenginn var í hlutverk McClane. Þar á undan höfðu Arnold Schwarzenegger, Sylvester Stallone, Burt Reynolds, Richard Gere, Harrison Ford og Mel Gibson allir þekkt hlutverkið.
- Það líða 18 mínútur þar til fyrsta skotið í Die Hard ríður af.
- Nakatomi-turninn er í raun höfuðstöðvar 20th Century Fox en

fyrirtækið rúkaði sig um leigu fyrir notkun á byggingunni.

- Í Home Alone samþykkti Daniel Stern að tarantúlan væri sett á andlitið á honum en aðeins í eina töku. Hann þurfti að þykjast öskra þar sem hljóðið hefði hrætt köngulóna en hljóðinu var bætt við síðar.
- Bíómyndin sem Kevin horfir á er ekki alvöru kvikmynd heldur upptaka sem var búin sérstaklega til fyrir Home Alone. Upptakan heitir „Angels with Filthy Souls“.
- Playboy-blaðið sem Kevin finnur í herbergi Buzz er frá júlí 1989 þar sem fyrirsætan Erika Eleniak er ungrú júlí.

#### KVIKMYND

### Paul Rudd í nýjum gir

Fimmtudagurinn 28. nóvember var mjög stór í mínum huga, en þá var komið að því að sjá nýja kvikmynd sem mjög góður kunningi minn og trúnaðarvinur leikur í. Hann heitir Pali. Myndin er endurgerð hinnar íslensku Á annan veg, en ég hef því miður ekki enn séð hana og er því varla dómbær á það um hversu mikla endurgerð er að ræða.

Almennt hefur Pali verið þekktur fyrir hlutverk í léttum gamanmyndum og þá gjarnan í fylgd leikara eins og Seths Rogen, Leslies Mann og Steves Carell. Myndin sem hér um ræðir er töluvert ólík flestum af hans fyrri myndum að mörgu leyti. Hún er mjög hæg og gerist öll árið 1988 á litlu skóglendu svæði í dreifbýli Texasríkis. Þar vinna félagarnir



HERSIR ARON ÓLAFSSON

PRINCE AVALANCHE



PRINCE AVALANCHE

og grípur augað á milli áhugaverðra samtala stikuneglaranna.

Emile Hirsch hefur ekki verið mjög áberandi frá því að hann lék í hinni geysivinsælu Into The Wild árið 2007, en hann grípur skemmtilega hlutverk

hins örlynda og spólgraða Lance. Paul Rudd á hins vegar skjáinn að mínu mati (óháð vináttu okkar strákanna) en hann sýnir hér algjörlega nýja hlið á sér sem leikara í hlutverki alvörufelns og jarðbundins vinnuþjarks sem gefur lítið fyrir ærsl og læti vinnufélaga síns.

Vegna þess hversu róleg og lágstemmd kvikmyndin er í keyrslu hentar hún vafalaust ekki öllum áhorfendum. Straumarnir á milli aðalleikaranna tveggja eru hins vegar magnaðir auk þess sem vörubílstjórnin sem keyrir reglulega í gegnum skógin glæðir mörg atriði enn meira lífi. Sagan er mannleg og falleg og frábær leikur Pauls og Emile setur punktinn yfir i-ið. Yfir heildina litið er hér um að ræða vandaða og vel leikna mynd sem ætti að skilja eitthvað eftir í huga flestra. Aðdáendur mynda eins og The Expendables og Kick-Ass ættu hins vegar að sitja eftir heima. Eða að heiman. Allavega ekki á myndinni.

facebook.com/monitorbladid



## VILTU VINNA MIÐA?



#### TÖLVULEIKUR



#### Gran turismo 6

MMMMM

Tegund: Bílaleikur  
PEGI merking: 3+  
Útgefandi: Sony

### Smurolíuhimnaríki

Þetta er sá tími árs sem bílanörðar fá andlegar raðfullnæingar enda er nýr Gran Turismo-leikur mættur eða Gran Turismo 6. Þessi sería bílaleikja á rætur sínar að rekja til ársins 1997 og hefur hún selst í meira en 70 milljónum eintaka til þessa.

Í þessari nýju útgáfa leiksins eru meira en 1200 bílar sem geta keyrt um 33 brautir sem staðsettar eru um allan heim og rétt rúmlega það, enda geta leikmenn núna hent sér undir stýri á geimferðarbil og keyrt á honum um tunglið.

Allur leikurinn hefur verið hannaður frá grunni og er það fyrsta sem maður tekur eftir að valmyndir leiksins eru mun stílhreinni og auðveldari í notkun. Allt er mjög tært og skýrt, en þessi hluti Gran Turismo-leikjanna hefur oft verið í ólestri og minnkað ánægjuna við spilun.

Leikmenn geta valið um að spila með öðrum á sama skjá í svokölluðu Arcade Mode leiksins og er það gott fyrir partið, einnig er hægt að fara á netið og taka öflugan keppni þar með leikmönnum um allan heim.

En hjarta leiksins liggur í öllum bílprófunum og

keppnum sem leikmenn þurfa að taka þátt í, en með hverju prófi opnast fyrir erfðari keppni og andstæðinga. Á milli þessarar keppna geta leikmenn tekið þátt í fjölda minni leikja sem krefjast þess að menn leysi allskyns þrautir innan ákveðins tíma.

Með hverjum sigri fá leikmenn pening og geta notað hann til að kaupa nýja bíla, stilla þá alla til og klæðskerasuma þá útlitslega séð. Hér geta leikmenn gleymt sér endalaust, enda býður leikurinn upp á endalaus möguleika í stillingum og sérsmiði. Annað sem maður veitir athygli er grafíkin í leiknum, en hún er betri en áður og er leikurinn einhver sá flottasti sem sést hefur í þessari gerð leikja.

Þannig að þeir sem vilja komast í snertingu við smurolíuhimnaríki ættu að tékka á Gran Turismo 6, en leikurinn er yfirfullur af göðgæti fyrir alla sem unna góðum bílaleikjum.



ÓLAFUR ÞÓR JÓELSSON

# Skalli

*Sá svalasti í boenum*

**Borgari, franskar,  
gos og kokteilsósa**

**1.790 kr.**



## Akureyringur

Nautakjöt, ostur,  
tómatar, agúrkur,  
jöklasalat, franskar  
og hamborgarasósa

## Indverji

Indverskt buff í grófu  
naanbrauði, grilluð  
paprika, rauðlaukur,  
jöklasalat, raita og  
mangó chutney



## Texasborgari

Nautakjöt,  
laukhringir, nachos,  
jöklasalat, salsa  
og jalapenosósa





**Seturðu hvað  
sem er upp í þig?**  

---

**Munntóbak er ógeð!**

**VÍNBUÐIN**