



FÓLKID Á BAK VIÐ BLAÐIÐ



Ása
Valdimarsdóttir



Björg Steinunn
Gunnarsdóttir



Egill Uggason
Wiium



Eik
Arnþórsdóttir



Katla Ársælsdóttir



Katrín Rut
Magnúsdóttir



Kristinn Örn
Sigurðsson



Sara
Mansour



Sólrún Freyja Sen



Sólveig Hrönn
Hilmarsdóttir



Viktoría Sól
Birgisdóttir



Þórdís Dröfn
Andrésdóttir



Þórhildur
Elinardóttir
Magnúsdóttir

Ljósmyndarar



Ívar Ölmur
Hlynsson



Jenný
Mikaelesdóttir



Karólína Sigríður
Guðmundsdóttir



Sara Þóll
Finnbogadóttir



Framhaldsskólablaðið 3. tölublað, skólaárið 2016/17

Útgefandi: Samband íslenskra framhaldsskólanema (neminn@neminn.is)

Útgáfustjóri: Guðmundur Rúnar Svansson (ábm.) (grs@neminn.is)

Prentun: Landsprent.

Leiðari: Eva Dröfn H. Guðmundsdóttir, ritstýra Framhaldsskólablaðsins

Ég er kona Ég er með þíku Því fylgir ýmislegt

Mér blæðir einu sinni í mánuði. Það þýðir að ég borgi aukalega fyrir lúxusvörur til að takast á við náttúrulega starfsemi líkama míns. Ég þarf að passa upp á að verða ekki ólétt og tek inn hormóna einu sinni á dag sem koma í veg fyrir það. Að vísu með ýmsum fylgikvillum.

Ég þarf að umbera það að kynfæri mín séu notuð í niðrandi tilgangi sem skammyrði. Sumum finnst í lagi að áreita mig - af því ég er kona. Sumir taka ekki alveg jafn mikið mark á mér - af því ég er kona. Sumum finnst ég eiga að haga mér öðruvísi en ég geri - af því ég er kona. Ég er kona og sem kona er eins og ég sé ekki alveg jafn mikils virði og karl, ekki alveg.

Sem kona í nútímasamfélagi hef ég alist upp við það að eiga að vera dömuleg og prúð. Snyrtileg, fin og sæt. Ég hef aldrei getað ropað, prumpað né kúkað í kringum annað fólk. Ég hef þurft að fela blæðingar mínar og forðast að tala um þær á meðan þeim stendur. Passað upp á að blóðið fari ekki í buxurnar og að enginn sjá þær tíðavörur sem ég nota. Ég hef ekki getað talað opinskátt um sjálfsfróun annað en vinir mínir sem eru með typpi. Ég hef verið skömmuð fyrir að vera hávær og fyrir að láta mikið fyrir mér fara. Ég hef verið þögguguð og niðurlægð á þeim grundvelli að ég sé kona, og sem kona á ég að vera hógvær, dömuleg og prúð.

Að lifa í bleiku boxi kvenleika og kvenlægra eiginleika er ekki einfalt. Bleika boxinu fylgja ýmsar skyldur, óskrifaðar reglur og harður veruleiki. Kynjaði nútíminn er áhrifameiri en fólk virðist vera tilbúið að viðurkenna. Konur eru jafnar körlum að lögum, en jafnar til fulls? Alls ekki. Kvenfyrirlitning nær nefnilega dýpra en lög. Kvenfyrirlitning er falin í hugmyndum, viðhorfum, orðræðu, hegðun og kerfinu öllu. Kvenfyrirlitning er byggð inn í samfélagið og hefur áhrif á alla, öll kyn, allar kynvitundir, allan aldur, allar stéttir og öll samfélög. Þar með talið okkar.

Vissulega hefur mikil vitundarvakning verið undanfarin ár og áratugi. Rosalega mikil og í ljósi þess er ótrúlega sorglegt hvað það er samt mikið eftir. Það er í okkar höndum að gera eitthvað í málinu. Að því sögðu ... þú hefur í höndunum fjórðu útgáfu Framhaldsskólablaðsins. Í þessari útgáfu könnuðum við ýmsa kima kvenfyrirlitningar og daglegs lífs framhaldsskólanema.

Sem áminning um að við erum öll mennsk. Flóttafólki blæðir, þíku blæðir og bankakallar blæða peningum.

Njótið blaðsins.



Í þessu blaði...



ÍSLAND NÆR
LENGRA EN
101

10



MISMUNANDI
SJÓNARHORN
SKIPTINÁMS

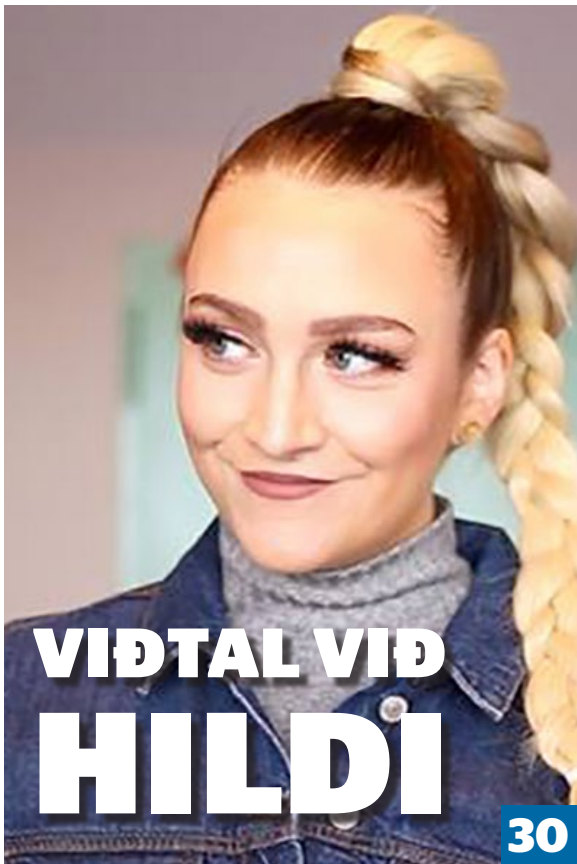
34



Sannleikurinn
afhjúpaður

Hvort eru stelpur eða strákar svikullir?

5



VIÐTAL VIÐ
HILDI

30



VELKOMIN Í HR Á HÁSKÓLADAGINN

Laugardaginn 4. mars kl. 12–16

Á Háskóladaginn kynna allir háskólar landsins námsframboð sitt. Í Háskólanum í Reykjavík gefst þér kjörið tækifæri til að spjalla við nemendur, kennara og náms- og starfsráðgjafa um allt sem viðkemur náminu og boðið verður upp á kynnisferðir um háskólann.

Hægt verður að kynnast háskólanámi af eigin raun í opnum tímum í grunnnámi. Einnig verður boðið upp á kynningar á fjölbreyttu meistaranámi háskólans.

Opnir tímar í grunnnámi

Kl. 13:00

Hagfræði
Tölvunarfræði
Frumgreinanám

Kl. 13:30

Viðskiptafræði
Hátækni-, véla- og
heilbrigðisverkfræði
Iðnfræði /
byggingafræði

Kl. 14:00

Íþróttfræði
Fjármála- og
rekstrarverkfræði
Lögfræði

Kl. 14:30

Sálfræði
Tæknifræði
Tölvunarstærðfræði /
hugbúnaðarverkfræði

Kynningar á meistaránámi

Kl. 13:30

Sálfræði
Verkfræði
MPM - nám

Kl. 14:00

Íþróttfræði
Tölvunarfræði
MBA - nám

Kl. 14:30

Viðskiptafræði
Íslenski orkuháskólinn
Lögfræði

Dagskráin er á hr.is/haskoladagurinn



HÁSKÓLA DAGURINN

4. mars

f /haskoladagurinn
haskoladagurinn.is
#hdagurinn

Kynning á öllu háskólanámi á Íslandi

Háskólinn á Akureyri, Háskólinn á Hólum og Landbúnaðarháskóli Íslands
verða á Háskólatorgi Háskóla Íslands

Háskóli Íslands
kynnir nám sitt á Háskólatorgi,
í Aðalbyggingu, Öskju og Háskólabíói

Háskólinn í Reykjavík
kynnir nám sitt í Háskólanum í Reykjavík
Háskólinn á Bifröst
kynnir nám sitt í Háskólanum í Reykjavík
og á Háskólatorgi Háskóla Íslands

Listaháskóli Íslands
kynnir nám sitt í húsnæði skólans
að Laugarnesvegi 91

MORFís að breytast?

Risaeðlur og egginn þeirra standa fyrir svörum

Ég hef verið að keppa í MORFís núna í þrjú ár fyrir hönd Menntaskólans við Sund. Í öll þessi þrjú ár hefur fólk innan MORFís heimsins talað um það að keppnin þurfi að breytast. Fólk mætir ekki lengur á MORFís keppnir. Það nennir því ekki lengur. En afhverju? Hvað er það sem gerir keppnirnar svona leiðinlegar? Er það af því að allt grínið er farið? Eru keppnirnar of einsleitar? Umræðuefnin alltaf þau sömu? Eru stelpur glataðar?

Til þess að kafa vel ofan í svör við þessum spurningum þá talaði ég við nokkra góða MORFísara, unga sem gamla.

Sólrún Freyja Sen skrifar



Skot fyrir hverja ræðu sem er ekki fyndin

Katrín Sigríður
Júlia Steingrimsdóttir

MORFís er leiðinleg keppni. Ég hef lengi haft áhuga á MORFís, alveg frá því að ég kom mér í ræðulið Hagaskóla í 9. bekk. Þar kynntist ég fólki sem vakti hjá mér áhuga á þessari keppni - keppni í því að hafa rétt fyrir sér, standandi á sviði og vera böðuð í sviðsljósinu á meðan skólafélagar þínir hvöttu þig til dáða. Vá hvað ég hafði rangt fyrir mér.

Fólk mætir ekki á MORFís, skólafélögum þínum er alveg sama þangað til að þú kemst í úrslit, og kona þarf að múta vinum sínum með fljótandi veigum og stuttu hléi til þess að mæta.

Hvað meina ég með því að keppnin sé leiðinleg? Ég gæti útskýrt það með drykkjuleik*:

Sopi fyrir hvert skipti sem talað er um Hitler og aðra vonða karla

Skot fyrir hvert sinn sem minna þarf lið á að drífa sig

Sopi fyrir hvert „suss“ frá fundarstjóra eða salnum

Skot fyrir hverja ræðu sem er ekki fyndin

Sopi fyrir hvert skipti sem tilgerðarlegur ræðumaður talar um tölfræði

Kaupa kippu þegar að skólum tekst að velja sér niðurdrepanði umræðuefni fyrir keppnina

**ath að þessi ummæli eru á ábyrgð höfundar og hvorki ég né Framhaldsskólablaðið hvetjum til ólöglegrar drykkju*

En hvers vegna er þetta svona? Er það nauðsynlegt að keppnin sé svona til þess að halda í einhvern stimpil? Er MORFís kannski ekkert annað en vottun á því að þú sért fær um gagnrýna hugsun og pissir ekki í þig þegar þú stendur á sviði?

Ég áfellist samnemendur mína ekki fyrir að vilja ekki mæta á MORFís-viðureignir. Ég áfellist ykkur ekki fyrir að hafa engan áhuga á tímaþjófi sem er pissukeppni í tilgerð og tölfræði.

Að þessu sögðu þýðir það auðvitað ekki að MORFís geti ekki breyst. Því það er hægt og það er að gerast í þessum skrifuðu orðum. Sjálf er ég að keppa í MORFís í ár. Hvers vegna? Jú, vegna þess að ég trúi því að keppni með þessu sniði feli mörg tækifæri í sér. Ég tel að hana megi gera skemmtilega og geti eftir leikræna hæfileika, gagnrýna

hugsun, samvinnu og skapandi hugsun menntaskælinga, ef rétt er að farið.

Við í liði Menntaskólans við Hamrahlið höfum einmitt stefnt að því þennan vetur að skemmta áhorfendum og skemmta okkur sjálfum í leiðinni. Við leikum, sköpum, hlæjum og skemmtum. Við tölum um ferðir til Mars og röppum á sýningu, sýnum ræður á Skype í þremur mismunandi löndum og enginn veit hvað gerist næst - ekki einu sinni við sjálf.

Þegar öllu er á botninn hvolft, komum við samnemendum okkar til þess að hlæja. Það er og ætti að vera markmiðið - alltaf, allstaðar.



Ég áfellist samnemendur mína ekki fyrir að vilja ekki mæta á MORFís-viðureignir.



„Ég myndi klárlega mæla með því að fólk fari í A-prófið. Ég var mjög stressuð fyrir prófið en svo kom í ljós að það var ekkert að hræðast. Þetta gekk ljómandi vel.“

Salome Jónsdóttir
BS-nemi í hjúkrunarfræði



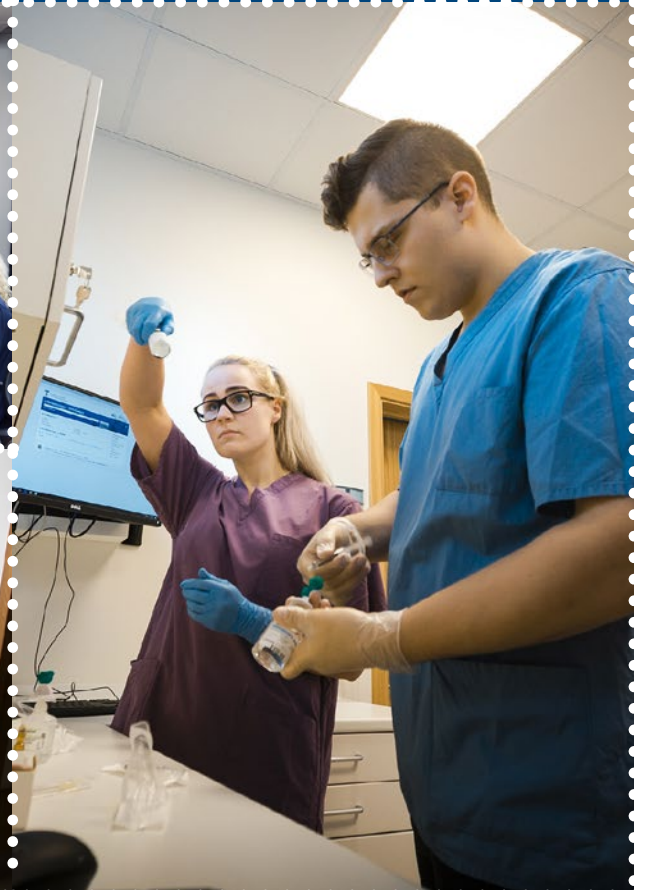
Ertu á leið í hjúkrunarfræði eða lögfræði við Háskóla Íslands?

Þá þarftu að taka A-prófið



„Það kom mér ekkert á óvart varðandi A-prófið. Þetta eru mjög eðlilegar spurningar, bara eitthvað sem þú ættir að vita eftir þrjú eða fjögur ár í framhaldsskóla.“

Jónas Már Torfason
BA-nemi í lögfræði



Apróf

Prófdagar: 18. mars & 9. júní

Skráningarfrestur í fyrra A-próf ársins er **12. mars**

Kynntu þér A-prófið á **hi.is**



HÁSKÓLI ÍSLANDS



Stefán Snær Stefánsson skrifar

Þetta byggist auðvitað allt á „... þegar ég var að keppa í MORFís fyrir nokkrum árum“ fortíðar-dýrkun en mér finnst vanta heilmikið upp á stemninguna. Þetta helst pottþétt í hendur við vandamál-in sem keppnin stendur frammi fyrir: tímalengdina á hverju kvöldi og hversu grautleiðinlegar sumar keppnir geta verið.

Auðvitað er ekki hægt að segja þetta um allar stuðningssveitir. Inn á milli koma upp keppnir þar sem báðir skólar fylla vel í sætafjöldann hverju sinni og láta vel í sér heyra alla keppnina. Fjölbrautaskólinn á Suðurnesjum finnst mér eiga mesta kreditið skilið hingað til. Bjóða upp á læti allan tímann, mæta vel á heimavelli og voru fjölmennari heldur en Verzlíngar á undanúrslitaviðureign skólanna síðasta vor.

Parna eru 4-5 krakkar sem leggja mikinn tíma í heila viku, langt fram eftir nóttu, í að skrifa ræður, skrifa svör, æfa flutning og hvaðeina annað, og maður þarf eiginlega að fara fram á það að skólasystkini þeirra fjölmenni og láti vel í sér heyra. Taka upp trommurnar, vera í skólabolum og öskra úr sér vitid eftir hverja ræðu.

Góður salur getur breytt daufri keppni í stórkostlegt kvöld í alla staði.

Mæting

Það er engum blöðum um það að fletta að mætingin hefur ekkert verið rosalega góð í gegnum árin og þetta kristallast í úrslitakeppnum sem farið hafa fram í Háskólabíói síðustu ár. Árin 2012 og 2013 voru úrslitin í Hörpu og í bæði skiptin var Eldborg nánast troðfull, ef ekki bara alveg gjörsamlega full. Og ölvuð. Árin 2011, 2014, 2015 og 2016 þar sem úrslitin fóru fram í Háskólabíó hefur salurinn aldrei verið fullur. Hann hefur ekki einu sinni verið þéttsetinn upp að efstu 5-6 röðunum. Það er algjörlega skammarlegt. Síðast þegar Háskólabíó stóð undir nafni sínu sem gryfjan, var árið 2010 þegar MS og Verzló mættust. Þá sat fólk í stiganum því öll sætin voru upptekin. Öll.

Enn og aftur þá spilar þetta vesen með tímalengd keppninnar inn í málið. Og sömuleiðis hversu leiðinlegar sumar keppnir eru, lítið um fyndnar ræður og mikið um endurnýtingu á sömu gömlu leiðinlegu umræðuefnunum. Þetta skrifast á liðin og þá sérstaklega þjálfarana kannski.

Á tímabilunum 2014-2015 og 2015-

2016 voru mikið af keppnum í beinni útsendingu. Frábært framtak og virkilega vel unnið af hálfu Jóhanns Hinriks sem sá um tæknimálin. Virkilega gott að geta farið á YouTube og séð keppnina í beinni og nálgast síðan upptökuna að henni lokinni. Þetta gæti hins vegar hafa spilað inn í mætingarleysið. Ég tel að svo sé. Að einhverju leyti. Og það er kannski eðlilegt. Með því að horfa á MORFís á Youtube heima við tölvuna þá geturðu gert eitthvað á meðan þú bíður eftir næsta ræðumanni. Stundum var líka einhver að lýsa keppninni inn á milli á streaminu og það hefði mátt vera enn meira af því. Með því að horfa heima þá gastu sloppið frá því að sitja á rassinum í 5-6 mínútur bara til þess eins að bíða eftir næstu ræðu. Og þá var sú ræða kannski bara mjög leiðinleg. Þá er bara hægt að slökkva á hljóðinu og gera eitthvað annað næstu mínúturnar. Eins frábært og það var að hafa beinar útsendingar þá hafa þær eitthvað með mætingarleysið að gera.

MORFísstjórn mætti allavega setja sér markmið um að fara að auglýsa MORFís betur. „Make MORFís great again“ og allt það. Nýta Facebook, Twitter, Instagram og Snapchat meira. Heyra í fjölmiðlum. Jafnvel gera könnun meðal áhorfenda (nemenda keppnissskólanna) og skoða hvað það er sem veldur því af hverju fólk nennir ekki að mæta á keppnir lengur.

Lengd keppninnar

Þessi 7 mínútna regla í fyrra var algjört klúður en það var mikilvægur lærdómur dreginn af henni. Núna er 4 mínútna regla, sem þjálfari og áhorfandi finnst mér hún virka mjög vel. Ræðumenn liðanna eru líka nokkuð ánægðir, skilst mér.

Mér finnst að það ætti einnig að vera tímamark á hléinu sem aðskilur fyrri og seinni umferð. Láta fundarstjórnann taka 15 mínútur og byrja síðan keppnina. Ná í liðin og keyra þetta áfram.

Stærsta vandamálið hingað til hefur hins vegar verið það að byrja keppnina. Ég fæ bara aulahröll við tilhugsunina um hversu illa það gengur alltaf. Ef MORFís væri flugfélag væri það eitt mjög seint og lélegt flugfélag. Engir afþreyingarskjáir. Rukkað fyrir vatnsflöskuna.

Þetta er líka einhver að lýsa keppninni inn á milli á streaminu og það hefði mátt vera enn meira af því. Með því að horfa heima þá gastu sloppið frá því að sitja á rassinum í 5-6 mínútur bara til þess eins að bíða eftir næstu ræðu. Og þá var sú ræða kannski bara mjög leiðinleg. Þá er bara hægt að slökkva á hljóðinu og gera eitthvað annað næstu mínúturnar. Eins frábært og það var að hafa beinar útsendingar þá hafa þær eitthvað með mætingarleysið að gera.

MORFísstjórn mætti allavega setja sér markmið um að fara að auglýsa MORFís betur. „Make MORFís great again“ og allt það. Nýta Facebook, Twitter, Instagram og Snapchat meira. Heyra í fjölmiðlum. Jafnvel gera könnun meðal áhorfenda (nemenda keppnissskólanna) og skoða hvað það er sem veldur því af hverju fólk nennir ekki að mæta á keppnir lengur.

Staða stúlkna í keppninni

Við Sólrún töluðum um það í símann að stelpur eru komnar til að vera í þessum bransa. Sem er vel. Þær eru bara ótrúlega flottir ræðumenn og eins og ég minntist á þá finnst mér besta „stelpuþýpan“ vera ákveðni stuðningsmaðurinn. Rökföst, ákveðin og sér um að pakka keppninni saman. Smá hroki líka. Þetta höfum við séð rosa mikið síðustu 3-4 ár.

Þegar ég var að keppa voru einstaka stelpur. Mátti alltaf reikna með svona einni stúlkunni í hverju liði. Það var ekki eitthvað upp á puntid heldur meira bara það að með fyrirmyndun í MORFís þorðu fleiri stelpur að sækja um að komast í MORFís. Eva Fanney var til dæmis eina stelpa í úrslitum MORFís 2009. Það ár þurftir þú að bakka 3 ár aftur í tímann til að finna stelpu á sviðinu.

Árið 2010 voru síðan 3 stelpur í úrslitum. 2011 3 stelpur. 2012 2 stelpur. 2013 2 stelpur. 2014 4 stelpur. 2015 5 stelpur. 2016 5 stelpur. Við erum að

MORFís þjálfarar þurfa bara að gjöra svo vel og semja skemmtilegra efni. Taka sénsa.

breyta þessum bransa, hægt og bitandi. Sem dæmi um hversu mikið stelpur eru að rokka þetta allt saman tók ég saman ræðumenn kvöldsins árið 2014 til að skoða hlut kvenna í keppninni. 18 keppnir fóru fram. 13 sinnum var stelpa ræðumaður kvöldsins. Ræðumaður Íslands var einnig stelpa. 72% tilvika var það stelpa sem var stigahæst í keppninni. Það er fáránlega gott. *Hefur eitthvað breyst með innkomu stelpna?*

Fleiri – feminísk – umræðuefni. Fleiri – feminískar – ræður.

Þegar þú ferð á keppni nú til dags eru talsverðar líkur á því að staða kvenna í samfélaginu verður rædd. Það má varla stinga upp á umræðuefninu „Íslenska djammseman“ án þess að feðraveldið sé í umræðunni. Báðar undanúrslitakeppnirnar árið 2015 snerust mjög mikið um konur. MORFís speglar líka samfélagið ansi oft. Það sem er verið að ræða í samfélaginu. Mér finnst það oft vera bestu keppnirnar. Alvöru deila sem á sér stað og menntaskólakrakkar láta ekki sitt eftir liggja. Það er verið að ræða kynbundinn launamun, það er verið að ræða kynbundnið ofbeldi, það er verið að ræða kynjakvóta.

Það er oft sem stelpur sjá um að flytja ræður um stelpur. Reynsluheim kvenna. Það flýgur rosa oft. Enda líka eitthvað sem er kannski ekki beint fyrirframskrifað og einhver póll sem þú þykist vera rosa skotinn í. Þetta er alvörugefið dæmi. Atriði og baráttumál sem skipta máli. Þess vegna finn ég það oft þegar ég sé svona ótrúlega góðar ræður í flutningi að viðkomandi er að meina hvert einasta orð sem hún flytur. *Finnst þér vera einhver munur á stelpu og stráka ræðumönnum?*

Ég held bara það fari eftir inntaki ræðunnar og umræðuefninu hverju sinni. Bæði kyn geta sinnt ólíkum hlutverkum býsna vel. Strákur getur verið rólegur, yfirvegaður og sanngjarn í flutningi og stelpa getur verið hvöss, reið og heimtað svör með því að hækka róminn. Og öfugt. Rosa erfitt að alhæfa held ég miðað við hversu fjölbreyttir krakkarnir geta verið í þeim hlutverkum

sem þeim er ætlað af þjálfurum. *Er öðruvísi að þjálfa stelpur heldur en stráka?*

Já og nei. Það að vera fastur með sama fólkinu í 8 daga í röð getur verið mjög súrt. Á hverju kvöldi, langt fram eftir nóttu. Það myndast stemning, það eru brandarar sem fljúga og fólk gerir hrekki á Facebooksíðum hjá hvort öðru.

Æ, ég veit það ekki. Eiginlega ekki þegar öllu er á botninn hvolft. Í lok dags þá eru þetta bara ræðumenn sem flytja ræður og það fer eiginlega eftir því hvert inntak ræðunnar er, hvernig flutningur á að vera og hvernig viðkomandi á að vera.

Taktík

Það er þrennt í þessu. Við þurfum: Skemmtilegri umræðuefni Skemmtilegri ræður (Reyna að forðast að rifast um forsendur eins mikið og við getum (samt ómögulegt(samt ekki)))

Húmor hefur vikið fyrir rökum. Ég til dæmis hætti ekki að hlæja að einu tísti sem einhver nemandi úr FS samdi í fyrra á meðan keppni FS og Verzló stóð: „Getur Verzló ekki bara komið með hrein rök í stað þess að koma með vídeó og söngleik?“ Tíðarandinn núna í MORFís er þessi. Alvarlegar ræður. Möðöörög svör. Mikið af spurningum. Lítið af húmor og léttleika. Allt of lítið af banter.

MORFís þjálfarar þurfa bara að gjöra svo vel og semja skemmtilegra efni. Taka sénsa. Flestir eru kannski hræddir við að taka áhættu, skrifa ágætlega í stað þess að veðja á eitthvað viðbjóðslega fyndið. Í fyrra fannst mér ágætis jafnvægi í þessu hjá MR og Verzló í úrslitum. Lög undir ræðum, vídeó upp á skjá, leikarar á sviðinu. Það þarf að vera meira af þessu. Krydda aðeins sýninguna.

Gagnrýnin er sú að keppnirnar séu leiðinlegar og þurrar. Það er bara nokkuð réttmæt gagnrýni. Fleiri skólar þurfa bara að setja sér það markmið að gera léttara efni. Bjóða upp á hlæ-hlæ í poka. Brjóta rammann.

Morfís karlaklúbburinn

Ég tók viðtal við Arnar Má Eyfells, en hann keppti fyrir hönd FS í fjögur ár á árunum 2009 til 2013. Eftir það hefur hann þjálfað FS liðið í þrjú ár, frá 2013 til vors 2016. Arnar er oft fenginn til að vera dómari í MORFís, og eins og svo margir þá kemst hann ekki frá því að vera fenginn til að hjálpa við undirbúning fyrir keppnir.

Sólrun Freyja
Sen skrifar

Ég hitti Arnar á kaffistofu NOVA í Ármúla, þar sem hann vinnur. Mæli með uppáhellta kaffinu þar. Alveg frábært. Kaffið var sötrað og Eyfells spurður spjörunum úr.

Ég byrjaði á því að spyrja um kynjahlutföllin. Það hafa orðið aldeilis miklar breytingar á þeim á síðustu árum. „Þetta var rosalega mikið ‘karlaklúbburinn’, það má kalla hann “MORFís karlaklúbbinn”. Þeir töluðu um það sem ímyndarbót að vera með kannski eina stelpu í liðinu. Þegar að ég var fyrst í kringum MORFís, þá heyrði maður að keppnin væri mjög karllæg, strákarnir vildu bara vera með kvenmann í liðinu til þess að fá auka rokktig.

Það er klárlega rosa mikill munur þegar kemur að kynjahlutföllum. Þetta er orðið miklu jafnara finnst mér, kannski meira að segja fleiri stelpur heldur en strákar. Ég er búinn að vera að dæma keppnir og að þjálfa lið þar sem eru bara stelpur eða stelpur í meirihluta, og svo kannski einn strákur í liðstjóra eða frumma. Þetta er eitthvað sem maður hefði ekki séð til dæmis bara fyrir fjórum árum. Þegar ég var að keppa árið 2012 þá sá maður miklu minna af kvenfólki. Ég man bara eftir Sölku Vals í MORFís þegar ég var að keppa. Jú og Siggu Mariu.

Maður getur pinpointað hvaða stelpur voru að keppa þá. Sigga María, Salka Vals, Eva Fanney var í Verzló liðinu líka, Guðrún Sóley...” Meinar þú þá að stelpurnar hafi verið svo fáar að maður gæti munað þær allar með nafni? „Já ég get í alvöru tekið frá 1990 til 2013-14, og pinpointað hvaða stelpur voru. Sem segir okkur að landslag-ið er búið að breytast ótrúlega mikið hvað varðar kynjamun.”

Skotið á byssuna

Ég spurði Arnar út í hneykslismál þar sem grín í ræðu gengur of langt eða einhver var óréttilega niðraður. Hann talaði um „Byssuna” svokölluðu, en svo var kallaður mjög umdeildur MORFís þjálfari sem var að þjálfa fyrir nokkrum árum. „Hann sem þjálfari lét liðið birta nektarmynd af stelpu í hinu liðinu. Þú sérð ekkert svona í dag. Fólk er skynsamara, ef við getum orðað það svo.” Arnar segir að það sé ekkert frekar útaf því að stelpur eru að taka meiri þátt. „Ég held að það hafi orðið vitundarvakning. Eða ég ætla rétt að vona það, þú sérð allavega ekki fólk eins og Byssuna þjálfa lið í dag, og það er ástæða fyrir því. Hann er risaeðla í nútímasamfélagi.”

En var grínið í MORFís almennt grófara? Gekk það of langt? „Já klárlega. Oft á tíðum þá var þetta orðið rosalega gróft. Ég man samt bara eftir svona þremur dæmum. Eig-inlega öll frá því þegar ég var framkvæmdar-

stjóri MORFís stjórnarinnar. Þá komu upp þrjú svona stór mál, öll tengd vini okkar „Byssunni”. Hann kunni sér engin mörk.”

Nú var Arnar að þjálfa FS liðið skólaárið 2014-15. Þá var einn ræðumaður sem talaði í bundnu máli en það þykir heldur óvana-legt í MORFís. „Mig langaði bara að breyta umræðuhefðinni aðeins. Þetta er alltaf sama fasta formatið. Þú veist, „fundarstjóri, dóm-arar, andmælendur og góðir gestir, til þess að þessi rökræða geti átt sér stað þurfum við að gera okkur grein fyrir nokkrum grundvallar staðreyndum...”” þetta fasta format. Mig langaði bara aðeins að fokkast í kerfinu og leika mér eitthvað. Gera eitthvað nýtt. Þetta var samt gert líka árið 2002, þá var ein ræða hjá Flensburg sem var þá bara með drasl lið þannig að það mundi enginn eftir þessu. Þannig að ég reyndi bara að eigna mér þetta.”

Af hverju heldur þú að það sé lítið af því að gera eitthvað svona flippað, eru mor-fisarar íhaldsamir í gamla ræðustílinn og gömlu klisjurnar? „Ég held það séu bara ákveðnir skólar sem hafa tamið sér ákveðin vinnubrögð sem virðast vera að virka. Ég er mikill flippkisi. Ef að umræðan er mál-efnaleg en fyndin, þá eðlilega finnst mér að maður ætti að taka þann vinkil. Í staðinn fyrir að vera með sama djöfulsins take frá því 1980-og eitthvað.”

Ekkert glimmer, glans og gleði

„Þegar Bergur Ebbi, Dóri, Ari Eldjárn, allar þær sleggjur, voru í MORFís var keppnin ógeðslega skemmtileg. Björn Bragi og co. Það var glimmer, það var glans, það var gleði. En rökræðan var samt alltaf til staðar. Mér finnst bara eins og það þori enginn að vera spútnik liðið lengur. Ég reyndi að gera það með FS á tímabili, gekk ágætlega, en ég fór samt aldrei í confettið. Mér fannst það alltaf vera aðeins of mikið, af því ég var ekki með Verzló. Ef ég hefði verið með Verzló þá hefði ég verið í öllu bullinu sko. En mér finnst vanta þínu kick. Það er alveg pottþétt vegna þess að það er einhver föst formúla sem hefur virkað fyrir skóla eins og til dæmis MR og Verzló. MR-ingar og Verzlingar eru sigurvegarar inn að beini og vilja frekar vinna heldur en aukið skemmtanagildi. Ég var bara í þessu til að gleðja og brjóta upp.”

Í fyrra varstu bara með stelpur í liði, Eyfellsdæturnar svokölluðu. Almennt hafa stelpur komið sterkt inn í keppnina undan-farin ár. Hvernig er það, finnst þér vera einhver munur á stelpum og strákum sem ræðumönnum? „Já og nei. Þegar ég sæki í liðið mitt þá er ég alltaf með ákveðnar hug-myndir um hvernig flutningsmennirnir eiga að vera. Ég niðurnjörva ákveðna karaktera í kringum liðið mitt. Ef við tökum Sólborgu sem dæmi sem var stuðningsmaðurinn í FS-liðinu í fyrra. Ég var bara að leita að þessari típu. Einhvern vélbyssukjafa sem



getur talað ógeðslega hratt, en samt verið skýr. Það er ekkert bundið við strák eða stelpu. Hún var bara eini einstaklingurinn sem fittaði í þetta hlutverk. Sama átti við um meðmælandann. Ég var að vinna rosa mikið með kaldhæðnisþáttinn. Enn og aftur, ekkert bundið við strák eða stelpu. Ef að ég heyri að talandinn er eins og ég vil hafa hann og ég sé að ég get unnið með hann, þá skiptir engu máli hvort það sé strákur eða stelpa. Sama með frummælandann. Ég byggji liðið á ákveðnum týpum og keyri á því.”

Heyrst hefur að kvenkyns ræðumenn hafa verið beðnir um að dýpka eða breyta röddinni. Arnar segir að hann hafi ekki verið í þeim hópi. „Ég þoli ekki að sjá að ákveðin lið tileinka sér þann stíl. Þú tekur flutnings-manninn inn á þeim forsendum að hann sé góður flytjandi og síðan vinnur þú bara efníð í kringum hann. En aldrei færi ég í að reyna að dýpka röddina eða hækka röddina hjá ræðumanninum. Ég fer ekkert að reyna að útsetja röddina hjá ræðumanninum.”

En er samt einhver munur á því hvað þú lætur stelpu ræðumenn segja og hvað þú lætur stráka ræðumenn segja? „Ég hugsa þetta út frá því hvað er relata-ble. Ef að karlmaður fer að tala um barneignir þá getur hann aldrei sett sig í það hlutverk 100% af því að hann mun aldrei koma til með að fæða barn. Ef það er eitthvað sem tengist beint inná það að vera kvenmaður þá finnst mér það ekkert verra að það komi þá frá kvenmanni, og þá sérstaklega ef hún getur tengt við það að einhverju leyti.” FS keppti á móti MS í undanúrslit-um 2014-15, og umræðuefnið var “Íslenska Djammssenar”. Í þeirri keppni var mikið talað lyfjabyrlanir. „Það var ein manneskja í liðinu sem átti vinkonu sem hafði verið byrlað. Stelpan í liðinu þá var næstum því búin að lenda í því líka. Mér fannst það sterkara að punkturinn um lyfjabyrlanir kæmi frá einhverjum sem hafði beina tengingu við lyfjabyrlanir. Mér hefur verið byrlað og ef ég hefði verið að keppa þá hefði ég farið sjálfur og uppi pontu að tala um lyfjabyrl-anir. Það er ekkert sterkara þó að ræða um lyfjabyrlanir komi frá kvenmanni en þarna var tengingin bara svo skýr. Hún hafði ver-ið í þessum aðstæðum með vinkonu sinni og upplifði allt sem var að gerast. Þannig að jújú, auðvitað aðlagar maður ræður að týpunni eða kyninu, en ég reyni meira að tengja þetta við aðstæður. Ef að ræðumað-urinn getur sett sig í ákveðnar aðstæður út frá hugsunum eins og: „já hvernig verður þetta þegar ég lendi í þessu” eða „ég hef lent í þessu” eða jafnvel „ég hef verið í kringum einhvern sem hefur lent í þessu.”

Númer 1, 2 og 3 er að hafa gaman

Sólrun Freyja
Sen skrifar

Bára Lind Þórarinsdóttir og ég hittumst á Stofunni, kósi kaffihúsi neðst á Vestur-götunni. Bára keppti fyrir hönd Verzló í 3 ár, var í sigurliðinu árið 2015 og varð Ræðumaður Íslands árið á eftir.

Það er vitað mál að Verzlingar keyra MOR-Fís keppnir á gríni og flottri sýningu. Hvernig finnst þér viðtökurnar við öllu gríninu vera?

„Það er alltaf ógeðslega gaman að setja upp smá sýningu. Fá áhorfendur með manni í lið. En auðvitað er ekki hægt að keyra keppnina á gríni, maður þarf að bomba nokkrum rökum líka inn. En það er rosa misjafnt bara eftir dómurum hvort að þeir vilji svona grín eða vilji bara þjúra keppni. En yfirleitt taka áhorfend-urnir bara mjög vel í grínið. Að grínast er oftast hlutverk meðmælandans, en það er gaman þegar að hinir bomba nokkrum sprengjum.

Hafa gaman af þessu. Það er númer 1, 2 og 3. Maður á að reyna að gera eitthvað nýtt. Semja lag og eitthvað. Meiningin með gríninu er

náttúrulega sú að fá áhorfendur til þess að skilja mann betur. Það er gaman að leika sér. Þegar það á við.”

Fólk er bara að fá útrás á Twitter

Fólk kvartar yfir því að MORFís keppnir séu of grínlausar einmitt. En svo verða allir brjálaðir þegar að Verzló ræðumaður gerir eitthvað stunt eða grínast eitthvað. Heldur þú að Verzlingar fái frekar á sig neikvæða gagnrýni heldur en MORFís lið annara skóla?

„Ég held að fólk sé meira gagnrýnið á Verzló. Er fólk ekki líka bara tapsárt? Hvort sem að Verzló vann eða einhver annar skóli. Ef þú ert í tapliðinu þá ertu líklegri til þess að fara og setja út á allt, sem þú hefðir annars ekkert sett út á. Fólk er bara að fá útrás á Twitter.

Svo skiptist þetta líka í hópa. Fólk sem vill halda í gamla góða MORFís, vill hafa þetta þurrt. Svo er annað fólk sem er komið með ógeð af þessu og vill prófa eitthvað nýtt. Fer líka eftir því hvort þú hafir verið að vinna keppnir eða ekki, upp á það að vera að setja eitthvað út á

keppnina. En ég myndi segja að fólk taki oftast vel í það ef maður er svolítið jolly og skemmti-legur.”

Pressa að vera „memmi”

Ég spurði Báru hvort að það væru öðruvísi væntingar til hennar sem kvenkyns ræðumanns heldur en til strákanna. Hún var meðmælandi á fyrsta ári sínu í MORFís, og sagði mér að hún hafi aðallega fundið fyrir því þá.

„Maður er alveg búin að heyra þetta: „kven-menn eru ekkert fyndnir”. Þetta var fyrsta árið mitt og ég var sett í mjög erfiða stöðu að mér fannst „...Hvað ef fólk mun ekki hlægja? Guð minn góður...” en ég veit það ekki. Eina skiptið sem ég fann einhverja pressu á mér var þegar að ég var meðmælandi. Ég var svo hrædd um að ég væri ekki nógu fyndin. En annars held ég að fólk sé alveg búið að sjá það að við kvenfólkið getum alveg flutt mjög góðar ræður og verið fyndnar líka. Það var alveg mörgum sinnum hlegið að mér. Ég er mjög stolt.”



Fer eftir eðli skotsins

Ég tók viðtal við Steinar Inga Kolbeins, en hann er búinn að vera meðlimur í MORFís liði MS síðustu þrjú árin. Hann var ræðumaður Íslands árið 2015. Herra Kolbeins segir að breyting á keppninni væri af hinu góða.

Við sjáum það í ár með fjögurra mínútna reglunni, að það þarf að gera keppnina áhorfendavænni, faktískt. Keppnin er föst í einhverjum ákveðnum tímaramma, áhorfendur koma á keppni vitandi að hún er staðlaðir tveir tímar, hálfími til og frá. Ég er persónulega á móti live-streaminu. Það kemur niður á mætingunni. Að þú getir bara verið heima hjá þér að horfa! Hinsvegar er ég fullkomlega með því að allar keppnir séu teknar upp, og ég held það væri sniðugt ef það væri til banki fyrir upptökur. Þannig að þú getir farið og skoðað gamlar keppnir inná MORFís síðunni eða eitthvað. Það mætti vera stefna MORFís að hafa þetta aðeins áhorfendavænna. Reyna að hafa keppnina skemmtilegri, vera meira skapandi þegar það kemur að umræðuefni. Hver nennir að koma og horfa á umræður í tvo og hálfan tíma um eitthvað sem enginn skilur, til dæmis „Lífið er tilgangslaut“ eða eitthvað. Alveg drepleiðinleg þæling. Það verður að reyna að hafa þetta aðeins meira fjör. Mér finnst keppnirnar hinsvegar ekkert vera leiðinlegar, en þetta er of plebbavænt. Það er of mikið þannig að það eru bara MORFÍsplebbar sem mæta og eru að MORFÍsplebbast saman og MORFÍ-spælast. Mér finnst að þetta eigi að vera þannig að meðaláhorfandinn geti skilið hvað er verið að tala um. Meðaláhorfandanum finnst kannski gaman að heyra þungar umræður um eitthvað sem í fyrsta lagi skiptir engu máli, á sér enga hliðstæðu í raunveruleikanum, og er eitthvað steikt. Einhver steikt þæling. Það er galdurinn við góða MORFÍskeppni. Það verður að vera eitthvað í umræðunni sem grípur þig. Til dæmis umræðuefnið „ríkisrekin klámsíða“ sem var bitbeinið síðast. Það er klikkuð þæling sem á sér enga hliðstæðu í raunveruleikanum, og fangar áhorfandann.”

Þannig að þú heldur að þetta séu atriðin sem þarf að laga? Styttu keppnir, sleppa því að live-streama og gera keppnirnar skemmtilegri?

„Fyrir okkur í MS þá var selling-point í vetur að geta sagt: „Það er kominn tímarammi á þetta, þú þarft ekki að bíða í óskilgreindan tíma á milli ræðna“. En live-streamið ég er á móti því prinsipsins vegna. Það er ekki að hjálpa til við mætingu. Sumir áhorfendur mæta af því að vinir þeirra eru að keppa, en aðrir mæta af því að þeim finnst þetta raunverulega áhugavert. Það má því ekki drepa alvöru umræðu; þetta má ekki verða bara eitthvert grín. Það verður að vera eitthvað ekta í þessu, en línan á milli skemmtilegheita og alvöru er fin. Ef þetta yrði skemmtilegra, með áhugaverðu umræðuefni



sem er ferskt í leiðinni, þá myndi fólk koma og mæta.”

Í ár hefur MH liðið einmitt ljóst því yfir að ætla bara að vera fyndið og flíppað í MORFís. Ég spurði Steinar hvort verið væri að vanvirða MORFÍs keppnirnar.

„Ef þú ætlar að vera svo stórkostlega ferkantaður og fúll, að MORFÍs megi bara vera í einhverju einu sniði, og að það megi bara vera ein tegund af ræðum; að frummæl-andinn eigi að segja þetta, að meðmælandinn eigi að segja þetta og stuðningsmaðurinn eigi að segja þetta...þá áttu bara að fara eitthvert annað. Þá geturðu bara plebbast einhverstaðar annarsstaðar. En að sjálfsgöðu er leiðinlegt ef

þú ert að keppa, ert búin að undirbúa þig fyrir einhverjar granít harðar umræður, og svo færðu bara einhverja steik til baka. Maður vill alveg að dómara sjái í gegnum það. En að segja að verið sé að vanvirða MORFÍs er bjánalegt.”
Þú hefur verið með þremur stelpum í liði öll þessi þrjú ár. Eru öðruvísi væntingar til þíns sem ræðumanns heldur en til kvenkyns ræðumannanna?

„Ég var náttúrulega frummi fyrst, en síðan var ég settur í stuðningsmanninn. Í fyrstu tveimur keppnunum mín um í þeirri stöðu var ég reiði stuðningsmaðurinn. Mætti uppi pontu og sagði allt geðveikt hátt, geðveikt hratt og var geðveikt ákveðinn með augabrúnnar

alveg niður á bringu. Þá fann ég fyrir öðruvísi pressu, það voru allir að bíða eftir því að ég kæmi með negluna, að powerhouse kallinn kæmi. Fólk vildi Hitlervibe. Skemmtilegasta ræða sem ég hef haldið var núna á móti FG þegar ég var bara með eitthvert algjört flipp. Bara grín. Mér fannst það miklu skemmtilegra, en það skildi enginn neitt í þessu. Afhverju var ég að halda svona ræðu og afhverju var ég ekki að berja skónum í borðið eins og Nikita Khrushchev? Já það voru allir að bíða eftir því. Skóbarningum í pontuna.”

En þegar kemur að því hvað má segja og hvað ekki; upplifir þú að þú sem strákur mátt ekki tala um eitthvað sem stelpur mega tala um upp í pontu?

„Auðvitað gengur jafnréttisbaráttan út á það að allir mega segja það sama, og það verður ekki lagður mismunandi skilningur í það sem þú segir vegna kyns. En staðreyndin er sú að ef ég myndi segja suma hluti, þá gæti það bæði farið vitlaust ofan í suma, aðrir yrðu bara: „Hvað ertu að segja? Ég sé að þú ert að ljúga út af því að þú ert gaur!“ Ég passa þetta alveg, það voru sumir hlutir í keppni sem ég vildi ekkert sérstaklega hafa orð á. Bæði hefði mér liðið furðulega með að segja það, og einhverjir í salnum hefðu hugsað: „Æ gaur, hvað ertu að segja? Afhverju ert þú að segja þetta? Það vita allir að þú ert ekki að meina þetta!“

Finnst þér að það yrði verr tekið í það ef þú myndir skjóta á stelpu í hinu liðinu, heldur en ef að einhver stelpa myndi skjóta á þig?

„Það fer náttúrulega eftir eðli skotsins og svona. Ég er á fjórða ári; ef það er skotið á mig tek ég það ekkert inná mig. Fólk veit það alveg held ég, það er svona minna mál. En ef ég myndi koma upp í pontu og gjörsamlega rífa í mig einhverja busastelpu þá myndi það ekkert líta vel út. Þó svo að ég yrði kannski geðveikt fyndinn, þá gætu samt einhverjir tekið því illa.”

Í keppni á móti Verzló í fyrra varð Steinar einmitt fyrir skothríð. Hann var sagður vera með ljóta klippingu og ásakaður um að vera vondur við ömmu sína. Maður veltir fyrir sér hvort verr hefði verið tekið í það ef hann hefði komið með skot á Báru eða Dóru sem voru þá að keppa fyrir hönd Verzló.

„Ef að ég myndi kalla Báru grýlu og segja henni að hún þyrfti að fara í klippingu, þá yrðu allir bara „Vó, gaur, slakaðu á, sæll.“ En það er ekkert tiltökumál ef það er skotið á mig og mér er alveg drullusama. En strákur á fjórða ári að rífa í sig einhverja stelpu á fyrsta ári? Úff.”

Morfístussan

Klara Óðinsdóttir skrifar

Ólíkt því sem við þekkjum núna þá hafa ekki alltaf verið fullt af stelpum í MORFÍs. Sú þróun tók langan tíma að hefjast en þegar hún tók loksins við sér varð hún ógnarhröð. Ræðuheimurinn vaknaði skyndilega úr dvala og sá af hverju hann hafði verið að missa. Stelpur eru nefnilega ekki aðeins jafn færir framsögumenn og strákar heldur líka ógeðslega fyndnar og góðar í að rífa kjaft. Í dag er það orðið svo sjálfgefið að það sé allt morandi í stelpum í MORFÍs að hjálfaði sá sig knúinn til að afsaka sig við mig um daginn þegar hann var að segja mér frá því að liðið hans væri skipað fjórum strákum.

Þegar ég byrjaði í MORFÍs var töluvert minna um kvenkyns ræðumenn en ég var svo lánsöm að vera úr skóla þar sem engin hefð var fyrir MORFÍs og þar af leiðandi engin hefð fyrir því að ræðumenn væru af ákveðnu kyni. Í Menntaskólanum við Sund hafa stelpur verið meirihluti ræðumanna síðan MS fór að geta eitthvað aftur í MORFÍs eftir að hafa verið í dvala síðan björbanninu var aflétt. Árið 2010 sigraði ræðulið MS með jöfn kynjahlutföll ræðumanna og sjálf var ég í liði skipuðu þremur stelpum árið á eftir. Síðan þá hef ég hjálfað tvö stórkostleg ræðulið Menntaskólans við Sund og bæði

hafa þau verið skipuð þremur stelpum og einum strák.

Þrátt fyrir að kynjahlutföllin séu komin í réttan farveg er ekki þar með sagt að björninn sé unnin. Þegar ég byrjaði að keppa var mikið rætt um „morfístussuna“ og stelpur varaðar við að verða ein slík. Stelpur máttu helst ekki æsa sig of mikið og alls ekki hækka röddina með þeim afleiðingum að hún yrði of skræk. Þrátt fyrir að margt hafi breyst eimir enn af þessum viðhorfum. Ég hef séð ógrynni af keppnum síðustu ár þar sem ræðustelpur eru látnar beita röddinni á þann hátt að hún dýpki líkt og við séum ekki fær um að meðtaka rök nema þau berist djúpt úr barkakýli karlmanns. Sem er auðvitað algjört kjaftæði.

MORFÍs líkt og samfélagið allt hefur uppgötvað að allt er skemmtilegra þegar stelpur fá að vera með og keppnin er fyrir löngu orðin stelpusport. Betur má þó ef duga skal og ég legg til að við byrjum á því að hætta að láta ræðustelpur líkja eftir strákum og gefa þeim þannig þau skilaboð að meira mark sé tekið á strákum. Það er úrelt, asnalegt og fullkomlega úr takti við þá staðreynd að morfístussan er fyrir löngu orðin morfísdrollan.





Stelpur mega vera með en mega ekki vera of miklir spaðar

Ég spjallaði svo við Ólaf Kjaran Árnason, sem keppti fyrir hönd MR á árunum 2010 til 2013 og var í sigurliði MORFís árin 2011 og 2012. Svo var hann að þjálf MR liðið núna síðasta skólaár, sem vann MORFís 2016, og er aftur að þjálf MR liðið í ár.

Óli hafði ýmislegt að segja um keppnina og hvort að einhverjar breytingar hafa orðið á henni, enda búinn að keppa milljón sinnum sjálfur og fylgst með í tæp tíu ár.

Hann segir að það sé grundvallar-breyting að stelpur séu núna farnar að taka þátt í mun meiri mæli en áður. Það hafi beisiklí gerst á nokkrum árum og nú sé svo komið að þær séu eiginlega fleiri en strákar. Annars segir hann að keppnirnar sjálfar hafi lítið breyst. „Það er auðvitað tíska í þessu sem kemur og fer. Það sem þykir töff og ferskt í dag getur verið orðið frekar hallærislegt eftir ár eða tvö. En í grunninn er þetta bara sama dæmið; hroki, stælar, grín og lýðskrum.“ Það segja hinsvegar margir að keppnin hafi verið miklu fyndnari hér áður fyrr. „Ég er bara ekki viss um að það sé rétt. Það er svolítið týpísk tilhneiging að sjá fyrir sér einhverja gullöld í gamla daga. En ef maður skoðar upptökur af gömlum MORFís-hetjum, til dæmis gúbbunum sem eru núna í Mið-Íslandi, þá eru menn nú yfirleitt að reyna að segja eitthvað sem hljómar gáfulega og þykjast hafa sterka sannfæringu fyrir því sem þeir eru að segja.“ Óli segir að það séu kannski nokkrar ástæður fyrir tilhneig-ingunni til að hugsa svona. „Til dæmis þegar að þú mætir sjálfur á þínar fyrstu ræðukeppnir þá ertu að sjá þetta í fyrsta skipti, og þá finnst þér allt vera geggjáð. Þú veist ekki hverjar klisjurnar eru, þú hefur ekki heyrt þær áður. Svo er líklegt að eftir því sem þú sérð fleiri keppnir verði þetta minna geggjáð, en það sem breyttist er kannski bara að þú hefur séð þetta allt áður og ert ekki lengur busi með stjórnur í augunum heldur verðandi stúdent, hokinn af reynslu og þroska. Svona almennt séð er „allt var betra í gamla daga“-viðhorfið líka bara klassískara en Mozart.”

En kannski að MORFís brandar-séu orðnir þreyttir eftir að heyra þá aftur og aftur í 7 ár. Hinsvegar þá tala margir líka um að það séu alltaf sömu umræðuefnin í MORFís keppnum. Þetta er Excel skjal með umræðuefn-um sem gengur manna á milli síðustu áratugina. „Mér finnst það mjög glatað. Ég fer inn í hverjar einustu samninga-viðræður með það fyrir augum að semja um efni sem hefur ekki verið keppt áður.“ Óli segir að það komi reglulega lið sem ætla sér að gerbreyta MORFís með einhverjum breyttum áherslum. „En ég

held að það sé sjaldan sem þessi lið eru að finna upp eitthvað nýtt dæmi í raun og veru,” segir Óli. “Sum lið vilja færa MORFís nær Alþingi, önnur lið vilja færa þetta nær gjörningalist - mér finnst hvort tveggja hljóma eins og martröð. Kjarninn í þessari keppni er bara sá að það er eitthvað umræðuefni valið og þú þarft að færa rök með eða á móti. Það er eiginlega eina reglan, að öðru leyti hefurðu frjálssar hendur. Það er auðvitað takmarkandi að einhverju leyti að þurfa að segja eitthvað af viti en konseptið gengur samt út á það.” Hann vill meina að ef þér finnst þetta of takmarkandi form sé MORFís kannski ekki rétti vett-vangurinn fyrir þig, heldur frekar leikfé-lagið eða myndbandsnefndin. „Það eru takmörk fyrir því hvað þú getur gengið langt með að gjörbreyta MORFís. Bestu ræðumennirnir eru þeir sem skilja þetta form og kunna að búa til grín sem kemur einhverjum rökum til skila. Fólki getur fundist það eitthvað leiðinlegt en þetta er bara kjarninn í þessu sporti.”

Fyrir þá ræðumenn sem ekki vilja grínast segir Óli áskorunina liggja í því að reyna að brjóta ræðurnar upp og flétta saman svör og ræðu þannig útkoman verði skemmtileg. „Svörin eru aðalkúntin í þessu. Þegar ræðu-maður er kominn upp á lag með að svara þannig að þú sért raunverulega að bregðast við því sem andmælendur þínir segja og flétta svörin vel saman við ræðuna þá er þetta svolítið töff sko og spennandi að fylgjast með.” Það sé ekki alveg eins gaman þegar að ræðumenn mæta með ræðu sem þeir kunna alveg utan að og fara svo í einn svarakafla þar sem svörin byrja öll eins og bera það með sér að vera fyrirfram skrifuð. „Það er áskorun fyrir ræðumenn að gera þetta vel.” Sjálfur flutti Óli til dæmis ræður á lokaárinu sínu sem voru í raun bara nokkrir kaflar sem var hægt að hafa inni eða skipta út eftir því hvernig keppnin þróaðist. Þá voru eyður í textanum og ræðan brotin upp með nokkrum svaraköflum. „Þetta var svolítið þúsluspil á staðnum. Kannski auðveldast fyrir stuðningsmann að gera þetta því að hann hefur mestan tíma.”

Varðandi fölnandi áhuga á MORFís, þá segist Óli vera með þrjár kenningar um hvað veldur. „Fyrsta lagi var sjö mínútna reglan í fyrra hrottafengin.” Í fyrra var sett regla sem kváð um að tímalengd milli ræðna á keppni skildi vera í mesta lagi sjö mínútur. „Það hafði það í för með sér að allir nýttu

“ Svona almennt séð er „allt var betra í gamla daga“-viðhorfið líka bara klassískara en Mozart.”

þennan tímaramma til fulls. Þá lengd-ust keppnirnar hræðilega og þær voru alveg nógu langar fyrir. Það stendur til bóta núna, það er búið að stytta tímann niður í fjórar mínútur og það gerir keppnirnar mun skemmtilegri.” Svo nefnir hann tvennt í viðbót sem hann telur að gæti hafa stuðlað að minnkandi vinsældum MORFís. Hann nefnir grunnskólaræðukeppnir, sem byrjuðu aftur fyrir tæplega tíu árum. „Þegar fólk hefur séð þetta í grunnskóla þá er aðeins minni „wow factor” þegar það mætir á fyrstu MORFís keppnina sína. Til dæmis höfðu allir í sigurliði MR síðasta vor keppt í ræðukeppnum síðan í grunnskóla, sum þeirra alveg síðan í 8. bekk.”

Svo telur Óli hugsanlegt að breytt kynjahlutföll í MORFís hafi eitthvað að gera með minnkandi vinsældir. „Ég þori ekki að fullyrða um það en það er svona tilfinning sem ég hef. Þrátt fyrir mikinn árangur í jafnréttismál-um í menntaskólum, sem birtist meðal annars í því að við sjáum mun fleiri stelpur í MORFís og Gettu betur, þá er eins og fólk eigi ennþá svolítið erfitt með að dyrka hrokafullar og gáfaðar stelpur með yfirlætisattitúd á sama hátt og sperra gúbba í jakkafötum sem eru að spila nákvæmlega sama leik. Stelpur mega vera með en þær mega kannski ekki vera of miklir spaðar. Kannski er þetta rangt hjá mér. En við sjáum þetta nú samt víða annars staðar þar sem skiptir mestu máli að vera taka pláss og vera með stóran heila, hvort sem það er er í pólitík, akademíu eða viðskiptum.”

Matargagnrýni

Sólrun Freyja Sen skrifar



Bad boys

Ég fór í bílalúgu „Bad Boys burgers and grill” um daginn. Þjónustan var hröð og starfsfólkið mjög almennilegt. Ég klessti bílnum reyndar óvart í kant á húsinu þarna, en það skemmdi ekki matarlustina. Enda ógeðs-lega góður hamburgari. Hann innihélt „pulled pork”, BBQ sósu í bland við bernaise sósu, svo var eitthvað grænmeti á honum líka. Samkvæmt afgreiðslumanninum þá er einn svona borgari alveg nægur kvöld-matur, og það var alveg rétt. Mjög seðjandi. Takk fyrir mig.



Nonnabiti

Ég og Þórdís Dröfn fórum á Nonnabita núna um daginn. Þetta er ódýr staður og tiltölulega snyrtilegur. Það voru reyndar svona þrjátíu tómar gosdósir á einu borðinu, en ég hald að þær hafi verið eitthvað svona skraut. Ég fékk mér Nonnasamlöku, og svo mozarella stangir með Nonnasósu. Það var líka Nonnasósa á samlokuni, og hún var eiginlega alveg eins og bragðlaus pítusósa. Nonnabita til varnar, þá var ég með kvef þegar ég fór þangað og bragðlaukarnir kannski slappir. Annars var Nonnasamlökan bara góð, kannski aðeins of mikið af káli, en nóg af osti til að bæta fyrir það. Þórdís fékk sér beikon-samlöku, og sagði að beikonið var of saltað. Þá spyr maður sig, á að salta beikon? Við nánari athugun var beikonið djúpsteikt. Takk fyrir mig.

Ísland nær lengra en 101

Á Íslandi eru yfir 30 skólar sem bjóða upp á nám á framhaldsskólastigi. Það er ekki bara einn skóli á landinu. Við sem sækjum í skólana á höfuðborgarsvæðinu eigum það til að sjá ekki út fyrir höfuðborgarmörkin. Reykjavík er okkar heimur, og því ætti

hann að vera heimur allra framhaldsskólanema landsins. Sem er ekki raunin. Ísland er stærra en bara Reykjavík. Við lifum okkar lífi í okkar bæjarfélagi og höfum mismunandi sýn á Íslandi. Og hvernig við upplifum menntaskólaárin okkar.

Við í ritstjórn hvetjum fólk um allt land til að senda inn greinar, myndir o.s.frv. Hvort sem þú ert frá norðri, suðri, austri eða vestri, þá er þér ávallt velkomið að senda inn efni og vera hluti af Framhaldsskólablaðinu.

Eitthvað sem ég mun klárlega gera aftur

Ellen Karlsdóttir skrifar

Að vinna á Patreksfirði var frekar einmanalegt utan vinnunnar þar sem ég þekkti engan þarna. Eldri bróðir minn var reyndar líka að vinna þarna, bara á öðrum stað. Vaktirnar okkar voru oftast þannig að þegar ég var búin að vinna var hann farinn sjálfur í vinnuna.

Patró er lítill og rólegur staður svo það var alls ekki mikið um að vera sem gerði dagana rosalega einhæfa. Ég fór í vinnuna, ræktina og loks að sofa. Það var meira og minna endurtekið allt sumarið. Ég missti allt tímaskyn og munurinn á helgum og virkum dögum var enginn nema sá að ræktin var opin styttra á sunnudögum en hina dagana.

Hinsvegar í vinnunni á hótelinu kynntist ég starfsfólkinu vel. Lang flestir sem ég vann með voru útlendingar sem gerði vinnuna meira áhugaverða. Ég vann mest með Wojciech Tuszyński og Tomasz Piech sem eru frá Póllandi. Við spjölluðum mikið um Pólland og þeir meira að segja reyndu að kenna mér eitthvað í pólsku meðan ég reyndi að kenna þeim einhverja íslensku. Það var ótrúlega gaman að fá að kynnast þeim og vinna með þeim.

Að vinna þarna gaf mér mikla reynslu og met ég það mikils. Þetta er eitthvað sem ég mun klárlega gera aftur.



Háskólinn á Hólum



Þú finnur Hólaskóla bæði á Facebook og Twitter!



Hagnýtt háskólanám

- Ferðamálafræði
- Viðburðastjórnun
- Fiskeldisfræði
- Reiðmennska og reiðkennsla

Tækifærin eru í okkar greinum

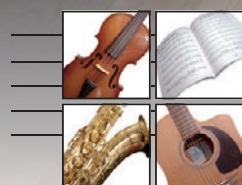


**Hólaskóli -
Háskólinn á Hólum**

Hólum í Hjaltadal 551 Sauðárkrókur
Sími 455 6300 holaskoli@holar.is www.holar.is

*Háskólasamfélag með langa sögu
Hólar í Hjaltadal er í senn mikill
sögustaður og útivistarparadís.
Háskólinn á Hólum er lítill en
öflugur háskóli sem sinnir kennslu
og rannsóknum á sviði ört
vaxandi atvinnugreina.*

„Mamma vissi allveg hvað hún
var að gera þegar hún gaf mér
fyrsta gítarinn!“



TÓNASTÖÐIN

Allt fyrir tónlistarmanninn

TÓNASTÖÐIN • SKIPHOLTI 50D • REYKJAVÍK • S. 552 1185 • WWW.TONASTODIN.IS



Hlutir sem passa í vasann

Hugmyndasmíð og ljósmyndun:
Ívar Ölmur Hlynsson





Hlutir sem passa í vasann



Hugmyndasmið og ljósmyndun: Ívar Ölmur Hlynsson



MÉR BLÆÐIR

Blæðingar, túr, Rósa frænka, tími mánaðarins. Fólk með píku fer á túr. Og hvað?

Blóð rennur ekki beina leið til sjávar

Viktória Sól Birgisdóttir skrifar

Blæðingar hefjast þegar stúlkur byrja á kynþroskaskeiði, allar erum við ólíkar og þroskumst á ólíkan hátt. Á meðan ein okkar byrjar á blæðingum á áttunda aldurs ári byrjar önnur ekki fyrr en á því sautjándá. Fyrstu blæðingar verða venjulega í kringum 11 til 15 ára aldur. Blæðingar eru mánaðarlega þar til tíðarhvorf byrja og vara í u.þ.b. 3 til 7 daga í hvert sinn. Tíðarhvorf hefjast oftast í kringum 45 til 50 ára. Misjafnt er hve mikið blæðir, en eðlilegt er að það sé í kringum 30 til 40 ml hverju sinni.

Stúlka sem byrjar á blæðingum 11 ára og hefur mánaðarlegar blæðingar til fimmtugs fer á blæðingar 468 sinnum og ef við gefum okkur að henni blæði 40 ml í hvert sinn eru það 18,72 lítrar. Stóra spurningin er hvert rennur allt þetta blóð? Það þykir ekki eðlilegt að það leki niður á milli læranna og leiðin liggur ekki beint til sjávar.

Eru tíðavörur nauðsyn?

Áður en konur hófu að vefja bindi notuðust þær ekki við neitt sérstakt heldur var einfaldlega leyft blóðinu að renna og það tíðkast enn í dag sumstaðar í heiminum. Í okkar samfélagi nú til dags eru blæðingar ákveðið feimnismál og túrblóð virðist snerta blygðunarkennd margra. Því má segja að samfélagsleg hefð sé fyrir því að konur noti dömubindi og túrtappa.

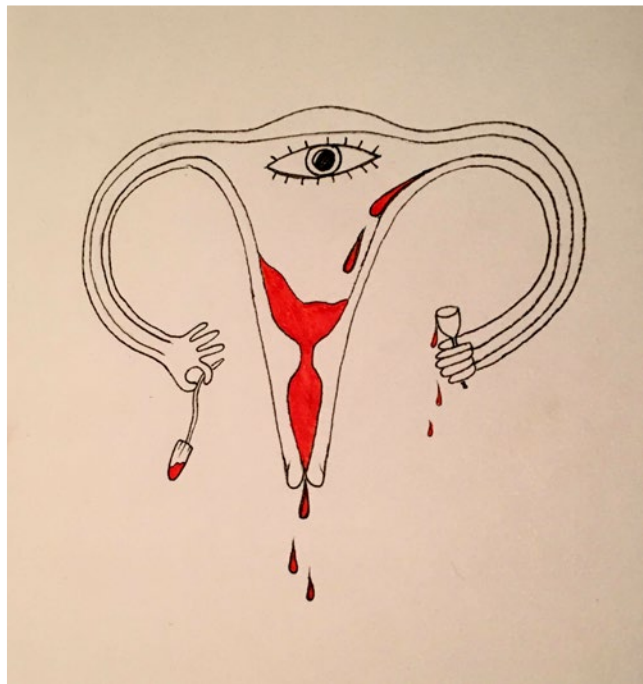
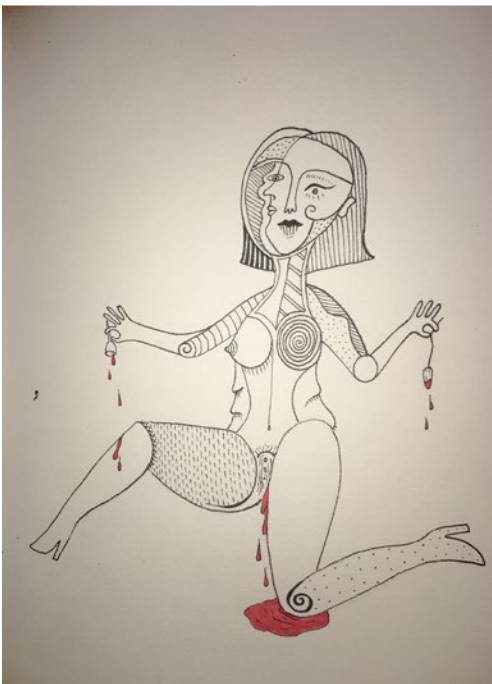
Eins og fram hefur komið eru blæðingar eðlilegur hlutur líkamstarfsemi okkar við kynþroska og ættu því alls ekki að vera feimnismál. Það kemur fyrir hjá okkur öllum að túrblóð leki meðfram og blettir myndist í fót og það ætti ekki að vera stórmál. Auðvitað er það leiðinlegt líkt og að sulla yfir sig kaffi en það vill gerast og því þá að skammast sín? En hvort sem þetta særir blygðunarkennd okkar eða annarra þá er málið það að tíðavörur gegna jafn mikilvægu hlutverki og salernispappír. Það vill enginn vera illa skeindur enda er salernispappír ókeypis á almenningssalernum en hvað með dömubindi og túrtappa? Í það minnsta mættu þessar vörur vera aðgengilegri. Sjálf er ég ekki von að ganga um með salernispappír á mér og það kemur fyrir að ég er hvorki með dömubindi né túrtappa þegar á þarf að halda. Sjálfsalir sem selja slíkar vörur eru þekkt dæmi sem mætti skoða að setja í skóla landsins og víðar, svona af því ríkið ætlar ekki að skaffa þær.

Dömubindi og túrtappar það eina?

Ráðlagt er að skipta um dömubindi á 2ja-3ja klukkustunda fresti upp á hreinlæti og slíkt hið sama gildir um túrtappa, einnig ef ekki er skipt reglulega um tappa getur það valdið sýkingarhættu. Þetta er ekki sérlega umhverfisvænt en hægt er að velja um önnur úrræði. Flestar konur nota dömubindi eða túrtappa en þeim fjölgar hratt sem nota hinn svokallaða álfabíkar. Álfabíkar er lítill margnota gúmmibíkar sem settur er upp í leggöng og blóðið safnast saman í hann. Hann má vera í allt að 12 klst. áður en hann er losaður. Fyrir þær sem eru með latex ofnæmi er einnig hægt að fá álfabíkar úr silíkoni. Ef vel er farið með, ætti hann að endast í um 10 ár.

Margnota taubindi hafa einnig verið að ryðja sér til rúms hér á landi. Þau er bæði hægt að sauma eða versla á netinu og svo er til hópur á Facebook þar sem hægt er að versla bindin og þar er líka að finna alskyns umræður um þau. Þar sem álfabíkarinn og taubindi eru margnota eru þau bæði umhverfisvænni og hagstæðari í innkaupum ef til lengri tíma er litið. Eins og segir, hagstæðara!

En út frá umhverfissjónarmiðum mætti hugsa það að gefa hverri ungri stúlku álfabíkar. Sjálf hefði ég valið álfabíkar fram yfir Nýja testamentið.





Tíðavörur eru lúxusvörur. Högum okkur samkvæmt því. Hver túrtappi er dýrmætur, hver álfabíkar er einstakur. Tíðavörur eru munaðarvörur. Það rignir dömubindum yfir eina prósentíð. Viltu gefa ástinni alvöru gjöf? Gefðu henni taubindi.



Hugmyndasmíð: Eva Dröfn H. Guðmundsdóttir
og Jenný Mikaelsdóttir
Ljósmyndun og úrvinnsla: Jenný Mikaelsdóttir

Fyrirsætur:
Hanna María Ásgeirsdóttir
Karólína Sigríður Guðmundsdóttir
Katrín Rut Magnúsdóttir
Þórdís Andrésdóttir

OKKUR BLÆÐIR

Tíðavörur eru dýrar, þær eru ekki aðgengilegar, þær eru ekki álitnar nauðsyn, en okkur blæðir. Það er kominn tími til að stjórnvöld og samfélagið geri ráð fyrir náttúrulegri starfsemi kvenna, því okkur blæðir. Við skömmumst okkar ekki fyrir að vera með píku.

Hugmyndasmið: Eva Dröfn H. Guðmundsdóttir og Jenný Mikaelisdóttir

Ljósmyndun og úrvinnsla: Jenný Mikaelisdóttir









Þakkir fá:

Aníta Björk Jóhannsdóttir
Randíardóttir

Ásta Guðrún Helgadóttir

Björt Ólafsdóttir

Þórunn Garðarsdóttir

Katla Ársælsdóttir

Katrín Jakobsdóttir

Kristjana Björk Barðdal

Kristjana Torfadóttir

Kristrún Kolbrúnardóttir

Laufey Sverrisdóttir

Margrét Erla Maack

Ragna Sigurðardóttir

Sara Hrund Einarsdóttir

Steinunn Ólína Hafliðadóttir

Sylvía Lind Jóhannsdóttir

Telma Rós Karlsdóttir

Vigdís Howser Harðardóttir

Til hamingju! Nú ertu orðin kona

Sólveig Hrönn
Hilmarsdóttir skrifar

Blæðingar eru tengdar við það að „verða kona“. Rauður blettur í nærbuxunum og þá geta stúlkur loks farið að uppfylla hlutverk sitt. Til marks um þetta eru fjölmargar misvandræðalegar kvikmyndasenu þar sem stórfjölskyldan fær að heyra um þennan merka viðburð, e.t.v. í óþökk stúlkunnar, og svo tíðkast einnig í sumum menningum að halda upp á það þegar stúlka hefur fengið sínar fyrstu blæðingar.

En hvað um þær konur sem hafa ekki blæðingar? Það eru nefnilega ekki allar stelpur og konur sem gera svo. Það getur orsakast af fjölmörgum ástæðum, svo sem sjúkdómum, lyfja- og hormónamedferðum, mikilli þjálfun, vannæringu, streitu og mörgum öðrum þáttum. Hvað með transkonur og intersex manneskjur? Hættu allar þessar konur og stelpur að vera konur þegar blæðingarnar stoppuðu eða urðu þær aldrei konur þegar blæðingarnar hófust ekki?

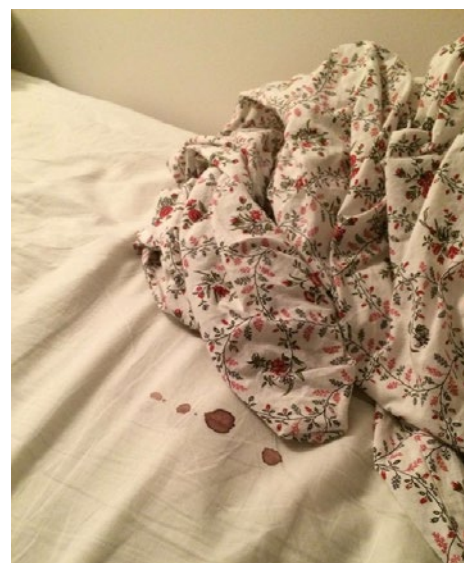
Ég lenti sjálf í því fyrir nokkrum árum þegar ég æfði mikið fimleika að einn mánuðinn fór ég ekki á túr, svo ekki heldur þann næsta eða þann þarnaesta og þannig liðu svo fimmtán mánuðir. Þar sem allt í kringum blæðingar var hálfgerð tabú og feimnismál var ég ekki mikið að nefna þetta og vissi þess vegna ekki hvort einhverjar aðrar stelpur í kringum mig væru ef til vill líka að upplifa það sama. Þrátt fyrir að mér fyndist það frekar þægilegt að vera laus við vesnið sem fylgdi því að fara á túr fannst mér það samt einnig þýða að það væri eitthvað að líkamanum mínum og eitthvað að mér. Í þau fáu skipti sem þetta kom til tals fékk ég líka að heyra mjög undarlega hluti, t.d. að legið í mér gæti þornað upp eða skorpnað.

Þegar ég talaði við kvensjúkdómalækni sagði hún mér hins vegar að það væri ekkert hættulegt að fara ekki á blæðingar í einhverja mánuði og að það myndi ekkert koma fyrir legið út af því. Hugmyndir á borð við þessar sýna einungis hversu mikil fáfræði er ríkjandi um málefni varðandi blæðingar og fordómama gegn þeim, bæði þegar

þær eru til staðar og þegar þær eru það ekki ekki.

Nú á ég ekki við að það sé ákjósanlegt líkamlegt ástand þegar líkaminn framkallar ekki blæðingar hjá stelpum og konum á barnseignaraldri heldur frekar að það sé ekki ástand sem sé eitthvað sérstaklega ókvenlegt. Að fara á blæðingar gerir mig ekki að konu. Það að transkona fari ekki á blæðingar gerir hana ekki heldur að minni konu en mömmu hennar eða vinkonur hennar. Þegar konur fara á breytingarskeiðið og hætta að hafa blæðingar hætta þær ekki heldur sjálfkrafa að vera konur eða missa kvenleika sinn.

Það viðhorf að blæðingar séu kvennamál - bæði að þær sé eitthvað hvítleitt sem þeim beri að dylja og að þær „marki“ stúlkur á einhvern hátt sem konur hefur alið af sér fátt annað en fordóma og e.t.v. „lúxus“tíðavörur. Egglos og blæðingar eru bara kerfi í líkamanum, hvorki merkilegri né ómerkilegri en kerfi eins og meltingarvegurinn og ættu ekki að vera álitin einhvers konar merkimiði frekar en hann.



Túr og kvenleiki

Henry Steinn 19 ára transmaður skrifar

Margir tengja blæðingar við konur og kvenleika, sem gerir það að verkum að transmönnum finnst neyðarlegt að tala um túr og að þurfa að ganga í gegn um þetta mánaðarlega. Nú þegar líffræðilegt kyn og kynvitund er orðið að tvennu ótengdu, getum við ekki reynt að opna hug okkar og hætt að tengja legið og eggjastokkana við konur og eistun við karla? Það væri draumurinn fyrir transfólk.

En hvernig geta transmenn gert heimsókn Rósu frænku bærilegri? Ég mæli með álfabikarnum, ekki bara fyrir transmenn, heldur fyrir alla. Álfabikarinn hefur bjargað geðheilsunni minni þegar þetta gengur yfir, þar sem ég þarf sjaldnar að eiga við þetta eða þæla í þessu. Svo

ég dásami bikarinn aðeins meira, þá hefur hann sparad mér svakalega mikinn pening og er vistvænni en bindi og túrtappar! Auk þess eru túrtappar ekki hættulausir, þar sem þeir geta valdið slæmum sykingum og þurrki í leggöngunum, og sílikonsbikarinn ætti því ekki að valda neinu vesni ef hann er notaður rétt. Ég hef notað hann í nokkur ár án vandræða, og gæti ekki verið ánægðari. Sumir vilja meina að tilhugsunin um að



vera með litla skál inni í sér sem safnar túrblóði sé ógeðsleg, en er það eitthvað verra en að vera með bómull inni í sér sem dregur þetta í sig? Túr þarf ekki að vera ógeðslegur, sú

hugmynd er gerð af okkur mannfólkinu. Svo ég segi það einu sinni enn: Álfabikarinn er frábær, og ef þú átt ekki einn svoleiðis (já, eða fleiri!), þá mæli ég með því að þú skellir þér út í næsta apótek og fjárfestir í einum slíkum.



Túrskömmin

Viktória
Birgisdóttir skrifar

Ég var tólf ára gömul þegar ég byrjaði fyrst á túr. Ég hafði verið að gista hjá vinkonu minni og vaknaði um morguninn með vænan blóðblett í náttbuxunum mínum. Vinkona mín sótti mömmu sína og mér var skutlað heim. Mér leið ekki vel, ég skammaðist mín. Ég hafði eitthvað lært um blæðingar í skólann en ég bjóst bara ekki við þessu strax. Mamma fylgdi mér inn á baðherbergi og sýndi mér dömubindi og hvernig ætti að nota það. Síðan var ég send í skólann. Mig langaði alls ekkert að fara þangað, sérstaklega af því að það var íþróttadagur. Ég fékk miða með mér frá mömmu sem útskýrði aðstæður mínar og af hverju ég kæmist ekki með í sund. Ég man að ég óttaðist allan tímann að strákarnir myndu spyrja af hverju ég væri ekki með, að þeir myndu fréttu raunverulegu ástæðuna. Ég fór líka mjög oft á salernið því ég var svo hrædd um að það myndi blæða í gegnum dömubindið.

Þegar ég horfi til baka og rifja þetta upp þá velti ég því fyrir mér af hverju ég skammaðist mín svona mikið. Skömm og vanlíðan var eitthvað sem ég upplifði svo sterkt. Blæðingar er partur af kynþroskanum. Þetta er ósköp eðlilegur hlutur.

En þrátt fyrir það þá hefur verið ákveðið tabú að ræða um túr. Til dæmis lærði ég fljótt að nota ekki orðið túr heldur segja frekar að „Rósa frænka er í heimsókn“. Tilgangurinn er að fegra það að vera á túr - því túr er jú eitthvað ógeðslegt fyrirbæri. Skítugt og óheillandi og því ekki við hæfi að segja þetta orð upphátt við aðra.

Í öðrum menningarheimum, til dæmis víðsvegar á Indlandi, þá eru haldnar veislur þegar stúlka byrjar á túr. Tilgangurinn með þessum veislum er að skapa jákvætt hugarfar varðandi blæðingar í huga stúlkanna. Því er fagnað að stúlkann sé að verða kona og með þessari hefð þá auðveldar það stúlkunni að setta sig á jákvæðan hátt við þær breytingar sem verða á kynþroskaskeiðinu. Sem gerir það að verkum að hún verður sjálfsörugg og glöð með sinn kvenleika.

Ég hefði reyndar ekki viljað veislu þrettán ára gömul. Mér hefði þótt það mjög vandræðalegt. En kannski hefði ég haft annað viðhorf ef það tíðkaðist að halda svona veislur í okkar samfélagi. Síðan hefði líka verið hægt að fara milliveg. Ég og mamma hefðum kannski getað átt notalega stund saman þar sem við myndum borða súkkulaði og ræða þær breytingar á kynþroskanum sem eru í vendum á jákvæðan og uppbyggilegan hátt. Ég veit allavega að ef ég eignast stelpu einhvern tímann að þá ætla ég að gera það.

Við eigum nefnilega ekki að skammast okkur fyrir að byrja á túr. Við eigum ekki að skammast okkar fyrir að vera konur. Við eigum þess í stað að veita okkur meiri umhyggju og kærleika og reyna skapa jákvætt viðhorf til blæðinga. Það er það besta sem við getum gert fyrir okkur sjálfar og komandi kynslóðir.



Túrverk

Sunneva Elfarsdóttir skrifar

Þegar líkami helmingss mannkyns skapar falleg og tilviljunarkennd mynstur í hverjum mánuði, í fjölmörgum tónum af rauðum, er fátt annað hægt að gera en að nota mynstrin í eitthvað.

Hugmyndin af Túrverkjunum hafði lengi velkst um í hausnum á mér en það tók þó nokkra stund að finna út hvernig best væri að koma þeim til skila. Á endanum komst ég að þeirri niðurstöðu að nota útsauminn, listgrein sem gjarnan hefur verið kennd við föndur og dægrastyttingu, einfaldlega vegna þess að útsaumur er kenndur við konur. Ég notaði fjölmarga tóna af rauðum, hvítum og bláum og rammaði verkin inni hefðbundna útsaumshringi. Engu að síður er útsaumur mikil list, möguleikarnir sem hægt er að gera með einum þræði, nál og efni eru óendanlegir.

Öll myndirnar eru saumaðar út frá raunverulegum myndum af túrblettum, enginn er eins, allar eru þær einstakar, rétt eins og blæðingar hverjar konu eru einstakar.

Verkin voru fyrst sýnd á lista hátíðinni LÚR sumarið 2016, sýningin var í Skóbúðinni á Ísafirði, fallegu gallerý og hönnunar og list verslun. Sýningin hlaut góðar viðtökur og þær umræður sem spruttu upp á viðburðinum voru betri en ég hafði nokkurn tíma vonað. Unglingsstúlkur sem ekkert þekktust ræddu saman um þeirra upplifun á blæðingum og vangaveltum um hvað best væri að nota á þessum tíma mánaðarins, dömubindi, túrtappa, álfabíkar eða taubindi. Sumar sögðust oft hafa velt þessum málum fyrir sér en aldrei sagt það upphátt. Eitt verkanni á sýningunni var hvítur blettur og nokkrir karlmenn sem voru á sýningunni veltu því fyrir sér hvað þetta væri nú



og hvernig þetta tengdist. Þeim var þá sagt að þetta væri útferð, eitthvað sem ekki allir þeirra voru kunnugir um að tengist tíðahringnum. Annað verk var síðan blár blettur, margir áttuðu sig ekki á honum í fyrstu en hann var nefnilega “ritskoðaður”, líkt og í dömubinda auglýsingum þar sem konur valhoppa um í hvítum flikum, þar má ekki sýna rauðan lit, nei skærbláum lit er helt í bindið til að sýna gæði þess. Þessu gat fólk hlegið að, sem er einnig mikilvægt þegar verið er að brjóta niður tabú og opna umræðuna. Alltaf fallegt þegar fólk getur átt opnar umræður um jafn sjálfsagðan hlut og blæðingar.

Verkin hanga enn uppi og eru til sölu í Skóbúðinni á Ísafirði og myndirnar sem hér fylgja af verkunum eru í eigu Skóbúðarinnar.

“When I saw the art piece “Period Piece” by Sunneva Elfarsdóttir at first,

it made me think of the current situation in South Korea. There are some feminists who are protesting against the high taxes on the menstrual pads. A few weeks ago, the government announced what will be included in the basic survival kit for whatever emergency situation that happens, earthquake, tsunami, avalanche and etc. So this emergency kit they have put razor for the guys but they have taken the menstrual pads for the ladies out. Obviously men can survive without their mustache shaved, but women they must have their menstrual pads. The debate on the issue is still going on.” Junhyun Lee

–Þar sem verkin hengu uppi í sumar á Ísafirði komu fjölmargir ferdamenn og sögðu hugsanir sínar um verkin. Þessi ungi strákur tengdi verkin við mjög áhugaverðan og pólitískan punkt.



Túrsögur

Ég var semsagt síðust af vinkonum mínum að byrja á túr og beið spennt eftir þeim degi þegar það myndi leka blóð úr leginu mínu. Þegar það loks gerðist einn sólrík-an sumardag fór ég strax til mömmu og sagði henni gleðifrjéttirnar. Daginn eftir vorum við fjölskyldan að fara í útileigu á einkasvæði hjá frændfólki okkar. Það var mikið af skyldmennum þar og aðeins einn kamar fyrir alla. Eins og gengur og gerist þegar maður fer á túr þarf maður að skipta um dömubindi reglulega og ætlaði ég í sakleysi mínu að laumast á kamarinn og skipta þegar ég sé að það hefur lekið blóð í nærbuxurnar. Ég ákveð að fela nærbuxurnar bakvið klósettið. Allavega seinna um daginn fer litli frændi minn á klósettið og finnur auðvitað helvítis nærbuxurnar og hleypur með þær fram og spyr hvað þetta væri. Ekki líður langur tími þangað til frábæra mamma mín ákveður að tilkynna að ég ætti þessar nærbuxur og hefði verið að byrja á túr deginum áður. Allt kvöldið fór í að hlusta á gamlar frænkur óska mér til hamingju með áfangann.

nafnlaus

Ég var í verslunarmiðstöð í Ameríku sumarið fyrir 8.bekk. Ég þyrfti að fara á klósettið eftir að ég var búin að borða hádegismat og sá að ég var byrjuð á túr í fyrsta skipti. Á almennings klósetti í Ameríku! Ég sagði frænku minni frá þessu og hún óskaði mér til hamingju og gaf mér dömubindi. Ég fann nú ekki fyrir neinni séstakri hamingju. Eftir að ég var búin að jafna mig fór ég aftur að versla. Ég fattaði þá að ég var búin að týna veskinu mín MEÐ ÖLLU MÍNU. Símanum mínum, myndavélinni og öllum peningnum. Ég hafði enga þolinmæði fyrir þessu.

nafnlaus

Sumarið sem ég varð fimmtán ára var mitt eina markmið að eignast einlæga og góða vini. Besta vinkona mín var nokkurskonar Blair Waldorf bæjarfélagsins og ég var Serena Van Der Woodsen á slæmum mánuði.



Ég hafði nýlega kynnst tveimur stelpum sem voru að vinna með mér, einn daginn eftir vinnu buðu þær mér að koma með að vaða á Hvaleyrrarvatni. Ég þáði að sjálfsöggðu boðið því þetta var í fyrsta skiptið sem þær báðu mig um að hanga með sér utan vinnutíma.

Áður en ég vissi af vorum við komnar að vatninu og a leiðinni út í, ég hafði lítið spáð í því að ég væri á túr, hvað þá með dömubindi á milli lappanna. Ég óð óhikandi út í vatnið í stuttbuxunum mínum. Þegar vatnið var farið að ná mér upp fyrir sníp fann ég eitthvað þrýstast upp að ytri skapabörmum mínum.

Þegar ég var fimmtán ára vissi ég ekki hvað gerðist þegar dömubindi blotna með alvöru vatni, en nú veit ég að þau þrefaldast í stærð. Mér brá svo mikið að ég flýtti mér upp úr. Ég faldi mig bakvið runna, rykkti bindinu úr

nærbuxunum og henti því í bakpokann minn. Ég sagði við nýju vinkonurnar að mér liði ekki vel og þyrfti að fara heim. Á meðan ég labbaði heim á stuttbuxum og peysu flæddi blóðið úr stuttbuxunum og niður fótleggina.

Þessi lífsreynsla hjálpaði mér að finna kjarkinn til að hætta með vinkonunni og fór að lifa jákvæðari lífsstíl. Lífið er of stutt til að endurlifa söguþráðinn úr Gossip Girl.

XOXO, nafnlaus.

Ég fer úr upphitunargallanum og stend á fimleikabolnum einum fata klukkutíma fyrir keppni. Ég hef samviskusamlega rakað mig að neðan því fimleikabolir eru efnislitlir en tek eftir því að það er eitthvað skritið í gangi þarna samt... ég hef byrjað á

blæðingum, og það í fyrsta skiptið. Gat nú skoð, líkaminn minn tók meira en 17 ár að drífa í þessu og velur góða tímasetningu. Ég hleyp heim og næ í eitthvað túrdót sem mamma átti og lifi keppnina af. Ég hafði ekki hugmynd um hvernig ég átti að snúa mér í þessu þó ég væri 17 ára. Fræðsla takmörkuð og ekkert talað um blæðingar meðal vina og kunningja enda tabú. Ég hef oft hugsað hvað yngri stelpur gera, þetta var nógu erfitt fyrir mig sem ungling.

Mér gekk ekkert betur daginn eftir. Þá prófaði ég túrtappa og mistókst. Ég hélt að ég gæti ekki pissað með hann í svo ég tók hann út og hugsaði með mér að þetta myndi sleppa ef ég setti smá klósettpappír í nærbuxurnar mínar. Ég var staðsett í veislu sem ég yfirgaf fljótlega og fór til kærasta míns. Þetta voru fyrstu mánuðirnir af fyrsta alvarlega sambandinu mínu, svo það var viðkvæm staða. Ég fer á klósettið þegar ég kem til hans og tek eftir því að ég hef blætt í gegnum gallabuxurnar mínar og niður lærin, smekkleig í veislunni. Það voru kekkir í nærbuxunum mínum. Ég dró þá ályktun að það væri lifrin mín og ég væri að deyja. Blæðandi yfir klósettgólf stráks sem ég var ofboðslega skotin í. Eftir hálf tíma grátkast tek ég mér taki og kalla á hann. Ég bjóst við að hann yrði reiður og fullur viðbjóðs, myndi henda mér út og aldrei vilja sjá mig. Viðbrögðin voru ekki svo dramatísk en hann vissi ekkert hvað var í gangi og spyr mömmu sína ráða. Hún á bara stráka og hefur aldrei rætt þetta við þá né þurft að útskýra fyrir táningsstelpu hvernig svona virkar. Hún lætur mig fá dömubindi og nærbuxur af sér, ég set bindið vitlaust á, kunni ekkert á þetta. Kærasti minn var nú krúttlegur samt, lánaði mér stuttbuxurnar sínar og sagði að það versta við þetta væri að hann þyrfti að passa sig hversu fast hann héldi utan um mig. Við vorum saman í þónokkur ár eftir þetta þrátt fyrir að ég væri svona ófullkomin manneskja sem blæðir úr reglulega. Eða óreglulega reyndar, ég fór ekki á blæðingar aftur eftir þetta fyrr en ári seinna.

Rósa/Fenrir
Útskrifaður MR-ingur, nemi við HR og jafningjafraðari hjá Samtökunum '78



“
Disney prinsessurnar eru hið versta form staðalmyndar að mínu mati því þær ýta undir pressuna á stelpur að vera sætar, mjóar, ljúfar og dömulegar.

Vertu dömuleg

Stella Briem
Friðriksdóttir skrifar

Þegar ég var lítill lék ég mér með dúkkur, snyrtidót og hreingerningarvörur. Allt sem ég átti var bleikt því ég vildi hafa allt stelpulegt, þó svo að ég vissi ekki almennilega hvað það orðið stelpulegt þýddi. Ég ásamt nánast öllum öðrum stelpum leit upp til Disney prinsessanna og þegar ég var spurð hvað ég vildi vera þegar ég yrði stór var svarið mitt oftast nær „sæt prinsessa.“ Ég var alltaf í kjólum, eins og prinsessurnar, og ég byrjaði að mála mig með glimmeri og drasli þegar ég var 5 ára til þess að vera eins sæt og þær.

Það auðvitað margt breyst frá því að ég var 5 ára en þegar ég hugsa út í æsku mína verð ég oft svolítið pirruð. Ekki bara pirruð út í foreldra mína fyrir það að hafa leyft mér að leika með bleika ryksugu heldur einnig út í alla þá fullorðnu í kringum mig sem sögðu mér ótal sinnum „mundu að vera dömuleg.“

Þegar ungar stelpur eru ákveðnar, standa með sjálfri sér og láta í sér heyra er þeim sagt að þær séu „frekar“ og „stjórnsamar.“ Ég fékk að heyra þetta ótal sinnum í grunnskóla þegar ég var í nemendaráði. Strákur sem var með mér í ráðinu var alveg jafn ákveðinn og ég en hann var aldrei tekinn á fund þar sem honum var sagt að vera ekki alveg svona „frekur“ nei það var bara ég. Sorglega staðreyndin er sú að þegar strákar taka stjórnina eða sýna leiðtogataktu eru þeir ákveðnir en þegar stelpur gera það sama eru þær stjórnsamar, frekar og alls ekki dömulegar.

Disney prinsessurnar eru hið versta form staðalmyndar að mínu mati því þær ýta undir

pressuna á stelpur að vera sætar, mjóar, ljúfar og dömulegar. Pressan að vera dömuleg er aðeins ein hlið af ruglinu sem þessar prinsessumyndir gefa frá sér. Allar þessar prinsessur eru ekki bara óraunverulega mjóar og fallegar heldur eru þær allar óákveðnar og ósjálfbjarga og þurfa einhvern prins til þess að bjarga þeim úr vandræðum en HEY þær eru allavegana dömulegar. Ariel fórnaði t.d röddinni sinni, það mikilvægasta sem við konur höfum í þessum heimi, fyrir fætur til þess að hún gæti fengið að vera með prinsinum. Gleymum röddinni okkar stelpur, ef við höfum þíku getum við nælt okkur í prinsinn sem er auðvitað eini tilgangur okkar í þessari veröld, er það ekki?

Ég er oft mjög ýkt í því að brjóta upp þetta dömulega form sem samfélagið hefur skapar mér en það er vegna þess að ég tel það nauðsynlegt ef við ætlum okkur einhvern tíma að breyta þessu. Ég fór í kjólfötum á Peysó og fannst það ekkert stórmál en dramatísku viðbrögðin sem ég fékk sýndu mér einmitt hvað þetta var nauðsynlegt. Ég vildi ekki fara í kjól vegna þess að mér líður betur í buxum. Það átti aldrei að vera einhver feminískur gjörningur heldur bara ég að vera ég. Maður þarf ekki að gera eitthvað rosalegt til þess að taka þátt í að breyta þessu formi. Litlir hlutir eins og að svara fyrir sig, standa á sínu, vera ákveðin, láta ekki vaða yfir sig og biðjast aldrei afsökunar á því að vera ekki dömulegar, getur breytt öllu. Stelpur þurfa að hætta að trúa því sem samfélagið hefur troðið inn í hausinn á okkur frá því að við fæddumst. Ekki vera hræddar við að vera of stjórnsamar eða of ákveðnar og verum bara við sjálfar, í buxum eða kjól - okkar er valið.



LJÓÐ

þýskaland

það væri ljúft

ef við værum saman í leipzig
liggjandi á hveitkornsakri
horfandi á sólsetrið
með töskur undir hausnum
og vatnsflöskur á maganum
litlu puttarnir kræktir saman
hárið þitt að kítla mig í nefið
allt lífið framundan

já það væri frekar ljúft

Þórhildur Elínardóttir Magnúsdóttir

það var sumar

fokk hvað ég var skotin í þér maður
sæll
það hefur aldrei nein manneskja
verið jafn skotin í neinum og ég var í þér
ég man eftir því að hafa horft á þig
og hugsað
‘ég vona að ég fái að þekkja þig að eilífu’

Þórhildur Elínardóttir Magnúsdóttir

kaflaskil

svo kvölddumst við
ég ætlaði að klára þennan kafla á einu góðu
ævintýri

og þegar ég kom til baka
þá varstu farin

ég byrjaði næsta kafla lífs míns.

hálfu ári
endalausum blaðsíðum
einum jolum
einum áramótum
einum degi af einu nýju ári seinna

þá heyrði ég röddina í þér í síðasta skipti
ég náði ekki einu sinni að kveðja

og það kviknaði í bókinni.

Þórhildur Elínardóttir Magnúsdóttir

hvítur marblettur

æji þið vitið þegar þið eruð búin að standa
inni á baðherbergi í kortér
að reyna að taka úr ykkur linsurnar
en svo eruð þið ekki með linsurnar í?
og þið stóðuð bara og potuðuð í augað ykkar
til einskis.

mér líður þannig með hann
ég var alltaf að reyna að komast yfir hann
reyna að gleyma
reyna að samþykkja
en það var ekkert til að komast yfir.

Þórhildur Elínardóttir Magnúsdóttir

Vissirðu
að konur
hrjást
af járnkort
eingöngu vegna þess að
þeim blæðir
einusinni í mánuði?

Margrét Andrésdóttir

ADHD

Yfirgripsmiklar athyglisgáfur
auðga mér huga og hensyn.
Skrautlegra þanka skýjanna kláfur
skýst um á kaffisins bensín.

Baldvin Flóki Bjarnason

Þarfir mannsins

Það er mánudagsmorgunn.
Ég sit við matarborðið með stírum í augunum.
Ég fæ mér ekki hafragraut eða brauðsneið,
heldur fæ ég mér Amino og þunglyndislyf.
Er það kannski bara orðið að þörfum manns-
ins?

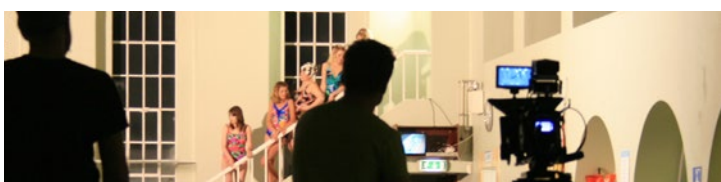
Katrín Rut Magnúsdóttir



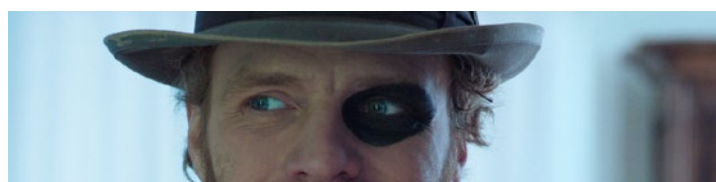
KVIKMYNDASKÓLI
ÍSLANDS

FINNDU ÞIG

veldu úr fjórum deildum



Leikstjórn / framleiðsla



Tækni



Handrit / leikstjórn



Leiklist

OPIÐ FYRIR UMSÓKNIR

á haustönn 2017

sæktu um á www.kvikmyndaskoli.is

Sannleikurinn afhjúpaður

Hvort eru stelpur eða strákar svikulli?

Sólrun Freyja Sen skrifar

Strákar eru allir fucchois inn við beinið, þeir ráða bara ekkert við sig, það er þeim eðlislægt að halda framhjá, brjóta hjórtu, særa og drepa sambönd.

„Stelpur eru svikular hórur, þær opna bara klofið fyrir hverjum sem veitir þeim athygli.“

Sorri, þetta er ekki upphafið á ljóði. Ég er bara að að draga saman bitrar umræður um hitt kynið, umræður sem koma upp reglulega. Ókei. Þú hættir með kærastanum vegna þess að þú komst að því að hann er alltaf að matcha stelpur á Tinder og reyna að ríða þeim. Eða kærastan fer á leyni hitting með fyrrverandi. Svona er þetta stundum. Hvað gerirðu? Jú, fordæmir hitt kynið að eilífu og sverð að láta aldrei plata þig aftur af þessum ógeðslegu skrimslum sem þykjast vilja ást, en vilja aðeins sjá þig engjast um í hjartasárum. Gengur í klaustur eða gerist kaþólskur prestur. Vinkonurnar og vinirnir virðast vera með heilu bækurnar fullar af kenningum og formúlum um hvernig sambönd eigi að vera og hvernig hitt kynið er. Samkvæmt þessum bókum þá er kærastan alltaf alveg að fara að ríða þessum strákavini sínum, og öfugt. Stelpur eru hórur og strákar eru fucchois. Engum er treystandi og við ættum helst bara að skylda alla stráka til að brunda í sæðisbanka og gelda þá. Hætta þessu veseni bara.

Nei ókei. Ég og vinur minn vorum sem sagt að tala um framhjáhöld um daginn. Samtalið fór út í þælingar um



hvort að strákar haldi meira framhjá heldur en stelpur eða öfugt. Við komust að þeirri niðurstöðu að stelpur og strákar haldi örugglega framhjá til jafns. En maður getur ekki verið 100% viss um neitt nema maður geri vísindalega könnun! Ég fór í málið og bjó til könnun til að athuga hvort að munur væri á hversu oft stelpur eða strákar haldi framhjá.

Alls voru 371 manns sem tóku þátt í könnuninni, af þeim voru 250 stelpur og 118 strákar, og 3 sem skilgreina sig á annan hátt. Þáttakendur eru allir á menntaskóla aldri. Könnuninni var deilt á árgangshópa nokkurra framhaldsskóla og gátu þeir sem vildu tekið þátt.

Það voru því mun fleiri stelpur sem tóku þátt en strákar, en engar áhyggjur!

Ég útskrifaðist úr tölfraði í fyrra og er þaulæfð í öllum svona hlutfallsreikningum. Niðurstöðurnar voru mjög áhuga-verðar! Yfirgnæfandi meirihluti stelpna og stráka sem tóku þátt í könnuninni höfðu verið í sambandi áður. Einnig var yfirgnæfandi meirihluti þátttakenda gagnkynhneigð. Það voru 21% stelpna sem sögðust hafa haldið framhjá, og 19,5% stráka sögðust hafa gert

svo. Semsagt ekki mikill munur þarna. Hinsvegar sögðust 45% stelpnanna að haldið hafi verið framhjá þeim, en aðeins 21% stráka sögðu að haldið hafi verið framhjá þeim. Það er verulegur munur. Skrýtið er það ekki? Svo var spurt í síðasta hluta könnunninnar hvort að svarendur höfðu sofið hjá aðila sem var að halda framhjá sinni kærustu eða kærasta. Af þeim sem höfðu gert það, sögðust 41 % hafa gert svo með strák sem var í sambandi en aðeins 17 % sem sögðust hafa sofið hjá stelpu sem var í sambandi með öðrum.

Það vakna ýmsar spurningar við það að horfa á þessar niðurstöður. Til dæmis hvort að það sé munur á því hvernig stelpur og strákar skilgreina framhjáöld? Hvort að ranghugmyndir um hvernig sambönd eigi að vera leiði til þess að við treystum hinu kyninu minna? Eru stelpur frekar til í að tala um framhjáöld og viðurkenna að þær hafi verið sviknar? Þær voru tilbúnari til að taka þátt í könnuninni og einnig er hærra hlutfall stelpna sem sagði að haldið hafi verið framhjá þeim.

(Við hjá Framhaldsskólablaðinu gerum okkur grein fyrir yfirgnæfandi kynjatlíhyggjunnari í þessari grein og að það séu fleiri kyn en karlkyn og kvenkyn. Í ljósi umfjöllunarefnis greinarnar og rannsóknarinnar inniheldur greinin ekki marga hópa, því miður. Því fjallar hún um viðhorf til þessara tveggja kynja. Við hvetjum áhugasama lesendur til þess að framkvæma umfangsmeyri rannsókn sem inniheldur öll kyn!)

Sigga Dögg um framhjáhöld

Sólrun Freyja
Sen skrifar

Það er engin ástæða til þess að halda því fram að annað hvort konur eða karlar haldi meira framhjá, samkvæmt Siggu Dögg kynfræðing. Ég spurði hana samt hvort að það gæti verið að það sé kynbundið hvernig fólk skilgreini framhjáhöld. Líklega er það miklu fremur einstaklingsmunur en kynjamunur, segir Sigga Dögg mér.

Stóra málið í hverju einasta sambandi

„Þetta er stóra málið í hverju einasta sambandi, að fólk tali saman og spyrji: „hvað telur þú vera framhjáöld?“ Um leið og þú spyrð fólk þá koma í ljós allskonar grá svæði. Fólk er ótrúlega fast á hvað því finnst vera framhjáöld og hvað ekki,“ segir Sigga. „Segjum að þú sért með gagnkynhneigt par, gaur og gellu. Gellan fer í sleik við aðra stelpu. Hún hugsar kannski: „Af því ég er gagnkynhneigð og á minn kærasta, þá má ég alveg fara í sleik við aðrar stelpur.“ Sumum gaurum þætti þetta vera framhjáöld, á meðan aðrir hugsa: „Hún er ekki lesbía eða tvíkynhneigð þannig þetta skiptir ekki máli.“ Þetta er eitthvað sem fólk talar oft ekki um.“

Stelpur drusluskammaðar, strákar frjálsari

En nú er spurning af hverju kynin eru ásökuð um að vera svikul í sínu „kyneðli“. Sigga Dögg vill meina að þetta séu kannski ekki beint fordómar gagnvart kynjum. „Þetta eru leifar af gamalli umræðu, þar sem kynfrelsi kvenna var miklu minna. Karlar voru taldir hafa meiri kynhvöt og þeir þyrftu bara að fá útrás. Þetta er hluti af miklu stærra samhengi. Stelpur eru ennþá drusluskammaðar, þær þurfa að passa hversu mörgum þær eru með og passa hvernig þær hegða sér. Strákarnir hafa oft fengið meira frelsi. Það hefur líka verið skrýtin umræða um hvort það eigi að fyrirgefa framhjáöld, eða hvort það eyðileggur sambandið.“

Sérfræðingar í framhjáaldsmálum

Sigga Dögg bætir því við að við þurfum kannski að fara miklu dýpra og skoða betur hvað felst í framhjáaldi. Samkvæmt tölfraðinni þá eru framhjáöld frekar algeng. Er það að lenda í framhjáaldi áfall sem skemmir lífið eða er hægt að segja: „Ókei,

þetta gerðist, hvernig komumst við í gegnum þetta?“

„Þetta er í rauninni það sem færustu og fremstu sérfræðingar heims í framhjáaldsmálum eru að tala um. Að hjálpa þörum að vinna úr framhjáaldi ef þau vilja halda áfram að vera saman,“ segir Sigga Dögg. Ég spurði hana hvort það séu mismunandi staðlar sem kynin þurfa að uppfylla þegar kemur að framhjáöldum. „Það var alltaf talað um að konur væru sárari yfir tilfinningalegu framhjáaldi og karlar yfir kynferðislegu framhjáaldi. Sumir segja að ef það hafi bara verið kynlíf með annarri manneskju eitt skipti, að þau gætu fyrirgefið það. En ef makinn væri að treysta þessari manneskju fyrir vandamálum, eða leita til hennar frekar, þá er það ótrúlega mikið brot. Fólk lýgur samt um allskonar hluti í samböndum, felur fjármál og segir ekki frá allskonar hlutum. En um leið og það snertir aðra manneskju og mögulega kynferðislega, þá verðum við alveg brjáluð. Það finnst mér svo áhugavert. Við vitum að konur eiga oft stærra tengslanet heldur en karlar, og eru duglegri við að leita tilfinningalega til vinkvenna sinna. Sumum karlmönnum er ógnad af því og finnast það vera svik við þeirra samband, að konan fari og ræði þeirra mál við vinkonu sína. Ef að vinkonusambandið er ekki kynferðislegt, þá er það ekkert framhjáöld, en er samt kannski mjög innilegt samband. Það er mjög áhugavert að um leið og það verður eitthvað kynferðislegt, þá er það afdráttarlaust framhjáöld. Þetta er eitthvað sem allir verða bara að ræða í sínu sambandi.“

Bólfélaginn með sár á hjartanu

Nú eru sumir í opnum samböndum eða fjölsamböndum. Svoleiðis sambönd virðast stundum koma flatt upp á fólk, sem er frekar vant þessu hefðbundna tveggja manna teymi. Þar sem hvorug manneskjan vill með einhvern annan hafa, kynferðislega. Ætli opin sambönd eða fjölsambönd séu of flókin, ósiðsamleg og undarleg, eins og sumir vilja meina? Sigga segir að þeir sem eru í opnum samböndum eða fjölsamböndum þurfa bara að vera duglegri að tala saman. „Þau eru kannski með opnari og betri samskipti en mörg önnur pör sem halda bara að það þurfi ekki að ræða þetta. Hugsa bara: „Já við erum



Miklu fremur
einstaklingsmunur en
kynjamunur

bara með hvort öðru og það þarf ekkert að ræða það meira,“ ég held að krakkar á menntaskólaaldri þurfa að þora að spyrja þessara erfiðu spurninga. Ég held að útaf ööryggi, og vegna þess að samböndin eru ekki eins föst í skorðum, að þá vilji fólk ekkert rugga bátnum með því að spyrja erfiðra spurninga. Eða þá fara eitthvað út í þessar skilgreiningar; „mér finnst þetta ekki í lagi“, eða „ég er ekki til í þetta“ og svo framvegis. Maður sér til dæmis þegar það eru bólfélaga sambönd, annar er orðin hrifinn og hinn ekki, en segir samt ekki „Heyrðu ég vil að þú sést bara með mér.“ Fólk á menntaskólaaldri hefur kannski ekki alveg sjálfstraustið í það.“

Það hafa flestir heyrt söguna um hryggbrotna bólfélagann. Í kjölfarið segir fólk svo: „Það er ekki hægt að vera bara að sofa hjá einhverjum, það á alltaf einhver eftir að verða hrifinn og þá gengur ekkert.“ Til eru margar svona tilbúnar reglur um hvernig sambönd eiga að vera. Kannski vegna þess að fólk ræðir bara við vini sína um sambönd, og þannig myndast einhverjar hugmyndir sem eiga sér ekki eins skýra mynd í raunveruleikanum? „Já algjörlega. Sérstaklega á ykkar aldri. Þetta er eitt af því sem maður vonar að þroskist af fólk. Hversu oft hefur maður ekki setið á kaffihúsi, og heyrð annaðhvort stráka eða stelpur segja: „Hvað meinar hann með þessu?“, „Af hverju heldu þú að hann hafi gert þetta?“, „Af hverju sendir hann þessi skilaboð?“, „Hvað þýðir þetta?“ og svo framvegis. Í staðinn fyrir að spyrja hann sjálfan. Spyrja bara: „Ég veit ekkert hvað þú ert að meina?“, „Erum við saman eða ekki saman?“, „Hvað erum við að gera og hvað erum við að fara að gera?“ Það er eitthvað sem þarf að gerast.“





Námskeið fyrir ungt fólk

Námskeiðið færir þér sterkari sjálfsmynd, hugrekki og meira sjálfstraust. Þú lærir að fylgja eigin sannfæringu, standa á þínu og setja þér skýr markmið sem skila betri árangri í námi og starfi. Jákvætt viðhorf og öruggari tjáning bætir samskipti þín við fjölskyldu og vini.

Þinn ávinningur af námskeiðinu:

- Nærð betri stjórn á eigin lífi
- Verður jákvæðari
- Átt auðveldara með að segja þína skoðun
- Hefur meiri metnað í námi og vinnu
- Færð skýrari framtíðarsýn
- Átt auðveldara með að opna samræður og kynnast fólki
- Minnkar sjálfsgagnrýni og stress
- Líður betur þegar þú tjáir þig fyrir framan hóp af fólki

www.dale.is

„Fötlun mín hindrar mig ekki félagslega“

Ég tók á dögunum viðtal við Söndru Sif Gunnarsdóttur sundkonu í landsliði fatlaðra. Sandra stundar nám á félagsfræðibraut í Borgarholtsskóla og hefur meira en nóg á þrjónunum. Hún hefur verið sjónskert frá fæðingu en lætur það alls ekki stoppa sig.

Katrín Rut
Magnúsdóttir skrifar

Lýstu típskum degi hjá þér.

Ég vakna um kl.7:00 og geri mig tilbúna fyrir skólann. Ég er í skólanum frá 8-16:30 næstum alla daga því ég er að taka námið hraðar. Eftir skóla tek ég strætó eða leigubíl í Laugardalslaugina og fer á sundæfingu sem er um tveir tímar. Ég kem heim um 19:00-20:00. Á lengsta degi vikunnar er æfing til 20:30 og þá kem ég ekki heim fyrr en 21:30. Þá á ég eftir að læra og það tekur einhvern tíma. Eftir svona langa daga væri ég alveg til í að fara bara heim að sofa.

Hvaða nám stundar þú?

Ég byrjaði á listnámsbraut í Borgó og stefndi á að verða leikari en færði mig síðan yfir á félagsfræði. Mér fannst leiklistin snúast mun meira um hæfileika heldur en nám. Ég stefni nú á að verða sálfræðingur. Mér fannst mjög erfitt að fara yfir á félagsfræðibraut og byrja aftur í bóklegu námi eftir eins og hálfs árs pásu. Ég kynntist mikið af fólki á listnámsbrautinni og held miklu sambandi við þau.

Hvenær byrjaðir þú í sundinu?

Í byrjun 6.bekkjara fór ég á mína fyrstu sundæfingu. Mér hafði alltaf langað að prófa og elskaði þetta strax. Held að þetta hafi verið í

genunum því pabbi var sundmaður.

Hvaða tækifæri hafa opnast fyrir þér í gegnum sundið?

Ég hef farið til Noregs og Svíþjóðar með landsliði fatlaðra. Svo hef ég líka farið til Tenerife með Fjölni. Ógeðslega skemmtilegt og hefur mótað líf mitt. Hérna heima keppi ég og æfi allan ársins hring nema yfir hásumartímann.

Hefur þú orðið fyrir fordómum eða aðkasti?

Aðallega þegar ég var yngri og krakkar voru óþroskaðir og algörir kjánar, þá var mér strítt en nú í dag er fólk þroskaðra og ég get ekki sagt að ég verði fyrir fordómum.

Hver er þín helsta hindrun?

Ekkert hindrar mig í mannlegum samskiptum, en auðvitað vinn ég hægar og les hægar en aðrir og þarf að leggja mig tvöfalt fram í skólanum. Ég má helst ekki vera veik þá missi ég af svo miklu.

Hver eru þín framtíðarplön?

Ég stefni á sálfræði í HR, list vel á námið og svoleiðis. Það eru svo ótal margir staðir sem sálfræðingar vinna á til dæmis á flugvöllum! Ég ætla að halda stöðugt áfram í sundinu og stefni á að fara á Ólympíuleikana í Tókíó árið 2020.



STARFS- & ENDURMENNTUN

FRAMHALDSNÁM

UMHVERFIS-SKIPULAG

NÁTTÚRU- & UMHVERFISFRÆÐI

SKÓGFRÆÐI & LANDGRÆÐSLA

HESTAFRÆÐI

BÚVÍSINDI



HÁSKÓLI LÍFS & LANDS

**UMSÓKNARFRESTUR
5. JÚNÍ**

UMHVERFIS-SKIPULAG

NÁTTÚRU- & UMHVERFISFRÆÐI

SKÓGFRÆÐI- & LANDGRÆÐSLA

VILT ÞÚ HAFA ÁHRIF Á NÝTINGU, VERNDUN OG VIÐHALD NÁTTÚRUNNAR?

Kynntu þér spennandi nám í Landbúnaðarháskóla Íslands þar sem nálægðin við viðfangsefnið og kennara er í forgrunni. Lítill skóli með mikla sérstöðu!

HÁSKÓLADEILD
Umhverfisskipulag, Náttúru- & umhverfisfræði, Skógfræði & landgræðsla, Hestafræði og Búvísindi

STARFSMENNTUNARDEILD
Skrúðgærðyrkja, Skógur & náttúra, Blómaskreytingar, Gærðyrkjuframleiðsla og Búfræði

HESTAFRÆÐI

BÚVÍSINDI

GÆRÐYRKJA

BÚFRÆÐI

Hvert er þitt upphald?



Markmiðið að standa á stóra sviðinu

Síðastliðna mánuði hefur unga tónlistakonan Hildur Kristín Stefánsdóttir betur þekkt sem HILDUR tröllriðið íslenskri dægurmenningu með lögum á borð við Bumpy Road og I'll Walk With You. Hildur er nú að fara að keppa í Söngvakeppni sjónvarpsins og er auk þess tilnefnd til Íslenskra Tónlistarverðlauna sem nýliði ársins. Ég var svo heppinn að fá að setjast niður með henni og spjalla aðeins.

Kristinn Örn Sigurðsson skrifar

Hver er Hildur?
Ég er stelpa úr Reykjavík sem elskar tónlist og elskar að semja hana og flytja hana. Svo er ég obsessed af Japan, tala japönsku, er með B.A. próf í því og fyrst við erum að tala um Framhaldsskólablaðið þá var ég í MR. Ég er samt ekki týpiskur MR-ingur, var mjög léleg í skólanum, var aðallega bara í félagslífinu. En það hefur örugglega hjálpað mér meira en lærdómurinn hefur gert. Ég byrjaði einmitt á náttúrufræðibraut sem var örugglega versta hugmynd í heimi og fer yfir á málabraut. MR stærðfræði er ekki fyrir mig.
Hvenær byrjaðiru að gefa út tónlist?
Í menntaskóla þá byrjaði ég í hljómsveit sem hét Rökurro. Ég byrjaði í henni á öðru ári í MR. Þá bjuggum við til hljómsveit til að taka þátt í músíktílaunum, var alveg viss að við myndum vinna en við komumst ekki áfram. Þetta var erfið byrjun en við ákváðum að halda samt áfram. Þá spilaði ég á selló og var að syngja líka. Það var hljómsveit sem var alveg í gangi í ansi mörg ár, gáfum út 3 plötur. Svo fórum við í pásu fyrir um 2 árum og ég fór þá að gefa út sóló efni. Ég tók þátt í Söngvakeppni sjónvarpsins fyrir 2 árum með lagi sem ég samdi með vini mínum. Það var í fyrsta skipti sem ég var að gera popp tónlist og eftir það ákvað ég að gera mitt project sem er bara HILDUR. Ég byrja á því í fyrra með I'll Walk With You.

Svo ert þú núna að taka þátt í ár í söngvakeppninni, hefur þú einhverjar væntingar og er það eitthvað langtíamarkmið sem þú vilt ná?
Það er einmitt mjög fyndið að síðast þegar ég tók þátt þá var ég alveg viss að ég myndi aldrei taka þátt aftur, þetta var alveg svolítið klikkaður heimur. Ég gef svo út I'll Walk With You í fyrra og margir komu að mér og sögðu að þetta hefði orðið fullkomið Eurovision lag. Þá hugsaði ég, ok, þetta var gaman og góð kynning fyrir mig og ef ég sem lag sem passar þá tek ég þátt. Svo sem ég þetta lag í sumar og hugsaði með mér að þetta lag verður að fara í keppnina. Fyrsta markmiðið var auðvitað að komast í sjónvarpið. Ég er mikil keppnis manneskja og þykir erfitt að tapa en ég verð að muna að það eru mörg góð lög í keppninni og þetta er bara gott til að koma sér á framfæri. En auðvitað er markmiðið að standa á stóra sviðinu úti og hefur mig langað að gera það síðan ég var barn.
Finnst þér skemmtilegra að syngja á Íslensku eða ensku?
Sko, Íslenska er mjög fallett tungumál og framan að í Rökurro sungum við á Íslensku. En í popp tónlist þá er mjög erfitt að syngja á Íslensku en það er casual á ensku og Hildar projectið er á ensku.
Hvernig er það að vera „frægur“ eða má segja að það sé einhver frægð?
Ísland er svo lítið og þegar maður gefur út eitthvað nýtt fær maður strax fleiri bókanir. Það er mikil munur að vera í indie hljómsveit þar sem ekki allir þekktu lögin hjá okkur og núna



þar sem allir kunna lögin manns. En daglega lífið breytist ekki mikið og það er ekkert verið að stoppa mann úti á götu eða neitt. En fólk er líklegra til að stoppa þig á tímum eins og Airwaves þá frekar útlendingar og segja „Hey, ég sá ykkur í gær og þið voruð geggjuð.“ Það er geðveikt gaman þegar þú ert stoppuð, ég ætti kanski að fara að gera það meira að stoppa uppáhalds tónlistamenn mína og segja „Hey þú ert nettur“ því það er geðveikt skemmtilegt að fá það. En skemmtilegast er að fá börn því þau stoppa bara og stara og það er rosa sætt. Það kom mér einmitt mikið á óvart að börn virðast elska þetta.
Ertu með einhvern markhóp eða viltu höfða til allra?
Það er svo fallett við popptónlist að hún getur höfðað til allra miðað við að indie rock er bara lítill hópur fólks. Það er eitthvað geðveikt við það að 80 ára gamla amma mín er að hlusta á það sama og einhver 5 ára gömul stelpa.
Þú segir að þú ert með B.A., ertu þá 100% í tónlistinni eða ertu með einhverja aðra vinnu?
Ég er orðin 100% starfandi í tónlist. Ég var reyndar með aðra vinnu en fyrirtækið fór á hausinn og ég missti hana. Þegar það gerðist þá ákvað ég bara að vera 100% í tónlist og ég sé ekkert eftir því. Ef ég lít tilbaka núna þá get ég ekki séð mig vera að gera eitthvað annað með tónlistinni, það er svo mikið að gera.
Hver eru þínar helstu fyrirmyndir og áhrifa-valdar?

Á Íslenska sviðinu hef ég lítið rosa mikið upp til Bjarkar og Emiliönu Torrini þar sem þær komu inn á heimssviðið, söngkonur frá Íslandi. Svo með Björk að hún gerir aldrei það sama aftur. Mér finnst þær einmitt líka flottar fyrirmyndir þar sem þær eru konur á þessu sviði og það er erfiðara enn að vera karl, það er staðfest og ég lít upp til sterkra kvenfyrirmynda. Svo auðvitað Beyonce, ég bara skil ekki hvernig hún virkar, algjör drottning.
Hvert er þitt markmið, ertu til í að taka 3 borgir á 2 nóttum?
Þegar ég byrjaði á þessu verkefni fókuseraði ég bara á Ísland og ekkert að spá út. Það er svolítið skrítið við íslenska tónlistarmenn að finnast þeir verði að meika það úti til að vera álitnir góðir. En ef þér gengur vel á Íslandi þá ertu alveg góður, þú ert að gera eitthvað rétt. Þannig ég vil bara fókusera á Ísland fyrst og svo ef það kemur eitthvað annað í kjölfarið þá væri það frábært og ég myndi ekki segja nei við að fara út. Það er samt rosa vinna, ég hef prófað að tor-ur-a aðeins með Rökkurro og þetta er ógeðslega erfitt. Sérstaklega ef þú ert að syngja, þetta er ekki eins fallett og fólk segir það vera.
Hver er draumaatriðið að vinna með í að semja lag, s.s. HILDUR ft.?
Ég myndi vilja að syngja með Páli Óskari. Það eru líka alveg margir flottir í Hip Hopinu en það væri kanski ekki eins obvious fit. En mér finnst Emmsjé Gauti, Aron Can og GKR ógeðslega skemmtilegir. En úti væri ég geðveikt til í að

vinna með Drake. Myndi ekki segja nei við því.
Hvað hlustar Hildur á núna?
Ég er búinn að vera hlusta mikið á nýju plötunni hjá Childish Gambino. Svo var ég að hlusta á Beyonce útaf Grammy málinu. Og svo finnst mér rosa gaman að fylgjast með tónlistar bloggum og finna nýja tónlist. Svo er ég auðvit- að búinn að hlusta á Eurovision lög því it's that season.

Örugg rými og vávarar

Það getur verið svo gríðarlega lýjandi fyrir fólk sem tilheyrir minnihlutahóp eða er jaðarsett að öðru leyti að þurfa að vera alltaf á tánum. Það er ávallt séns á því að einhver segi eitthvað fordómafullt, leiðinlegt eða ljótt sem þarf að leiðrétta. Oft tekur fólk því ekki vel að það sé leiðrétt og þá myndast umhverfi sem fólki líður ekki vel í. Þegar allt liggur undir í hvert sinn sem þú stígur út úr húsi þá kemur fyrirbærið Safe Space sterkt inn.

Hvað er Safe Space?

Safe Space eða öruggt rými er staður, umhverfi eða félagsskapur þar sem að þröngsýni, fordómagirni og kúgandi skoðunum er ekki leyft að viðgangast. Í rýminu gefst pláss til þess að ræða málefni eins og feminisma, rasisma og sexisma á eins öruggan máta og hægt er. Að vita að þú sért í öruggu rými getur verið afar hughreystandi fyrir mjög marga. Bara vitneskjan um það að allir á svæðinu vilja þér vel og eru opnir fyrir allflestu getur skipt sköpum. Örugg rými eru kærkomin hvíld fyrir fólk sem veldur uppsker hatur í umhverfi sínu, bara fyrir það eitt að vera til.

Hvernig skapa ég öruggt rými?

Það er ekki svo flókið, það þarf bara smá góðvild og samvinnu. Allir sem ætla að vera þáttakendur í örugga rýminu þurfa að taka sig saman og búa til reglur sem gilda í rýminu. Þær eru ekki algildar og munu aldrei ná utan um allt, en þær eru góður grunnur til að byggja á.

Hérna eru nokkrar reglur sem má nota sem undirstöðu fyrir ykkar eigið örugga rými:

- Þáttakendur í rýminu mega sleppa því að svara eða taka þátt í öllu sem þau vilja ekki taka þátt í, án afleiðinga.
- Það er í lagi að liða vandræðalega eða vita ekki svörin við öllu.
- Það skal virða skoðanir allra viðstaddra.
- Öllum spurningum skal svara á viðeigandi máta (ekki hlæja, gretta þig o.s.fr.)
- Talaðu fyrir bara fyrir sjálfan þig, engan annan. (t.d segja „ég“ ekki „við“)
- Nota skal trigger warnings eða vávara.

Svo er bara málið að vera opin og meðvit- aður um þann fjölbreytileika sem þessi heimur hefur upp á að bjóða. Heimurinn er ekki svart-hvítur, það eru allir mismunandi og því ber að fagna.

Vávari

Vávari er íslenska þýðingin á hugtakinu

‘trigger warning’. Það þýðir einfaldlega að setja viðvörun áður en talað er um hluti sem gætu komið fólki í uppnám eða vakið hjá þeim ónotatilfinningu. Góð þumalputtaregla er að setja alltaf vávara á undan eitthverju sem yrði aldrei rætt um við börn.

Ágætur listi yfir hluti sem þarfnast vávara:
Ath listinn er alls, alls ekki tæmandi.

- Hvers kyns ofbeldi (kynferðis, andlegt, líkamlegt o.s.fr.)
- Geðsjúkdómar, einkenni þeirra og afleiðingar (sjálfsskaði t.d.)
- Sár, slys, sýkingar og aðrir áverkar.
- Fordómar (t.d. fyrir texta sem inni- heldur fötunarfordóma)
- Kynlíf (sjálsfróun er líka kynlíf)
- Skordýr
- Líkamsvessar (saur, hland o.fl.)
- Dauði (sama hvernig sem hann kom til)

...og endalaust mikið í viðbót! Gott að hugsa sig bara alltaf smá um áður en eitthvað er sett á netið og pæla í því hvort það þarfnist vávara. Ef þú ert ekki viss hvort eitthvað þurfi vávara, þá er alltaf best að setja hann frekar en að sleppa honum.

Í lokin þá er gott að minnst á að í öllu þessu þá skiptir ekki mestu máli í að hafa öll hugtökin á hreinu eða að vera sjúklega meðvitaður um allt. Það sem er mikilvægast er að vera opin, meðfærilegur og næs! Ef einhver segir við þig að þeim finnist óþægilegt að ræða bláa baðsloppa þá er besta svarið ‘Allt í lagi. Ég skal virða það.’



VILTU SKYNNJA OG SKAPA?

Opið fyrir umsóknir um bakkalár nám til 31. mars, alþjóðlegt
meistaránám til 21. apríl og annað meistaránám 13. maí.
Nánari upplýsingar um námsbrautir, umsóknar- og inntökuferli á lhi.is

 **LISTAHÁSKÓLI ÍSLANDS**
Iceland Academy of the Arts



Samkeppni

Kristinn Örn
Sigurðsson skrifar

Margt hefur gerst síðastliðin ár þegar talað er um að framför. Tæknibyltingin mikla er nú í gangi, það hafa aldrei verið fleiri frumkvöðlar á Íslandi og meðalaldur fólks hefur hækkað gríðarlega vegna þróun lyfja. Ekkert eitt fyrirtæki né ríki ber ábyrgð á þessu, ég vil meina að allt kerfið er að taka þátt í þessu, þökk sé frjálsri samkeppni. Samkeppni þýðir það auðvitað að fólk er alltaf að berjast við að vera nr.1. Ef enginn er að reyna að vera betri en sá bestur verður aldrei farið fram.

Við sjáum best þetta í Kúbu. 1959 tekur Fidel Castro við, og síðan 1959 hefur lítið breyst. Fólk keyrir á fórnum bílum, sveltir þar sem það hefur klárað sinn matarskammt og býr í rusl blokkum. Það er eins og Fidel Castro ýtti bara á stopp takkann og látið fjarstýringuna vera síðan. Þetta er vegna þess að ríkið á allt. Ríkið á þig í raun. Ef það væri ekki fyrir vestrænni framför í lyfjum þá get ekki ekki ímyndað mér hver staðan væri þarna. Ástandið er hörmulegt og það fer algjörlega framhjá mér hvernig fólk skuli vilja kerfi eins og þar.

Kúba er ekki eina dæmið. Venesúela er land sem bókstaflega liggur á olíu. Skv. könnun Brittish Petroleum eða BP getur Venesúela framleitt 297 milljarð tunna á ári, um 30 milljarð tunnum meira en Saudi Arabíu sem er í öðru sæti í olíu framleiðslu. Það á allt að þýða að Venesúela á að vera ríkt land með gríðarstóran iðnað og efnahag sem berst við stærstu lönd í heimi. Hugo Chavez og Nicholas Maduro hafa hinsvegar séð til þess að landið er mjög fátækt og keppist við að vera með hættulegustu löndum í heimi. Gjaldeyri þurfti að breytast þar sem Bolívarinn fór

hriðfallandi og varð að 1600 bolivar = 1 USD. Chevez tókst að koma fram sínum sósíalískum hugmyndum á framfæri og gert nærri allt í ríkiseign. Þetta þýðir auðvitað það skv. einfaldri hagfræði að Venesúela fer ekkert fram. Það er nákvæmlega það sem hefur gerst.

Það er hægt að keppast í nánast öllu, Coke vs Pepsi, Fender vs. Gibson, Burger King vs. Mcdonalds, Oasis vs. Blur, Actavis vs. Alvogen, WOW vs. Icelandair og mikið meira til. Þegar einn standarður er settur kemur annar og toppar hann, það er ekki neinn stopp takki. Nú hefur landlæknir gefið leyfi því að Klíníkin í Ármúla fái leyfi til að sjá um sérhæfða sjúkrastofu og legudeild. Þetta er alls ekki neikvætt, ef eitthvað bara gott fyrir okkur Íslendinga að fá fleiri sérhæfðar stofnanir. Biðlistar eftir sérhæfðum aðgerðum munu minnka þá töluvert hjá LSH og fólk sem minna mega sín getur farið í aðgerð mikið fljótar og notið sömu þjónustu og boðið er upp í hjá einastofnunum þar sem LSH verður alltaf að vera fyrsta flokks sjúkrahús. Nú verður framkvæmdastjórn LSH að hirða upp um sig brækurnar og sjá til þess að LSH verði framúrskarandi heilbrigðisstofnun. Væri Karolinska besti spítali í heimi ef það væru engar einkareknar stofnanir?

Það er mannlegt eðli að keppast á við hvort annað, hvort það skuli vera í íþróttum, hönnun, efnahagi eða lyfjatekni. Ég spyr ykkur kæru Íslendingar, viljum við fara áfram og hafa betri og betri lífsgæði og gera þennan heim sem bestan fyrir okkur, börnum okkar og barnabörnum okkar? Eða viljum við ýta á stopp einfaldlega svo allir eru jafnir? Hvernig værum við ef öll væru eins? Einn fyrir alla og allir fyrir einn þýðir fyrir mér samvinnu með samkeppni.



Innhverfa

Sara Mansour skrifar

Ég hata fólk. Markmiðið mitt í lífinu er að eiga í sem minnstum mannlegum samskiptum. Ég er ómannblendin eða „introvert“ sem er gjarnan þýtt á íslensku sem innhverfur persónuleiki. Orðið skiptir svo sem ekki meginmáli. Aðalatriðið er að ég hata fólk.

Hvað er innhverfur persónuleiki?

Samkvæmt skilgreiningu er innhverfur aðili hneigður til einveru og sjálfsskoðunar. Áhugamál hans eru alla jafna friðsæl og krefjast þroska, t.d. lestur, listir, lærdómur og útivera. Á hinn bóginn dregur innhverfur einstaklingur sig í hlé meðal okunnugra eða í margmennni. Það þýðir ekki að samskiptahæfni okkar sé léleg, heldur að við erum vandlát á hverja við opnum okkur fyrir. Úthverf manneskja, „extrovert“, blómstrar aftur á móti í stærri hópum eða við samkomur. Munurinn á innhverfingum og úthverfingum felst einnig í áherslum þeirra. Úthverft fólk einblínir á hið veraldlega og hagnýta meðan innhverft fólk er gjarnt á að halda sér í skjónum, þar sem hugsjónir trompa raunveruleikann. Það er hægt að ímynda sér hverfurnar tvær sem skala þar sem innhverfur persónuleiki er á öðrum endanum og úthverfur persónuleiki á hinum. Enginn er fastur öðru hvoru megin – öll erum við flöktandi á rófinu og veljum okkur staðsetningu eftir aðstæðum og hentugleika – en sumir eru óneitanlega nær endunum.

Algengar ranghugmyndir um innhverfingin

Ekki má rugla ómannblendnum einstaklingum saman við einfara eða „lónera“. Lónerismi er geðsjúkdómur, oftast rakinn til yfirgengilegs tölvuleikjaspils, og kemur fram sem skortur á hæfni til að umgangast aðra eða taka þátt í samfélagi manna. Staðalímyndin er slánalegur unglingstrákur í öllu svörtu, með sigarettu í munnvikinu og hníf í vasanum. Eða gömul kona með hárflóka í stíl við kattarhræksnin sem hún tók að sér og ann eins og börnunum sem hún eignaðist aldrei af því enginn gat hugsað sér að leggja lag sitt við hana. En þegar kemur að innhverfingum er ekki um að ræða andfélagslega eða ofbeldisfulla hegðun. Innhverft fólk er fullkomlega fært um að taka þátt ef þess er þörf. Það er líka algengur misskilningur að innhverfingar séu endilega feimnir, vansælir eða „ekki að lifa lífinu til fulls“. Hugmyndir okkar um tilveruna byggjast á djúpri sjálfsvitund og viðamikilli þekkingu á heiminum umhverfis okkur. Að mínu mati er ekkert nær lífsfyllingu en það.

Allt er betra þegar maður er einn

Þetta snýst ekki um að annað fólk sé pirrandi (sem það er) eða að ég sé betri en þau (sem ég er). Mér finnst einfaldlega tilhugsunin um að fara ein í bíó, labba ein á fjall eða vera ein heima



meira aðlaðandi en að deila tíma mínum með öðrum. Þegar ég er ein er aldrei neitt drama og ég fæ að taka allar ákvarðanir. Hversu æðislegt fyrirkomulag? Það ætti þess vegna ekki að koma neinum á óvart að innhverfingar forðast hópavinnu og starfa best einir síns liðs. Veislur eða stærri hittingar verða okkur leiðigjarnir því við fáum ekki frið frá utanaðkomandi áreiti. Oftar en einu sinni hef ég haldið party heima hjá mér en læðst upp á aðra hæð um miðbik kvöldsins til þess að leika við kisuna mína (við innhverfingar erum að sjálfsgöðu kattarmanneskjur). Það er ákveðinn lífstíll að sitja uppabúin á gólfinu með gæludýrinu sínu meðan félagar manns skemmta sér herbergisbreidd frá. Eða að vera ekki alveg viss hvað allir í vínahópnum manns heita. Eitthvað K? Karen? Klara? Eða var það kannski M?

Við brjótum gegn kröfum samfélagsins

Ég hef alltaf verið svona, þ.e.a.s. liðið best með sjálfri mér. Sem barn var ég mjög einræn og undi mér best langt frá jafnöldrum mínum. Foreldrar mínir fylgdust áhyggjufullir með því þegar önnur börn reyndu að nálgast mig, en ég horfði með samúð á þau áður en ég útskýrði að „það gæti bara verið einn í þessum leik“. Ég skildi aldrei af hverju Palli varð svona leiður þegar hann varð einn í heiminum. Það er ekki þar með sagt að ég verði aldrei einmana eða vinarþurfi... en það er veikleiki sem líður alltaf hjá. Mér finnst að allir innhverfingar ættu að taka þessum persónuleika opnum örnum og hætta að hlusta á fólk sem stimplar okkur „skritin“. Við þurfum hvort eð er ekki á þeim að halda því við höfum okkur sjálf.

Veislur eða stærri hittingar verða okkur leiðigjarnir því við fáum ekki frið frá utanaðkomandi áreiti.





Tæknifræði (BS)

Kynntu þér tæknifræðinám Háskóla Íslands og Keilis á Háskóladeginum laugardaginn 4. mars. Fjölfaglegt og hagnýtt háskólanám sem veitir rétt til að sækja um lögverndað starfsheiti tæknifræðings. Boðið er upp á sérhæfingu í **iðntæknifræði** fyrir efna- og líftækniðnað og **mekatróník hátæknifræði** með áherslu á tölvu- og véltæknifræði.



HÁSKÓLI ÍSLANDS
RAFMAGNS- OG TÖLVUVERKFRÆÐIDEILD



Keilir
Miðstöð vísinda,
fræða og atvinnulífs

Mismunandi sjónarhorn skiptináms

Fjölskylda sem tók við skiptinema

Í ágúst 2015 kom stelpa frá Bosníu Hersegovinu til okkar sem skiptinemi á vegum AFS. Við höfðum lengi talað um að það gæti verið gaman að fá skiptinema en töldum svo oft að ekki væri rétti tíminn og ekki réttu aðstæðurnar. En svo kom að því að við tókum af skarið; nú væri svo sannarlega rétti tíminn.

Við vorum fyrir komu hennar búin að kynnast henni og fjölskyldu hennar þó nokkuð í gegnum samfélagsmiðlana. Þegar hún kom var eins og við hefðum bara alltaf þekkt; hún var svo ótrúlega fljót að aðlagast fjölskyldu okkar. Hún fór í sama skóla og dóttir okkar, Kvennó, sem var mjög gott fyrir þær báðar. Hún var fljót að kynnast krökkunum í bekknum og henni fannst mjög gaman í skólanum.

Okkar upplifun af þessum 10 mánuðum er bara góð. Í raun og veru gekk allt svo vel og það var ekkert stórkostlegt sem kom upp á sem að við þurftum að vera að dila við. Auðvitað var svo sem eitt og annað sem að maður hefði viljað hafa aðeins öðru vísi en við ákvaðum frekar að velja þá slagi sem að við vildum taka. Hún var og er vel gerð stúlka, glaðlynd, hláturmild, skrafhreifin o.s.frv., við vorum einstaklega heppin með „eintak“.

Skiptineminn okkar kvaddi Ísland fyrir 8 mánuðum, en við erum í góðu sambandi við hana og alla hennar fjölskyldu. Rúsinan í pylsuendanum er ferð okkar til Bosníu í nóvember sl. þar sem við dvöldum í nokkra daga. Við teljum að nú hafi þessar tvær fjölskyldur tengst órjúfanlegum böndum og fyrir það erum við öll þakklát.

Magnús Grétar Guðfinnsson skrifar



Skiptinemi að fara í prógramm

Ég veit ekki alveg hvernig mér datt í hug að sækja um að verða skiptinemi hjá AFS. Ég var í einhverjari tilvistarkreppu og langaði að prófa eitthvað nýtt, ég veit virkilega ekki hvað ég var að hugsa. Costa Rica var landið sem varð fyrir valinu, ég er ótrúlega spennt að læra spænskuna og hitta fjölskylduna sem ég mun búa hjá næsta hálfa árið. Svo verður ótrúlega mikil viðbrigið að fara inn í svona nýjan menningarheim. Eins mikið og ég er spennt er ég líka ótrúlega stressuð. Að yfirgefa fjölskyldu og vini í hálft ár til að vera hinumegin á henttinum er mikil áskorun! Á „bucketlistanum“ hjá mér er það hellst að prófa nýja íþrótt og kynnast fólki í gegnum það. Það er frekar fyndið hvað ég er búin að undirbúa mig lítið. Er búin að googla landið eitthvað aðeins og hef talað við skiptinema sem fóru á sömu slóðir og ég. Ég fer inn í þetta með opinn hug!

Margrét Sól Torfadóttir



Skiptinemi í prógrammi

The thoughts and the questions that follow an exchange student during all the experience, from before the departure until the return home, are many. As well as many are the expectations. Although it is best not to expect anything in order not to be disappointed, not everyone can resist. How many times I've daydreamed about how I imagined my life in Iceland would be: going to school, meeting with my friends, spending time with my family, in the weekend visit volcanoes and glaciers, discover waterfalls and little hidden lakes. I imagined adventure too! I thought that being an exchange student meant doing something special everyday. And for special I meant things like swimming in the ocean while the temperature outside is 4 degrees, reach for the top of a mountain and admire the breathtaking view, sleeping in a tent in the middle of nothing just to see the northern lights. Special was often synonym of extreme or otherwise extraordinary. But now I find myself thinking that little things are special too: jostle with my brother, laugh with my mother, going home from the bus stop without thinking about the way because it's automatic, a stranger that smiles at you on the way to the supermarket. Even the

routine becomes special because it's not the same routine that you had at home. Nothing is the same and no matter how much you try to psychologically prepare yourself, what you find when you arrive will always be unexpected. In some cases your expectations will be disappointed, in others they will be outdone, in others you'll just find something different. Many people have asked me: 'How did you imagine it?' and it surprises me thinking about how many times I've simply answered: 'Different. Not better, not worse.' Everything is new and often surprising. I often find myself looking at everything through the eyes of a kid and I often feel like one. Like when I stand near my mother that is much taller than me (while my Italian mom is the same height as I am) and I have to ask her for help to reach a shelf that is too high for me or when I go out for a walk and I 'play' the game to get lost and then find my way home again. Before coming here, I thought that being an exchange student meant growing up, but I've found out that it also means returning small again.

Ilaria Rosso Colletti

Skiptinemi eftir prógramm

It all starts somewhere. You apply for a programme just for fun, not knowing that a few months later, you will be on a plane to the unknown. Next thing you know, you start living your life to the fullest, experiencing spectacular things, trying new food, embracing new culture and getting to know all kind of interesting people. I could not be more proud of myself for starting this life changing journey. Confidence and independence have become well known words in my life. A huge impact on my journey, besides me, was my family and my host family, who pushed me to do better, and gave me strength in hard times. I became richer for many, many lifetime friends all over the world. But, the person I thank the most is my host sister, who made every moment of my ten month exchange unforgettable. But.. It all has to end somewhere. You somehow pack your ten month life into a not-so-big suitcase, leave your heart in Iceland, go back to the place you used to call home and wait for your next challenge.

Farah Mona Ovcina



I could not be more proud of myself for starting this life changing journey.



BÍFVÉLAVIRKJUN ER LÍKA
#KVENNASTARF

STJÖRNUSPÁ

Eik Arnþórsdóttir skrifar

STEINGEITIN (22.des – 19. jan)



Góðan dag myndarlega steingeit! Ég vona að þér sé búið að líða vel síðustu daga. Það eru svo bjartir tímar framundan hjá þér að ég held að það sé skynsamlegt að kaupa ný sólgleraugu. Ekki vera hrædd/ur við að segja nei.

VATNSBERINN (20.jan – 18. feb)



Elsku vatnsberinn minn, nú er tíminn til þess að setja allann þinn kraft í að láta draumana þína rætast. Vertu ákveðinn, þorðu, prófaðu og haltu í vonina. Það mikilvægasta fyrir þig á næstu vikum er að hætta ekki að vinna fyrir hlutunum.

FISKURINN (19. feb – 20. mars)



Fallegi fiskurinn minn! Mikið eru spennandi tímar framundan fyrir þig og þína. Breytingar munu eiga sér stað, sumar óvænt og aðrar ekki. Það eru tækifæri allstaðar í kringum þig.

HRÚTURINN (21. mars – 19. apríl)



Elsku hrútur, einbeittu þér að einu í einu! Þig langar að sigrá heiminn NÚNA en mundu að góðir hlutir gerast hægt. Ekki gleyma vinum þínum.

NAUTIÐ (20. apríl – 20. maí)



Yndislega naut, ertu búin/n að sjá La La Land? Myndin á vel við þig þar sem að þú ert mikill tækifærissinni og ég hvet þig heldur betur til þess að nýta öll þau tækifæri sem bjóðast þér. Vertu þitt eigið ljós.

TVÍBURINN (21. maí – 20. júní)



Hjartagóði tvíburi, vertu þinnar eigin gæfu smíður. Ekki leyfa öðru fólki að ráðskast með þig, segja þér hvernig þér á líða eða hvað þú átt að gera. Statu upp fyrir sjálfum þér og finndu þennan sterka kraft sem blundar innra með þér.

KRABBINN (21. jún – 22. júlí)



Gáfaði krabbi, þú skalt ekki hræðast það að vera einn. Það er nauðsynlegt að geta verið einn með sjálfum sér, sérstaklega á næstu vikum. Lífið þitt á ekki að snúast um neinn annan en þig.

LJÓNID (23. júlí – 22. ágúst)



Skemmtilega ljón, hvað er langt síðan að þú gerðir eitthvað fallegt fyrir sjálfa/n þig? Ég hvet þig eindregið til að láta þér líða vel og dreifa svo kærleikanum með vinum og fjölskyldu.

MEYJAN (23. ágúst – 22. sept)



Fríðsæla meyja, þú stendur þig svo vel í öllu. Þolinmæði er lykill næstu daga. Hins vegar skaltu ekki hika við að taka fyrsta skrefið og ná í það sem þú vilt! Þú ert frábær.

VOGIN (23. sept – 22. okt)



Kæra vog, hvernig líður þér innst inni í hjartanu? Það er allt í lagi að vera væminn og kafa í sálartetrið. Þannig kynnistu þér betur og lærir á tilfinningarnar þínar.

SPORÐDREKINN (23. okt – 21. nóv)



Uppfinningasami sporðdreki, hvar værum við án ykkar sporðdrekana? Allavegana ekki jafn hamingjusöm. Afbryðisemi er holl í hófi, ekki festast á neikvæðum tilfinningum. Lífið er of stutt, án gríns, ekki eyða tíma í bull.

BOGAMAÐURINN (22. nóv – 21. des)



Gullfallegi bogamaður, ákveðni er þinn best vinur. Hugsaðu um lífið þitt sem skip, viltu ekki vera skipstjórinn? Viltu ekki sigla þessu skipi á þínum eigin forsendum? Gerðu það þá.

Vetrarhátíð 2017

Egill Uggason skrifar

Fyrr í þessum mánuði var árleg Vetrarhátíð, hátíð ljóss og myrkurs, haldin í sextánda skiptið í samstarfi við Orkusöluna og Hljóðx. Hátíðin var haldin frá 2.-5. febrúar. Þau bæjarfélög sem tóku þátt í Vetrarhátíð 2017 voru Reykjavík, Kópavogur, Hafnarfjörður, Garðabær, Mosfellsbær og Seltjarnarnes. Stærstu viðburðir hátíðarinnar í ár voru Safnanótt og Sundlauganótt.

Safnanótt var haldin þann 3. febrúar og voru söfn þeirra bæja sem tóku þátt opin öllum frá 18:00-23:00 og voru Safnaæturstrætóar sem fóru á milli safna. Bæði strætóferðirnar og aðgangur að söfnunum var ókeypis. Sundlauganótt var haldin 4. febrúar og var haldin á þann hátt að það var frítt í margar sundlaugar á höfuðborgarsvæðinu og voru margir sem notuðu þetta til að skreppa í sund.

Þau söfn og staðir sem tóku þátt í Safnanótt 2017 voru m.a: Alliance Francais, Grafíksafn Íslands, Hvalasafnið, Leikminjasafn Íslands, Listasafn Íslands, Menningarhúsið Gerðuberg, Sögusafnið, Pönksafnið, Molinn, Salurinn Kópavogi, Hafnarborg, Kvikmyndasafn Íslands, Hönnunarsafn Íslands, Listasalur Mosfellsbæjar og Lækningaminjasafn Íslands.

Lokaviðburðir Vetrarhátíðar 2017 voru tveir og fóru báðir fram í Reykjavík 5.febrúar. Sköpun lands var ljóslistaverk unnið úr myndböndum af eldgosum og var varpað fram á Hallgrímskirkju frá 8 til 12

Svo var Myrkvun Miðborgarinnar frá 9 til 10 og var til að vekja umhugsun og athygli á myrkurgæðum, og til þess að fólk gæti upplifað himinhvolfið í sinni tærustu mynd án ljósmengunar.



Mynd/Ragnar Th. Sigurðsson



Námsmannaíbúðir til leigu

Byggingafélag Námsmanna hefur til leigu einstaklings-, par- og fjölskylduíbúðir í Reykjavík og Hafnarfirði, fyrir námsmenn. Stærðir íbúða eru á bilinu 40-70 fermetrar. Hagstætt leiguverð og góð þjónusta umsjónarmanna sem unnt er að kalla til ef eitthvað þarf að laga.

Allar nánari upplýsingar má finna á heimasíðunni www.bn.is eða á skrifstofu félagsins að Skeifunni 19, 4.hæð, s. 570-6600. Opíð frá 13.00 – 16.00 alla virka daga.



Byggingafélag
námsmanna

ÉG GET EKKI MEIR



Það tekur á að fela sig
– við erum tilbúin að hlusta

+ HJÁLPARSÍMI OG NETSPJALL
RAUDA KROSSINS

1717

Ókeypis • Trúnaður • Alltaf opin

.is



Elsku stelpur

Una Torfadóttir
skrifar

Ég var tíu ára þegar ég var fyrst kölluð hóra. Þá skildi ég ekki af hverju, núna skil ég.

Ég var fyrir, ég var stjórnsöm, fór yfir mörkin og reyndi að brjóta boxið, en ég var lítil og ég var stelpa.

Elsku stelpur, ekki fara ykkur að voða. Ekki taka í burtu plássíð sem er frátekið af strákum, því ef þú ert með typpi færðu einn fermeter í viðbót ekki krefjast þess að þið séuð virtar, þið eigið minna skilið.

Klæddu þig eins og ég vil hafa þig haltu þig í þínu horni málaðu þig meira, málaðu þig minna málaðu þig minni.

Klæðaburðarviðmið Samfés: Númer eitt: Ef klæðast á kjól eða pilsí sem nær EKKI niður fyrir hné skal klæðast lituðum sokkabuxum eða leggings. Vegna þess að leggir á fimmtán ára stelpum

gefa of mikið í skyn. Númer tvö: Varast skal að klæðast of flegnum bolum eða kjólum. Vegna þess að húðin á fimmtán ára stelpum gefur of mikið í skyn.

Æstu þig, æstu þig, æstu þig Þú ert umkringd af óréttlæti og ættir helst að öskra.

Róaðu þig niður, ekki hafa svona hátt ertu ekki bara að byrja á túr? Passaðu þig! Þú hræðir strákana í burtu, þú talar allt of mikið.

Hættu þessu, þú veist betur “þú hefur ekkert alltaf rétt fyrir þér” Vertu kurteis, ekki vera vandró ekki koma mér í óþægilega stöðu, ekki fokking blóta!

Vertu skynsöm vertu dugleg, tíndu upp draslið sem aðrir skilja eftir, týndu þér. Gleymdu hvaða máli þú skiptir, láttu þig hverfa.

Vertu sæt, vertu sexý, ekki fara samt yfir strikið. Þú veist hvað gerist ef þú sýnir aðeins of mikið.

og í guðana bænum ekki senda honum ‘myndir’ Því þú, þín brjóst, þinn líkami og allt sem þú ert er skítugt og ljótt og bannað og ekki til að deila með öðrum og þú mátt ekki eiga það sjálf

Elsku feðraveldi, veistu, þegar þú segir mér að róa mig og halda bara kjafti, hveturu mig áfram til að öskra af öllu afli þú getur ekki stoppað það sem þú veist að er að koma þú skilur ekki erfiðnið, þú ert ekki kona.

Þið horfið upp á sviðið og sjáið ekki stráka og einhverjir hugsa “hvar er jafnréttið í þessu?”

en við viljum vita hvar er jafnréttið í öllu? Hvar eru konur í heiminum yfir höfuð? Það eru konur hérna, á þessu sviði, núna, en sumir þurfa alltaf að skima eftir strákum

Við höfum barist svo lengi fyrir ótal sjálfsögðum hlutum að baráttan í sjálfu sér er orðin sjálfsagður hlutur. En við biðjum ykkur stelpur, að halda alltaf áfram, að gleyma ekki skiltunum sem stóðu upp úr göngum að gleyma aldrei konunum sem hrópuðu í myrkri að gleyma sist öllum stelpunum sem voru dónar og tíkur og fyrir.

Stelpur krefjast athygli ekki reyna að hunsa okkur. Stelpur krefjast tækifæra ekki reyna að hindra okkur Stelpur krefjast virðingar ekki reyna að stoppa okkur. Stelpur krefjumst jafnréttis látum ekkert stoppa okkur!



Eftirtaldir styrktu útgáfuna

Apótek Reykjavíkur	Seljavegi 2	101	Reykjavík
Blikkrás	Óseyri 16	603	Akureyri
Bolungarvíkurkaupstaður	Aðalstræti 12	415	Bolungarvík
DMM Lausnir	Iðavöllum 96	230	Keflavík
Efnalaugin Hreint út	Tryggvabraut 22	600	Akureyri
Efnamóttakan	Gufunesi	112	Reykjavík
Eignamiðlun ehf	Síðumúla 21	108	Reykjavík
Fjölbrautarskóli Suðurlands	Sunnubraut 8	230	Keflavík
Fjölskylduheimilið	Ásvallagötu 14	108	Reykjavík
Fossvélar	Hellismýri	800	Selfoss
Fótaaðgerðastofa Ásdísar	Vesturgötu	101	Reykjavík

Bílaleiga húsavíkur
Veitingastaðurinn Síam
Verkís

Geiri ehf	Bildshöfða 16	110	Reykjavík
Gleraugnaverslunin Eg C	Hamraborg 10	200	Kópavogur
Græni Hatturinn	Klettaborg 25	600	Akureyri
Guesthouse Borg	Borgarhrauni 2	240	Grindavík
Hafás rafstöðvar	Rauðhelli 9	220	Hafnarfjörður
Samstaða Stéttarfélag	Þverbraut 1	540	Blönduós
Seyðisfjarðarbær		710	Seyðisfjörður
Trésmiðja Helga Gunnarssonar	Mánabraut 2	545	Skagaströnd
Verslunarmannafélag Suðurnesja	Vatnsnesvegi 14	230	Keflavík
Vélaverkstæðið Þór	Norðursundi 9	900	Vestmannaeyjar

LJÓÐ

Ungfrú Ísland

Stundvís og stéttvís og
stoð undir feðranna veldi,
alsæl hún espir í
anorexiunnar eldi.

Skammar þær skammsýnu:
Skammastu þín fyrir kroppinn.
Virðing og verðgildi
veita þér leið upp á toppinn.

Toppinn sem táningar
tilbiðja blindir og elta
ælandi undrandi
af hverju þeir skulu svelta.

Koss fyrir kappið fær
kapítalsmásalin drjúga:
Þú stendur þig vel og
þekkir hvað áfram skalt sjúga.

Enn trónir ungfrúin
uppi á plastpokafjalli.
Sér ekki samfélag
sem bíður eftir hún falli.

Vitundarvakningin
veltur á þeim sem að lífa.
Hvað gerir hver og einn?
Hvernig mun klukkan þín tifa?

Baldvín Flóki Bjarnason

Skúffuskáld

Eina leyndarmálið
í náttborðsskúffunni
er titrari.

Því ég er kona;
á ekki að hafa áhuga,
á ekki að njóta kynlífs,
á ekki að snerta klofið.
Það er ekki dömulegt
að láta sjálfri sér líða vel.

Og ekki tala um sjálfsfróun
við vinkonurnar,
né vinina
sem runkuðu sér alla helgina.

Leyndarmál,
undir sæng og ofaní skúffu.
Leyndarmál,
því ég er kona
og af einhverjum ástæðum,
þykir það feimnismál að ég
runki mér.

Eva Dröfn Hassell
Guðmundsdóttir

ÁSTRALÍA • NÝJA SJÁLAND • ENGLAND • SKOTLAND • ÍTALÍA • SPÁNN • ÞÝSKALAND

Your
creative
future
starts here

Háskólanám erlendis

á sviði skapandi greina

Lingó er vottaður umboðsaðili á Íslandi fyrir alþjóðlega fagháskóla sem bjóða hagnýtt nám og eru í tengslum við heimsþekkt fyrirtæki. Þér gefst einstakt tækifæri til að kynnst suðupotti hugmynda, með stefnum og straumum víða að úr heiminum. Aðstaða og umhverfi er eins og best gerist og kennarar eru reyndir fagmenn og sérfræðingar. Háskólanám erlendis í hönnun, markaðsfræði, sjónlistum, miðlun, sviðslistum, eða tísku opnar einnig möguleika á að hitta „réttu“ fólkið og komast áfram á alþjóðlegum markaði.

OPIÐ
fyrir umsóknir

lingo
MÁLAMIÐLUN

KYNNTU ÞÉR MÁLIÐ • SÍMI 562 2220 • WWW.LINGO.IS



Viltu vinna með okkur í sumar?

Sumarstarfsfólk óskast til starfa hjá Hrafnistu Hafnarfirði, Reykjavík, Kópavogi, Garðabæ og í Reykjanesbæ.
Hrafnista er vinnustaður þar sem starfsfólki gefst tækifæri til að afla sér reynslu og þekkingar. Gott vinnuumhverfi stuðlar að því að hæfileikar sérhvers starfsmanns njóti sín.

Talsvert er um að ungt fólk hefji störf í sumarafleysingum og vinni með skóla á veturna og fari síðan í heilbrigðistengt nám. Þekking, reynsla, frumkvæði og ánægja starfsmanna Hrafnistu tryggir gæði þeirrar þjónustu sem veitt er. Í sameiningu skapa starfsmenn og heimilið opið og hvetjandi umhverfi.

Lágmarksaldur umsækjenda er 17 ára.

Bæði er í boði vaktavinna og dagvinna.

Hæfniskröfur:

- Góð færni í samskiptum
- Sjálfstæði og stundvísi
- Jákvæðni og metnaður í starfi
- Góð íslenskukunnátta

Óskum eftir að ráða í sumar:

- Starfsfólk í aðhlynningu
- Hjúkrunarfræðinga /-nema
- Læknanema
- Sjúkraliða/-nema
- Félagsliða
- Starfsfólk í borðsal
- Starfsfólk í ræstingu

Umsóknarfrestur er til og með 26. febrúar nk. Allar nánari upplýsingar og umsóknareyðublöð má nálgast á heimasíðu Hrafnistu, **www.hrafnista.is** og heimasíðu Fast ráðninga, **http://fastradningar.is/**





HÁSKÓLA DAGURINN

Fríar rútuferðir
á milli HÍ, HR og LHÍ

**Kynning á öllu
háskólanámi
á Íslandi**

**4. mars
kl. 12 til 16**

**Háskólinn á Akureyri,
Háskólinn á Hólum og
Landbúnaðarháskóli Íslands**
verða á Háskólatorgi
Háskóla Íslands

Háskóli Íslands
kynnir nám sitt á Háskólatorgi,
í Aðalbyggingu, Öskju
og Háskólabíói

Háskólinn í Reykjavík
kynnir nám sitt í Háskólanum
í Reykjavík

Háskólinn á Bifröst
kynnir nám sitt í Háskólanum
í Reykjavík og á Háskólatorgi
Háskóla Íslands

Listaháskóli Íslands
kynnir nám sitt í húsnæði skólans
að Laugarnesvegi 91

Háskóladagurinn um allt land

Reykjanesbær, FS 7. mars kl. 13–15
Ísafjörður, MÍ 9. mars kl. 11–13
Akranes, FVA 10. mars kl. 10–12
Egilsstaðir, ME 15. mars kl. 11–13
Akureyri, MA 16. mars kl. 9:30–11
Akureyri, VMA 16. mars kl. 12:30–14
Vestmannaeyjar, FÍV 20. mars kl. 10–12
Selfoss, FSU 29. mars kl. 10:10–12

f/haskoladagurinn
haskoladagurinn.is
#hdagurinn