

Under Dusken

STUDENTAVISA I TRONDHEIM NR.11 107. ÅRGANG 2.11.21 - 22.11.21



DOPET FOR FOKUS

– STUDENT OG
OVERLEGE UENIGE OM
RISIKOEN AV RITALIN

GRATIS

RADIO REVOLT

DIN STUDENTRADIO
I TRONDHEIM.

Lytt på DAB, som podcast
eller på radiorevolt.no



6

STORE FORSKJELLER I STUDENTENES ARBEIDSMENGDE:

Trondheimsstudenter frustrerer seg
over at arbeidsmengden i emner
med samme antall studiepoeng er
varierende.



28

UKA-NEDTUR:

Eviglange skift og ingen
sosialisering. UKA ble ingen fest
for «Hedda».



58

MANKO PÅ KVINNELIGE ARTISTER:

Det bookes langt færre kvinnelige
artister til konserter i Trondheim,
men hvorfor er det slik?

18

STUDENTER OG PRESTASJONSDOP:

Studenter bruker ADHD-medisin
ulovlig for å prestere bedre på
studiene.

48

RENATE REINSVE:

Gullpalmevinnar fortel om rolla
i Verdens verste menneske,
vilkåra for film i Noreg og tida
på Trøndelag teater.

LES MER PÅ UNDERDUSKEN.NO

REDAKTØR UNDER DUSKEN
Åsmund Hunderi Stenland
– Tlf: 995 37 075
avisredaktor@studentmediene.no

NESTLEDERE UNDER DUSKEN
Idunn Sørensen – Tlf: 936 47 749
avisredaktor@studentmediene.no

Sigrd Solheim – Tlf: 920 88 151
nettredaktor@studentmediene.no

ANSVARLIG REDAKTØR
STUDENTMEDIENE I
TRONDHEIM AS
Oda Eriksen Haugland
– Tlf: 480 76 827
ansvarligredaktor@studentmediene.no

REDAKSJONSSJEF
Christine Aaserød Pedersen
redaksjonssjef@studentmediene.no

DAGLIG LEDER
Sindre Sæthem – Tlf: 411 85 450
dagligleder@studentmediene.no

SALGSSJEF
Linn Holst-Dyrnes
salgssjef@studentmediene.no

NYHETSREDAKTØR
Emelie Kjærli Kristiansen
nyhetsredaktor@studentmediene.no

DEBATTREDAKTØR
Amanda Hytten Bjørknes
debattredaktor@studentmediene.no

REPORTASJEREDAKTØR
Oda Sofie Mathisen Gallefoss
reportasjeredaktor@studentmediene.no

KULTURREDAKTØR
Guro Underdal Hermansen
kulturredaktor@studentmediene.no

FORSKNING- OG
FORBRUKERREDAKTØR
Lea Lauvland Longva
foforedaktor@studentmediene.no

SPORTSREDAKTØR
Roar Høiby Brakstad
sportsredaktor@studentmediene.no

MUSIKKREDAKTØR
Øyvind Soldal Rasmussen
musikkredaktor@studentmediene.no

FOTOREDAKTØR
Torstein Olav Eriksen
foredaktor@studentmediene.no

GRAFISK ANSVARLIG
Marius Thorvik
grafikksjef@studentmediene.no

ILLUSTRASJONSSJEF
Serena Guler
illustrasjonssjef@studentmediene.no

DESK
Marthe Bjerva (sjef), Benedikt Erikstad
Javorovic, Linn Danielsen Evjemo, Erlend
Gylver, Jenny Westrum-Rein, Marle Sæter
Ottesen, Cecilie Bjørnsdatter Raustein,
Margret Meek, Amanda Hytten Bjørknes

GRAFIKERE
Kafja Carmina Sandvik Seifert (5-21), Emma
Shang Hansen (22-37), Ariadne Aabakken
(38-51), Sofija Kornhubere (52-63)

KORREKTUR
Cecilie Bjørnsdatter Raustein (sjef)

FORSIDE
Torstein Olav Eriksen

Maybe it's Ritualin

TIPS OSS!

tips@studentmediene.no

ANNONSERE?

salgssjef@studentmediene.no

Under Dusken er et uavhengig organ for studenter i Trondheim, utgitt av Studentmediene i Trondheim AS. Under Dusken blir distribuert gratis i Trondheim, og kommer ut seks ganger i semesteret. Under Dusken arbeider etter god presseskikk i henhold til Vær Varsom-plakaten. Den som mener seg rammet av urettmessig omtale oppfordres til å kontakte redaksjonen.

Under Dusken blir utgitt av Studentmediene i Trondheim som får økonomisk støtte av Velferdstinget i Trondheim og Studenter-samfundet i Trondheim, som står uten redaksjonelt ansvar.

Miljøtrykksak fra
Trykkpartner AS.

Lisensnr. 241823
Sertifikat nr. 1638



VI HAR FÅTT NY NETTSIDE!

Sjekk den ut på underdusken.no



LEDER

IDUNN SØRENSEN
NESTLEDER I UNDER DUSKEN

FRIVILLIGHETENS DØD I DØDENS DAL

Da jeg ble frivillig på Samfundet, ble jeg forelsket.

Samfundet var mystisk, fullt av historie, og med nye overraskelser rundt hvert hjørne. Under Dusken lærte meg masse, og trakk meg inn i et varmt fellesskap som har gitt meg noen av mitt livs beste venner.

«Hedda» sitt møte med UKA ble dessverre annerledes. I denne utgaven av Under Dusken forteller hun at arbeidsoppgavene ikke tilsvarte informasjonen hun fikk da hun ble tilbudt vervet.

Hedda var ofte sulten og kald på jobb, og fikk få pauser. Hun fikk heller ikke igjen i form av sosiale arrangementer, som hun ble lovet.

Studentersamfundet skiller seg ut fra de fleste utesteder og kulturarenaer fordi det ikke har et mål om å tjene penger, men snarere at frivillige og klientell skal ha det gøy der. UKA har mistet dette av syne når jakten på overskudd går foran de frivilliges trivsel.

UKE-funksjonærene skal få lønn i form av nye venner og gode minner. Når det mangler, uteblir UKE-følelsen.

Ironien er at det hadde vært langt vanskeligere å behandle lønnende ansatte slik UKA behandler sine frivillige. Arbeidsmiljøloven stiller krav til arbeidstid, pauser og arbeidsoppgaver, og holder arbeidsgivere ansvarlig. Det er ingen lov som passer på de frivillige. Da blir det desto viktigere at UKA

innfrir løftene til de studentene som stiller opp.

Ledelsen i UKA bruker pandemien til å forklare deler av Heddas opplevelse. Vi som har fulgt UKA har imidlertid møtt andre som Hedda med lignende historier før, og vi hører ikke om «slaveopptaket» for første gang.

UKA har betydd mye for tusenvis av Trondheimsstudenter, akkurat som Under Dusken har betydd mye for meg. For andre kan det være en fin måte å få en smakebit av frivilligheten før de forplikter seg til andre verv på lang sikt, som UKE-ledelsen selv peker på. Derfor må vi unngå at alle de gode erfaringene skal trenge å komme med en advarsel til nye studenter om UKAs slaveopptak.

UKA-21 var en suksess vi knapt turte å håpe på for bare et halvt år siden, men suksessen har en bismak når den går på bekostning av de frivilliges trivsel og syn på studentfrivilligheten.



ILLUSTRASJON: Viktorija Belogradovaite

Ujevn arbeidsmengde skaper frustrasjon blant studenter

Varierende arbeidsmengde i emner med samme antall studiepoeng gjør studenter frustrerte: – Vet ikke om det blir noen forandring selv om man sier fra.

TEKST: Veronica Farshchian og Vilde Marie Steen Angell | FOTO: Vilde Marie Steen Angell



Mye arbeid og ulike krav i emner med samme antall studiepoeng gjør studiehverdagen uforutsigbar for enkelte studenter. Et fulltidsstudium skal kunne sammenliknes med en fulltidsjobb, som tilsvarer omtrent 40 timer arbeid i uka, i følge NTNUs veiledning for studieplaner og emnebeskrivelse. Likevel er det mange studenter som må bruke mer tid for å nå kravene som forventes av dem, og som opplever at forventningene i emner ikke stemmer proporsjonalt med antallet studiepoeng det gir.

Under Dusken har gjennom en undersøkelse fått svar fra 137 studenter, som forteller hvor mye tid studenter fra ulike studieprogram og campuser bruker på studiene i uka.

Må prioritere emner med obligatoriske krav

Fanny Olivia Johannessen Berstad studerer fysikk og matematikk på NTNU Gløshaugen. Hun mener det er stor forskjell på emner med samme mengde studiepoeng.

– Jeg føler det er ganske mange emner som er skvist inn i 7,5 studiepoengskvota, men som har arbeidskrav som tilsvarer minst 10 eller 15 studiepoeng. Da prioriterer jeg det som har obligatoriske innleveringer og krav først, mens de andre emnene nedprioriteres til slutten av uka, om jeg har tid, forteller Berstad.

Emner på 7,5 studiepoeng skal i utgangspunktet tilsvare tolv timer arbeid i uka, forteller emneansvarlig Rune Sætre, som underviser i emnet Prosedyre- og objektorientert programmering på Gløshaugen. Han tror dette kan være en utydelig måte å beregne emnenes størrelse.

– Studiepoeng og arbeid består av to dimensjoner: Det ene er hvor god karakter du skal ha, og det andre er hvor mange timer i uka du skal jobbe. Når vi snakker om at normen skal være tolv timer i uka, sier ikke dette noe om hvorvidt det er kravet for å oppnå A eller E i emnet, forteller Sætre.

Berstad har selv tatt programmeringsemnet som Sætre er emneansvarlig i. Hun beskriver det som et stort emne, hvor hun ofte måtte bruke minst 14 timer i uka. Håkon Haugann er vitenskapelig assistent i emnet, og tror grunnen til at det oppfattes som så stort, er emnets brede undervisningstilbud, og ikke nødvendigvis det som er obligatorisk og påkrevd av studentene.

– Vi mener at det store undervisningstilbudet er positivt, men det er nok en del som reagerer på at det framstår som mye arbeid. Jeg mener



SPESIELT PROBLEM DETTE SEMESTERET: Jørgen Lien forteller at uforutsigbarheten i emnene er noe han spesielt har lagt merke til dette semesteret.

det blir feil å redusere tilbudet fordi det er noen som mener at det kan framstå mye. Mengden arbeid studentene faktisk må gjøre, er ikke så ille som det framstår av tilbudet, sier Haugann.

Frustrerte studenter

Jørgen Lien studerer statsvitenskap på Dragvoll og forteller at tematikken har vært mye diskutert i vennegjengen i det siste.

– Jeg tror det er flere på studiet som irriterer seg over at emner med samme antall studiepoeng har så ulike krav, sier Lien.

Lien reagerer spesielt på at to av emnene hans er 7,5-poengsemner, og at disse krever mer arbeid enn det tredje emnet han tar, som gir 15 studiepoeng.

– Det som irriterer meg mest, er fordelingen av arbeidsoppgavene i de ulike emnene. Det virker ikke som om det er noen god kommunikasjon. Hvis →



UJEVN ARBEIDSFORDELING: Fanny Berstad reagerer på at hun må velge bort arbeid med emner, fordi andre emner med like mange studiepoeng krever mye mer av studietiden.

det er mer arbeid i et 7,5-poengsemne enn i et 15-poengsemne, så føler jeg ikke at de har pratet om eller diskutert hvordan det er best for studentene å ha arbeid i ulike emner, sier en frustrert Lien.

Johan Fredrik Rye er instituttleder ved Institutt for sosiologi og statsvitenskap. Han forteller at det ikke er noen eksakte regler for hvor mye arbeid det skal ligge bak emner etter antall studiepoeng man får fra dem.

– Utgangspunktet er at 15 studiepoeng er halv belastning av semesteret. Da forventer man at studentene arbeider omtrent 20 timer i uka. Ved 7,5 studiepoeng forventer man halvparten av innsatsen i arbeidet fra et emne med 15 poeng.

I undersøkelsen av Under Dusken oppgir 95,6 prosent av studenter i Trondheim at arbeidsmengden som

kreves i emner varierer, på tross av at emnene gir samme mengde studiepoeng.

Uforutsigbar studiehverdag
Statsvitenskapstudenten Jørgen Lien synes det er kjipt at arbeidet som kreves i emnene på 7,5 studiepoeng kan gå på bekostning av gode karakterer i emner som gir 15 studiepoeng. Samtidig synes Lien at uforutsigbarheten i arbeidsmengden gjør det vanskelig å planlegge studiehverdagen.

– Jeg prøvde å sette opp en egen timeplan for hvordan jeg skulle arbeide med emnene i starten av semesteret, men det måtte jeg endre, fordi det ble krevd mer av meg i noen av emnene enn det jeg trodde. Det er irriterende når du tror du vet hva du møter i et emne, og så stemmer det ikke overens med hvordan studiet er lagt opp, forteller Lien.

Instituttleder John Fredrik Rye mener det også er viktig at undervisere er tydelig på hva de forventer i emnet. Samtidig påpeker han at studenter naturligvis vil bruke mer tid på emner med temaer som er nye og ukjente, enn emner med temaer studentene føler de har kontroll på.

– Det er ikke nødvendigvis slik at opplevd arbeidsmengde stemmer helt med den arbeidsmengden som er angitt, presiserer han.

Rye forteller at instituttet hele tiden arbeider for å lage gode studieprogram for studentene. Det er faglærere som har mye av ansvaret for å legge opp emnene.

– Det er instituttet sitt ansvar å sørge for at alle studieprogram har emner og kurs som utfyller hverandre. For å få til gode emner er det likevel viktig at faglærerne tar ansvar for å skape kursene,

fordi det er de som kjenner faget og studentene, og som har erfaring med å sette opp gode kurs, sier Rye.

Rye sier at det er viktig at studentene melder fra til faglærere, referansegrupper, studieprogrammene og lignende om det er noe de er misfornøyd med. Slik kan instituttene og faglærerne forbedre kvaliteten på undervisningen.

Mer enn en fulltidsjobb
Lien sitter som regel med studiearbeid i seks til åtte timer fra mandag til fredag. Selv om han synes det kan være vanskelig å følge leseplanen til hver forelesning, tror studenten at han klarer å holde tritt med undervisningsopplegget.

– Jeg jobber nok til jeg når de kravene som blir satt, og til jeg tror jeg blir godt nok forberedt til eksamen, sier Lien.

I spørreundersøkelsen fra Under Dusken svarer 37,5 prosent av studentene at de bruker mer enn 40 timer i uka på studiene. Dette inkluderer all undervisning organisert av universitetet og alt egenarbeid. Berstad er én av mange studenter som bruker mer tid på studiene enn en vanlig arbeidsuke ville tilsvart. Hun regner ut at hun bruker omtrent 50 timer i uka på studiearbeid. Likevel føler hun aldri at hun arbeider så mye som hun burde.

– Jeg pleier å sammenligne studiene med en 24/7-jobb, fordi det alltid er noe mer du burde jobbe med. Ballen slutter liksom aldri å rulle, sier Berstad.

Haugann tror arbeidsmengden er spesielt stor på NTNU.

– Det jeg tror kan være en uting med NTNU, og som gjør studentene herfra så attraktive på arbeidsmarkedet sammenlignet med studenter fra andre studiesteder, er at de vet at studentene her er blitt litt numne av store

arbeidsmengder. Slik tror jeg det har vært i ganske mange år, og det er nok ikke helt sunt for studentene, sier han.

Studentene må kjenne egne grenser
Selv om både Sætre og Haugann er enige i at arbeidsmengden i Prosedyre- og objektorientert programmering kan være krevende, tror de også at studentene må lære å kjenne sine egne grenser.

– Det er ikke sånn at man skal oppnå toppkarakterer i alle emner. Man kan legge inn en ekstra innsats og oppnå gode resultater i de emnene man er interessert i og har lidenskap for, mener Haugann.

Sætre og Haugann tror det lett kan bli en følelse av konkurranse mellom studentene, og at mange føler at de må arbeide like mye som vennene sine i

alle emner. Berstad er delvis enig i at studenter legger press på seg selv.

– Vi tenker at vi skal jobbe mest og være best, og skal få det til så bra. Man måler på en måte lykke veldig etter hvor suksessrik man er, fordi det er det eneste som er målbart, sier studenten.

Likevel tror Barstad at undervisere og professorer må tenke mer over at studenter også skal fylle tiden med andre emner. Hun tror forelesere kan få «skylapper» i sine egne emner.

– Jeg tror de tenker at «mitt emne er viktigst», og så driter de litt i at det er tre andre emner hvor foreleserne sier akkurat det samme, forteller Berstad.

Instituttlederen ved sosiologi og statsvitenskap tror nok det stemmer at faglærere kan bli spesielt opptatt av sitt eget emne. Han mener dette er positivt.

– Det er at foreleserne brenner for faget sitt, og arbeider både dag og natt med emnene sine, som gjør under-

visningen så god. Da ønsker de at studentene vil gjøre det samme, og sånn vil det alltid være. Det er kjempebra at forelesere er ambisiøse overfor seg selv og studentene, men da er det også viktig med en god dialog mellom undervisere og instituttet, sier Rye.

Studiene skal være forutsigbare

Marit Reitan er prorektor for utdanning ved NTNU, og forteller at det er vanskelig å lage en overordnet definisjon på størrelsen på emne.

– Grunnen er at emnene våre er helt forskjellige og krever ulike læringsaktiviteter. Disse forskjellene gjør at man må beregne ulik tid på ulik undervisning, forteller Reitan.

Reitan kan fortelle at et studieår med 60 studiepoeng skal tilsvare 1500-1800 timer arbeid. Selv om dette kan virke

→



IKKE LIKT UTGANGSPUNKT: Instituttlederen for sosiologi og statsvitenskap, Johan Fredrik Rye, tror forkunnskaper har betydning for hvor mye arbeid studenter må legge inn i hvert emne. FOTO: NTNU



OVERVELDENDE: Håkon Haugann er selv student ved NTNU, og mener ikke at man skal minske tilbudet i emner bare fordi det kan virke overveldende for noen.

STUDENTMEDVIRKNING: Rune Sætre forteller at studentenes tilbakemeldinger er viktige når de legger opp emnet hvert år.

overveldende og vanskelig å se for seg som tiden studenter bruker på arbeidet, forsikrer Reitan at NTNU er opptatt av at denne normen skal ivaretas i alle emner.

Selv om det finnes retningslinjer emneansvarlige og faglærere må følge når de setter opp fagplanen for emnet, forteller Reitan at det vil være variasjoner ved de ulike instituttene og fakultetene. Emner med samme antall studiepoeng skal i utgangspunktet ha lik arbeidsbelastning, og hun håper instituttene og fagmiljøene tar tak dersom noen emner oppfattes som spesielt enkle eller vanskelige å gjennomføre.

Reitan mener at emnene studenter melder seg opp til skal være forutsigbare, og at arbeidsmengden ikke burde komme som et sjokk.

– Det skal stå i emnebeskrivelsen hvor mange aktiviteter det skal være i emnet, hvor mange obligatoriske innleveringer man skal ha og så videre, forteller Reitan.

Ønsker bedre kommunikasjon

Haugann og Sætre opplyser om at de i stor grad benytter seg av tilbakemeldinger fra studentene. Dette i form av tilbakemeldingsskjema etter hver øving studentene har, samtaler med referansestudenter og en stor slutt-evaluering ved semesterslutt. Sætre

påpeker at arbeidsmengden i emnene først og fremst blir et problem når de største arbeidskravene i flere emner kommer samtidig. I emnet han underviser er det omtrent 1000 studenter fordelt på 50 ulike linjer. Det gjør det vanskelig å koordinere med emneansvarlige i alle andre emner studentene tar.

Kommunikasjon mellom emner og institutter, og informasjon til studentene, er noe både Lien og Berstad ønsker seg mer av.

– Det er spesielt frustrerende når emner i samme studieprogram krasjer, og at de ikke kommuniserer godt nok mellom emnene. NTNU har folk som setter opp fagplanene for ulike

studier, så jeg skjønner ikke hvorfor de ikke prøver å få faglærerne våre til å snakke mer sammen for å samkjøre timeplanene, sier Berstad.

Lien synes det virker som det har vært spesielt dårlig kommunikasjon i de emnene han tar dette semesteret, men at det ikke har vært like ille før. Han synes det virker som det er lite diskusjon om arbeidsmengden forelesere legger opp til i emnene sine. Han mener det ikke virker som tilbakemeldinger fra studenter blir tatt i betraktning.

Å verve eller ikke verve

Studielivet består ikke bare av lesing og innleveringer. En stor del av det å

være trondheimsstudent er å oppleve byen, drikke øl på Samfundet, og kanskje ta på seg verv. Lien har dette året latt være å melde seg til organiserte aktiviteter utenfor studiearbeid.

– Dette semesteret tar jeg opp to emner i tillegg, så jeg har mer enn nok å gjøre. Jeg har alltid prioritert skole, forteller Lien.

Berstad har en litt annen tilnærming til livet utenfor forelesningssalen. Hun mener det finnes mye å lære som ikke nødvendigvis undervises på campus.

– Innstillingen min til studentlivet er at man har veldig mange andre muligheter enn bare det universitetet og emner kan gi deg, og at du kan lære mye som lønner seg senere i

livet. Så selv om jeg tidvis drukner i studiearbeid og skippertak, så føler jeg verv er verdt det, fordi det gir meg så utrolig mye mer på lang sikt enn det ti timer på lesesalen hver dag kan gi meg.

Berstad forteller at studiene kan bli overveldende innimellom, men at hun som regel prøver å ta det med ro.

– Det er ikke noe vits i å bli fortvila eller lei seg over det. Hvis man tar det for seriøst blir man stressa fordi man har så mye man må gjøre, og så blir det mye å gjøre fordi man stresser. Så jeg prøver å være litt ironisk distansert til arbeidsmengden, med varierende grad av suksess. Det er bedre enn å sitte å grine i hvert fall, sier Berstad og ler. **UD**



VIL VÆRE VARIASJON: Marit Reitan sier at arbeidsmengden i emner vil variere fordi ulike emner krever forskjellige læringsaktiviteter. FOTO: Thomas Høstad / NTNU



MYE ARBEID: Fanny Berstad tror det er viktig at emneansvarlige tenker på at studenter også har andre emner de skal komme seg gjennom.



Kommentar:

En desentralisert ikke-plattform

Landets nye politikk etterlater mye til fantasien der studenter angås.



MAGNUS THORSLUND
Journalist i Under Dusken

ILLUSTRASJON: Kirsti Jacobsen

Den nye regjeringen la nylig fram Hurdalsplattformen, men der var det ikke spesielt mye for studentene å juble over. De har ambisjoner om å få bygget litt flere studentboliger årlig, og det er vel det. Økning av studiestøtte uteblir derimot, såframt man ikke pådrar seg barn i studietiden. Da får du muligens en tolvte måned med stønad.

For øvrig var det lite å juble over generelt, da plattformen snakker mye om intensjoner og særdeles lite om konkrete tiltak.

Det eneste som kommer tydelig fram, er at det endelig er vanlige folks tur, nå som vanlige folks regjering omsider er på plass. Akkurat hvem som er de vanlige folkene, har ikke blitt mer

tydelig enn før, med det unntak av at de definitivt ikke bor i by.

For variasjoner av desentralisering er gjennomgående. Oppgaver skal desentraliseres både til og innad i kommuner og fylkeskommuner, og det skal bli en desentralisert næringsmiddelfordeling, desentraliserte flyruter og fiskemottak. Ikke minst så skal det bli et desentralisert utdanningstilbud.

Et element under utdanning skal dog flyttes sentralt: Nå skal nemlig ikke utdanningsinstitusjoner selv få beslutte nedlegging av fagretninger når de er av «stor regional betydning». Hvem som beslutter hva som er av regional betydning er uklart, men behandlingen av slike saker skal i alle fall Stortinget finne seg tiden til å ta. Et slags sentralisert desentraliseringsvern, om du vil. Lokalt selvstyre er tydeligvis av liten betydning der det ikke samsvarer med regjeringens ambisjoner.

Det kan ellers i de vage intensjonene rundt høyere utdanning se ut som tanken er at fakulteter bør fordeles jamt mellom Norges fjell og fjorder. Der har vi Medisinerbukta, mens noen mil lenger bortenfor ligger Sivingdalen. Heldigvis for prosjektet er det da at gode fagmiljøer som kjent oppstår på vedtak fra Stortinget.

Latterligheten blir komplett når man husker at det samtidig skal brukes et usaklig antall millioner på å samle to campuser separert av en 15 minutters busstur, på Gløshaugen, nettopp for å fremme et sterkere forskningsmiljø.

Kanskje ønsker man ikke å gi noe i plattformen som kan benyttes rundt forhandlingsbordet når det skal jakes flertall, mest trolig med den bysentrerte fløyen til venstre for regjeringen. Men resultatet vi sitter igjen med er litt som en gammel colaskvett funnet bakerst i kjøleskapet. Daff, skuffende og med et lugubert bunnsam av tvilsomt opphav.

Festivalen som holder hjulene i gang

Det har klinget igjennom den gamle stad i oktober. Studentene har med fest, sang, moro og Norges største kulturfestival sparket i gang hverdagen, og takk og lov for det!



FREDRIK ENGELSCHJØN AKRE
Leder ved Studentersamfundet i Trondhjem

ILLUSTRASJON: Eiril Solveig Ugulen

Det er ikke bare for gøy man maler byen rød annethvert år. Det er for ressursene til å holde hjulene i gang i studentfrivilligheten, for gleden det skaper og mulighetene det gir til så mange flere å være frivillige.

Da UKA ble startet for 104 år siden, var frivilligheten konkurs, og man var nødt til å finne nye måter å holde lysene på på. Igjen og igjen har man møtt stadig nye problemer, og det er ikke så alt for lenge siden alle Studentersamfundets ansatte ble sagt opp på grunn av utsikter om konkurs – på 1. mai! Hele veien har overskuddet fra festivalen gått direkte

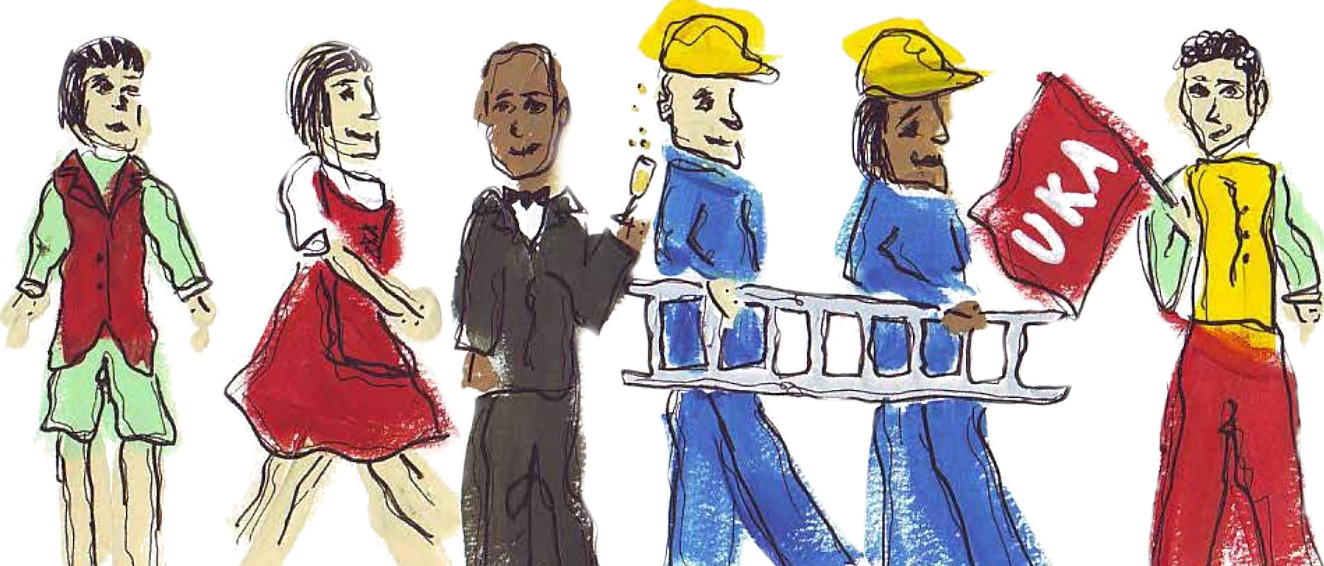
til å holde liv i studentbyen. Og denne studentbyen har over årene fått bygge seg robust, fordi vi betaler regninga selv. Studentene kan skape liv, dra i gang drømmeprojekter og bygge ut, uten at universitetet, samskipnaden eller kommunen kan bestemme hvor skapet skal stå. Trondheimsstudenten har autonomi, et privilegium som man kun kan drømme om i de fleste andre byer. Det er initiativ som UKA som gjør dette mulig, og som for eksempel var med å gi gratis hurtigtester til studentaktivitet, konserter og linjeforeninger i byen nå under pandemien.

Det handler om gleden av å skape noe sammen, men også gleden som skapes individuelt. Sit Råd forteller at for mange kan den mentale helsa styrkes av å gjøre noe aktivt, å gjøre noe sammen og å gjøre noe med mening. Og hva er frivilligheten her i byen, om ikke det? Det er nok mange som har vært klissvåte

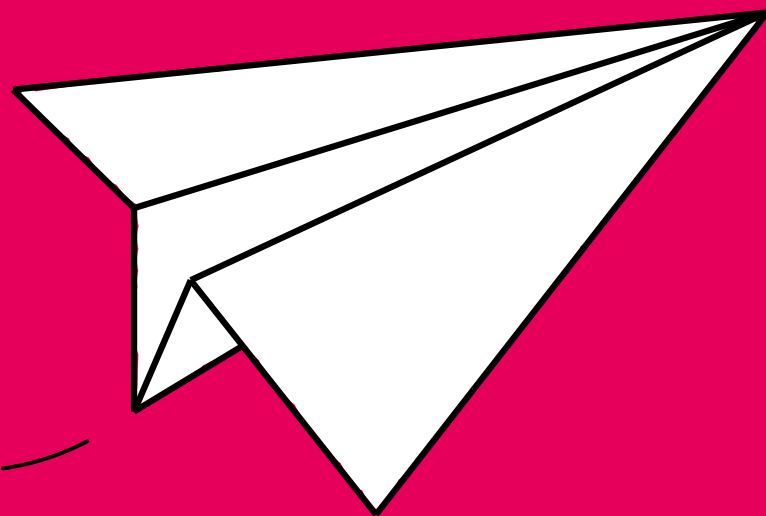
på fest i oktober, og hata på livet. Og det er mange som har vært litt for forkjøla og slitne på vakt som frivillig, men vi ser at det å komme seg ut, og det å lage minner, er så utrolig viktig for å fylle livet med mening. Det er fantastisk å se at studentene går sammen om å lage dette enorme prosjektet for seg selv, sine medstudenter og for Trondheim.

Så UKA er ikke én gruppe, eller én organisasjon. UKA er studenter fra hele byen som kommer sammen, fra linjeforeninger, idrettslag og lesesal, for å skape glede, og for å sørge for at hjulene går rundt i årene som kommer. Med alle utfordringer som har ligget til grunn, så er det jo helt sinnsykt at dette gikk. Tusen takk til alle byens studenter. Takk for at vi kan gå inn i de neste årene med sikkerhet og muligheter, og for at Trondheims gater er fylt i av liv.

Takk til UKA.



DEBATT: DINE MENINGER PÅ TRYKK



VIL DU SKRIVE TIL UNDER DUSKEN?

SEND MAIL TIL
DEBATTREDAKTOR@STUDENTMEDIENE.NO

INNLEGGET MÅ IKKE OVERSTIGE 2500 TEGN, MELLOMROM INKLUDERT.

Hundre timer sløst

Trenger du en som enten gjenoppliver noen eller sender dem på sykehus? Server dem hundretimersbrownien.



MARIANNE FINNSET
HEIENE
Student og bedreviter

I semesterets første utgave av Under Dusken ble det publisert en brownies-oppskrift som det skulle ta hundre timer å lage, og det ble påstått at det var den beste brownien du kom til å smake i ditt liv. Da vennene mine så denne oppskriften, tenkte de «hvem orker å lage dette? De kan ikke være rett i hodet». Da jeg så oppskriften, tenkte jeg «å herre jemini, hvor komplisert dette var. Jeg MÅ lage den!».

Etter å ha laget kakerøra, oppstod det første problemet: Jeg orket ikke tanken på å spise den. Bare det å lage den var i seg selv så kvalmende at jeg måtte forlate huset for å få meg litt frisk luft. «Like greit at den skal stå i fire døgn

før jeg skal spise den,» tenkte jeg, «innen da har jeg kanskje glemt hvor mye sukker som er i den».

Rett før kaka var klar til å serveres, fikk jeg den geniale idéen om å gjøre en blindtest. Minnet av røra hadde innen da sluttet å besøke tankene mine, og jeg hadde utviklet et trassig forhold til oppskriften: Det kunne da vel umulig være nødvendig at den skulle stå så lenge. I en fei reduserte jeg oppskriften til en fjerdedel, lagde røra og stekte den med én gang, før jeg serverte begge versjonene til romkameraten min.

Tragedie, svik, bedrageri! Hun syntes blindtesten var best! Jeg fnyste av både henne og meningene hennes, og bestemte meg for å vurdere selv.

Kjære leser, blindtesten var faktisk best. Hundretimersbrownien er ikke god fordi den har stått i kjøleskapet, den er ikke en gang god fordi den har latt vente på seg i nesten ei halv uke. Den er god fordi den har så altfor mange gode ting i seg, i så altfor store mengder. Om man serverer den varm, slik opp-

skriften foreslår, blir konsistensen mer lik gjennomvåt plantejord enn brownies.

Kaka gjorde noe med selve sjela mi: Den groteske mengden kakaofett mørknet den. Uten å advare venner og familie om hva de ble servert, delte jeg ut kaka i små bokser, og så på at de spiste. Jeg så at de tok en bit. Øynene deres lyste opp av sjokoladen. De tok så en ny bit, og øynene deres ble store av frykt idet de innså feilgrepet de hadde gjort. De hadde spist for mye. Lammelse rammet enhver som spiste mer enn ei teskje i løpet av en halvtime.

Kjære leser, jeg rår deg: Ikke lag hundretimersbrownien! Den er ikke verdt det, det er svindel! Du kan steke kaka rett etter at du har lagd røra, som enhver normal kake, og den vil smake bedre. Hvis du ikke vil servere dine kjære og deg selv en kake som har konsistensen til en jordprøve fra havbunnen, stek den med en gang. Eller bare spis den kiloen med sjokolade som kaka tilsvarer. Du vil ha mer glede av det enn hundretimersbrownien noensinne kan gi deg.



ILLUSTRASJON: Annette Bye Setsaas

Det er større enn Møllenberg

Konflikten på Møllenberg er symptomatisk på strukturelle problemer som hele Trondheim må være med på å løse.



ANDREAS
KNUDSEN SUND

Leder av Studenttinget NTNU

Det har gått hett for seg i debatten om festbråk på Møllenberg, ofte med rette. Det er forståelig at mange har vært grundig frustrert av lengre perioder uten nattero. Blant de søvnløse er det også mange studenter, selv om deler av debatten innledningsvis tok form som tidvis usaklige angrep på hele studentmassen.

Støynivået på Møllenberg og konfliktnivået i debatten har blitt lavere siden. I møter med studentorganisasjoner, kommunen, velforeningene, NTNU og andre snakkes

det nå konstruktivt om en rekke tiltak på kort og lang sikt. Det blir tydelig at dette ikke bare handler om folkeskikk, men strukturelle problemer med leiemarkedet, hyblifisering og Trondheims bymiljø.

Til tross for et mangeårig tverrpolitisk mål om å bygge flere studentboliger, har en ikke prestert å heve dekningsgraden nevneverdig. Studentene må jo ha et sted å bo, og mangel på studentboliger fører til en hyblifisering, hvor studentandelen øker og øker i sentrumsnære bydeler som Møllenberg. Dette vil skje i enda større grad når hele NTNU flyttes ned til Gløshaugen.

Samskipnadens boliger får få støylager fra omliggende bebyggelse. En av flere grunner til dette er at Sit tar

en aktiv rolle gjennom vektertjeneste og oppfølging, noe de store private utleierne ikke gjør.

Det private leiemarkedet gir flere problemer enn feststøy. Dagens lovverk og praksis gjør det lett å tjene store summer på å eie folks bosted uten å ta tilstrekkelig ansvar selv. Studenter og andre sårbare leietakere møtes med manglende kontrakter, vedlikehold og oppfølging. Unge førstegangskjøpere taper budrunder mot bolighaier. Barnefamilier presses ut av hjemmet sitt for at utleiere skal lage knøttsmå, men mer lønnsomme studenthybler. Dagens boligmarked er rigget for å være en enorm pådriver for sosiale forskjeller.

Hvor ofte har du snakket med naboer som ikke er studenter? Trondheims bymiljø er preget av en barriere mellom studentene og byens øvrige befolkning. Man leser ikke de samme avisene. Det skrives mye om studenter i Adressa, men det er få studenter som skriver selv. Nabolag som Møllenberg har få sosiale møteplasser. Konflikter blir mindre når man snakker sammen og forstår hverandre. Hvorfor blir ikke enkeltstudenter med i velforeninger? Kanskje den fantastiske studentfrivilligheten kan bli mer utadrettet i arbeidet den gjør. Hvordan kan studentorganisasjoner bidra til å skape dialogarenaer og møteplasser som kan bygge ned denne barrieren? Høstens koronaforsterkede konflikt er ikke den første av sitt slag. Det blir heller ikke den siste, hvis man ikke løser de strukturelle problemene. Alle parter må bidra og jobbe sammen for å lage et bedre bymiljø for hele befolkningen, også studentene.

Les mer debatt på underdusken.no

Knallgod søtpotetsalat

TEKST OG FOTO: Øyvind Imenes Siverten

Denne søtpotetbaserte salaten har vært min store favoritt denne høsten. Den er enkel og god, og passer som både lunsj og middag. Den er også veldig lett å tilpasse etter eget ønske. Salatens base består av søtpotetterninger bakt i stekeovnen, grønnkål stekt i panne og noe protein, som fisk, kjøtt eller noe plantebasert.

INGREDIENSER:

0,5 søtpotet, kuttet i terninger
0,5 rødløk, i tynne skiver
1 filet laks/ørret/kylling, kuttet i terninger (eller noe plantebasert)
100 g eller 2 stenger grønnkål, (kuttet i mindre biter)
Olivenolje
Smør (kan sløyfes)
Salt
Pepper
Timian
Chiliflak/-pulver (kan sløyfes)

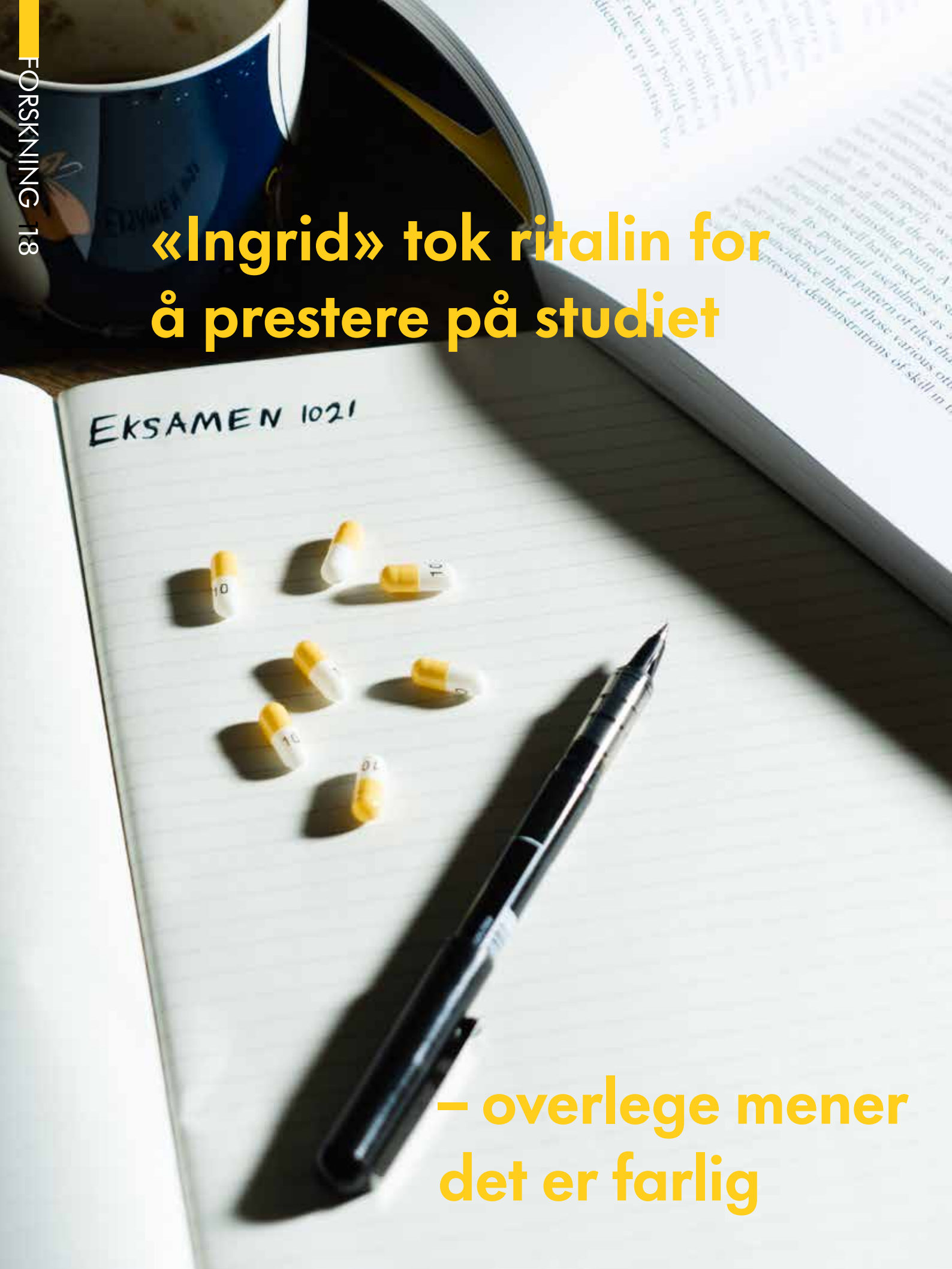
Mulige tilbehør, velg og vrak:

Cottage cheese
Akasiehonning
Rømme
Granateplekjerner
0,5 eple eller pære i terninger
Cashewnøtter

FRAMGANGSMÅTE:

1. Stek den oppkuttete søtpoteten i pannen, og vend den i olivenolje før du krydrer med salt og pepper. Stek så i ovnen i 30 minutter på 200 grader varmluft.
2. Stek rødløk i pannen på middels høy temperatur til den er blank. Krydre proteinet du har valgt med salt, pepper og timian. Tilsett det så i pannen.
3. Legg det du allerede har stekt til side, og stek grønnkål i samme panne til den har begynt å krympe (maks to til tre minutt).
4. Start med å legge grønnkål på tallerkenen, deretter proteinet og så søtpotet.
5. Server med tilbehør etter eget ønske.





«Ingrid» tok ritalin for å prestere på studiet

– overlege mener det er farlig

ADHD-pasienter medisineres for å få en enklere hverdag, mens noen studenter tar de samme medisinene illegalt for bedre karakterer.

TEKST: Andrea Barland | FOTO: Torstein Olav Eriksen

Brukte Ritalin før eksamen

«Ingrid» er en student ved NTNU som har sagt ja til å dele sine erfaringer rundt bruk av Ritalin for å prestere bedre på studiet. Fordi bruk av slike medikamenter uten resept er ulovlig, ønsker hun å være anonym, og blir derfor her omtalt under fiktivt navn.

– Jeg brukte Ritalin fire-fem ganger i eksamensperioden i fjor, etter at jeg ble tilbudt det av en venninne med ADHD, forteller hun.

Ingrid forteller at hun var nysgjerrig på hvilken virkning medikamentet ville ha, og at hun opplevde at det hadde en god effekt på henne da hun prøvde det.

– Jeg merket en stor forskjell på det å studere med og uten Ritalin. Det ble mye enklere å konsentrere seg, og fire-fem timer med jobbing føltes som bare én time. Det fungerte nesten for bra. Kontrasten mellom å jobbe med og uten ble veldig stor, og jeg følte plutselig at jeg studerte dårligere uten, forklarer Ingrid.

Ikke en dårlig person

Til tross for at Ingrid ikke merket seg noen negative effekter av Ritalin, har hun ikke brukt medikamentet siden.

– Jeg vet at det kan være veldig avhengighetsskapende, og jeg tror man ødelegger studievanene sine hvis man går på det over lengre perioder. Det er dumt hvis man føler man er nødt til å benytte seg av slike midler for å studere, forklarer hun.

Ingrid forteller at hun ikke synes man bør være for kritisk til folk som velger å bruke prestasjonsfremmende midler på denne måten.

– Man vet ikke alltid hva folk sliter med, og hvorfor noen velger å gjøre som de gjør. Man er ikke en dårlig person eller student fordi man bruker slike hjelpemidler én eller to ganger, hevder hun.

Ingrid understreker at hun ikke er for legalisering av denne typen medikamentbruk.

– Ritalin gjør deg ikke smartere, det er bare konsentrasjonen som forbedres. Jeg tror folk ville begynt å slite hvis de skulle gått på dette fast og blitt avhengige. Plutselig klarer man ikke å konsentrere seg om veldig enkle ting uten å ta medisiner.

Livet med ADD

En som har mye erfaring med Ritalin, er historiestudenten Håvard Kleppe. Han ble diagnostisert med ADD da han var tolv år gammel, og kan fortelle om hvordan diagnosen har påvirket skolehverdagen hans i oppveksten.

En ADHD-diagnose sier blant annet noe om en persons evne til å konsentrere seg og om utfordringer knyttet til hyperaktivitet. Mange med denne diagnosen får dermed tilbud om medisineret behandling, og Ritalin er et preparat ofte brukt i den forbindelse.

– ADD gjør at jeg sliter med konsentrasjonen og arbeidsminnet. Det kan være vanskelig å få med

Statistikk og definisjoner

- I SHoT-undersøkelsen fra 2018 svarte 5,4 prosent av studentene bekreftende på at de hadde brukt prestasjonsfremmende midler.
- Ritalin er ett av mange produktnavn på legemidler som inneholder metylfenidat, og som brukes i forbindelse med behandling av ADHD.
- ADD står for attention deficit disorder, og er en forhenværende underkategori av ADHD som utelukker hyperaktiv atferd.

seg beskjeder, og jeg soner fort ut, forklarer Kleppe.

Videre forteller han at han har måttet utvikle arbeidsteknikker for å kunne få med seg det som skjer, og at den ekstra konsentrasjonen tar mye energi.

– På grunn av ADD har jeg blitt påvist kronisk utmattelsessyndrom som en sidediagnose, sier Kleppe.

Ritalin som venn og fiende

Kleppe kan fortelle at han begynte på medikamentet Ritalin da han ble diagnostisert, men at han sluttet med dette da han var rundt 18 år gammel.

– Jeg tok en ganske stor dose på 80 milligram daglig. Fordi det ligner

på amfetamin, får jeg mye energi og blir mer fokusert. Jeg klarer å ta imot beskjeder bedre, og soner ikke ut i forelesninger, for eksempel, sier Kleppe.

Han forteller derimot at de negative virkningene ble så plagsomme at han valgte å slutte å ta medisinen fast.

– Jeg opplevde ekstrem kvalme fra morgenen av, og jeg mistet matlysten helt. Jeg gikk ned 20-30 kilo på bare noen måneder, og mistet mye energi på grunn av det, sier Kleppe.

Kleppe opplevde at Ritalin påvirket det sosiale livet hans, da han merket at han ble mindre morsom og mindre sosial.

– Medisinen gjorde at jeg ble mer ensformig i tankegangen. Jeg følte at jeg mistet mye av personligheten min da jeg tok Ritalin. Nå tar jeg det bare av og til etter behov, forklarer han.

Juks, press og stigmatisering

Kleppe understreker at han er imot at studenter skal bruke Ritalin for å prestere bedre akademisk.

– Jeg synes det er juks, på samme måte som om man doper seg i forbindelse med idrett. Man misbruker noe som er til for å hjelpe folk som har problemer, og man stigmatiserer

dermed en ressurs som mange trenger for å komme seg gjennom hverdagen, sier han.

Kleppe forteller at han likevel kan forstå hvorfor noen velger å ta ADHD-medisin for å gjøre det bedre faglig.

– For dem som ikke har en diagnose, blir det som å ta amfetamin. Du kan jobbe mer effektivt, fordi du ikke kjenner sult eller at du er sliten i like stor grad, forklarer Kleppe.

Kleppe kan fortelle at han har opplevd at studenter har spurt om å få Ritalin, og spekulerer om denne bruken av ADHD-medisin kan være med på skape et press blant studentgrupper, da enkelte kan føle at de når samme nivå som resten uten å bruke Ritalin.

Stort misbrukspotensiale

Joachim Frost er overlege og spesialist i klinisk farmakologi ved St. Olavs hospital. Han forteller at ADHD-medisiner også kan misbrukes, blant annet som rusmidler.

– De vanligste virkestoffene i ADHD-medisin er enten metylfenidat eller amfetamin. Begge har en oppkvikkende eller stimulerende effekt på sentralnervesystemet. Det gir blant

annet økt våkenhet, økt hjerneaktivitet og økt motivasjon, forteller Frost.

Frost forklarer at de negative virkningene av medikamentene ikke egentlig er bivirkninger, men snarere forventede tilleggseffekter.

– ADHD-medisiner øker blodtrykket og stimulerer hjertet til å slå fortere. Dette øker muligheten for hjerte- og karhendelser, og du kan ikke få de ønskede effektene uten å få disse tilleggs-effektene med på kjøpet, forklarer han.

Subjektive skåringssystemer

Frost mener at vi ikke har nok kunnskap om sykdomsprosessen når man snakker om ADHD, fordi diagnosen er kriteriebasert. Dette er fordi den settes på bakgrunn av et sett med symptomer fagfolk mener det er rimelig å gruppere sammen.

– Vi kan ikke med sikkerhet si at det er snakk om biologisk sykdom, og da blir plassen og virkningen til legemidler i behandlingen også mer usikker, sier Frost.

Han sammenligner opplevd effekt av medisinen med det å ta smertestillende ved hodepine.

– Hodepine oppstår ikke på grunn av Paracet-mangel, selv om hodepinen kan forsvinne når du tar Paracet. Det kan være tilsvarende ved ADHD også. Man gir et legemiddel som påvirker symptomene og gir atferdsendringer man opplever som gunstige, men det fjerner ikke årsaken til problemene, forklarer Frost.

Han tror at ADHD-medisinen ikke har så ulik effekt i en hjerne med eller uten ADHD, men at effektene kan oppleves forskjellig.

– Hvilke synlige virkninger medisinen har, vil være forskjellig, fordi en person med ADHD har et helt annet utgangspunkt med hensyn til oppmerksomhet og aktivitet, enn en person uten ADHD, mener Frost.

Nytte mot risiko

Frost forteller at for de uten en diagnose, kan ADHD-medisin skape en opplevelse av at man kan jobbe raskere og i lengre perioder, da disse midlene blant annet påvirker appetitten og søvnbehovet.

– Dette kan man bare holde på med i en viss periode, før kroppen sier fra og man må dekke de behovene man har forsømt, forklarer han.

Frost presiserer at dette i mindre grad skjer ved medisinsk bruk hos ADHD-pasienter, fordi dosene som regel er mye lavere enn hva folk uten ADHD bruker for å prestere i akademia.

– De fleste barn som begynner på ADHD-medisin får økt blodtrykk og puls, samt problemer med appetitten eller søvn. Da gjør man en vurdering av nytten mot ulempene, og så tilpasser man dosen, eller man slutter med medisinen, forklarer Frost.

Han forklarer hvordan risikoen for negative virkninger ved bruk av ADHD-medisinen er den samme for en med og en uten en ADHD-diagnose, men at nytteeffekten er forskjellig.

– Medisinene har en nytteverdi hos de med ADHD, fordi de får en behandling som gjør at de fungerer bedre i hverdagen. Nytteverdien gjelder ikke på samme måte for de uten ADHD, og risikoen for alvorlige hjerte- og karhendelser oppveier de opplevde positive effektene, sier Frost.



ULIK EFFEKT: Joachim Frost forteller at virkningen ADHD-medisin har på hjernen, er den samme for alle, men at nytteeffekten varierer.

Han forteller at mange av de som bruker ADHD-medisin, og får problemer knyttet til søvn, ender opp med å få foreskrevet sovemedisiner i tillegg.

Hvilket samfunn vil vi egentlig ha?

Frost mener man lett kan overvurdere de positive virkningene mot de negative virkningene av å bruke ADHD-medisin som et rent prestasjonsfremmende middel. Han spekulerer i om utbredt bruk av disse preparatene også kan ha andre negative virkninger utover individet, og stiller spørsmål om hvilket samfunn vi har lyst til å ha.

– Hvis bruk av slike preparater blir normen for å prestere bedre i

dagliglivet, kan man tenke seg at den enkelte blir stående på samme sted i prestasjonshierarkiet, forteller Frost.

Han understreker at man ved slik tenkning dessuten legger til grunn et premiss om at medikamentene gjør at alle presterer bedre, noe man ikke kan være sikker på.

– Én ting er hva man føler selv når man tar disse medikamentene, en annen ting er hva man i realiteten presterer, og hvilken risiko man utsetter seg for på lengre sikt. I tillegg er det ulovlig å bruke amfetamin uten resept, og hvis man blir tatt for det, er det ikke sikkert at den ekstra halvkarakteren på eksamen er så verdifull likevel, avslutter Frost. **UD**



STIGMATISERENDE: Håvard Wiklund Kleppe mener at bruk av prestasjonsdop kan føre til stigmatisering av en viktig ressurs for ADHD-pasienter.

Kjerringråd til studenter

Vi har snakket med kjerringrådekspert Miriam Wicklund for å samle inn noen av de beste rådene for studenter. – Det finnes et kjerringråd for nesten alt, forteller hun.

TEKST OG FOTO: Øyvind Imenes Siverten | ILLUSTRASJON: Silje Marie Savland Moksnes

Miriam Wicklund har lang karriere i NRK, hvor hun har jobbet som radiojournalist i over 30 år. Hun har ledet mange ulike radioprogrammer, deriblant programmet *Kjerringråd* i mange år, hvor programmets lyttere sendte inn sine kjerringråd. På det sistnevnte er hun blitt en slags ekspert på området, og har skrevet flere bøker om temaet. Et av mine første spørsmål er hva et kjerringråd egentlig er.

– Kjerringråd er vel egentlig et naturråd, eller naturmedisin. Rådene tar utgangspunkt i det man har på kjøkenet eller finner i naturen for å fikse alt fra enkle problemer til større eller mindre plager, forteller Wicklund.

Wicklund tror det heter kjerringråd på grunn av den tradisjonelle kjønnsrollefordelingen før i tiden, hvor det var kjerringa som tok seg av det som skjedde hjemme, mens mannen

gjorde grovarbeidet utenfor huset eller på gården.

Enkelt middel mot forkjølelse

Det første kjerringrådet Wicklund vil gi handler om forkjølelse, som hun sverger å ha funnet en forebyggende kur mot.

– Et populært kjerringråd mot forkjølelse er å svelge 20 hele pepperkorn med et glass vann med én gang du begynner å kjenne forkjølelsen komme. Dette vil drive en tidlig forkjølelse bort. Rådet virker ikke hvis du først er blitt syk, så vær tidlig ute. Har du magesår, bør du unngå dette rådet.

Et annet tips er ingefær.

– Pakk noen skiver fersk ingefær i plastfolie, og ha dem med deg gjennom dagen. Dem kan du spise eller legge under tunga. Det tar bort sår hals, og kan hjelpe med å holde smitte på avstand.

Alltid lege i studio

Den store bekymringen i *Kjerringrådets* oppstartsfase var å få tak i nok kjerringråd. Løsningen kom da de sendte inn en notis til en avis.

– Etter avisnotisen fikk vi nok brev til første sending. Etter dette strømmet telefonene på. Det endte med at sentralbordet ble helt sprengt, sier Wicklund, og ler.

Imidlertid er ikke alle kjerringrådene like gode, eller trygge. Da de

gjennomførte sendingene, hadde de alltid lege med i studio, som et slags medisinsk alibi.

– Det hendte jo at ikke alle tipsene vi fikk inn var like trygge. Også legen vår påsto at han lærte masse han ikke visste fra før. Én gang kom han tilbake etter å ha prøvd en cocktail av varm melk, pepper, hvitløk og sitron, og han var helt overbevist om at det kjempet bort forkjølelsen.

Wicklunds beste kjerringråd for studenter

Kvalme:

En enkel måte å bli kvitt kvalme på er ingefær. Bland 0,25 teskje ingefærkrydder i litt vann, og drikk. Kvalmen gir seg etter 10-15 minutter.

Diaré:

Et velutprøvd råd mot akutt diaré er å løse opp to til tre teskjeer potetmel i litt vann og drikke det. Ofte vil du merke virkning i løpet av kort tid

Tømmermenn:

Tømmermenn er en folkelig betegnelse på bakrus, spesifikt hodepine. Wicklund forteller om en festglad herre som fortalte at inntak av B-vitaminer hjelper når tømmermennene blir for plagsomme.



Kviser:

I boken *Kjerringråd for små og store plager* skriver Wicklund at man kan pudre kvisene med potetmel, og de vil etter få dager tørke inn.

Søvnproblemer:

Mot søvnproblemer finnes det en rekke kjerringråd som kan hjelpe. Et råd er å innta kamillete på kveldstid, som skal virke krampeløsende og beroligende. Dette er blitt brukt i mange år for å hjelpe folk med å sove.

Et annet råd er såkalt selvsuggesjon. Det går ut på at man skal legge seg godt til rette i sengen, lukke øynene og se på nesetippen med sitt indre blikk. Deretter skal man gjenta for seg selv «Nå skal jeg sove». Andre mener man like godt kan si: «Nå skal jeg ikke sove». Gjenta dette helt til du virkelig sovner.

Om man plages av tanker som man ikke klarer å skyve vekk, kan det hjelpe å tenke på en kommode med mange åpne skuffer. Tankene skal du så forestille deg at du legger i hver sin skuff, før du lukker skuffen godt igjen. Lykkes du ikke på første forsøk, skal du åpne skuffen igjen, og forsøke å stappe det bedre ned igjen. Lukk så skuffen grundig nok en gang.

Tørr hud og psoriasis:

Et mye brukt middel mot for eksempel tørr hud er olivenolje, som også har blitt brukt i folkemedisin i all tid, og



FÆRRE RÅD: Bjerkehagen hørte flere kjerringråd da han var yngre.

er en av de sunneste planteoljene som finnes. Enkelte hevder at det kan være gunstig å spise én spiseskje olivenolje to til tre ganger om dagen hvis man plages av tørr hud. Det vanligste er imidlertid å smøre litt olivenolje på huden som er tørr.

Studentenes beste kjerringråd

Daniel Bjerkehagen studerer kybernetikk og robotikk ved NTNU. Bjerkehagen har et spesielt forhold til kjerringråd.



HUSMORSRÅD: Jensen-Smidt er dansk og kan opplyse at det heter husmorråd på dansk.

– Jeg hørte litt kjerringråd da jeg var yngre, men jo eldre jeg har blitt, desto færre råd får jeg høre.

Han har imidlertid et kjerringråd for å bli kvitt hikke.

– Ved hikke hjelper det å drikke vann opp ned.

Signe Salanson Jensen-Smidt kommer fra Danmark og studerer idrettsvitenskap ved NTNU. Jensen-Smidt forteller at hun har et hyggelig forhold til husmorsråd, som er dansk for kjerringråd.

– Jeg synes det er koselig å få hjelp av de eldre som har husmorsråd. Mitt beste råd handler om makrell i tomatflekke. Da må du ta oppvaskåpe på tøyet med én gang, og gni det inn. La tøyet så ligge i pose over natten, før du vasker det som vanlig.

Jensen-Smidt opplyser at denne teknikken for øvrig også virker på rødvinsflekker. **UD**

ENTUSIASTISK DEMONSTRASJON: Bjerkehagens hikketips er å drikke vann opp ned.



NORGES KJERRINGRÅDSEKSPERT: Miriam Wicklund har skrevet mange bøker om kjerringråd.

– Jo mer du spiller, desto mer gira blir du

Du har kanskje prøvd bordtennis på campus, men om du ønsker å ta steget videre, har NTNUI Bordtennis åpne dører og en varm sal.

TEKST: Jørgen Espolin Johnson
FOTO: Nora Rønningen

Overgangen til minusgrader og sludd vil for mange representere slutten på trening ute. Her vender mange blikket mot innendørssaler. Dessverre blir treningsstudioene fulle, og det kan bli vanskelig å prøve en ny idrett, da flere NTNUI-grupper har sprenget kapasitet. Heldigvis har NTNUI Bordtennis god plass og et hyggelig miljø.

Lavterskeltilbud

De aller fleste har sannsynligvis prøvd bordtennis før, enten det har vært på hytta, på campus eller på Loftet. Kanskje har du til og med sett diverse måter det går an å holde bordtennisrekkeren på. Uansett krever det ikke mye erfaring for å møte opp på treningene til NTNUI Bordtennis.

– Å møte opp på en bordtennistrening er absolutt lavterskel. Selv startet jeg med å spille på folkehøyskolen. Jo mer du spiller, desto mer gira blir du, forteller aktiv spiller og internasjonal dommer Danh Tran i NTNUI Bordtennis.

Med andre ord skiller bordtennis seg ut fra mange populære idretter i NTNUI. Det er mange studenter som vil spille fotball, basketball eller håndball, men som ikke får mulighet til det, grunnet blant annet plassbegrensning. I tillegg krever flere idretter også uttakstreninger, men i bordtennis er alle nivåer velkomne. Tranh forteller at i samme hall finner man alt fra spillere som aldri har prøvd før, til de som vil satse.

– Vi prøver å sette opp treningene slik at alle skal kunne spille. Slik blir det jevnere kamper.

En varm sal frister

For mange frister det kanskje lite å trene ute i diverse minusgrader, og et naturlig stoppested for mange blir treningsstudioer. Men om «pumping» av jern byr på lite spenning, forteller Tranh at bordtennis kan være et godt alternativ. En som har funnet veien inn, og vekk fra vær og vind, er Loker Xu.

– Det er absolutt en god idrett når det regner ute. Selv spiller jeg mye på vinteren, og nyter ellers utsikten i Norge om sommeren, smiler han.

Det er ingen tvil om at varmen holder seg godt. Selv om bordtennis kanskje virker litt passivt i begynnelsen, ser en fort at for dem som har spilt en stund, blir hele kroppen brukt. Svetten renner, og konsentrasjonen er intens. Etter noen runder med spill forteller Xu at dette er hans metode for å holde seg i aktivitet.

– En får både gjort noe sosialt, og samtidig holdt seg i form.

Født med rekkert i hånda

I motsetning til hva en skulle tro, ble ikke bordtennis oppfunnet i Kina. Likevel, med tanke på sitt høye folketall, samt at bordtennis krever lite plass, er det ikke rart at landet har flest spillere i verden. Et raskt googlesøk forteller at de har over ti millioner kompetitive spillere, samt 300 millioner som spiller

«en gang i blant». Til sammenligning er dette flere aktive spillere enn det er innbyggere i Tyskland, England, Frankrike og Spania – til sammen. Selv om Loker Xu bor i Norge nå, er han født og oppvokst i Kina, med tilhørende bordtenniskultur.

– Jeg har spilt siden barneskolen. Jeg begynte faktisk i andre klasse.

Selv for et utrent øye tar det ikke lang tid å se at Loker har spilt lenge. Rekkerten blir holdt mer som en blyant, og en ser et intenst fokus når det terpes på sørver. Når han snakker med de andre, smiler han godt, men det tar ikke lang tid før han er helt konsentrert i konkurransemodus. Sørvene treffer godt.

– Jeg liker idretten. Følelsen av å spille er god, og ikke minst liker jeg det å konkurrere mot andre.

Godt miljø – også for de som vil konkurrere

I Trondheim bidrar bordtennis til nye bekjentskap på tvers av landegrenser.

Som Loker påpeker, er bordtennis en plattform for å skaffe seg nye venner, noe Danh Tran støtter.

– Vi har en god arena for internasjonale studenter. Vi har faktisk en fordeling der rundt halvparten er utvekslingsstudenter.

Han forteller om en pågang etter åpningen, spesielt av internasjonale studenter som endelig kan komme til Trondheim

– Noe som kanskje skiller bordtennis fra andre andre idretter, er at alle er velkomne. Vi ser mange utvekslingsstudenter som kommer, men alle kan melde seg inn i NTNUI via Sit.

Selv om bordtennis blir beskrevet som en sosial idrett, har det også en høy konkurransefaktor. For mange studenter har den største konkurransen det siste året kommet i form av Kahoot over Zoom. Det kan være nok til å få pulsen opp, men for en spenningssøkende student gir bordtennis også gode muligheter til å kjenne konkurranseinstinktet komme frem. →



TRIVES I NORGE: Loker Xu fortsetter bordtenniskarrieren på NTNU.



ETTERLYSER FLERE BORD: Ehsam Esmailian skulle ønske at Dragvoll hadde hatt flere bord.

FULLT FOKUS: Danh Tranh har spilt bordtennis i flere år.

Lysten på konkurranse er noe NTNUI Bordtennis har merket, og et tiltak som har kommet her er hyppige turneringer. Tran forteller at det til dels har kommet som en konsekvens av fravær av konkurranse under korona, og for å generere mer interesse rundt sporten.

– Vi har rundt én til to turneringer i måneden. For de som vil ha konkurranse passer det altså godt.

Etterlyser mer utstyr på campus

På tross av økende pågang i bordtennis på NTNUI, vil nok de fleste studentkampene finne sted under pauser fra lesing på campus. Men det betyr ikke at konkurranseinstinktet

går noe ned. Går du for eksempel på stripa på Gløshaugen, vil du sannsynligvis høre både rytmen til en bordtenniskamp, og et seiersrop en gang i blant. Gløshaugen er derimot ikke den eneste campusen som har gått til innkjøp av bordtennisbord. Én av dem som spiller på Dragvoll er Ehsan Esmailian.

– Jeg har spilt litt bordtennis tidligere, men pleier å øve her for moro skyld.

Med en noe passiv hverdag som student, med mye lesing, forteller han at bordtennis gir et etterlenget temposkifte i hverdagen.

– Jeg bruker det som en pause fra studier. Det er forfriskende å spille!

Likevel er han ikke helt fornøyd. Han savner mer utstyr til å møte den store etterspørselen fra studenter.

– Ofte er det vanskelig å få tak i et ledig bord. I tillegg blir det fort fullt her på Dragvoll. Om en faktisk kommer inn til et ledig bord, er det ofte vanskelig å finne baller.

Han avslutter med å understreke at det er bedre å ha ett bord enn å ikke ha noen, men at han skulle ønske det var mer midler, slik at flere studenter kunne spilt. Ledig bord eller ei, bordtennis virker å være viktig for studenter. Både for de som vil prøve seg på turnering på NTNUI, men også for de som bare ønsker en aktiv pause fra pensum. **UD**

ÅPENT FOR ALLE: Bordtennis har et sosialt miljø.



O OG RØDT KORT OG GULLBALL

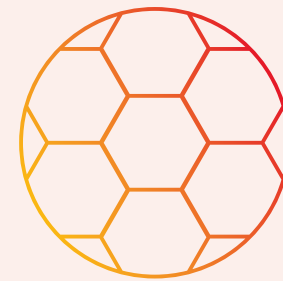
Bryter man ned formelen for å lykkes med toppidrett, er det noen enkle faktorer som er sentrale for å oppnå suksess i de gjeveste turneringene. Av disse faktorene som i nesten alle tilfeller må være til stede, finner man blant annet finansiering og spesialisert trening. Man skulle derfor tro at det var et selvfølge at når verdensmesterskapet i bryting skulle arrangeres på norsk jord, ville man kunne stille med midler som sikret at våre beste menn og kvinner kunne prestere på sitt aller høyeste nivå. Slik ble det altså ikke.

De kvinnelige bryterne har nemlig ikke hatt en landslagstrener til å lede dem siden i mai, og har nå gjennomført både De olympiske leker og verdensmesterskap på hjemmebane, uten noen slagplan eller lag, bare en oppfordring om å fikse det selv. Etter mesterskapet valgte fire av damene å legge opp eller slutte på landslaget. Ramona Eriksen trekker fram at hun ikke har råd til å satse fullt på brytingen. Forbundet selv sier at de ikke har noen skyld i situasjonen som har oppstått, men dette framstår som tynn suppe med smaken av rødt kort.



Etter å ha vært vitne til en av de største prestasjonene av et norsk fotballag noensinne, skulle man tro at det var rimelig enkelt å dele ut denne utgavens gullball til de gule i nord. Selv om man kan snakke seg blå i ansiktet om hvordan Glimt nedsablet «The special one», og hans mannskap fra hjertet av Romerriket, var det en mye større hendelse i fotballverden som tok plass uken etter.

Onsdag 27. oktober annonserte nemlig den australske fotballspilleren Josh Cavallo at han er homofil, og blir med dette en av de få mannlige profesjonelle spillerne i verdenshistorien som har annonsert dette. Det som skiller seg ut med Josh Cavallos situasjon, sammenlignet med de andre, er at flesteparten av disse kom ut av skapet etter at fotballskoene var lagt på hylla, eller i slutten av deres karriere. Josh Cavallo, 21 år gammel, har en lovende framtid som fotballspiller, og vil med stor sannsynlighet spille fotball på et profesjonelt nivå i de neste 10 til 15 årene. Han har nå tatt det modige valget om å stå fram, og bære sin legning med stolthet gjennom hele karrieren som ligger foran ham. Slik heltemot bør belønnes av hele idrettsverden, og det inkluderer oss i Under Dusken, som sender en gullball til australieren.



trykkpartner

Tungasletta 7 - 7047 Trondheim

ET MODERNE MEDIEHUS

TEKST: Sportsredaksjonen

«Hedda» var en del av UKAs «slaveopptak»: – Etter det begynte driten

Hun ble tatt opp i studentfestivalens ekstraopptak, på det hun opplever som feilaktige premisser. UKEledelsen tar det på sin kappe.

TEKST: Martine Andersen Hennig

Rett etter UKA hadde sitt siste opptak av frivillige, annonserte Solberg-regjeringen at de fjernet trinn fire av gjenåpningen. For å sikre at UKA hadde nok folk, foretok festivalen et ekstraopptak, uten tid til å annonsere det. Det forteller presseansvarlig Frida Jerve i UKA. Ekstraopptaket gikk ut på å kontakte de som hadde søkt verv tidligere, eller folk som UKEfunksjonærene tenkte at var interesserte i et verv.

Opptaksansvarlige spurte folk direkte om de kunne tenke seg å bli frivillige rett før opprigg i Dødens dal. Én av dem som ble ringt opp, var «Hedda». Å bli tatt opp på så kort varsel skulle vise seg å gi en dårlig opplevelse av studentfrivilligheten.

Under Dusken kjenner Heddas identitet, men har valgt å anonymisere henne av hensyn til hennes sosiale nettverk.

– Det virket som de var litt smådesperate

– Jeg ble oppringt og spurt om jeg ville være med i vertskapet i Dødens dal. Det trengtes på grunn av koronasituasjonen, og det virka som de var litt smådesperate. Men jeg hadde jo hørt at det var gøy.

Hedda er førsteårsstudent og helt ny i byen. Fra før hadde hun hørt mye fint om studentfrivillighet, der et UKEverv kunne bli en introduksjon for konseptet.

– På telefon spurte jeg hva jobben min kom til å bli. De sa at jeg skulle være med å gjøre småjobber rundt i dalen, og passe på som vakt. Hun fortalte at det var masse sosialt jeg fikk bli med på. Etter det begynte driten, hevder Hedda.

Ifølge Hedda kom det en storm av e-poster med lange instruksjoner om nye ting hun måtte sette seg inn i hver dag.

– For det første sa de ikke hvor lenge vaktene skulle vare. De er fra seks til

åtte timer, noen på nattestid. Hadde jeg visst om nattevaktene, hadde jeg ikke sagt ja. Jeg ble satt til mye fysisk arbeid som jeg ikke fikk inntrykk av i vaktposisjonen jeg fikk beskrevet. Jeg var jo totalt uvitende da jeg ble oppringt, og visste tydelig ikke hvilke spørsmål jeg skulle stille.

Opprinnelige søkere til UKA er klare over nattevakter, arbeidslengde og oppgavene de får, og som de får vite i normal søknadsprosess. Ifølge Hedda sa hun ja til ting hun ikke visste hun skulle gjøre.

ANONYM: «Hedda» valgte å ikke gå ut med identiteten sin, men ville fortelle om opplevelser hun mener flere kan dele.

Gikk glipp av sosialisering

I starten av et UKEverv foregår det sosiale samlinger av gjengene. Da Hedda kom inn i gjengen, var mange vennskap allerede etablert, og flere samlinger hadde allerede foregått.

– Jeg rakk heller ikke å være noe spesielt sosial. Plutselig kom jeg inn i en gjeng med hundre stykker. Hvis UKA skulle gjort dette helt riktig, så hadde jeg fått den informasjonen på forhånd. Det sosiale var jo bare tull. Et ball de snakket om hadde allerede vært. Vi

skulle ta et gruppebilde, og det fikk jeg e-post om dagen etter at det skjedde.

Pressesjef Frida Jerve bekrefter at ballet var overstått da Hedda ble tatt opp. I telefonsamtalen var det trolig snakk om avslutningsballet som holdes når UKA er ferdig.

– Jeg følte meg som en slags arbeidsmaur som sprang rundt og gjorde masse rart som sjefene ba meg om. Det var egentlig ikke pauser. En uskreven regel var at hvis du ikke hadde noe å gjøre, så måtte du finne noe å gjøre.

Utilstrekkelige arbeidsforhold og feilinformasjon

Hedda deltok på to vakter i Dødens dal: den ene med en evakueringsøvelse, og den andre et skift med fysisk arbeid.

– Den første vekten var en evakueringsøvelse før UKA begynte i Dødens dal. På forhånd fikk jeg mail om at det skulle være masse rabattert mat og drikke til oss som jobba, hevder Hedda.

– Vi fikk aldri beskjed om når vi skulle få mat i løpet av de seks timene, så jeg spiste jo mat før jeg kom. Vi holdt på i 20 minutter, og så skulle vi plutselig

→

spise. Det virker ikke som om de har tilrettelagt for at det er så mange folk som jobber i Dødens dal på én gang.

Problemet med matserveringen ble forsterket av mangel på steder for oppbevaring av ting på jobb. Da var det ikke mulig å ta med personlige eiendeler, som ekstra mat og klær ved et kaldt skift mot kveldstid.

– Hvis du har en vakt fra klokken 16 til 23 på kvelden, så er gradene ganske forskjellige på de timene, men da måtte du ha kommet i fullt utstyr.

Ifølge Hedda fikk hun ingen forhåndsinformasjon om hva som skulle skje på sin andre vakt.

– Den andre vakta jeg var på, var en opprigging. Da endte jeg opp med å flette, bære og sette sammen gjerder i seks timer. Det trodde jeg ikke at jeg skulle gjøre, gå rundt og være en Byggmester Bob.

Tabu å snakke om utnyttelse av studentfrivillighet

Ifølge Hedda sendte hun en e-post hvor hun skrev at tiden ikke strakk til, og

at hun håpet at vaktene gikk opp uten henne. Hun mener at enkelte jobber som de frivillige gjør, kunne vært gjort av betalt personell.

– Nå angrrer jeg på at jeg ikke sa fra i en mer utfyllende e-post, der jeg forklarte at jeg følte meg lurt. Hadde jeg fått en liste med alle arbeidsoppgavene på forhånd, så hadde jeg ikke blitt med.

Etter at hun sluttet i UKA, diskuterte hun valget med flere i sin krets.

– Det virker nesten som at det er tabu å si at vervet ikke er gøy, forteller hun.

FOTO: Kristian Marcellius Benum Storehaug



«At vervet ikke tilsvarte de forventningene hun hadde, det tar vi på vår kappe.»

– Frida Jerve, UKAs Pressesjef

UKAS PRESSESJEF: Frida Jerve ser ikke på dette som et angrep på UKA, men en mulighet for forbedring.

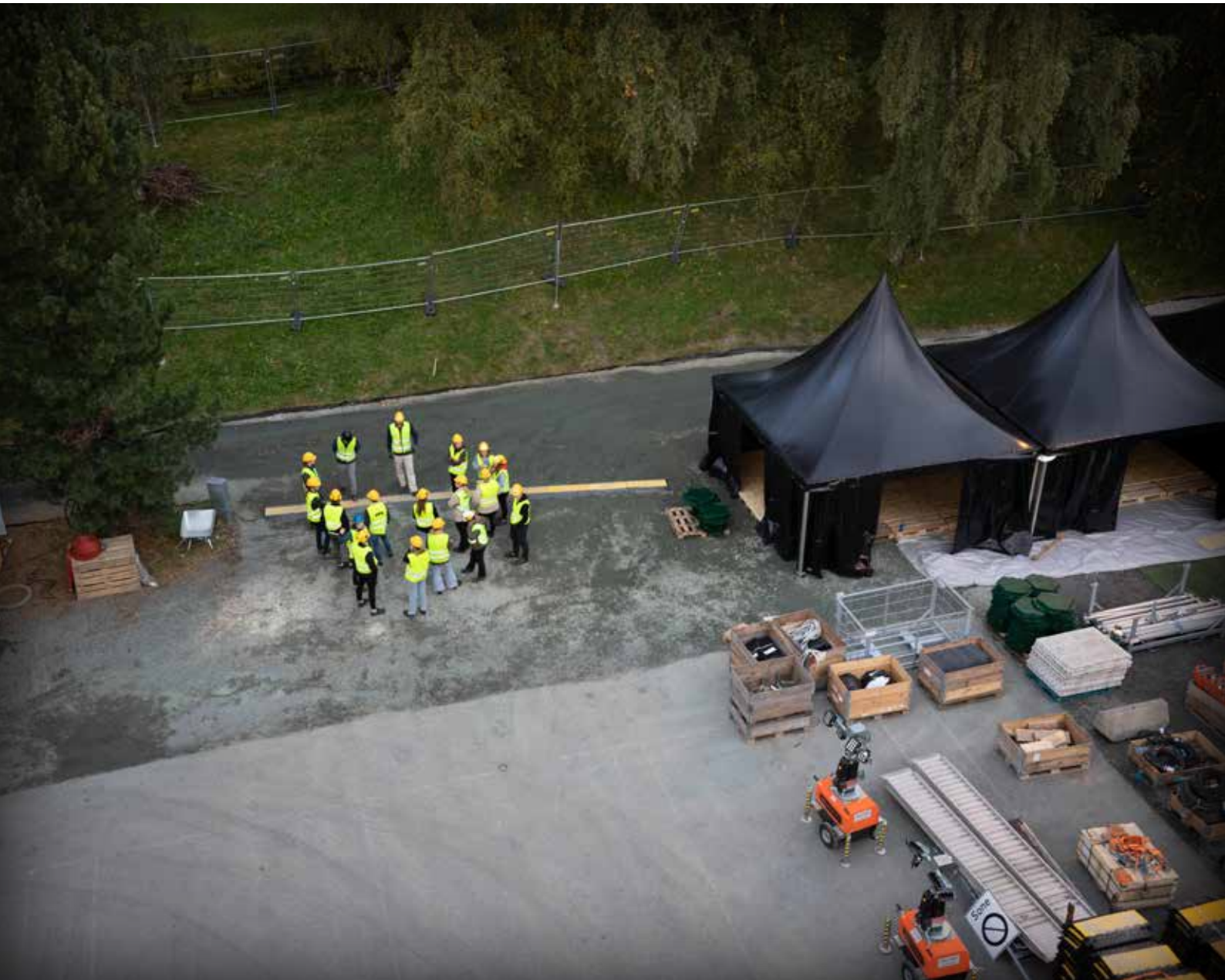


FOTO: Jonatan Norbye

TRAVELT: Det er totalt 343 frivillige som jobber for å huse 6000 gjester i Dødens Dal.

– Jeg kjenner flere som har fortalt om misnøye og at de har fått en dårlig beskrivelse av arbeidet på forhånd. Jeg tror det er flere som har opplevd UKA slik jeg har. Flere sier «sånn er det jo bare». Hvorfor snakker ingen om at det er så ille, og at det kalles «Slaveopptaket», spør Hedda.

– Tjener ikke UKA allerede masse penger på dette? De er nok søkkrike.

Hedda sier at hun også vet om mange som har en fin opplevelse av UKA.

– Det kommer nok veldig an på hvilken gjeng du jobber i, og hvor høyt du står. Men nå må vi se på situasjonen jeg er satt inn i, sier Hedda.

Ser på det med største alvor

Som UKEsjef hadde Max Meinich ansvar for ekstraopptaket. Han legger ikke skjul på at de ikke var godt nok forberedt, da store mengder informasjon skulle ut på kort tid til nyopptatte frivillige.

– Det stemmer at vi hadde et ekstraopptak i hele UKA, ikke bare

i Dødens dal. Jeg forutså ikke hvilke komplikasjoner for forventningsavklaring og informasjonsflyt som ville komme. Det er på ingen måte ment som en unnskyldning, men mer en forklaring. Vi beklager likevel for at vi ikke har vært gode nok til å gi informasjon, sier Meinich.

Pressesjef Frida Jerve forteller at UKA gjorde det de kunne for å stille forberedt.

– Vi tok en runde med alle gjengsjefer og personalansvarlige. Siden gjenåpningen skjedde så nært UKA, måtte vi sørge for at vi var klare for dette. Der har vi sett at vi var for dårlige med forventningsavklaring, sier Jerve.

Stillingsbeskrivelsen Hedda fikk i hodejakten, stemte ikke overens med det hun endte opp med å gjøre. Dette tar Meinich og Jerve på største alvor.

– Det var aldri vår intensjon å lure noen inn i et verv de ikke visste hva var, eller å gi ut feil informasjon. Det er leit å høre, sier Meinich. →



OPPRIGG: "Hedda" jobbet to vakter før UKA startet, før hun sluttet.

FOTO: Jonatan Norbye

Studentfrivillighet skal gi mer enn det tar

– Vi ønsker at folk skal se på UKEvervet som en mulighet til å lære noe nytt, bli kjent med mennesker og ha det gøy. At hun ikke har opplevd det, er veldig synd. At vervet ikke tilsvarte de forventningene hun hadde, det tar vi på vår kappe, sier Jerve.

Det er ingen som skal tvinges til å ta på seg et frivillig verv. Da er det avgjørende at man slutter eller kutter ned før vervet går ut over egen trivsel, mener Jerve og Meinich

– Vi synes det er riktig at man slutter i UKEvervet dersom det blir for mye og det ikke svarer til det man forventet. Vi setter uansett stor pris på den innsatsen som er gjort, enten man velger å fullføre vervet sitt eller ikke, sier Meinich.

Som UKEsjef forteller Meinich at han har begitt seg ut på et ansvars-

tungt verv, som selvfølgelig har brakt med seg utfordringer han ikke kunne forutse.

– Jeg skal ikke legge skjul på at verv kan være tøft til tider. Det å være frivillig i UKA skal gi mer enn det tar, sier Meinich.

Hadde UKA hatt råd til å ha ansatte som tok enkelte arbeidsoppgaver fra de frivillige i Dødens dal?

– Nei. Hele formålet med UKA er at vi skal tjene penger for å gi overskuddet til Samfundet. Det er heller ikke UKA som bestemmer overskuddet. Det er det finansstyret i Samfundet som gjør, sier Jerve.

Både Meinich og Jerve ser at det er mange førsteårsstudenter under UKA.

– Jeg er helt enig i at det kan være vanskelig å se hvordan det henger sammen for en som er helt ny i byen. Det er selvfølgelig ikke er krav at alle skal forstå det, sier Jerve.

Ny velferdsinfrastruktur siden UKA-19

Etter UKA-19 har Meinich innført endringer for å øke velferden. Blant annet har de økt antallet pausefasiliteter i dalen, og laget separate serveringsgjenger for Samfundet og Dødens dal.

Da Hedda jobbet sine vakter, hadde det fortsatt ikke blitt etablert en garderobeløsning for de frivillige.

– På evakueringsøvelsen og promenadekonserten var det ikke garderobes, men dette skjønte vi at ikke fungerte. De fikk garderobe etter det. Da ble det mulighet for å ta med seg egen mat og ekstra klær hvis man ønsket det, sier Jerve.

Samtidig stemmer det i Hedda sitt tilfelle at måltidet ble servert 20 minutter etter starten av vekten under evakueringsøvelsen. Dette fikk ikke de frivillige beskjed om før vekten.

– Under de to første kjøringene ble beskjedene om dette bare gitt på brief, som er i starten av vakta. Etter dette ble beskjeder gitt på e-post og på brief. Det er litt ting som må jobbes inn i løpet av de første kjøringene for å forstå hva alle de frivillige trenger, sier Jerve.

Hedda forteller at hun aldri hadde sagt ja til vervet dersom nattevaktene hadde blitt nevnt. Det er ingen som skal tvinges til å jobbe natt, forteller Meinich.

– Folk har enten én eller null nattevakter i løpet av hele UKA. Totalt er det 343 stykker i arena som deler på dette, inkludert sjefene. Det tallet inkluderer ikke betalte ansatte som ikke er frivillige, sier Meinich.

Alltid takknemlige for tilbakemeldinger

Jerve understreker at alle tilbakemeldinger om UKA er nødvendige for at festivalen kan forbedres.

– Selvfølgelig hadde vi gjort noe med det dersom hun hadde sagt fra. Vi følger opp personalet og sjefene dersom noe ikke fungerer. Man skal vite at det alltid er noen man kan si fra til, og som man kan ringe hvis det skal være noe, sier Jerve.

Jerve understreker at Trondheims studentmiljø i stor grad drives av frivillighet, der alle har et ansvar for å si fra før strikken tøyes for langt.

– Dette er ikke et angrep på UKA, men heller en mulighet til å forbedre seg. I organisasjonen har vi personalansvarlige i alle gjenger, og egne HMS-konsulenter. Ellers har vi et sted der man kan melde inn avvik anonymt på avvik.uka.no, sier Jerve.

UKA fikk utfordringer med plutselig økt kapasitet etter en lang pandemi. Ekstraopptaket de utførte var et forsøk på å løse utfordringen på best mulig måte.

– UKA-23 gjør ikke det igjen. Og vi håper det ikke er en ny pandemi innen da, sier Meinich. **UD**

FOTO: Kristian Marcelius Benum Storehaug



UORD: Terminologien "Slaveopptaket" er ikke noe UKEsjef Max Meinich ønsker å assosiere med UKA.



Arkitektstudent om dagen – og natten

De skårer høyt på trivsel og engasjement. Med studieuker på opp mot 110 timer er det likevel ikke bare kos å være arkitektstudent.

TEKST: Andreas Stenhaug | FOTO: Frida Hval Skiøker

Jeg møter en gruppe arkitektstudenter i tredje klasse på et tegnerom der hele klassen sitter samlet. Et høyt arbeidstrykk, og til dels kaotiske arbeidspulter møter meg idet jeg ankommer rommet.

Karl Fredrik Honningsvåg, Eir Pétursdóttir, Håvard Samuelsen og Jeppe Holter sitter på den ene arbeidsstasjonen. De jobber for tiden med et prosjekt der de skal omforme Statsbygd, et lite gårdssamfunn på den andre siden av Trondheimsfjorden. Gruppen forteller meg at de ofte blir kastet ut i prosjekter med bratte læringskurver og flytende oppgavetekster.

– Vi lærer egentlig aldri noe, unntatt det vi gjør selv. Foreleserne sier: Dere

skal gjøre dette og dette, her er noen interessante bøker og programmer – lever om tre uker, forteller Honningsvåg engasjert.

Et mangfoldig studieløp

Vi trekker oss ut av en noe kaotisk tegnesal og til et tomt arbeidsverksted, hvor gruppa kan snakke i roligere omgivelser.

De forteller at det er langt mellom de konkrete svarene i deres studiehverdag. Som regel må de gå opp veien selv, i flytende og ukjent terreng. Pétursdóttir mener at arkitektur handler mye om filosofi.

– Det er egentlig ingen helt konkrete svar. Jeg liker den friheten godt. Hvis man klarer å argumentere godt,

blir løsningen ofte godtatt, sier hun oppriktig.

Samuelsen er derimot rask til å påpeke at friheten også kan ha sine negative sider.

– Eksamensoppgaven er sånn: Her er det tusen personer som bor på ti tusen kvadratmeter, lykke til og kos dere. Første uka er vi totalt utmattet fordi vi diskuterer og diskuterer i det uendelige, men det blir morsomme resultater til slutt, forteller Samuelsen.

Honningsvåg gleder seg over at lite opptråkka veier gjør det mulig å dyrke sine personlige interesser. Da kan han forme oppgaver etter egne visjoner.

– Problemet er at du kan bli veldig forelsket og nedgravd i ditt eget prosjekt. Når du da må levere, er det som å

gi slipp på ungen sin litt for tidlig – fordi den er ikke ferdig, sier Honningsvåg med glimt i øyet.

Lange dager og netter på tegnesal

Ifølge Studiebarometeret for 2019 jobbet arkitektstudentene på NTNU i snitt 50,9 timer med studiene i uka. Det er nesten 17 timer over snittet for alle heltidsstudenter i Norge, som klokker inn på 34,2 timer. Samuelsen uttrykker lettelse over at arbeidskulturen deres har blitt bedre med studieårene.

– Det er blitt sunnere nå. Det var ganske ekstremt en periode.

Pétursdóttir forteller at hun i første klasse ofte ble på tegnesalen helt til hun så at naboen sine dro.

– Det var ganske ille første halvår. Vi satt og ventet på at naboen hadde gått, fordi da var det mer greit for en selv å gå. Jeg gikk ofte hjem med en dårlig følelse, fordi jeg følte resten av gruppen var flinkere og satt lenger, forteller hun.

Historiene de forteller underbygger forestillingen om arkitektstudenter som til tider sitter limt til stolen sin på tegnesalen.

– I høstsemesteret i fjor tror jeg at jeg var på skolen nesten til midnatt hver eneste dag. Jeg tror vi kom fram til at vi var der 110 timer den siste uka. Fordi man får et forhold til prosjektet sitt som

babyen sin, får man lyst til å pusse og gnikke på det til Dovre faller, forteller Honningsvåg.

Holter og Pétursdóttir påpeker flere forhold som kunne gjort de første studieårene og den psykiske helsen bedre.

– Vi har lifecoach i regi av Sit nå, som lærer oss om psykisk helse, hvordan det er å jobbe i gruppe, og hvordan man kan ha et sunt forhold til studiet. Det kan kanskje være relevant å høre om tidligere, påpeker Holter.

Pétursdóttir skulle ønske at man snakket om arbeidskulturen tidligere, kanskje allerede i første klasse.

– Sånn, «hei, sånn pleier det å være, det går fint, ikke stress», belyser hun. →

«Vi satt og ventet på at naboen hadde gått, for da var det mer greit for en selv å gå. Jeg gikk ofte hjem med en dårlig følelse, fordi jeg følte resten av gruppa satt lenger.»



SENE ARBEIDSKVELDER: Studiebarometeret forteller oss at de fleste arkitektstudenter går studiet de aller helst vil gå. Likevel må gruppa jobbe lange dager for å komme i mål med prosjektene sine.

En krevende læringsform tar tid å lære

Professor Rolee Aranya er prodekan for utdanning på Fakultet for arkitektur og design. Hun mener at egenarten ved studiet, med vekt på problembasert læring i grupper, gjør det vanskeligere for studentene å disponere tiden sin.

– Man må se på egenarten til profesjonen for å forstå måten studentene jobber på. Det tar tid å lære hvordan man bruker tiden sin, og det er akkurat slik det er i arkitektbransjen. Man vil at

alle sider av faget skal læres av erfaring, og det er krevende, sier hun.

Prodekanen for utdanning forteller at de ikke oppfordrer til døgning blant studenter, og at de ønsker at folk jobber sammen i grupper på tegnesal.

– Når fristene nærmer seg, sitter folk lenger. Det er en egen disponering av tid. Når man er tidlig ute i studiet, så vet man ikke hvor lang tid prosjektene tar. Det blir man mer kjent med, og bedre på, senere i studiene.

Aranya legger til at læringsformen ikke trenger å unnskyldes den høye tidsbruken som fremkommer av Studiebarometeret.

– Jeg prøver ikke å forsvare at de bruker mer tid enn andre, men læringsprosessen tar tid å ta innover seg.

Studentene fra intervjuet etterlyser mer snakk om arbeidskultur og psykisk helse tidligere i studiet. Aranya anerkjenner at overgangen fra videregående til første klasse på arkitektstudiet kan være krevende.



DETALJERT ARBEID: Eir Pétursdóttir fikser på noen nyanser ved modellen deres. Mye av tiden på prosjektet går på å perfektionere detaljer.

– Vi har brukt midler på mentorer, der eldre studenter gir faglig og psykososial oppfølging til førsteårsstudenter. Vi har også økt kapasiteten til studieveiledere som kan kartlegge individuelle problemer og vise til Sit sine tilbud. Samtidig er det forbedringsmuligheter, og vi jobber med å øke kapasiteten.

– Jeg prøver ikke å forsvare at de bruker mer tid enn andre, men læringsprosessen tar tid å ta innover seg.

Studentliv og studieliv

Høstsemesteret er høytid for verv og kulturelle arrangementer. Med studiedager som blir til studienetter lurer jeg på om de får tid til å engasjere seg i noe utenfor studiet. Holter skyter leende inn:

– Man klarer alt om man fjerner søvn!

Pétursdóttir har flere verv pågående parallelt med krevende studieprosjekter, og trives godt med det.

– Nå har jeg jo to funksjonærverv, i UKA og på Samfundet. Det handler om å prioritere hele tiden. Personlig synes jeg det går bra, fordi både UKA, Samfundet og studiet er veldig gøy.

Når jeg spør om dette noen ganger blir for mye, møtes jeg av en vennlig

latter fra samtlige i gruppen. Dette er noe de har diskutert og tatt opp før.

– Ja, flere ganger. Sånn er livet, da. Det er vanskelig å jobbe perfekt med arkitektur hele uka, forteller Pétursdóttir.

Holter legger til at de har blitt tøffere på å si ifra når de har behov for en pause i deres arbeidsgruppe.

– Jeg har prøvd å innføre at vi skal jobbe med studiene ni til fire og har ofte fått gjennom det i det siste, sier han.

Fordi de blir personlig investert i prosjektene sine, kan det være vanskelig å levere noe som føles uferdig eller uperfekt. Pétursdóttir forteller at man må lære seg å gi slipp for at studentlivet og studielivet skal gå opp.

– Min strategi er å levere uten å være helt fornøyd.

Trivsel, engasjement og tilhørighet

Til tross for krevende prosjekter er det mye som er hyggelig med å være arkitektstudent. På påstanden «Jeg går studiet jeg har mest lyst til å gå på» fra studiebarometeret 2020 er gjennomsnittsskåren 4,7 av 5 poeng.

Overordnet tilfredshet med studieprogrammet er på 4,3 av 5 poeng. Samuelsen og Holter mener at et tett klassemiljø er sentralt.

– Hvis vi opplever noe negativt, så opplever vi det sammen. Du sitter ikke alene og leser en bok, liksom, sier Samuelsen, før Holter legger til:

– Det er glede i det vi gjør. Og vi gjør det i fellesskap.

Samuelsen påpeker at et tett forhold til lærerne gjør lengre dager lettere å håndtere.

– I helgen kom det en lærer og delte ut sjokoladeplater og sa at «dere ikke trenger å jobbe i helgen, men vi vet at dere gjør det». Det er ikke uvanlig at lærerne sjekker inn og hører hvordan det går.

Lange dager sammen på tegnesalen bidrar også til at man utvikler særegne måter å se verden på. Honningsvåg skyter humoristisk inn at man kan bli litt hjernevasket av å studere arkitektur.

– Hvis jeg går tur og sier «se på den takrenna og vinduskarmen da» vil de fleste himle med øynene. Et nært klassemiljø gjør at man har likesinnede å henge med. **UD**



OPP- OG NEDTURER: Håvard Samuelsen forteller at det også er negative sider ved arkitektstudiet. Men i det minste opplever de dem sammen.



LANGE ARBEIDSUKER: Karl Fredrik Honningsvåg sin lengste arbeidsuke hittil er på 110 timer. Han forteller at han var på skolen til midnatt nesten hver dag forrige høst.



SOSIALE PROSJEKTER: Jeppe Holter er fornøyd med å gå arkitektstudiet. Han forteller at det er glede i prosjektene deres, og trives godt med at de gjøres sammen med andre.

Trondheimsstudenten:

På to månadar har Runa runda halve NTNUI

Psykologistudenten Runa Brekke Espedal har berre budd i Trondheim i to månader, men har allereie testa mykje av kva studentbyen byr på.

TEKST: Ayne Kifle Assefa Aalen | FOTO: Kristian Marcelius Benum Storehaug

– Då eg kom til Trondheim, tenkte eg «skitt, no må eg melde meg på noko, eg treng å halde meg aktiv». Så eg starta med NTNUI Skating i Trikkestallen, seier Runa.

Psykologistudenten tok med seg ei venninne første gong ho prøvde seg, og var litt nervøs.

– Kva skal ein ha på seg når ein skatar? Vi berre stod der med eit brett i handa, og visste ikkje heilt kva vi skulle gjere, men så kom det masse hyggelege folk og spurde om vi ville lære triks.

I skatemiljøet hos NTNUI var det folk på alle nivå, og med ulike bakgrunnar.

– Det er òg mange utvekslingsstudentar som er med hos NTNUI. Når eg dreiv med segling hos NTNUI, var det slik der òg.

Før ho kom til Trondheim, konkurrerte ho i flatvasspadling. Ho blei lei, for då bestod livet berre av trening, eting og soving. NTNUI har òg ei elvepadlingsgruppe, som ho sjølvsagt har testa.

– Elvepadling, det er adrenalin det! Øvst i Nidelva, over Sluppen, er det litt meir stryk, så då kan ein padle i små slags fossar. Padlegruppa har òg ting som skjer kvar veke, men no blir det jo mørkt, så då er det slutt på det òg.

Eg får eit lite hòl i livet, men så kjem jo eksamen, seier ho.

Studentkultur = drikkekultur?

Samtalen flyt vidare om andre aspekt ved studenttilværet, og utstrålinga hennar er energisk og oppløftande. Vi kjem inn på eit litt meir seriøst tema, og ho ser meir tankefull ut.

– Det er mykje drikking i Trondheim. Det er kjempegøy å drikke og feste, men ein blir litt lei. Det er liksom så mykje det same, viss det er lov å seie. Det er litt gøy å ete middag i lag utan å drikke, eller ha spelkveld.

Runa fortel at ho sikkert er farga av at ho gjekk på ein konservativ kristen folkehøgskule der ein ikkje drakk.

– Vi hadde fyllastemning der òg. Vi var overtrøytte og rava i fleire timar til jesussongar. Eg meiner at alle burde få oppleve stemninga og fellesskapet når ein er edru, utan at eg eigentleg veit heilt kva eg trur på.

Fridomskjensle og kvardag

– Det er nok det beste med heile studenttilværet, at ein *må* ingenting. Fridomen til å berre bestemme heilt sjølv.

Runa påpeikar at sjølvsagt er ikkje dette noko alle mestrar og likar. Nokon må sikkert ha meir struktur.

– No har ikkje eg studert nokon annan plass, men eg trur Trondheim byr på mykje godt organiserte aktivitetar med låg terskel, så ein må berre tørre å melde seg på ting.

Det kan sjå ut som om mange studentar deler same oppleving. Medlemstala til NTNUI viser at dei er Noregs største idrettslag.

–Eg hugsar i opptaksperioden så hadde eg venar som berre sa «ja, eg skal spele baseball no. Eg kan ikkje reglane eller noko slikt, men eg berre prøvar!»

Det er ikkje éin einaste person Runa kjenner som ikkje ville passa inn i denne studiebyen.

– Nerdar kan nerde saman, dei som berre vil feste kan gjere det. Ein finn eit miljø for alt.

Etter at ho innser at ho berre har fine ting å seie om Trondheim, bryt ho ut:

– Nokon burde betale meg for denne reklamen, og ler. **UD**

“Eg får et lite hòl i livet når elvepadlinga tar slutt på hausten, men så kjem jo eksamen.”



UKE-kavalkaden



FOTO: Kristian Marcellius Benum Storehaug



FOTO: Torstein Olav Eriksen



FOTO: Torstein Olav Eriksen



FOTO: Kristian Marcellius Benum Storehaug



FOTO: Nora Rønningen



FOTO: Kristian Marcellius Benum Storehaug



FOTO: Kristian Marcellius Benum Storehaug



FOTO: Kristian Marcellius Benum Storehaug

FOTO: Torstein Olav Eriksen



FOTO: Torstein Olav Eriksen



FOTO: Nora Rønningen



FOTO: Frida Hval Skiaker



FOTO: Kristian Marcelius Benum Storehaug



FOTO: Jonatan Norbye



FOTO: Kristian Marcelius Benum Storehaug



FOTO: Jonas Aagaard



FOTO: Lea Lauvland Longva



FOTO: Jonas Aagaard

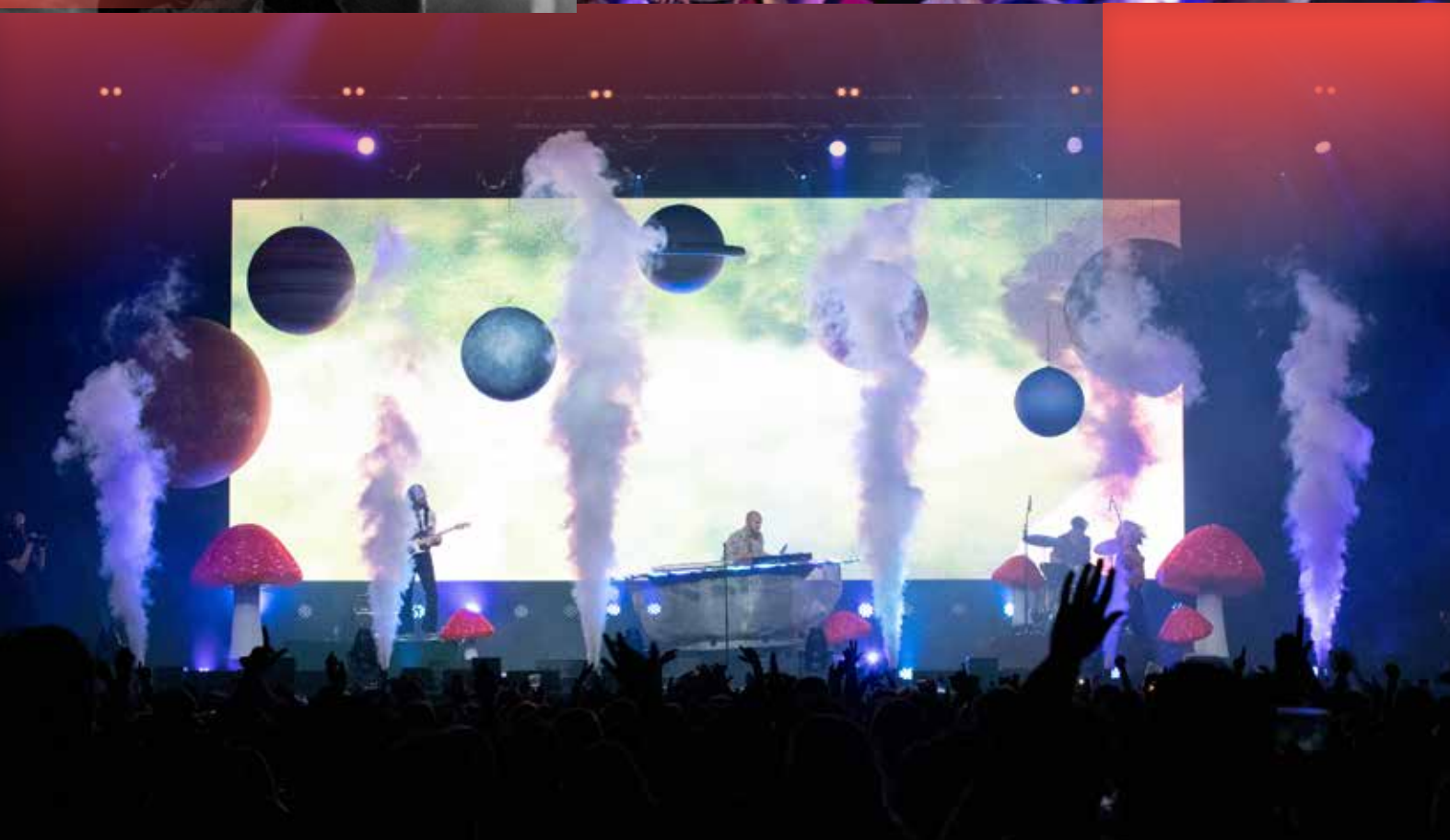


FOTO: Jonatan Norbye



FOTO: Jonas Aagaard



FOTO: Kristian Marcelius Benum Storehaug



FOTO: Nora Rønningen



FOTO: Torstein Olav Eriksen



Fordommene rundt spilling begynner å bli borte

E-sport har for alvor tatt seg inn i Trondheim. Vi har besøkt e-sportsbaren Jotunheimen for å snakke om dataspill og framtiden for e-sport.

TEKST: Kristin Bjørge Hovde
FOTO: Torstein Olav Eriksen



Jotunheimen e-sportsenter

Kjøpmannsgata 63
Åpningstider: 16.30-00.00, fredag og lørdag til 02.30
Reduserte priser på studenttirsdag hver uke

SPILLENTUSIASME: Dataspill kan være mye mer enn "bare en hobby"

Når du trer inn i Jotunheimens lokale, møter du trolig det motsatte av det du hadde forventet på en e-sportsbar. Et stort og innbydende rom preget av rene linjer og neonlys i komplimentærfarger brer seg utover idet man går inn dørene. Bar, båser og bord inviterer deg til å ta noe å drikke mens du ser en kamp eller to på de store skjermene. Det er allikevel ikke til å unngå å se stien på gulvet som leder deg til lokalets hovedattraksjon: rad på rad med markedets ypperste pc-er.

Rom for potensiale

Daglig leder for Jotunheimen e-sport, Alex Hole, tar meg begeistret med på en omvisning i de 750 kvadratmeter store lokalene, som også har rom til treningsleirer. Det jobbes også med å sette opp et eget rom for strømming.

– Det er som å komme inn på en sportspub. Man kan ta seg en øl og se på gaming eller e-sport. Kanskje blir noen inspirert og tar med seg drikken bort til pcen for å teste ferdighetene sine.

En av dem som har opplevd hva Jotunheimen har å by på, er leder i NTNUI e-sport, Anders Brurok. Han fikk merke den gode LAN-følelsen da han nylig deltok på AbellAN, som ble arrangert hos Jotunheimen.

– For første gang dukket det opp en mulighet til å være med på et LAN uten å måtte drasse med seg egen pc, noe som var veldig praktisk. Pc-ene de har her, er også gjerne bedre enn hva man har stående hjemme, forteller Brurok.

Hole mener at det ikke finnes noen andre steder i Trondheim hvor en forelder kan ta med seg barnet sitt og bli banket i Fortnite.

– Jeg pleide å løpe om kapp til bilen med sønnen min da han ennå gikk i barnehagen, og da lot jeg ham vinne. På denne arenaen, derimot, har ikke de voksne en sjanse. Barna briljerer, og det er så deilig å se den mestringsfølelsen de får av å vinne, forteller Hole.

Starten på noe stort

Ideen om å starte det som først ble kalt et «spillhus» fikk Hole da han holdt et foredrag under arrangementet *Manifestasjonen* til Næringslivsforeningen.

– Det hele begynte i 2019, da vi startet e-sportlaget *Team Midgard*, og jeg fikk tilbud om å holde foredraget. Jeg fikk prate om gaming, e-sport og den veksten det har hatt, og et annet firma foreslo at vi skulle utvikle et konsept rundt spillsenteret.

Her begynte også visjonen om å være det Hole kaller «Ranheim, ikke Rosenborg». De vil ikke kjøpe spillere, men heller bygge og selge dem, og det krever trening. At barn og unge spiller, er ikke til å komme unna, så hvorfor ikke utforske mulighetene det gir oss?

– Folk skjønner ikke at man lærer noe av å game. Hvor er det egentlig folk lærer engelsk i dag, spør jeg da. Er det de to timene på skolen, eller finnes det en annen arena for det? I stedet for å ha nesa i boka, kan man heller ta med klassen hit og for eksempel si «nå skal dere spille, men dere kan kun kommunisere på engelsk».

Det er ikke bare språk man lærer av dataspill. Hole påpeker at også kommunikasjon, planlegging, kreativitet og kritisk tenkning er ferdigheter som kreves når man spiller.

– Det er dette som omtales som «21st century skills», og det lærer man hvert sekund man sitter og spiller. Det er derfor vi må anerkjenne denne spillingen, for det er så viktig, utdyper han.

Sport og helse

Under samtalen vår understreker Hole jevnlig at det ikke holder å kun øve på data-spillet hvis man skal bli en god e-sportutøver. Man må også trene kroppen.

– Hjertet er også en muskel, og den kan du trene til å pumpe mer blod til topplokket. Dette er med på å gjøre oss mer utholdende, som igjen fører til at vi presterer bedre. Så de som kommer hit for å trene, får også en opplæring i både trening, kosthold og mental trening.

Hole presiserer at det ikke bare er de seriøse e-sportutøverne som får oppmerksomhet av personalet.

– Vi går alltid bort og prater med folk og engasjerer oss i hvem de er og hva de er interessert i. Vi passer også på å spørre om det er noe de har lyst til å se hos oss, og hvis de har de det, så sier vi «Flott! Kanskje du vil være med og arrangere det?», og sånn involverer vi folk i arbeidet vi gjør.

Det er tydelig at det er viktig for Hole at Jotunheimen blir et fellesskap, der de kan hjelpe hverandre med å oppleve mestrings. Man skal likevel spille med måte.

– Det krever mye for å bli god på spill, men man skal likevel ikke velge bort andre ting. Ja, man har et sosialt liv på datamaskinen, men det er også hyggelig å møte folk fysisk. Det er det vi håper på med den plassen her. Her har man muligheten til å både møtes og spille sammen.



OPTIMISTISK: Fremtiden for e-sport ser lys ut, mener Anders Brurok



SATSER HØYT: Alex Hole har høye ambisjoner for Jotunheimen

Alle kan spille

Selv om man nesten ikke kan sammenligne måten e-sport og gaming ble sett på før med hvor vi er i dag, understreker Hole at det fortsatt er en lang vei å gå.

– Vi ligger i hvert fall fem til ti år bak Sverige, så det er mye som må gjøres for at vi skal komme på nivå med andre land.

Anders Brurok støtter Holes utspill. Han mener at mens e-sport, på internasjonal basis, er anerkjent som en reell sport og karriere, sitter nordmenn fortsatt fast i tanken om at dataspill bare er en hobby.

– Per dags dato vil nok mange reagere på at man «trener» i et spill. Framtiden for e-sport i Norge tror jeg likevel har stort potensiale. Selv om jeg er ung, ser jeg at e-sport blir mer anerkjent i dag, når det for eksempel tilbys som studielinjer på videregående og folkehøgskole.

Også Hole ser en positiv utvikling for e-sport i Norge.

– Vi merker at det er flere større bedrifter som ser at det kan være verdt det å investere i og bli assosiert med e-sport. Fordommene rundt gaming begynner

også å bli borte, og det kommer flere profesjonelle lag som kan vinne store kamper. Da Emil Bergquist Pedersen vant 13 millioner i VM i Fortnite, tror jeg flere fikk øynene opp for e-sport.

For at e-sport skal bli større i Norge, må de store investorene på banen, og da må de også få en forståelse for hva gaming er.

– De må komme hit. De må prøve det, se det og oppleve det, oppfordrer Hole.

At Norge henger etter, setter heldigvis ikke en stopper for ambisjonsnivået til Jotunheimen.

– Grunnen til at det er så romslig her, er ikke bare for at det skal være tilrettelagt og åpent for alle, men også fordi vi ønsker å skape en publikumskultur. Den store drømmen er å fylle hele spektrum for å se e-sportturneringer.

Og det stopper ikke der. Først vil de ta over Norge, så skal de bevege seg utover grensene.

– Vi ser at andre land ikke satser på det vi gjør her: bar, turneringer på tv-ene, og spillområde i et åpent landskap. Det er derfor vi tilfører noe nytt.

Terskelen blir lavere for å komme inn, selv om du ikke er gamer. De fleste som kommer inn her tenker at konseptet er kult, og da trenger du heller ikke å være spillinteressert.

Som for å understreke poenget titter et eldre par inn vinduene. De peker, ser på hverandre og nikker smilende. Brilleglassene deres reflekterer neonlys.

– Vi får inn både unge folk, og også besteforeldre som skal være litt kule og ta med barnebarna og spille, forteller Hole.

Holes engasjement og kjærlighet for dataspillkulturen er smittende. For han er ikke spill bare noe å slappe av med etter jobb, men også en måte å møte nye mennesker og skape samhold og glede rundt en felles interesse på.

– Alder, kjønn eller seksualitet har ingenting å si. En jente på ti år kan spille mot en gutt på tyve, som igjen kan spille mot en 40-åring. Jeg mener det er noe som kun kan skje via spill. Det er det som er så unikt og så bra med det. **UD**

Horroroskop

TEKST: Syver Røinaas | ILLUSTRASJON: Serena Guler



Nostradamus har gransket stjernehimmelen og tydet framtiden din.

Væren (21. mars–19. april)

Denne uken vil vennene dine vie deg en nestekjærlighet og omsorg du ikke ante eksisterte mens du var i live.

Tyren (20. april–20. mai)

Noen mennesker har en stor drøm her i livet, som det ikke blir noe av. Du har ingen slik drøm, og den blir det heller ikke noe av.

Tvillingene (21. mai–20. juni)

Små feil får som regel små konsekvenser, men det er ingen regel uten unntak. Denne uken vil du bli heftig diskutert blant de ansatte på tannlegekontoret, etter å ha forvekslet tannbørste med barberhøvel.

Krepsen (21. juni–22. juli)

En venninne kommer til å beskyldes deg for å være barnslig, men hun er uansett bare en promp.

Løven (23. juli–22. august)

Du har en målestokk du måler mennesker etter, og den er nokså streng. Men av sikkerhetsgrunner får kun barn over 120 centimeter kjøre karusellen.

Jomfruen (23. august–22. september)

Denne uken vil du mistenke at noen utnytter spirituelle, letturt og irrasjonelle sjeler som deg selv, ved hjelp av vage klisjéer som spiller på dine dypeste lengsler og usikkerheter. I tillegg ligger kjærligheten på vent rundt neste sving, om du spiller kortene dine riktig.

Vekten (23. september–22. oktober)

Et viktig vennskap vil bli satt på prøve denne uken, men heldigvis er det flervalg.

Skorpionen (23. oktober–21. november)

Av en merkelig grunn, antagelig relatert til tidsmangel, vil horoskopet ditt være helt identisk med værens.

Skytten (22. november–21. desember)

Det var alltid meningen at du skulle bli noe stort, men du er altfor lat.

Steinbukken (22. desember–19. januar)

Denne uken vil du endelig få utløp for en hobby du elsker, til dine ofres gru.

Vannmannen (20. januar–18. februar)

Stjernene råder deg til å investere i bitcoin den kommende uken, men understreker at de ikke står ansvarlig for eventuelle tap.

Fiskene (19. februar–20. mars)

I fortiden har det aller meste du har forsøkt deg på, gått galt. Det er på tide å ta et hint.





PRISVINNAR: Reinsve meiner det er sjeldan det blir skrive ein så fin karakter, som det Vogt og Trier har gjort i *Verdens verste menneske*.

Frå Trøndelag Teater til prisvinnar i Cannes

Verdens verste menneske er nær unisont hylla i inn- og utland, men kåra er tronge for norsk film, meiner hovudpersonen sjølv.

TEKST: Vebjørn Kallelid
FOTO: Torstein Olav Eriksen

– Ein blir jo litt galen av å snakke så mykje om seg sjølv, seier Renate Reinsve. I sofaen på Britannia Hotel verkar ho likevel avslappa. Om nokre timar skal ho presentere sin nye film, *Verdens verste menneske*, for eit knippe publikummarar på Prinsen kino. Sidan filmfestivalen i Cannes i sommar har det vore eit kjø. Filmen fekk strålande kritikkar, og Reinsve sjølv fekk prisen for beste kvinnelege hovudrolle. Det har ingen nordmann gjort før henne.

– Vi var jo så glade berre for å vere i hovudkonkurransen i Cannes, så tok det berre heilt av. Det var heilt koko bananas.

I djupna av livet
Sidan i sommar har Reinsve brukt mykje intervju tid på å snakke om det eineståande i å jobbe med Joachim Trier, som har regi på *Verdens verste menneske*. Manuset har han skrive saman med den faste makkeren Eskil Vogt.
– Joachim er veldig nyfiken på kva det vil seie å vere eit menneske. Han

Renate Reinsve (f. 1987)

Utdanna ved Teaterhøgskulen, Kunsthøgskolen i Oslo.

Tidlegare tilknytt Trøndelag Teater og Det Norske Teatret, no Nationaltheatret.

Vann Heddaprisen for beste kvinnelege medspelar i 2014, for rolla som lærar i *Besøk av gammel dame* på Trøndelag Teater.

Speler hovudrolla som Julie i Joachim Triers *Verdens verste menneske*, som hadde norsk kinopremiere 15. oktober.

Filmen er vald ut som Noreg sin Oscar-kandidat i kategorien beste internasjonale film.

I FARTA: – Det er ein veldig overgang, utan eigentleg å få slappe av, seier Renate Reinsve om livet etter Cannes.



og Eskil skriv ut karakterane først, og deretter skriv dei situasjonane. Det er det veldig få som gjer.

Reinsve peiker på at i det som blir laga av film og tv i Noreg, er det ofte plottet som får stå i sentrum.

Trier og Vogt tar på si side djupdykket ned i det eksistensielle. Dei utforskar blant anna kva kjærleik eigentleg er, kva det vil seie å ta val og kva som er konsekvensane av vala. For Reinsve si hovudrolle i filmen, Julie, er desse spørsmåla sentrale.

– Å få spele ein så kompleks karakter som er så veldig menneskeleg, det er veldig sjeldan. Det er sjeldan i Noreg uansett, at det blir skrive ein så fin karakter.

Vanskelege vilkår
Dei som lagar film og TV i Noreg, får for lite tid til å utvikle dei kunstnariske

aspekta, meiner Reinsve. Det blir gitt for lite ressursar, samstundes som dei store, kommersielle prosjekta tar all plass. Resultatet er det ho omtalar som eit frustrerande miljø å jobbe i. Det medverka til at ho eigentleg hadde bestemt seg for å gje seg, seinast dagen før ho blei tilbydd rolla som Julie.

– I Noreg har vi ein lang veg å gå for å ha sjølvtilitt i eige uttrykk. Eskil og Joachim har jobba i drittmange år med å utvikle deira ting, og blitt betre og betre. Det tar lang tid å bli god på noko. Det er viktig at Noreg satsar på det.

Satsinga må kome frå politisk hold, meiner ho. Både i form av pengar og andre typar prioriteringar. Om ressursane kjem, skal det ikkje stå på manglande talent.

– Det er så mykje gode folk, men det er så sjukt vanskeleg å kome gjennom

søknadsprosessane. Du kan liksom ha ein film inne til produksjonssøknad i åtte år før du får lage han.

Eitt av filmprosjekta ho har lyst til å gjere framover, høyrer til filmskaparen Halfdan Ullmann Tøndel. Tøndel har fått stønad til skriving lenge, men enno ikkje til å lage filmen.

– Han er jo eit geni, meiner eg. Han har skrive eit heilt vanvettig bra manus. Den rolla er så sjukt kul, så eg håper filmen får produksjonsstøtte no.

Kaffispons
Reinsve er ikkje heilt på ukjente trakter når ho tar med seg filmen sin til Trondheim. Frå 2013 til 2015 jobba ho på Trøndelag Teater – og debuterte her som nyutdanna i *Peer Gynt*.

– Eg er veldig glad for tida ved teateret her. Det var veldig viktig, faktisk.

Nokre kjappe:

Beste kulturoppleving i år?
Eg må jo seie Cannes-festivalen. Det var sjukt.

Kven vil du aller mest jobbe med?
Isabelle Huppert sa faktisk til meg i Frankrike at ho ville jobbe med meg. Det hadde vore heilt sinnssjukt.

Korleis vere eit godt menneske?
Det der er ein evig jobb. Ein må jobbe med seg sjølv og prøve å ha verdiane sine på stell. Prøve å skjone korleis ein skal navigere i sitt eige kjensleviv, så blir ein betre til å vere der med andre.

HEIMKOMEN: Tilbake på Britannia Hotel, der Reinsve budde i fleire månader i 2015 grunna «noko fuck-up med teaterleilegheita».



Ho skildrar eit miljø på teateret der skodespelarane fekk plass til å utvikle si eiga greie, og der ein heia kvarandre fram. Dei eldre skodespelarane lærte henne mykje, men lærdommen gjekk også andre vegen, følte ho.

Miljøet elles i byen tok ho derimot ikkje større del i. Med prøver og fram-syningar både dag og kveld, var det ikkje mykje tid til overs. Men éin plass utvikla ho eit varmt forhold til: Både til og frå jobb la ho turen innom Kaffebrenneriet på Bakklandet. Kvar dag.

Du blei intervjuva av Under Dusken for seks år sidan ...

– Snakka eg om Kaffebrenneriet då også? Altså, eg er heilt hekta.

Det var din sigarett, sa du.

Reinsve seier ho har vurdert å slutte for å spare pengane.

– Men så har eg tenkt: Nei, det gir meg så jævleg mykje livsglede, så då bruker eg alle pengane mine der. Det kan vere det same med spons for desse kleda. Blir eg sponsa av Kaffebrenneriet, kjem økonomien til å gå rundt igjen.

Til utlandet

Etter at *Verdens verste menneske* hadde premiere 15. oktober, har ho endeleg kunne vise fram filmen til vener, og resten av Noreg for den del.

– Vi var jo i kinosalen, og då får vi jo berre høyre fine ting. Men vi fekk høyre at på Frogner kino, der ingen av oss var, der hadde det vore trampeklapp. Eg føler folk er så gira på å ta del i heile greia. Dette har jo skjedd med Noreg, på ein måte, ikkje berre oss i filmen.

No reknar ho med ei veke eller to med litt lågare tempo. Litt tid til å setje seg litt ned og tenke «Okei, kva skjedde no?».

Men snart går turen til Los Angeles for å presentere filmen for medlemmar av Oscar-akademiet. At produsentar i det store utland har fått auga opp for Reinsve, var eit faktum allereie i Cannes.

– Eg har hatt møte med nokre gigantiske personar i industrien i USA. Dei har jo ikkje sett filmen, men har fått veldig sterkt anbefalt at dei bør møte med meg. Det er ein stor ting å få møte med castingsjefen i Marvel. Folk som styrer Hollywood, liksom.

Vil du bli superhelt viss du kan?

– Først vil eg gjere denne typen filmar ein stund. Men eg hadde jo ikkje sagt nei, heller. **UD**



Intet nytt fra Wes-fronten

The French Dispatch

Spilletid: 1t og 47 min

Regissør: Wes Anderson

Sjanger: Drama/komedi

Wes Anderson, film-verdenens største stilist, er tilbake i god stil.

TEKST: Syver Røinaas

The French Dispatch, en fiktiv amerikansk-fransk avis i den fiktive byen Ennui, er den røde tråden i Wes Andersons nye film. I tre kapitler tar filmen for seg avisens dekning av tre ulike saker: en fengslet billedkunstner, et studentopprør, og til slutt en politistasjon. Dette plottet er imidlertid bare et tynt påskudd for å gjøre det Anderson gjør best – nemlig å karikere.

For dem som ikke er fortrolige med Wes Anderson, kan han grovt oppsummeres slik: Wes er svak for for-henværende, europeiske institusjoner. Han søker etter det partikulære fram-

for det allmenne, etter typer som er større enn livet. Han lar handlingen i filmene sine være fullstendig underordnet stilen – som på sin side er høyst fargesprakende, nokså vidløftig og fullstendig rettvinklet.

I Andersons siste filmverden er alt dette tatt til nye høyder. Det hele er fantastisk underholdende, men utvilsomt også rotete. *The French Dispatch* kan anses for å være tre små kortfilmer, men med et figurgalleri som kunne fylt tre til fire vanlige spillefilmer. Filmens oppstyking gjør at figurene kommer og går uten å gjøre noe stort inntrykk – annet enn å underholde med sine særheter, stivheter og eksentriske framtoning.

Denne rekken av eksentriske biroller blir realisert av en hel himmel av Hollywoods sterkeste stjerner – fra

Christoph Waltz til Léa Seydoux. Timothée Chalamet briljerer som en ung studentopprører, som sigarrøykende forsøker å bekjempe det franske opprørspolitiet gjennom et parti sjakk. Med andre ord, akkurat slik som i 1968 (i hvert fall i Wes sin verden). En liknende karikaturgullgruve finner en knapt nok hos verken Coen-brødrene, Roy Andersson eller Kjell Aukrust.

Karikeringen går imidlertid på bekostning av publikums trang til å kjenne seg igjen, samt leve seg inn, i handlingen. *The French Dispatch* er nok en frydefull stilstudie, men blottet for sterke emosjoner – annet enn latter. For ihuga tilhengere har den nok alt de kunne ønske seg, men dette gjør den samtidig uspiselig for dem som ønsker en teskje realisme i teen. Om Wes Anderson blir mer Wes Andersonsk nå, bytter han antagelig medium fra film til tegneserie.



OFFERLAM: Uskyld og horror går hånd i hånd, og popcornlammene på årets plakater ser rimelig anspente ut.

I Oppdal kan ingen høre deg skrike

Filmfestivalen Ramaskrik inntar Oppdal kulturhus for ellefte gang, med ny internasjonal skrekk.

TEKST OG FOTO: Kristian Lillenes

På turen til Oppdal går grått trondheimsregn sakte over til tungt snøfall. Sikten er kort, og landskapet forsvinner, alt som består er tette skogholt som strekker seg bakover, til de forsvinner i gråhvit tåke. Oppdal er kranset inn av fjell. De ruver knapt synlige rundt sentrum i snøfokket. Bedre start på skrekkfilmfestivalen skal man lete lenge etter.

Filmfestivalen Ramaskrik arrangeres hvert år, og i år er det tiende gang man kan møtes fysisk (fjoråret ble Zoom-festival). Oppdal Kulturhus er lokalet, og i fire dager vises det internasjonal skrekk fra morgen til kveld. Noe gammelt, noe nytt, noe

lettsindig, noe blytungt. 25 spillefilmer og 10 kortfilmer, i tillegg til intervjuer, presentasjoner og forhåndstitter på nye prosjekter: En heltidsjobb for de som er opptatt av å få med seg alt.

«It's alive, it's alive!»

– Ramaskrik begynte som nattfilm-programmet på Kosmorama film-festival, teknisk ansvarlig Torbjørn Grav.

Dette programmet hadde mye av den samme profilen som dagens festival, med horror og thrillers. Tanken var opprinnelig å utvikle konseptet til en «horronatt» i Trondheim, men filmklubben på Rosendal teater ble stengt. Festivaltanken besto, og ny-

bygde Oppdal kino lå fint til mellom Trondheim og Oslo, på et turiststed med god gjestekapasitet. I et skjebnens lykketreff hadde kinosjef på Oppdal vært inne på samme tanke: en festival ute i traktene.

– Flytting ut av Trondheim gjør det enklere å lage en sosial ramme, når du må reise til festival er festival det du er der for, sier Grav.

«What did you see, Clarice?»

Festivalarrangørene har bakgrunn som sjangerentusiaster fra ung alder av.

– Filminteressen startet vel med min storebrors piratkopierte VHS-kassetter fra Libanon, sier Grav.

RAMA



GODE ÅRGANGER: Arrangementplakater fra foregående år pryder fellesområdet på festivalen, de fleste inspirert av klassiske filmmonstre



SKREKKLESIKON: Alan Jones er kritiker, festivalarrangør, og Argento-ekspert, samt forkjemper for Ramaskrik internasjonalt.

For booking- og gjesteansvarlig Sølvi Rotås Sökkeland har det fantasifulle og ukjente vært det interessante i film, helt siden et møte i ung alder med en såkalt barnefilm.

– Gremlins. Det tok et helt år før jeg turte å se den ferdig.

De oppmøtte på festivalen er en variert forsamling, men det er noen ting som går igjen:

– Generelle filmnerder, sjanger-filmentusiaster og en del metallfolk, de fleste i aldersgruppen 20–45, sier Sökkeland.

I fellesområdene på kulturhuset prates det om film, filmtrivia, film-historie, og i det hele tatt alle dimensjoner av film. Nye filmer man har sett, gamle klassikere, favorittregissører og stilpreferanser er populære samtale-emner, og praten går på tvers av bord etter overhørte temaer og innspill.

Årets utvalg er selvfølgelig det mest aktuelle emnet.

«Do you like scary movies?»

– Noen filmer skal på kino i Norge. Da forsøker vi å få førpremierer, *Antlers* og *The Night House* for eksempel. Det samme gjelder *Gaia* og *Titane*, sier Sökkeland.

Andre filmer blir hentet inn gjennom bekjentskap med utenlandske distributører, eller sendt inn direkte av små filmskapere. Filmutvalget har blitt bredere og bredere gjennom årene, ettersom festivalen har blitt mer og mer kjent. Blant dens internasjonale forkjempere er Alan Jones, som, i tillegg til å være en viden kjent horrorkritiker og biografiforfatter, er med på å drive festivalen London Frightfest. I år er han på Ramaskrik fysisk, og introduserer blant annet en

visning av Dario Argentos *Fuglen med krystallfjærene*.

– Det er en veldig personlig festival, og selv om filmene er gode, så handler slike tilstelninger mest om kameratskapet, svarer Jones på engelsk, på spørsmål om hva som bringer ham til Ramaskrik.

– Han har hjulpet oss mye med kontakter og varm omtale, legger Grav til.

Selv festivalarrangører, som skal stå inne for hele utvalget, har selvfølgelig favoritter. For Sökkeland faller valget på *The Night Shift*.

– Sør-koreansk antologifilm med en god rammefortelling. Den krysser av alle boksene for meg.

For Grav er det *Alone With You*:

– Satt i en leilighet i New York med hovedsakelig én skuespiller. Veldig «slow-burn» og mystisk. En smart lavbudsjettfilm. →

«We have such sights to show you»

Har du en skrekkløe som trenger lettelse? Gråter du bitre fomo-tårer? Her er en post-mortem guide med UD's favoritter fra Ramaskrik:

The Night House

I et nå alt for stort hus sørger Beth over sin avdøde mann, men i huset finner hun sider av ham hun aldri kjente. *The Night House* skildrer smerten, raseriet og bitterheten i tap, med et tålmodig utfoldende plott som danser gjennom drømmer, mystikk og tomhet. Måteholdet som gjør tidlige scener knallsterke, blir dessverre noe glemt utover, og noen overtydelige partier lukter det studioinngripen av på langt hold. *The Night House* er likevel en intens og stemningsfull film, med sterkt skuespill og vakker kameraføring.



FOTO: Searchlight Pictures

Last Night in Soho

Introvert og utilpass finner Eloise seg distansert fra sin samtid og sine samtidige i London. Når hun flytter inn i en gammel leilighet, begynner hun å se 60-tallet hun har drømt om gjennom en annens øyne, og finner en bakside som er grotesk og dehumaniserende. Edgar Wright er stilfull som alltid, noen ganger på bekostning av skrekken. Visuelt er *Last Night* likevel en fryd for øyet, med nok eleganse til å feste seg på minnet.



FOTO: Focus Features LLC. ALL

The Sadness

Det er vanskelig å sjokkere et moderne publikum, så herdet som de alle har blitt. Om *The Sadness* mislykkes, er ikke det fordi den ikke har prøvd sitt aller ytterste. Et nikk til hypervoldelig splatterfilm i liknende gate som Peter Jacksons *Braindead*. *The Sadness* presenterer en voldsepidemi av vanvittige proporsjoner. Blodig, intens og ganske morsom, hvis du kommer deg gjennom kvalmebarrieren.



FOTO: Raven Banner Entertainment

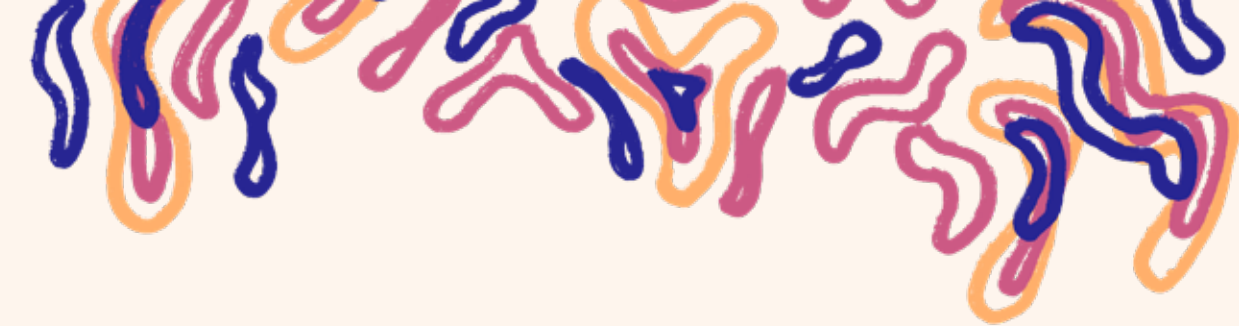
Titane

En kollisjon og en titanplate i hodet. En muskelbil og en tapt sønn. Julia Ducournau går fra den fantastiske *Raw* (2016) til den like fantastiske *Titane*, en film med et plott som det er fullstendig nytteløst å prøve å beskrive. Tilstrekkelig er det å si at den beveger seg fra brutal til morsom til sjokkerende til rørende i et trollbindende driv. Undertegnede favoritt for året.



FOTO: Another World Entertainment

SKRIK



En superstjerne få har hørt om

Kun Drake og Post Malone tjente mer enn Youngboy i 2020 innen samme sjanger. Likevel er den Baton Rouge-baserte rapperen nærmest ukjent for den vanlige nordmann.



KASPER MYRHAUG
GALTA
Journalist i Under Dusken

Kentrell Gaulden, kjent som Youngboy Never Broke Again, er unektelig en av verdens største artister. Hans siste album, *Sincerely*, Kentrell, ble ferdigstilt over en telefonsamtale med lydteknikeren Jason Goldberg mens rapperen satt i forvaring. Til tross for minimal promotering toppet likevel albumet Billboard-listene i to uker. For dette kan han takke sine ekstremt lojale tilhengere, ettersom Youngboy er milevis unna et mainstream-publikum.

Siden hans gjennombrudd i 2017, med singelen «Untouchable», har rapperen vært en fremtredende skikkelse i rappverden. Med hans knallharde instrumentaler og mørke tekster, framstår Youngboy som fryktløs. Dette imaget har smittet over til hans fans: gutta som dunker hodet i veggen ved

leggetid, selvfølgelig iført balaklava og sorte Air Force Ones, mens kakerlakker fortærer middagsrestene av ramen med cyanid.

Til tross for imaget, og tidvis tøffe lydbilder, finner vi tammere takter fra tid til annen. Youngboy er nemlig en dynamisk artist, ikke av rang, men han leverer mer enn kun voldshistorier. På «All In» treffes temaer som usikkerhet i forhold og hans kjærlighet for barna sine. Den kjærligheten er forholdsvis godt fordelt, ettersom 21-åringen imponerende nok har klart å få syv barn.

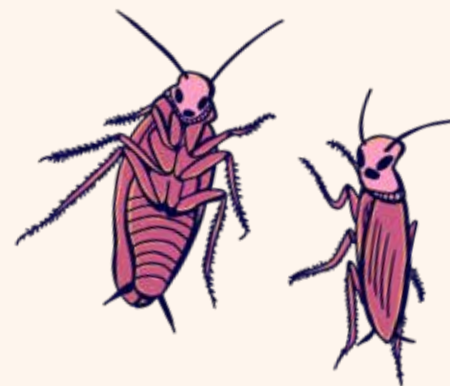
De siste årene har vi vært vitne til flere drap i rappmiljøet, og gjengkultur har på nytt infiltrert topplistene. Da King Von i fjor ble skutt og drept i Atlanta, var Youngboys venn og kollaboratør Quando Rondo i sentrum.

For to uker siden kommenterte 21 Savage saken på DJ Akademiks sin podcast. Det er for ham utelukket å samarbeide med Youngboy, ettersom han hverken har tatt avstand fra Quando eller kommentert saken. Dessverre for

Youngboy støtter bransjen hverandre, og man ser ofte rappere dele hverandres album på sosiale medier og gjøre gjesteopptredener på konserter eller album – her får Youngboy nærmest null eksponering.

Det kan naturligvis være en sammenheng mellom isfronten fra andre rappere og Youngboys manglende popularitet hos mainstream-publikum. Derimot er det flere faktorer som spiller inn. Etter at han droppet ut av niende klasse, begynte Kentrell med vinningskriminalitet for å betale for studiotimer. Som følge av dette har han vært inn og ut av fengsel, noe som har gjort ham til en kontroversiell figur.

Dersom du ikke er investert i rappmusikk, har du antageligvis ikke hørt om Youngboy. Likevel har han oppnådd stor suksess allerede i en alder av 21 år, så dette kan være starten på en fantastisk karriere. Gitt at han vinner den pågående rettssaken.



ILLUSTRASJON: Serena Guler

Et lite stykke musikkhistorie:

Gjenbruk + kreativitet = sant

Sampling i musikk er nå en helt vanlig praksis, men slik har det ikke alltid vært. Vi må tilbake til 70- og 80-tallet for å finne starten på bruk av sampling slik vi kjenner den i dag.

TEKST: Amund Fredrik Strømsnes | ILLUSTRASJON: Frida Bjerva



Sampling er en gammel kunst og har sine røtter i jazzmusikken. I sin tidligste form handlet sampling om at man lånte riff og melodier fra andre musikere når man spilte. Ideen her var den samme som man finner i moderne sampling: Man bruker noe som er kjent, og manipulerer det med sin egen kreativitet. Produktet ender da opp med å være noe helt eget.

En låt skulle bli viktigere og et mye mer brukt sample enn alle andre. Dette var en kort trommesolo fra funk- og soul-gruppen The Winstons, som befant seg på B-siden til singelen

«Color Him Father». «Color Him Father» vant en grammy for beste R&B-låt i 1969, men «Amen, Brother», låta fra B-siden, ble vist lite interesse. Dette endret seg da en seks sekunder lang trommesolo fra låta ble lagt til på samleplåta *Ultimate Breaks & Beats* i 1974. Låta som tidligere bare hadde vært en ukjent B-side ingen tenkte over fikk nå mye spilletid, og det var tydelig at DJ-er likte lyden.

Bruken av breakbeats, trommesoloer som ofte fokuserer mer på groove enn på å vise seg fram, og andre samples viste seg å være instrumentell for

musikkscenen på 80- og 90-tallet. Med den voksende hiphop-scenen ble bruken av breakbeats i bakgrunnen viktigere og viktigere. De som ofte startet som DJ-er begynte å rappe over forskjellige beats de skapte på scenen. Det var starten på hiphop slik vi kjenner det i dag. For de som ikke fant egne breakbeats var samleplater som *Ultimate Breaks & Beats*-serien svært viktige.

Flere sjangre tjente godt

Det var heller ikke bare hiphop-scenen som så stor utvikling på 80- og

90-tallet. Vi så også stor utvikling innen elektronisk danse-musikk. Den økte bruken av sampling i musikkverden åpnet opp for nye muligheter når det gjaldt elektronisk danse-musikk. Dette skapte nye undersjangre. Jungle var for eksempel en av de mer tradisjonelle rave-sjangrene som dukket opp på slutten av 80-tallet, hvor bruken av samples, loops og enkle basslinjer sto i sentrum.

Selv om mange lydklipp har blitt brukt som sample gjennom tidene, var det trommesoloen fra «Amen, Brother» som viste seg å være mest populær. Over årene fikk trommesoloen tildelt navnet «Amen-break». Det kan hende at navnet ikke ringer noen bjelle, men det er vanskelig å ha hørt på musikk uten å ha kommet over klippet i en eller annen form. Fra Skrillex til N.W.A så er det mange artister som har brukt lydklippet, også i sjangre som ikke pleier å ta i bruk så mange samples. Fra rocken har vi eksempler som «D’you know what i mean» fra Oasis, som bruker rytmen som groove,

og «Californication» av Red Hot Chili Peppers, hvor tempoet til grooven er satt litt ned.

Rettigheter til låtene blir et problem

Sampling skaper fort et problem med rettigheter og inntekter fra låtene. The Winstons så i lang tid lite til penger og berømmelse fra alle de som benyttet seg av Amen-breaket. De følte seg snytt for inntekt og for det harde arbeidet de hadde hatt med den originale låten. Bandet står ikke alene i å føle at andre stjeler ved å ta lydklipp fra dem og tjene seg rike på noe som i utgangspunktet ikke er deres arbeid. Heldigvis for “The Winstons” skjedde et unntak, og fans og artister samlet seg for å donere penger som takk for arbeidet.

God bruk av sampling krever kreativitet

Bruken av sampler har fulgt utviklingen til hiphop og elektronisk danse-musikk gjennom årene, og har alltid vært en viktig byggestein i sjangrene. Sampling

Kjente låter som bruker Amen-break:

- N.W.A – «Straight Outta Compton»
- Tyler, The Creator – «Pigs»
- Salt-N-Pepa – «I Desire»
- Slipknot – «Eyeless»
- Oasis – «D’you know what i mean»
- Lennie De Ice – «We are I.E.»

kan bli brukt for å hedre verket man låner fra, men i dag ser vi at det heller har blitt en like viktig del av musikken som selve instrumentene, eller data-maskinen. Evnen til å kunne ta for seg et lydklipp og forvandle det til noe helt eget krever god kreativitet og musikalsk sans.

Hiphop startet med rapping over vinylplater og innspilling av en musikkform man ofte forbandt med live-opptredener, men i senere tid har datamaskinen tatt over. Allikevel handler sampling fortsatt om det samme, nemlig det å finne inspirasjon i verden og benytte sin egen kreativitet for å skape noe spennende ut av det.



Nye briller og kontaktlinser.
Vi har studentrabatt!

interoptik
Sjøhaug & Sande

Ths. Angells gt. 22, Trondheim. Tlf. 73 99 04 00

Hvorfor bookes ikke flere kvinnelige artister?

Trondheims konsertscener har en mye større andel menn enn kvinner. Er denne skjevfordelingen et tegn på ekskludering, eller er det mer nyansert enn som så?

TEKST: Magnus Rygge og Hannah Kleiven
ILLUSTRASJON: Victoria Stenshagen
FOTO: Hannah Kleiven

En undersøkelse i Adresseavisa fra september i år viser en stor skjevfordeling av kvinner og menn på Trondheims konsertscener. Vi har intervjuet ulike personligheter i Trondheims konsertbransje for å utforske hvordan de forholder seg til kjønnsfordeling når de booker artister. Er ren kvotering den beste måten å jevne ut forskjellene på, eller er det andre tiltak som må gjøres?

Interessedrevet bransje

Anna Bødtker er booker i Klubbstyret på Samfundet. Hun har også bakgrunn fra et bookingmiljø i Oslo, og har vært med i organisasjoner som Rockslo. Hun brenner for norsk musikk, og setter spesielt stor pris på å kunne booke artister som hun mener fortjener større plass i scenelyset. Problemstillingen med kvinner i bransjen er ikke noe hun tenker mye på i sitt daglige arbeid med booking.



Hvordan har du opplevd kjønnsfordelingen i de ulike musikkmiljøene du har vært i?

– Jeg opplever at det var mye damer i kulturfrivilligheten da jeg var yngre. Jo eldre jeg har blitt, desto flere menn har jeg jobbet med.

Hun forteller videre at hun opplever musikkbransjen som en svært interessedrevet bransje, og at det kan være vanskelig å blande kvotering inn i den naturlige prosessen med å booke en artist.

– Personlig så går jeg etter det som føles rett. Det hadde vært vanskelig å måtte kvotere inn, men det å ha det i mente er en litt svakere versjon av det å kvotere, og det er jeg mer positiv til. At du ikke studerer tallene, men at du er bevisst på det.

Bevisst booking

Henriette Øfstedal Kolset er festivalsjef for Feminalen, en festival som jobber for kjønnsbalanse i musikkbransjen, noe de forteller at de gjør gjennom bevisst booking.

– Dette gjør vi for å vise at kjønnsbalanse er mulig å ha, uten at det går på bekostning av kvaliteten og musikken.

Kolset er enig i at det krever mer av bookeren å sikte mot kjønnsfordeling på konsertscenene. Hun mener allikevel at dette er noe som burde prioriteres mer. Hun er også tydelig på at ikke alt ansvaret ligger hos dem som booker.

– Bookerne har jo ikke ansvar for dette alene, men de har ansvar for å si «vi ser en ubalanse, og vi synes det er ugreit».

Kolset mener at ordet kvotering har en litt dårlig smak, fordi mange kan tenke at da blir noe booket uavhengig kvalitet, altså at noe dårligere blir kvotert inn.

– Det krever lite grann mer å booke helt kjønnsbalansert, fordi det er færre band med kvinnelige bandmusikere. Vi forventer ikke det av alle, da det er en del ulikheter avhengig av sjanger. Men vi vil være en slags showcase med musikken vi booker, så kan festivalbookere som tenker «vi sliter med å finne et kjønnsbalansert band» komme til festivalen vår og se at det kanskje ikke er så vanskelig likevel.

Mangel på kvinner på mellomstore scener

Av scenene som Adresseavisen undersøkte, kom Byscenen dårligst ut på kjønnsfordeling, med 25 mannlige mot 2 kvinnelige artister. Daglig leder Ulrich Bang Sørensen forteller at Byscenen hadde to nye kvinnelige artistslipp etter at Adresseavisa-saken

→



BOOKER UT FRA INTERESSE: Anna Bødtker booker artister etter hva hun selv liker.



ble publisert, men at de gjerne skulle ha fått til å booke flere kvinner.

– Byscenen har plass til 750 publikummere, som vil si at huset er dyrt å sette igang. Vi holder ingen konserter som vi ikke tror selger et minimum av 250 billetter. Det er det ikke økonomi til.

Sørensen forteller at Byscenen befinner seg i et mellomstykke der det dessverre er en mangel på kvinnelige artister. Det gjør det vanskelig å prioritere kvotering, spesielt når scenen skal fylles så ofte som torsdag, fredag og lørdag hele året.

– Det er mange dyktige kvinnelige artister i landet. De har vært inntatt her på et tidspunkt, men så vokser de seg gjerne for store. Da går de typisk til Storsalen på Samfundet, eller så går de til festivalene. Det går veldig fort med kvinnelige artister; jentene er veldig gode på å ta «rakett-tur». Det synes jeg er sinnssykt fint, for det er jo de som inspirerer de nye, unge artistene.

Sørensen forteller videre at han er inspirert av det Feminalen gjør, og at festivalen er med på å synliggjøre kvinnelige artister og band, slik at Byscenen og andre scener lettere kan booke disse senere.

– Det Feminalen gjør er positivt. De løfter kvinnene, så det blir enklere for andre å booke dem senere. Mange er up and coming, og gjennom Feminalens arbeid blir disse artistene tydeligere også for oss.

Han trekker også fram Trondheim Calling og Heim som festivaler som er flinke på dette. Han tror vi er på riktig vei, og at det skjer en viktig endring både i bransjen og kulturen.

– **Mye bra, masse tull og veldig mye gutter**

Det er ikke bare scenene som har skjevfordeling. Bødtker forteller også om en innboks med et stort flertall gutter.

– Jeg får mye e-post, altså i hvert fall på Knaus. Det er mye bra, masse tull og veldig mye gutter.

Bødtker og Sørensen er enige om at det dessverre ikke er nok kvinnelige artister og band til å kontinuerlig ha nøyaktig kjønnsfordeling på scenene.



BEVISST BOOKING: Henriette Kolset fra Feminalen ønsker mer fokus på mangfold.

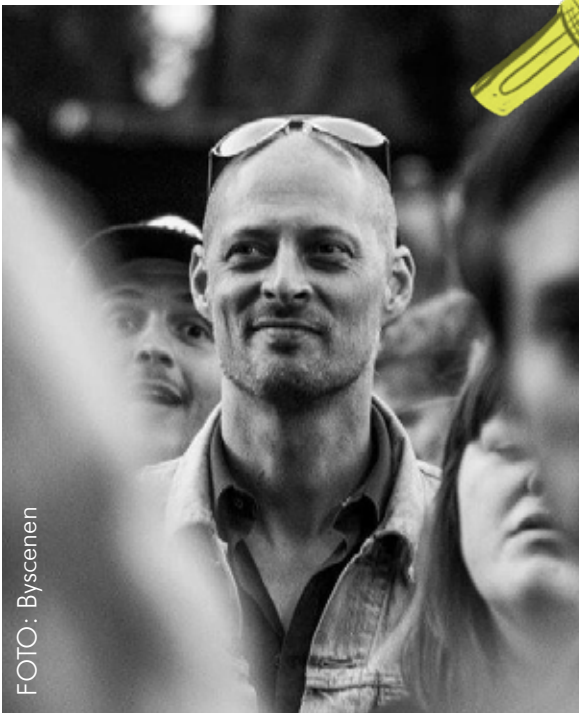


FOTO: Byscenen

VANSKELIG MELLOMSJIKTE: Byscenens daglig leder Ulrich mener det er for få mellomstore kvinnelige artister.

Bødtker har en teori om hvorfor det er slik.

– Musikkbransjen er veldig basert på vennskap og at man skal bli kompiser. Menn kan ha veldig lett for å bli kompiser med menn. Hvis det er mange menn, blir det gjerne flere gjennom denne kompiskulturen.

Både Sørensen og Kolset er enige i at kompiskulturen i bransjen kan være én grunn til mangel på kvinner. Kolset tror at det kan virke ekskluderende, og at det har gått tapt mange kule kvinnelige artister på grunn av dette. Sørensen trekker også fram hvordan metoo-bevegelsen og fokuset på kvinners opplevelser rundt menn, kan ha vært en viktig vekker for mange menn i bransjen.

– Jeg tror det er én av mange positive effekter ved metoo – at menn har blitt mer bevisste på hvordan man bør forholde seg til kvinner i bransjen.

Men er det flere grunner enn ren snøballeffekt til at kvinner lettere faller fra i musikkverden? Kolset mener problemet starter tidligere enn i bookingprosessen.

– Hvis man ser på kjønnsbalansen blant de som underviser i band-

instrumenter på kulturskolen her i byen, så er det rimelig glisne greier på damefronten. Det er ikke en eneste dame per i dag.

Blant løsninger som trekkes fram, nevnes det å snakke om temaet som det første steget. Flere ser nå behovet for å mildne frontene i debatten, mellom beinhard kvotering og fullstendig ignorans. Debatten har for alvor nådd scener og bookere i byen, og skal vi tro flere av våre intervjuobjekter, er det å videre løfte temaet en positiv måte å angripe problemet på.

– En ting er det med mangel på mangfold, og en annen ting er å si at mangel på mangfold er et problem. Og det har vi ansvar for, både bookere, scener og festivaler, sier Kolset. **UD**





Porto Geese – *Duck*

Porto Geese sitt debutalbum er en sammensatt lytteropplevelse, og en demonstrasjon i hva albumformatet kan brukes til.

TEKST: Aleksandra Simonsen | FOTO: Sheep Chase Records

Porto Geese sitt debutalbum *Duck* blander sømløst sammen sjangerelementer fra både støyrock, stoner-rock, shoegaze og post-punk. Med dette albumet får bandet virkelig til å skape et sterkt helhetsinntrykk.

Ingen av låtene skiller seg ut på en negativ måte; alle låtene fyller en rolle i sin plassering på albumet. Åpningslåta «Aigiri Geese» er en seig støyrock-låt med deilig, dundrende bass og mektige trommer. Låta glir naturlig over i «Every Day Every Day» og «Screens», som begge byr på høyere tempo og hardtslående gitarriff, før tempoet igjen senkes med den mer shoegaze-aktige låta «What a Day». Slik fortsetter låtene, med bølger av ulike energinivåer.

Med en spilletid på bare litt over 40 minutter unngår *Duck* å bli for langtrukket. Det er akkurat kort nok til å holde lytteren interessert hele veien gjennom, til tross for en til tider ganske minimal instrumentbesetning. Låtene består stort sett kun av gitar, bass, trommer og vokal, så synten på låter som «Whale on a Horse» og «Screens» er et nødvendig avbrekk i lydbildet, men det er også her svakhetene til *Duck* kommer fram: Noen valg i mikseprosessen burde ha blitt gjort annerledes. Synten på «Screens» blir for eksempel plassert for langt fram i miksen, sammenlignet med resten av instrumenteringen, og oppleves derfor litt for skarp.

«**Dog**» er et av høydepunktene på albumet, og er på mange måter det perfekte sammendraget av Porto Geese sin musikk. Her kombineres alle de beste elementene fra *Duck* på en måte som jeg bare vil beskrive med ett ord: kult. Denne låta er støyende og fengende, og avsluttes attpåtil med en sømløs overgang til neste låt – dette er et gjennomtenkt album!

Duck er en nøyе sammensatt opplevelse, der låtene geleider lytteren hele veien gjennom albumet. Porto Geese leverer en solid debutskive, og dette er et kroneksempel på hvordan albumformatet kan være mer enn bare en måte å samle låtene sine på.



Vildhjarta – *måsstaden under vatten*

80 minutter med ren kjærlighet.

TEKST: Victor Løvland | FOTO: Century Media Records

I 2011, under djent-sjangerens utviklingsfase, ga svenske Vildhjarta ut av ingensteds ut et sjangerdefinerende album. Med inspirasjon fra band som Meshuggah, Ion Dissonance og The Mars Volta, skapte de noe eget. Et knusende, atmosfærisk og mørkt album. Ti år etter kultklassikeren *måsstaden*, gir bandet ut en fantastisk oppfølger som leverer på alle måter.

måsstaden under vatten fortsetter den groteske fabelen som preger debuten. Noe du hører fra første sekund, da de vever gammelt og nytt materiale sammen til et mer voksent album. Produksjonen er også fantastisk, takket være trommis og produsent Buster Odeholm. Instrumentene er voldelige og tydelige i hver sin lomme, uten å drepe dynamikk i lydbildet. Vilhelm Bladin trer inn med sine dystre skrik, og det kan ikke bli bedre.

Åpningen «lavender haze» er lyden av Vildhjarta. Med nedstemte riff lagt over atmosfærisk klimpring er det lett gjenkjennelig. Låtene leder til «brännmärkt», «den helige anden» og «passage noir», tre låter på rappen som trolig utgjør albumets beste del. I løpet av de tre låtene blir vi gitt noen helt utrolige riff som demonstrerer bandets utvikling. Gitarene skriker dissonant og sporadisk som aldri før. Bassen er tung og seig, og trommene limer alt sammen til vakkert bråk over det som viser seg å være gjennomgående motiver på albumet. De leder videre til «sunset sunrise» og «penny royal poison», enda to utrolige låter hvor Vildhjarta kompromissløst viser hvorfor de er legender i sjangeren.

«**paaradiso**» er den siste låten. Etter 70 minutter er ørene trøtte, men Vildhjarta leverer en siste maktdemonstrasjon. De herjer fullstendig i syv minutter, før det skjærer ut i vakker ambiens. Man rekker så vidt å samle seg før man hører to rystende symbalslag, og det eksploderer til albumets desidert vakreste riff. Vilhelm skriker ut sin avskjed. Det er ren katarsis.

måsstaden under vatten er en kjærlighetserklæring fra Vildhjarta. De har gravd dypt for å finne fram igjen det som skapte debuten fra 2011. Det har de fått til. Særpreget er fortsatt tydelig, men det er euforisk, melankolsk og vakkert.



B-Boy Myhre – *Absolute B-Boy Music*

B-Boy Myhre og hans debutalbum er et friskt, morsomt, og ikke minst ærlig pust i den norske hiphop-scenen.

TEKST: Even Kaushik | FOTO: B-Boy Myhre

Så tidlig som i 2019 begynte B-Boy Myhre å bli en snakkis i det norske hiphop miljøet. Myhre kjennetegnes av ærlige tekster og leken stemmebruk, hvilket man finner igjen på hans første album – i tillegg til eksepsjonell musikkproduksjon.

Absolute B-Boy Music er et relativt kort og fullpakket album med ti låter og lyrikk, hvor Myhre rapper om kjærlighet, relasjoner til venner, dop og tiden før kjendisstatusen.

«**Tåler Mer**» starter albumet med et pang som setter den gjennomgående tonen: Simple, men gøyale instrumentaler, satt sammen av synttoner, svingende gitarer og dype basstrommer er å finne på så og si alle låtene, hvilket skaper et konsist og oversiktlig lydbilde.

Tematikken på avslutningslåta «2009» skaper en nostalgisk sirkelkomposisjon for albumet. Låta viser en kry, men ydmyk unggutt som på kort tid har måttet takle turbulens rundt kjærlighetslivet og doplanging. Albumets første og siste låt er fylt med selvrefleksjon, mens skryt og en jeg-gir-faen-oppførsel maler resten i hissige pøbelfarger.

Myhre har et ambivalent forhold til tingenes tilstand. På låter som «Bagasje» skryter han av livsstilen sin, mens på «Snømenn» er han klar over skyggesiden. Albumet er et ekstremt voksent prosjekt, til tross for barnslige referanser til Kardemomme by og Kaptein Sabeltann – hvilket beviser Myhres ferdigheter som historieforteller og tekstforfatter.

Historiefortelling står i fokus, og blir utført på eksepsjonelt vis. Lyrikken realiseres gjennom sjangerblandede instrumentaler og Myhres stadige endring av vokal og flyt, som på «Ordnings». Myhre har invitert til fest, hvor musikalske elementer danser en nøye planlagt swing. Albumet balanserer hårfint mellom å lykkes som konseptalbum, og å bli enda en klein skryte-rappskive om hvor kriminell man er. Heldigvis er det førstnevnte som dominerer.



Alpaca Ensemble & Eirik Hegdal med Thea Ellingsen Grant – *The Sky Opens Twice*

Paradoksalt nok skal det noko til for samtidsmusikk å virke heilt nytt, men *The Sky Opens Twice* kjennest som eit herleg friskt pust.

TEKST: Anders Kruse | FOTO: Particular Recordings Collective

Mykje samtidsmusikk blir frykteleg tamt på plate. Har du høyrte eitt orkester hyle ut tette, atonale klanger, har du liksom høyrte alle, men musikarane i Alpaca Ensemble har, saman med Eirik Hegdal og Thea Ellingsen Grant, skapt noko heilt eige. Dette er verkeleg samtidspop, noko konseptuelt nytt. Alpaca Ensemble har gjort seg kjend som nokre av landets mest framifrå samtidsmusikarar, men på *The Sky Opens Twice* har dei kome popmusikken i møte. Dei ser kva den har å tilby, og tek den på alvor. Elektronikken og sjølv studioet får kome fram sidestilt med det akustiske, og resultatet er heilt usannsynleg bra.

Sjeldan dreg eit album i så mange retninger samtidig utan å falle saman. «On O» og «Smoke» kjennest som å gå langsetter brosteinslagte gater ein sein haustkveld og kjenne lukta av klementinskal blande seg i lukta av steikos frå eit gatekjøkken. «Clouding» er ein nydeleg melankolsk og meditativ miks av saksofonriff, lydpoesi og syntbass. Brått kjem «Seagull Serenade», ein duett mellom ordlaus song og måkeskrik, som om eit barn står aleine på ei strand og syng saman med fuglane.

Akkurat når du tenkjer det kunne gjort seg med noko litt krassare, kjem «Houserise», og seinare «Houseset», som beint ut høyrst ut som om Aphex Twin og Björk tok MDMA saman. På «Digital Magazines» og «Timechild» svinger pendelen mot popsida, og det er disse litt lenger låtene som utgjer høgdepunkta på plata. Idéene får tid til å setje seg og bli utvikla, medan dei kortare spora blir som stillbileteinterludier.

Vi som elsker samtidsmusikk held gjerne fram at han må opplevast live; du må sitje i salen og kjenne musikken på kroppen. Her har Alpaca Ensemble tilsynelatande gjort det umoglege. Det er eit musikalsk utsegn som både er eit slutta verk, eit samanhengande album, og ei samling med sjølvstendig utruleg gode låter. Dei har skapt noko som fungerer ekstremt bra som ei innspeling. Du bør unne deg å høyre *The Sky Opens Twice* minst fire gonger om du har den minste interesse for musikk utanfor hitlistane.

Student-skalendar

ONSDAG 3. NOVEMBER

Ferskingkurs, Curling
Kl. 18-20, Leangen curlinghall
Trondheim curlingklubb arrangerer ferskingkurs for de med liten eller ingen erfaring med den legendariske vintersporten. Inkludert i kurset er medlemskap til curlingklubben, slik at man kan kaste seg ut over isen når man selv måtte ønske i ettertid. Ta på deg dine varmeste og mest rutete bukser, og utfordr deg selv og dine nærmeste på den olympiske øvelsen som Norge erobret i 2002.

LØRDAG 6. NOVEMBER

Samfundsmøte: Jemen
Kl. 18.00, Studentersamfundet
Jemen har vært preget av krig og konflikt siden etter andre verdenskrig. I 2015 brøt det ut borgerkrig i landet. FN anslår at det døde om lag 230 000 mennesker mellom 2015 og 2019 som følge av krigen, og de kaller det for verdens største humanitære krise. Folkerettsekspert, konfliktforsker og utenrikspolitisk kommentator, Cecilie Hellestveit, forfatter og foredragsholder, Dag Hoel og Øyvind Bernhardsen, som har erfaring fra bistandsarbeid i Jemen, kommer til Studentersamfundet for å prate om konflikten i Jemen.

LØRDAG 6. NOVEMBER

DAUFØDT+SUPPORT: HUDKREFT
Kl. 19.00, Trykkeriet scene
Går det litt trått om dagen? Har du litt oppbygd aggresjon du trenger å få ut på en eller annen måte? Da kan det være lurt å ta en tur til Trykkeriet

scene denne kvelden. Rockebandet og spellemannvinnerne Daufødt skal innta scenen med hardtslående og kompromissløse låter, og får selskap av det minst like knalltøffe bandet Hudkreft til det som blir en intens aften.

ONSDAG 10. NOVEMBER

JEANNE DIELMAN, 23, QUAI DU COMMERCE, 1080 BRUXELLES (1975)
Kl. 17.00, Cinemateket
Over tre timer, og i sanntid, følger man den ensomme husmoren Jeanne og hennes repetetive husrutiner. Det skrelles poteter, og det vaskes kopper og glass, alt til publikums store kjedsommelighet. Eller ikke. Filmen regnes som et filmhistorisk storverk, som med sin meditative rytme og lange spillelengde kanskje er den eskapistiske opplevelsen en småstressa student trenger for å flykte ut av sin egen hverdag, og inn i noen andres. Gøy blir det i hvert fall ikke.

FREDAG 12. NOVEMBER - SØNDAG 14. NOVEMBER

FEMINALEN 2021
Fredag, lørdag og søndag kl. 18.00, Lokal bar – scene – klubb
Årets Feminalen starter på Lokal, og vil over hele helgen servere konserter i et bredt sjangerspektrum fra artister på vei opp og fram. Fokuset er på kjønnsbalanse, og festivalen prøver å fremme et knippe kvinnelige artister og band som fortjener en plass i rampelyset. Her er det gode muligheter for å oppdage din neste favorittartist.

LØRDAG 13. NOVEMBER

HEDVIG MOLLESTAD TRIO
Kl. 20.30, Verkstedhallen & Lobbyen
Hedvig Mollestad Trio er en gruppe det er vanskelig å plassere, med en blanding av jazz og rock som vanskelig kan trekkes opp mot andre artister. Gitarist Hedvig Mollestad leder trio, og med bassist Ellen Brekken og trommis Ivar Joe Bjørnstad kommer de til Verkstedhallen & Lobbyen for å vise fram denne unike miksturen.

TIRSDAG 16 NOVEMBER

SAMTALE MED KAROLINE BRÆNDJORD
Kl. 19.30, Litteraturhuset i Trondheim
Diktsamlinga Jeg vil våkne til verden vann Kritikerprisen og Tarjei Vesaas' debutantpris i 2020. Denne kvelden kan ein bli betre kjent med det litterære talentet som har fengsla både lesarar og kritikarar.

LØRDAG 20. NOVEMBER

DELILLOS
Kl. 22.00, Storsalen, Studentersamfundet
Bandet trenger knapt noen introduksjon, og denne måneden kommer de til Trondheim og Storsalen! Med utallige hits og slagere under beltet, er deLillos blant landets viktigste band, og har blitt en garantist for god stemning på konsertene deres, selv på en kjølig kveld i november med eksamensperioden like rundt hjørnet.

OPNINGSFEST AV K-U-K

Kl. 18.00, Kjøpmannsgata 38
Kjøpmannsgata Ung Kunst inviterer til pølsefest med Dronning Sonja, DJ og utstillinga «Its Just a Phase», kuratert av Elmgreen & Dragset og Rhea Dall. Kunsthuset på tusen kvadratmeter er bygd på ei gammel branntomt, og vil etter planen huse både nye og etablerte kunstnarar.

KVISS

KVISSMESTERE: Emelie Kjæmli Kristiansen og Benedikt Erikstad Javorovic
Spørsmål og kommentarer kan sendes til kviss@studentmediene.no

- Hvem er ny minister for forskning og høyere utdanning?
- Hvilken type ikonisk amerikansk bygning er avbildet i det berømte Edward Hopper-maleriet Nighthawks fra 1942?
- Selskapet Facebook byttet nylig navn. Hva byttet de til?
- Kjønns sykdommen klamydia forårsakes av chlamydia trachomatis, hvilken type organisme tilhører den?
- I hvilken kommune ligger Galdhøpiggen?
- Hvilken kvinnelig norsk idrettsutøver må stå over OL grunnet problemer med å nå vektforutsetningene?
- Alec Baldwin fyrte nylig av en rekvisitt-pistol som tok livet av en kamerakvinne under innspillingen av hvilken film?
- Hvor foregår årets klimatoppmøte?
- Hva heter Norges nye justisminister, som også er tidenes yngste i rollen?
- Hvilken kjent fotballspiller venter barn med kjæresten Georgina Rodríguez?
- Pengene fra årets TV-aksjon gikk til...?
- Kongelige Leah Isadora Behn vant hvilken pris under Vixen Awards?
- Hva stammer ordet halloween fra?
- Hvilken enkeltstående skrekkfilm har tjent mest penger gjennom tidene?
- Hvilke to arter regnes som Norges nasjonalblomst?
- Når åpnet Gråkallbanen?
- Nylig fikk bokserien «Foundation» en TV-adapsjon. Hvem er forfatteren bak bøkene?
- I spillserien Super Mario Party, hvor mange spillere kan spille sammen?
- Hvilken ed kalles også for «legeløftet»?
- I hvilket land, der han spiller i A-league, ble Joshua Cavallo nylig den eneste åpente homofile mannlige fotballspilleren i en toppserie?

DET ER NOVEMBER! HVILKEN BART VOKSER DU?

ILLUSTRASJON: KIRSTI JACOBSEN

0–4 poeng:



TANNBØRSTEBART:
Kanskje en av verdens mest kjente barter, men gikk av moten utover tredvetallet og forbi, av åpenbare grunner. Ikke et godt valg i de fleste gode selskap, men det sies at den er på vei tilbake mange steder i Europa og USA for tiden.

5-10 poeng:



BLYANTBARTEN:
I Hollywoods gullalder prydet denne barten mang en kjent overlepp, og Clark Gable klarte utvilsomt å kle den. I dag er det nok vanskeligere, og onde tungter vil kanskje kalle det en pedobart.

11-16 poeng:



SNURREBART:
Utvilsomt en klassiker, spesielt i Trøndelag. I moderne tid har den fått et visst hipsterrykte på seg, noe som ikke må være en negativ ting om man liker sånt. Men faen, det er dyrt for en boks barte vokst.

17-20 poeng:



SALVADOR DALI:
En bart som kanskje egentlig aldri var «populær» i ordets rette forstand, men den er utvilsomt ikonisk og oppsiktsvekkende. Om du først skal gro hår i ansiktet for kreft, hvorfor ikke gjøre det som en av historiens snedigste kunstnere?

(1) Ola Borten Moe (2) En diner (3) Meta (4) Bakterier (5) Lom (6) Maren Lundby (7) Rust (8) Glasgow (9) Emilie Enger Mørch (10) Cristiano Ronaldo (11) Plans arbeid mot barneekteskap (12) Årets beauty-influencer (13) All hallow's eve, eller allhelgensaften, en katolsk minnetest for helgener og martyrer (14) It (2017) (15) Røsslyng og bergfrue (16) 1924 (17) Isaac Asimov (18) Fire (19) Den hippokratiske ed (20) Australia



SPITPOSTEN

Registrerer...

...at vi tar halloween i november
...at kan endelig rydde plass til **ekte** nyheter nå som kUKA (endelig) er ferdig
...at du vet det er h-helg når du kan høre daljene klirre i Storsalen
...at foodora leverer pizza en gang hvert andre år
...at I MI TID!
...at Herrem; tro ikke at en liten pandemi får pangene til å slutte å klage
...at vi mistenker at kUKEfunk-og-derfor-likestilt Max Minnickch har gått tom for talkingpoints etter fire uker med kUKA.
...at hørdenfør
...at kUKEsjefen er ferdig
...at er det nå han slenges tilbake i gruvegangene under Dødens Dal?
...at hvorfra neste kUKEsjef etterhvert blir gjenfødt
...at kUKEkulten har også sine ritualer
...at **send slavene** til dødens dal
...at de kan jo lovlig sett ikke si noe negativt om kUKA uansett
...at kUKE»koret» Pirum tror de kan roaste Fitteblekka
...at men INGEN ROASTER FITTEBLEKKA BEDRE ENN VI ROASTER OSS SELV!
...at FlaggFredrik går ut mot kUKEflagget
...at bannlys bokstavsuppa!
...at kUKEfunker m.fl. hjelper til ved å stjele dem med samme iver som om det var smågodt fra førsteårsstudenter
...at vi har også sju-komma-fem studiepoeng i utsettelse av master
...at oss og resten av Huset
...at det er ikke noe galt i å drikke pulverkaffe
...at **jo**
...at eller den varme, gratis kaffen fra gløs-stands
...at også *jævla* mannssjåvinistiske hor(r)o(r)skop
...at hvorfor er det væren og bukken, ikke sauen og geita?
...at **om du er født mellom 1. januar og 31. desember, med testikler i zenit og cock rising, er du en kuk**
...at ikke ligg med tvillingen
...at jo pls ligg med tvillingen:((((((((
...at redaksjonen lurar på om det finnes kvinnelige fotballspillere?!
...at omtrent like mange som kvinnlige artistbookinger
...at men er de profesjonelle?
...at mannefotball >:(
...at solgte billetter til TIX under kUKA
...at **kjøpte** billetter til TIX under kUKA
...at betale for å bli kasta ut
...at er fremdeles å foretrekke framfor **dødslekene** i dødens dal
...at *bedre plass enn på h-helg*
...at oksygen er undervurdert
...at runking er **faktisk** kjønnsnøytralt
...at **jeg har vondt i den armen!**

NOREGS SKUMLASTE PRESSE

n. Spit: frå keltisk: Knep

Utgavens dyr: Flaggermusa

Når nettene blir lange, og mørket faller på, og kulden nærmer seg i våre kalde, strømregningkutta studenthybler, kan vi endelig igjen spise en god, hjemmelaga, flaggermussuppe

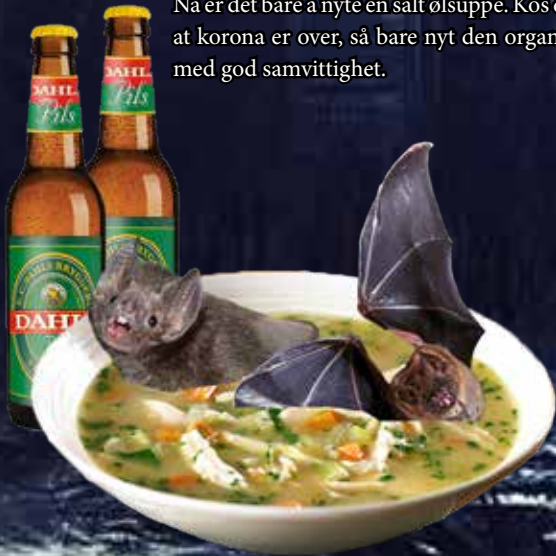
Du trenger

- Et par flaggermus (jo råere, jo bedre)
- En hel hvitløk for vampyrbeskyttelsen
- Salt fra bitre, svette UKEpanger
- Ølsøl fra Daudens Dal

Framgangsmåte:

1. Skjær opp flaggermusene med det røde kortet ditt. Ikke bry deg hvor store de er, du kommer til å spy det opp uansett.
2. Skrell hvitløken. Finn noe glasskår ved Elgeseter gate; **fint skjæreverktøy**.
3. Kok opp ølen i en stor gryte. Ha et tørkle over sånn at alkodampen samler seg. Når den er tilstrekkelig konsentrert, sleng flaggermus oppi gryta.
4. Når kjøttet har blitt gusjete, sleng hele tørklet med alkoholen oppi sammen med saltet. Ha i mer salt.
5. Servér med din favorittpils, begge to like iskalde som Dødens Dal.

Nå er det bare å nyte en salt ølsuppe. Kos deg med kiloene av salt. Husk at korona er over, så bare nyt den organisk lokalt fanga flaggermusa med god samvittighet.



kUKA med «Blekksprutspill» i Dødens Dal: **Disco eller døden**

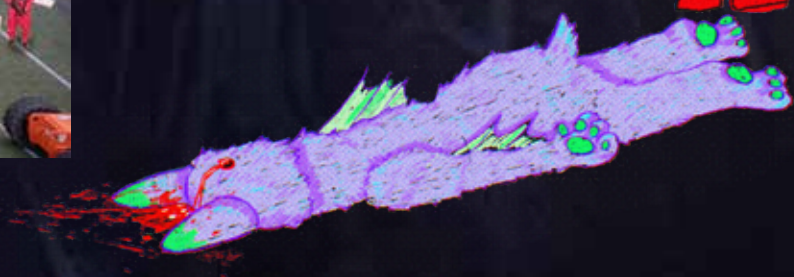
Stilledisko i Dødens Dal fikk en ny mening etter kUKAs sjebnesvangre beslutning om å overraske publikum med deltakelse i et nytt reality-konsept: Disco eller livet. Vinneren kunne gå hjem med tre drikkebonger, to rene kUKEglass, og en mango IPA, mens resten av diskofesten som trøstepremie fikk leke stilleleken i Dødens Dal resten av studietiden.

– Dette går rett inn i Razzmatazzs tjuetallstematikk, sier en fornøyd kUKEsjef til Spitposten.

– Nå som det glade tjuetallet har fått sin oppmålte mengde referanser, var kUKA av den mening av også 29's økonomiske og tilhørende sosiale problemer måtte få sin throwback.

kUKEsjefen ser nå fram til neste runde, når Storsalen vil bli satt til å leke stolleken etter Rocky Horroror Picture show. Tapere vil bli sendt ut for å gå stram line på taket av Samfundet.

tips@spit.nigeria

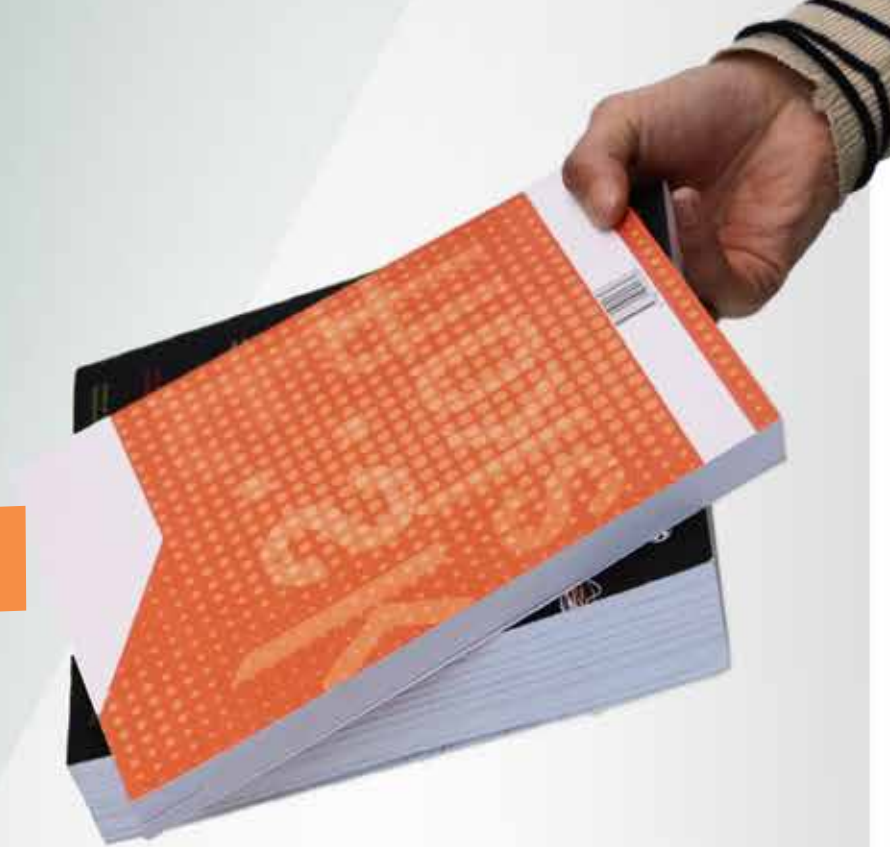


...få en godt brukt kUKEbong!

STUDENT?

MILJØBEVISST?

SKAFF PENSUM BRUKT



iBok.no

Norges største markedsplass for
kjøp og salg av brukt pensum