

**NNMK**

**Kjøttkraft**

**Juleskvip**

**Underberger  
Huskostråd  
Løvrydding  
Halvorolini  
Pensjonsjungelen**

# Magasinet



**Husbygging**

**Dugnad**

**Juleøltesten**  
**Aktivitetshjørnet**  
**SKebabtest**  
**Reisebrev**

**Pokermafiaen**

**Mannen og kvinnen**

**Spørreundersøkelse**

**Trykktesting**



# Årets redaksjon

Av Halvor

Engasjementet for årets avis har vært stort. I den kreative fasen av årets avis har mange gode ideer kommet opp men blitt skrinlagt på grunn av tid og ressursmangel. De beste ideene er ofte også de mest krevende eller utfordrende for koret, og noen av disse har vi altså sett oss nødt til å legge på is.

Årets redaksjon har bestått av:

Amund, vår egen internjournalist som har dekket mannskorets «hverdagsliv» dersom et slikt uttrykk er mulig å bruke i denne sammenhengen.

Sverre har hatt den tyngste jobben, han er formateringsansvarlig og har tatt hele jobben å overføre alle bidrag fra en layout i standard tekstprogram til en felles layout i et profesjonelt tekstredigerings og bildebehandlingsprogram.

Lars Vegard og jeg har tatt redaktøransvaret og har prøvd å stimulere til skriving og til å skape gode ideer. Listen over disse er etter hvert blitt ganske lang.

Samarbeidet har vært noe preget av geografisk avstand men ved hjelp av moderne kommunikasjons middel har vi klart oss etter forholdene bra, den eneste gangen vi har vært samlet var under årets store test av juleøl (Amund var i Nordsjøen, men digitale midler hjelper også i et slikt tilfelle).

Din lokale PRIVATmegler

PRIVATmegleren  
Bjørnefjorden

Kontakt oss for en uforpliktende  
boligprat, tlf. 56 30 32 30

Besøksadresse Hamnevegen 59

# Leder

Av Halvor

Juletiden er en tid full av stress. Mange av mannskorets medlemmer har mye å fylle tiden sin med. I år virker det som om husbygging er en av trendene. En annen trend er at noen er i begynnelsen og andre er helt på siste verset av lange studier. For min egen del har julen stort sett vært synonym med eksamens tid, og julen har dermed vært nedprioritert og noen ganger helt neglisjert.

Mannskorets juleavis kommer midt opp i alt dette. Engasjementet har vært stort og jeg må si at det har vært imponerende at mange til tross for mye aktiviteter og juleforberedelser har tatt seg tid til å sette seg ned og skrive, eller å sende inn et bilde. Jeg tror vi kan si at alle har gjort sitt beste og bidratt til å gjøre avisen til det den er blitt. Avisen er en fin måte å summere opp mannskorsåret på. Vår egen internjournalist Amund har gjort en imponerende innsats på dette området. Jeg vil tørre å påstå at Amunds reportasjer er grunn nok alene til å sette avisen inn i bokhyllen, for de som fortsatt har en slik. Dermed kan en trekke den frem og minnes noen av de fine stundene vi har hatt sammen i koret i 2012.

Min oppfordring i år er å sette seg godt til rette med avisen, ta en velfortjent pause fra julekavet og lese avisen i sin helhet. Det er ikke sikkert dette vil ta mer en høyst to gode økter, men jeg kan stå inne for at det vil være verdt det.

---

## Innhold

Årets redaksjon	1	Pokermafiaen	15
Leder	2	Pensjonsjungelen	17
Styret informerer	3	Mannen og kvinnen	18
Løvrydding i et Kinesisk-mur-perspektiv	4	Halvor rydder opp!	20
Stramme mannfolk på dugnad	5	Halvorolini	20
Gjett årets tema for mannskormedlemmene?	7	Fra Halvor til spøk..	21
Anmeldelse av Kebab i Os	9	Aktivitetshjørnet	22
IKM Testing AS	10	Attende ein einsam kjempe stod	23
Med Skarven i Vesterled	11	Filmer enhver ekte mann bør se	24
The Force!	13	Mannskorets store juleøltest	25
		Fox, Nox eller Rox?	32
		Løsninger, aktivitetshjørnet	32



## Styret informerer

Året som har gått har vært nok et begivenhetsrikt år for Nore Neset Mannskor.

Det som de fleste utenomkoriske trolig har lagt merke til, er den staselige benken vi har sponset turgåerne på Liafjellet med. Denne er kjøpt og montert for midler som mannskoret har satt av over lengre tid til å dele med lokalsamfunnet. Benken gjør seg svært godt som utsiktspost på fremsiden av varden, og er - i likhet med postkassen på Liafjellet som mannskoret har besøgt - et bevis på en solid og handlekraftig dugnadsånd i koret.

Videre må det nevnes at mannskoret i år har fått æren av å bli beriket med korets første søftelending, Lars Olve Haukeland. Han har allerede bevist at han lever opp til lovordene som ble forkynt for oss i søkeprosessen, i det han la ned en innsats utenom det forventede i julebodskomiteen. Vi ønsker Lars Olve velkommen som medlem, og ser frem til mange flotte opplevelser med ham på laget.

Vi nærmer oss 2013, et år hvor det foreløpig er utsikter til at enkelte av mannskormedlemmene i permisjon vil komme tilbake for fullt. Det kan nevnes at Jon Øyvind skriver på siste verset av sin master, og at han har forespeilet oss en retur til vestlandet når sommeren banker på døren. Hvis undertegnede har rett, skal også Ketil skrives ut fra studieanstalten neste år - eller allerede til julen 2012 (!) - og dermed får han også mulighet til å oppheve besøksforbudet på vestlandet, for i det minste å glede oss oftere med sitt nærvær.

For øvrig må det nevnes at i 2013 står Dronningaften for tur, og det er tid for en gjentakelse av suksessen i 2010. Mannskonene må forberede seg på en fest sammen med mannskoret, og skru forventningene høyt for deres vokalske prestasjoner. Men aller først, skal mannskoret lade opp til Dronningaften med den tradisjonsrike turen til familien Skorpens hytte på Ustaoset. Da er det vel på sin plass å be mannskoringer hente skiene sine hos Trygve fra forrige hyttetur, og klargjøre de for en ny 5km med rikelig med øl i sekke

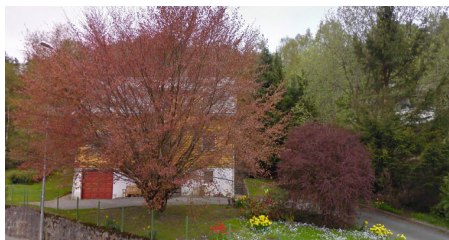
*Med ønske om en hyggelig julefeiring og et eventyrfullt 2013,  
Tarjei (styreleder)*

# Løvrydding i et Kinesisk-mur-perspektiv

Hva er likheten mellom å rydde løv i Spelhaugen og den Kinesiske mur?



Fra et fugleperspektiv ser blodbøken i Spelhaugen like imponerende stor ut som Muren. Den ruver høyt, og er nesten like stor som et hus i omkrets.



Blodbøken gir naturlignok fra seg et hav av blader, og alt løvet samler seg i umiddelbar nærhet fra treet. Dette er ikke spesielt for blodbøken i Spelhaugen; dersom du er interessert i løv, kan du lete f.eks. på bakken nært et løvtre, eller på dets greiner, alt etter hvilken årstid. Det kan være en stor utfordring å samle opp alle bladene, et etter et, som faller fra en så stor bok. En utfordring ikke ulik den kineserne sto ovenfor da de igangsatte arbeid med Muren. Heldigvis finnes det redskaper i dag som gjør arbeidet langt lettere. Man kan f.eks. benytte seg av den klassiske riven, og rake sammen løvet når det ligger på bakken. Det vanligste er da å samle det sammen i en trillebår, og trille det til utkanten av eiendommen og dumpe det i en haug.



Så kan man senere håpe på at naturen besørger forråtnelse av løvet, og at det til slutt ligger jord igjen på stedet hvor man dumpet løvet. En annen metode, ikke ulik den kineserne benyttet ved bygging av Muren, er å samle sammen venner og bekjente for å gjøre dugnad.



Deretter kan man, ved å bruke fantasien, lage seg en anordning som gjør at du lettere kan samle større mengder løv enn i en trillebår. En god ide er å bruke en presenning som du kan samle alt løvet på, men har du ikke dette kan du lappe sammen søppelsekker:



Deretter bruker du en løvblåser til å samle alle bladene opp på presenningen med,



Du sleper selvfølgelig presenningen med deg til din private komposthaug, for deretter å henge neste lass. Når du har samlet og dumpet det meste av løv, kan du ta en velfortjent pause til neste høst. Dette er ulikt fra den kinesiske mur: Den behøver man ikke bygge på nytt hvert år.

*Av Tarjei*

# Stramme mannfolk på dugnad

Det er et velkjent fenomen at dagens ungdom er blitt dvaskere og mindre samfunnsengasjerte enn vår kjære tidligere generasjons foreldre og besteforeldre. Tiden da mannfolk hugg tømmer i bar overkropp og drakk tran rett fra flaska er dessverre byttet ut med playstation og slibrig brus fra McDonalds. Som den sunne, samfunnsnyttige og staute samlingen vi i Nore neset mannskor er, bestemte vi oss en vakker høstdag for å vise våre håpefulle og alle i Os at det faktisk finnes en åndselite i den lille bygden vår.

Med gode hjelpemidler fra glade gamblere fikk vi inn nok midler via grasrotandelen til Norsk Tipping til å reise denne flotte, naturvennlige benken på toppen av Liafjellet. Vi la ut på ferden fra toppen av Moberg med 60 kg



benk og 150 kg mørtel en sen høstdag. Det ble en dramatisk og slitsom ferd takket være lett duskregn, glatt underlag og en høstkveld som stadig ble mørkere, men den som trodde det stoppet oss på vår ferd måtte nok bite i det sure eplet. Trygve, Amund og Magnus bar for det meste benken med diverse forskjellige løfteteknikker, mens Martin, Jon og Bjørn bar mørtel og verktøy.

Vel fremme på toppen ble benken satt ned med god presisjon og en delikat solrik plassering ble valgt. Vår kjære Trygve hadde selvfølgelig tenkt på sine frender og delte villig ut en duggfrisk pils til alle oss som var delaktige i denne noble dåden.

Etter at de duggfriske var konsumert og en oppbyggelig samtale om menneskers fordøyelsessystem var unnagjort gikk vi i gang med arbeidet. Bjørn som er forhen-værende murer styrte oss andre rundt med jernhånd til hans ønskede fundamentarbeid var ferdig. Nå stod benken der i all



sin prakt, klar for å bli tatt i bruk på Nore Neset- dagene som ventet om tre dager.

Den gamle postkassen som tidligere ble donert av mannskolet ble fjernet og erstattet av en ny. Dette grunnet inngravingen av mange navn som dessverre ikke lenger er medlem av NNMK. På dette tidspunktet hadde vi kommet såpass langt ut i skumringen at det var vanskelig å se hvor vi plasserte apostlenes hester, men vi hadde likevel nok lys i skumringen til å betrakte det fabelaktige arbeidet vi hadde donert til lokalsamfunnet. Jeg tør påstå at hadde ordfører Terje Søviknes observert hva hans bysbarn utrettet

denne kvelden, hadde han felt mange stolte tårer. Da gjenstår det bare å takke Trygve, Amund, Martin, Jon, Bjørn og Magnus for innsatsen. Vi håper flere blir med neste gang vi har dugnad for det er veldig hyggelig, sosialt og nattesøvnen blir dobbelt så god med en følelse av å gi.

*Med hilsen,  
Amund Vold*



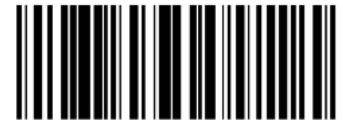
## Grasrotandelen

Benken ble til takket være bidrag gjennom grasrotandelen. Vi håper å fullføre flere prosjekt som dette i fremtiden, men for å gjøre det trenger vi hjelp fra dere! Hele Norsk Tippings overskudd går til samfunnsnyttige formål, og Nore Neset Mannskor må virkelig kunne sies å komme i denne kategorien. Vi oppfordrer deg, familie, venner, kjente, mindre kjente og fullstendig ukjente til å velge Nore Neset Mannskor som grasrotmottaker – det kan gjøres på en av følgende måter:

- SMS: GRASROTANDELEN 994598724 til 2020 (tjenesten er gratis)
- Internett: [grasrotandelen.no](http://grasrotandelen.no) eller [norsk-tipping.no](http://norsk-tipping.no)
- Norsk Tipping Mobilspill
- Kommisjonær: ta med strekkoden under og spillerkort til en av Norsk Tippings kommisjonærer

NORE NESET MANSKOR

Organisasjonsnummer: 994598724



32774994598724



I samarbeid med Frivillighet Norge og Idrettsforbundet



# Hjelp oss å VERVE grasrotgivere

Alle som spiller hos Norsk Tipping kan være med å støtte oss – uten at det koster dem noe ekstra.

Gjennom Grasrotandelen går 5 prosent\* av spilleinnsatsen direkte til oss. Dette går ikke utover premien eller vinner-sjansene deres.

Spre det glade budskap – fortell alle du kjenner om at de kan støtte oss via Grasrotandelen.

Alt de må gjøre er å gå til kommisjonæren og si hvem de vil støtte. De kan også tilknytte oss på [grasrotandelen.no](http://grasrotandelen.no) eller via Mobilspill hos Norsk Tipping.

Les mer på [grasrotandelen.no](http://grasrotandelen.no)

\*For Multix genereres halvparten av overskuddet til Grasrotandelen. Grasrotandelen beregnes ikke for Extra og Flax.



# Gjett årets tema for mannskormedlemmene?

Av Fredrik, Martin og Trygve







# Anmeldelse av Kebab i Os

Av Amund Vold

Kjært barn har mange navn sies det, og i det tilfellet jeg har tatt utgangspunkt i er det Kebab som er det kjære barnet.

Rotte-rull, Tyrker-lefse, Sølv-tiss, Babb.. Kallenavnene er mange for denne retten som etter hvert har falt mange nordmenn tett til brystet. For de av dere lesere som ikke vet hva en Kebab er kan jeg fortelle dere at det er en gammel tyrkisk nomade-rett som ofte ble tilberedt av tyrkerne på sine felttog. Kebab kom til Norge så tidlig som på 1950 tallet, nærmere bestemt Oslo. Den ble videre utviklet til Døner-kebab som altså er den gode krydderfylte kjøttretten vi kjenner i dag.

Men det er ikke bare i Oslo vi har Kebab, det finnes steder i Os som også har kastet seg på den hippe trenden og det er disse spisestedene jeg skal anmelde i dag:

## Capri



Førstemann ut er gode gamle Capri som holder til i koselige lokaler tvers ovenfor DNB i Os sentrum.

+ Dressingen var god, salaten var frisk og kebaben var veldig god på smak.

- Kjøttet som ble brukt var oksekjøtt (skal være lam). Testens dyreste

TERNINGKAST



## Ata Mat



Videre ruslet jeg ned på Ata mat denne vakre solfylte dagen. Dette er et forholdsvis nytt spisested som serverer alt fra norsk tradisjonsrik mat til retter inspirert av det tyrkiske og italienske kjøkken. Ata mat holder til i lokalene ved siden av Peppes på Os kai.

+ Ata mat skal ha en stjerne i boken for omgivelsene. En vakker dag er dette et ideelt sted å nyte en halvliter i solen samt en is, men ikke en kebab.

- Dette var testens taper. Etter laaang ventetid og en tom halvliter pils kom endelig maten. Det rant allerede ut saus av sølvpapiret idet den ble servert så anmelder klinet til dongeri shortsens sin. Kebaben var kald og mengden kjøtt som var brukt minnet meg om rasjoneringshistoriene til bestefar under krigen.

TERNINGKAST



## Lucianos Pizzeria



Lettere oppgitt og frustrert med dressing klint utover shortsens spradet jeg opp på det siste målet på runden. Luciano's holder til vis a vis brannstasjonen i Os sentrum. De serverer hovedsakelig pizzaretter samt et lite utvalg av internasjonale kylling og biffretter inspirert av Italia og Tyrkia. Her ble jeg møtt av en meget hyggelig servitør som raskt tok imot bestillingen min.

+ Luciano's har en meget hyggelig betjening, de tar raskt imot bestillingen din og ventetiden blir kortere da de tilbyr gratis aviser og kaffe. Her fikk anmelder servert en fantastisk god kebab med perfekt mengde sterk saus, rikelig med nyskjært lamme kjøtt og nybakt kebablefse. Alt i alt en fantastisk avslutning på dagen.

- Beliggenhet

TERNINGKAST



# IKM Testing AS

Med over 700 ansatte er et heilnorsk selskap med hovedkontor i Stavanger, avdelinger i Bergen, Kristiansund og Hammerfest samt datterselskap i Storbritannia, Singapore, Thailand, Canada, Spania, Australia og Kasakhstan. Gjennom bevisst satsing på flerfaglighet og evne til å kunne tilby et vidt spekter av tjenester til samme kunde kan IKM Testing i dag tilby de fleste tjenester innen ferdigstillelse.

## IKM Gruppen kåret til Årets bedrift!



Ståle Kyllingstad og Ordfører i Stavanger Christine Sagen Helgø.

IKM Gruppen ble lørdag 26. November kåret til Årets bedrift av Stavanger Næringsforening. Prisutdelingen skjedde under næringsforeningens 175-årsjubileum i Stavanger Forum på Tjensvoll.

Med 350 inviterte gjester til stede i salen var nær sagt alt som kan krype og gå i regionens næringsliv til stede lørdag kveld. Prisen til oljeservice-selskapet IKM Gruppen er, foruten heder og ære, ein statuett laget av billedkunstneren Hugo Wathne.

Stolt vinner Ståle Kyllingstad sier at han på vegne av alle ansatte i IKM er stolt og fornøyd over å få prisen. - Tross alt er det et svært godt næringsliv i denne regionen, og det å lykkes her er noe vi setter veldig stor pris på, sier Kyllingstad.

Prisen Årets bedrift fra Stavanger Næringsforening ble i år utdelt for 25. gang. Stavanger-ordfører Christine Sagen Helgø overrakte prisen til Kyllingstad. Næringsforeningen har ein egen jury som velger ut hvilken bedrift som fortjener hederen som Årets bedrift.

IKM-gruppen omsatte i 2010 for 2.4 milliarder, med et resultat på 255 millioner.- Dette var ikke så godt som ønsket, og vi forventer bedre tider. I år regner vi med en omsetning på 3,3 milliarder og et EBIT-DA-resultat på 315 millioner, mens vi i 2012 legger opp til fire milliarder. Ser vi fem år fram i tid, forventes ytterligere vekst – forutsatt at vi har en oljepris på minimum 80 dollar, sier Kyllingstad.

At han kun snakker om vekst i et femårsperspektiv, betyr ikke at han forventer et dårligere marked etterpå.



IKM Testing AS Bergen/ Ågotnes på Sotra

Roar Bøe: Avdelingsleder  
Odd Erik Hostad: Operasjonsleder  
Leif Ivar Langseth: Verksmester  
Ove Ludvigsen: Logistikk  
Therese Øvretveit: Ass. logistikk  
Tina Susann Sjursen: Personalkorrdinator  
Sigmund Nagell Dahl: Veldlikehold av utstyr, Faglært Mekaniker.

Til sammen på bergens avd. er vi ca 40 ansatte(varierende tall). dei er Operatører, formenn og prosjektledere. de fleste går i rotasjon på Mongstad

Til daglig har eg vedlikehold på eget utstyr som skal gjøres klar for sending til prosjekter Onshore og Offshore. På verkstedet har vi og ein rekke andre jobber som inneberer trykktesting, hydrojetting, div. fluchejobber med kjemikalier elle div. oljetyper.

## Trykktesting:

Store delar av de rørene(spoole) som blir sendt Offshore komme til oss for å få ett trykktest-sertifikat som blir godkjendt av oss. dette gjøres stort sett med vann under trykk. då har vi ein pumpe, fuji skriver, manometer, testslanger og ein manifoil.

## Fuji skriver:

Logger testtrykk med veldig stor presisjon. du kan tenke deg vanntrykket i vanlig spring er ca. 4bars trykk. vi tester noen kammer fra schlumberger og det er heilt oppe i 1415bar på 1 årstesten og 1652bar på 5 årstesten. disse har då holdetid på 15min og det har vi toleranser på så det må holde seg innafor.

## Hydrojetting:

Det er rett og slett vann under svært høyt trykk, rett og slett ein veldig kraftig høytrykksspyler som er dreve av ein dieselmotor, vannpumpe, høytrykksslange, og ein jette-dyse som roterer med svært høy hastighet under svært høyt trykk. den vi bruker mest på verkstedet har ett trykk opptil 800bar (vanlig høytrykksspyler leverer ca.120bar med lav litermengde). vi bruker dette til å fjerne løse partiker i røra(spool) med å trekke inn slange med jettedyse.

## HMS (Helse, Miljø og Sikkerhet):

Er ett SVÆRT høyt fokus på. på jobber der det inneberer hydrojetting bruker vi verneutstyr som kevlardrakt, hansker, vernestøvler, one peace regndress og hjelm med hørelvern og heildekkande visir.

Besøk våre hjemmesider [www.ikm.no](http://www.ikm.no)

*Sigmund Nagell Dahl*  
Faglært mekaniker/ industrimekaniker

# Med Skarven i Vesterled

Reisebrev om seiltur med Skarven fra Os til Shetland i juni 2011. Mannskapet på turen var Per, Andreas, Eivind og Halvor.

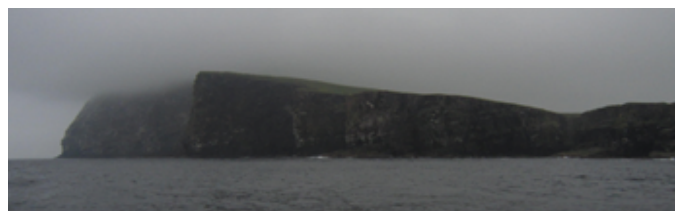
Skrevet av Halvor Larsson Aga



Opphavet for navnet Hjeltefjorden vitner om nordmenns utreisetrang vestover mot Hjaltefjord. Hjaltefjord er det gamle navnet for Shetland og Hjeltefjorden betyr veien til Hjaltefjord. Som en vaskeekte nordmann er dette et eksempel som bidrar til fasinasjonen for nettopp denne ruten. Shetland med sitt forblåste landskap, lune havn og gode whisky er for mange norske havseilere et yndet mål. Vår tur var i min bestefars fotspor, for å oppleve noe om hvordan det var å ta seg over havet til et ukjent sted. Som mange andre nordmenn i hans generasjon måtte han flykte fra landet for ikke å komme i tyskernes tjeneste. Det er lett å forestille seg følelsen av utrygg fremtid i det han måtte stjele en robåt for ikke å bli oppdaget, for så å ro ut til «Straumøy» en skøyte som han gjennom kryptisk beskjed hadde fått rede på skulle til Shetland. Farene som lurte var mange, og blant de verste var risikoen for å bli oppdaget av tyske vaktskip eller av fly. Vår tur innebar på ingen måte den samme risikoen som den de utsatte seg for på denne ruten under krigen, men nordsjøseiling er allikevel ikke til å spøke med.

Vi drog fra hjemmehavnen Kvernavika på Strøno med godt humør, spente på hva som ventet oss. På overfarten til Shetland fikk vi veldig god bøl, og var over på 33 timer, noe som vi syntes slettes ikke er verst for et mannskap med seilingsglede som fremste målsetting. Under seilasen gikk vi vaktlag, to mann på hvert lag, to

timer på hver tårn. Havet er stort og himmelen mørk når en står slik midt på natta og speider. Kanskje får en øye på en plattform, kanskje en båt som beveger seg uendelig sakte. Dersom det kommer en værendring synes den ofte veldig stor og det er fort gjort å frarøve det andre vaktlaget nattesøvn ved unødvendig purring. Da kan stemningen fort bli amper, dersom ikke alle er innstilt på hva det innebærer å seile slik. Om bord lever vi tett, og er hundre prosent avhengig av hverandre. Til mat hadde vi ferdig kjøttgryte som bare var til å varme opp, noe som sannsynligvis er mye bedre enn hva de hadde for 70 år siden.



Midt på dagen fikk vi landkjenning, og kunne begynne forberedelsene til innseilingen. Det første en får øye på er ved innseilingen er Brezzay, en øy med veldig karakteristiske fjellsider, det kan nesten synes i en tid som at vi ikke skal slippe inn, at fjellet må ha lukket seg. Men til slutt åpner det seg og kartene stemmer. Vi seiler forbi Bressay fyrstårn inn mot havna. Når vi er klar for å gå til havn vil ikke Skarven samarbeide, motoren fikk ikke kjølevann. Dette var en ganske kritisk situas-

jon fordi vi hadde tatt ned alle seilene før vi oppdaget feilen. I en kort periode lå vi død og driftet ved innseilingen til Lerwick. Etter en del armer og bein fikk motoren atter kjølevann og vi kunne gå til havn. Denne lille hendelsen understreket den deilige følelsen det er å anløpe måldestinasjonen med seilbåt. Vi fikk ærbødighet fortøyd på siden av en fornem svensk seilbåt. Det viste seg at den svenske havkrysserklubben hadde sin årlige tur nettopp denne helgen. Oppskvær og vasking preget kvelden slik at vi var skuta var i stand igjen. En slik prosess blir ikke mindre tilfredsstillende av ankerdram under og en god middag ved enden av arbeidet.



Den andre dagen av vårt havneopphold oppdaget vi blant det store oppmøtet av perfekte svenske seilbåter en solid seilbåt med sjel og norsk flagg som vi tok kontakt med. Om bord var et ektepar med veldig stor seilerfaring. De synes det var kjekt med norsk havnenabo, men kunne dessverre ikke hjelpe oss med strøm. Vi bestemte oss for at erfaring og nordmenn var verdt å ofre landstrømmen for og forhalte oss til ny plass. Denne dagen tok vi bussen til Scalloway med monument for alle nordmenn som tok denne veien for å redde seg fra tyskerne. Monumentet var vårt mål med reisen, utenom dette besøkte vi Scalloway Castle bygd av Patrik Stewart i 1599. Da vi kom tilbake fra vår lille ekskursjon var også strømmen fikset. Det ble også tid til å besøke Shetland museum i Lerwick, dette tok for seg urbefolkningen og Shetlands historie.



Etter å ha fylt forrådet og skipsbaren fortært vi en stor ladning med kinamat på akterdekket under kuppelkalesjen. Resten av kvelden gikk med til å drikke whisky, utveksle erfaringer og fortelle røverhistorier med våre havnenaboer.

På grunn av fint vær ble vi liggende lenger en tenkt men til slutt tok vinden til og vi kunne atter seile. Ved Brezzay på vei hjem fikk vi virkelig beskuet Shetlands store fugleberg, Storjo og Havsule kretset rundt oss og berget var dekket hvit av fugl. Vi gikk nærme og fikk observere og høre naturen på nært hold. Lyden fra et fuglefjell er en ubeskrivelig summing som man ikke glemmer så lett.



Hjemturen gikk ikke like radig som til, men som Odd Børretzen sier: Jeg seiler så seint det går an, for turen tar slutt når du kommer til land. Dette er meget beskrivende for mentaliteten en må ha når en seiler slik. Vi kom også hjem til slutt etter 400 nautiske mil i utseilt distanse, mange opplevelser og et par erfaringer rikere.



# The Force!

Skrevet av Trygve Berentzen



Etter så godt som 28 år som tus-saladd, har jeg nå funnet ut at det kan være lurt å begynne å utvikle kunnskapene mine på kjøkkenet. Det sies at ingenting er som mat laget fra bunnen av, og hvor man også har kokt kraften til sausen fra scratch.

Mulighetene bydde seg frem for noen uker siden da meg selv og Rune gikk sammen om å kjøpe ca en halv okse ferdigslaktet av vår alles kjære Lars Olve. Denne oxen er av typen Skotsk høylandsfe, og Lars Olve er en av to lidenskapelige mikrobonder som har disse dyrene på hobbybasis inne på Gåssand.

Da kjøttet var fordelt mellom oss

fikk jeg også med meg mer eller mindre en bossekk med beinrest-er til å koke kraft på. Så nå skal jeg ta dere med på en reise gjennom kraftens verden!

Jeg har foreløpig kun forsøkt meg på kun en av mange forskjellige kraft typer, og jeg skal her løse dere igjennom «lys kjøttkraft».

Jeg brukte en oppskrift som uten-om kraftbeina inneholder basisva-rene gulrot, løk, sellerirot, purre-løk, laurbærblad, salt og hele pepper. Slik som jeg har oppfattet det, så behøver man ikke være å nøye på mengden av de forskjellige basis-va-rene, og heller ikke på om man har alt i heime sin. «Man tager hva

man haver». Jeg brukte noen hun-dre gram av gulrot, sellerirot, løk og purre. Ca 4 liter vann.



Det er nå mer eller mindre bare å klesse masse kraftbein i en stor gry-te, for så å kutte basisvarene opp i



grove biter og få de i kjelen. Så er det bare å ta en dæsj med salt og hele pepper, samt et par laurbærblader. Det som er viktig nå å få med seg, er at man må fylle kaldt vann i gryten og koke dette opp. Altså ikke å bruke varmt vann fra springen for å spare tid. Dette er grunnet noe med at man drar mer smak ut av råvarene på denne måten.



Når gryte er kommet på kokeplaten er det bare å guffe på, og vente til det begynner å koke. Her må man bare finne en fornuftig temperatur slik at det putrer og går uten at det koker over. Underveis og da spesielt i starten, vil det koke opp masse grå-brun skumlignende greier. Dette må ut av gryten, gjerne med en skje, slik kraften blir bedre og klarere.

Det fine med koking av kraft er at dette kan gjøre det parallelt med veldig mange normale hjemmeaktiviteter, eksempelvis filmsjåing.



Nå skal kraften putre og koke seg ned til ca halvparten av mengden,

og så er det bare å sile den for å få den klar og fin. Det som jeg gjorde, var å først grovsile den i en vanlig sil, og deretter og legge et kjøkkenhåndkle i silen, og sile den en gang til. På denne måten satt jeg igjen med en klar og fin kraft.

Etter dette er det bare å sette kraften i kjøleskapet og vente noen timer til den er kjølt seg godt ned, og det som skjer nå er at fetthinnen flyter til toppen og stivner til så den blir enkel å fiske opp.

Og voila... her er resultatet!



Håper det faktisk er slik en ferdigkokt kraft skal se ut og at den skal vær geleaktig.

Det var egentlig skuffende lett å lage kraft, men det tar tid. Regner man med tiden det tar å hogge opp bein, skjære grønnsaker og den grusomme oppvasken, må man lett sette av 6 timer!

Veien videre nå for hvordan jeg skal jeg benytte meg av kraften, aner jeg

faktisk ikke. Men dette blir en oppgave jeg skal jobbe med nå i jule-tider, og mannskorets medlemmer og deres bedre halvdel kan være trygg på at de skal bli invitert på en mafiamiddag i nær fremtid..

Vel møtt når den tid kommer!

# Pokermafiaen

I god gentlemenånd ble det en vakker vinterkveld avholdt NNMKs desidert mest populære aktivitet, nemlig poker. Her samles trofaste medlemmer over noen duggfriske for å tevle om heder og ære og kanskje noen daler.

Her er de eminente medlemmene og deres meninger og taktikk i spillet, som ble spurt om følgende:

1. Derfor vinner jeg
2. Mitt personlige poker tips

## Bjørn "The Powerbear"



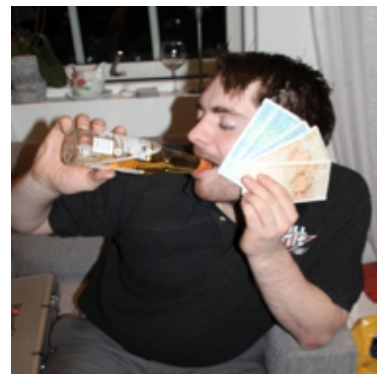
1. Her valgte Bjørn å ikke svare på spørsmålet. (Merkelig)
2. Kos deg og ta livet med ro.

## Lars Vegard "The Dinosaur" Hatlem



- 1 Poker er krig forkledd som sport, begge deler tas like seriøst.
- 2 Jeg greier en bløff, greier du det ikke så ikke bløff med 2-7 på hånd;)

## Martin "Underberger" Eck



1. Vær tålmodig og spill tøft, dette vil lønne seg i lengden (spill tøft når det er lite blinds og se mye flopper når det begynner å bli mye blinds.) Vær tålmodig.
2. Jeg har spilt mye og er erfaren. Dere andre er bare barnemat.

## Fredrik "The Gentleman" Røttingen



- 1 OG 2 : Still opp med størst masker i helsetrøya og du psyker ut minst halve bordet. Legg til mørke briller og pornobart og du har et meget godt utgangspunkt.

## Jon "The Joker" Espevik



1. Har mest chips
2. Spill på tilsynelatende dårlige kort. Det skal FEM kort i bordet.

## Trygve "The Outlaw" Berentsen



1. Kun flaks og at stjernene står på linje.
2. Når alt ser ut til å gå i dass. Fuck tha police og gi alt.



## Amund "The Hustler" Vold



1. Mental styrke, fysisk overlegen og mulig medlem av MENSA. I say no more.
2. Drikk mange duggfriske, still opp med godt humør og ikke la deg irritere av Jon og Trygves enorme flaks i alle situasjoner der det aldri skulle vært mulig å vinne, og vips så sitter man plutselig igjen med alle chipsene.

Kvelden ble en suksess og alle pokerglade mannskoringer ruslet hjem i 03.00 tiden da verten trengte søvn. Velkommen tilbake til Volds gjestegiveri og nøyeshus ved senere anledninger.

*Av Amund Vold*

# Pensjonsjungelen

Jeg mimrer tilbake til de dagene før jeg begynte å jobbe med pensjon og forsikring. Det kom brev med ord som forsikringsbevis, fripolise og tjenestepensjon dumpende ned i postkassen, de gikk rett i arkivet. Tankegangen var at det er jo minst 100 år til jeg er pensjonist så, hvorfor må jeg lese dette nå? Ikke skjønnte jeg hva som sto i brevene uansett.

Nå etter noen år i pensjonsverdenen har jeg faktisk skjønnet hvor viktig det er med pensjon og at det er hva man gjør nå som har innvirkning på hvordan man vil ha det når man blir pensjonert. Jeg vil tro at du som pensjonist vil reise hvor du vil, spise ute, gå på kafe, skjemme bort barnebarn, kjøpe det du vil og leve akkurat slik du ønsker uten noen bekymringer. Det er få som tenker over det, men du får faktisk mye mer fritid når du bli pensjonist, og da vil jo naturligvis forbruket også gå opp. Spørsmålet da er hva kan DU gjøre for å sikre at du har nok penger den dagen du pensjonerer deg.

I Norge i dag har vi 3 måter å spare til pensjon på; gjennom folketrygden, gjennom arbeidsgiver, og eventuelt privat sparing.

## 1. Folketrygden:

Dette kan sies å være selve grunnpilaren av pensjonen, alle som har gjort lønnet arbeid i Norge får pensjon fra folketrygden. Staten betaler inn 18,1% av din totale lønn (gjelder lønn mellom kr 1 og kr 583.066) til en sparekonto hvert år. Det vil si at en person som har kr 600.000 i lønn og en som har kr 3.000.000 i lønn vil få det samme i pensjon fra folketrygden. Denne delen av pensjonen er det lite å gjøre noe med da den er fast.

## 2. Gjennom arbeidsgiver - Tjenestepensjon:

Alle som er ansatt i et selskap i Norge har krav på at arbeidsgiver betaler inn minimum 2% av lønn til pensjon. En slik type pensjonsordning kalles ofte OTP (Obligatorisk Tjenestepensjon). Per i dag har vi 3 typer tjenestepensjonsordninger:



## - Innskuddspensjon:

I denne pensjonsordningen betaler arbeidsgiver en prosentsats av den ansattes lønn som settes av til pensjon. Her kan de ansatte aktivt gå inn og forhandle med arbeidsgiver for å tilby en forbedret pensjonsordning. I følge FNO (Finansnæringens hovedorganisasjon) er ca 70% av pensjonsordningene i Norge etter lovens minstekrav (2% av lønn). Ved å presse arbeidsgiver til å gi en bedre pensjonsordning vil dette sikre mer golfspilling og mer reise den dagen du trer ut av arbeidslivet.

Midlene som innbetales av arbeidsgiver til denne type pensjonsordning investeres i fond. For å sikre en høyere pensjon kan DU gå inn og endre hvordan disse midlene skal investeres, dette kan gjøres ved å logge seg inn på internettsiden til pensjonsleverandøren. Jo mer risiko du utsetter midlene for jo større er sjansen for gevinst. (OBS! Også større fare for tap.)

## - Ytelsepensjon:

Dette er et mer historisk pensjonsordning som er på vei ut, i en slik type pensjonsordning garanterer den ansatte for eksempel 70% av lønn før du går av med pensjon inklusiv folketrygd. Det vil si at en person med kr 1.000.000 i lønn skal ha kr 700.000 i pensjon den dagen han/hun pensjonerer seg. I en slik type pensjonsordning vil du som ansatt ikke ha noen innvirkning på hva du vil få (utenom å kjempe for høyere lønn). (Kan ikke bestemme hvordan pengene skal forvaltes.)

## - Offentlig tjenestepensjon:

Dette er pensjonsordningen for de som jobber i det offentlige. Denne pensjonsordningen fungerer på samme måte som en ytelsepensjon, men her kan du bytte arbeidsgiver innenfor det offentlige og fortsette opptjeningen (får ikke fripolise). For eksempel Rune Øygard som er Ordfører i Vågå,



får tilbud om jobb i Os kommune som Rektor ved Os ungdomsskole, da vil han kunne bytte arbeidsgiver uten at det vil få innvirkning på pensjonen hans (fungerer kun ved bytte av jobb innenfor det offentlige).

### Hva er en fripolise?

Det er pensjonen du opptjener deg hos en arbeidsgiver i en tjenstepensjon. Du får med deg de innbetalte pengene når du slutter, disse blir utbetalt når du går av med pensjon.

### 3. Privat sparing:

Forbrukerøkonomer anbefaler at man starter sparing til pensjon den dagen BSU-kontoen er full eller avsluttet. Jo tidligere du begynner å spare desto mindre trenger du å spare om gangen. Mange prioriterer å spare til andre ting enn pensjonstilværelsen, som til neste års ferie, ny PC, osv. Men å sette av 200 kr i måneden til pensjon hindrer ikke de fleste av oss til å kjøpe det vi har lyst på. Disse 200 kr i måneden kan spares til pensjon, men om du finner ut om 15 år at du trenger pengene, så er de på konto og kan brukes til det du vil.

### Årets oppfordring 2013:

Sett av 200 kr i måneden til pensjon, kanskje du kan ha tidenes 67 årsdag!?



OBS! Jo høyere inntekt du har jo mindre får du fra folketrygden og tjenstepensjonen, derfor er det mye viktigere for personer med høy lønn å spare til pensjon.

*Av Marius Prestvold*



## Mannen og kvinnen

Av Lars Vegard Hatlem

Nå er det slik at man kan definere menneskeheten, eller mennesket inn i mann og kvinne. Det fokuseres ofte på forskjellen på mann og kvinne. Menn er fra Mars og kvinner er fra Venus. Kanskje etter mange år har vi endelig kommet sammen på jorden, og forskjellen er ikke så store som man skulle tro?

Hva skjer med mannen?

Disse faktaene kommer fra Men's Health Magaine utgave mai 2003. Og poengterer noe jeg ble rimelig overasket over. Jeg ser for meg at denne trenden kan ha blitt endret siden 2003.

• Den gjennomsnittlige kvinnen bruker 195 timer årlig på badet.

• Den gjennomsnittlige mannen bruker 179 timer på badet.

Det er bare 16 timer mindre eller bare 2 og et halvt minutt mindre enn damene hver dag! Damene bruker altså ca 32 minutter på badet og mennene 29-30 minutter på badet vær dag. Jeg tenker i mitt stille sinn "KA E DE SOM SKJER!?". Nå er jeg ikke personen som bar-

berer meg hver dag, men de er mange som gjør det, så hvor lang tid bruker folk på en barbering? Etter mye leting på nett fant jeg en grei side som konstaterte at menn bruker i alt cirka 12-15 minutter på barbering. Så hva skjer de resterende 17-15 minuttene? Har gutta begynt å bruke pudder? Brunkrem? Dette var i 2003, snart 10 år siden, og i media ser vi en økning av menn som bruker disse produktene. Og det er bare de siste årene. Så hva er statistikken nå?

Er det da kvinnene som er blitt mer mandig eller mennene som er blitt mer feminin? Vi skal studere dette litt nærmere.

Salget på såkalte kosmetikkprodukter for menn var i 2006 på 2.2 billioner dollar og i følge Los Angeles Times er dette tallet forventet å være oppe i 3.2 billioner dollar i 2016 i USA alene. Og dette gjør kosmetikkindustrien for menn til en av de raskest økende industriene i verden (prosentvekst). Så hva er det som skjer her egentlig? Det er ikke slik at menn (flest) går til skranken og spør en dame etter anti-rynkekrem vel? Det fines selvfølgelig unntak for dette, men saken er at industrien ser en stadig økende forespørsel etter "beauty products" for menn. Grunnene til at dette ikke gjerne merkes stort er at mannekosmetikk ofte har dekknavn som "age defender" og lignende. Dette fordi menn skal vist føle at de ikke er for kvinnelig. Produkter som inngår i menns beauty product er i følge Sears fuktighetskrem anti-rynkekrem for menn, brunkrem/spray, mouse og andre dekkende kremer. Det finnes også typisk kvinnelige sminkeartikler for menn som pudder, eyeliner, øyenskygge. Så om 10-20 år er vi vel likestilt på spa avdeling i muder badet og antall ansiktsmasker?

Når vi først snakker om å se bra ut så er det vel naturlig å snu innom klesverden. For her er også en spesiell fakta der forskjellen på mann og kvinne ikke er stor. I følge Sears bruker en gjennomsnittlig mann 713 dollar årlig på klær. Her kommer da bomben kvinner og jenter; i denne statistikken bruker dere 749 dollar på klær. Dette inkluderer såkalte accesories (smykker klokke osv.). Det er en differanse på 32 dollar! Så en konklusjon med "super enkel forskning" som Norwegian liker å si, er at vi altså er omtrent like opptatt av å se bra ut på klesfronten. Men her sniker jeg inn en kommentar om at sko ikke er inkludert i denne statistikken. Det er vel et poeng til oss menn at vi fortsatt er til å rede?

Menn skal være mandig, utallige undersøkelser viser at en mandig man er å foretrekke (fra damene sin synsvinkel) frem for en brunkrembrukene snob. Dette er jo positivt. Men spørsmålet er jo fremdeles hvorfor er denne skjønnhetsindustrien for menn så voksne? Jeg håper at dette er en mote og er geografisk avgrenset til enkelte områder. Men hvor ender dette? Kanskje i vår levetid (tenker på min egen aldersgruppe) at vi må en dag vende oss til at våre barnebarn, jente eller gutt, ikke er så veldig annerledes når de gjelder ansiktsbehandling og klær og sminke.

Kanskje det ikke er så galt som det er framstilt, og faktiene ikke stemmer 100%. Men jeg synes dette tema bør luftes. Vi er kanskje ikke gjennomsnittlig så alt er forskjellig, MEN når dette er sakt vil jeg på peke en del ting som fortsatt skiller oss. Og forhåpentligvis vil fortsette å skille oss:

- Menn har hår i ansiktet – Kan være skikkelig pain, men de er en veldig synlig forskjell vis ikke mannen fjerner de med laser behandling. (Hvem gjør slikt?)
- Menn og kvinner har i utgangspunktet veldig forskjellig kroppsfasong. Dette er ikke alltid lett å se på alle, men en real pekepinn.
- Det som gjør en mann en mann og en kvinne en kvinne er fortsatt og forhåpentligvis vil alltid være forskjellig. (Jeg fant en masse greier om at to kvinner kan i teorien få et genetisk barn med to mødre, men dette er ikke prøvd på mennesker enda. Omg, hva skal vi menn liksom gjøre vis dette går an.)
- Nummeret på antall menn som leser mens de sitter på dass: 1 av 2, kvinner 1 av 3.
- Menn er stolt over seg selv: Prosent av menn som tror men er smartere en kvinner 27%, kvinner som er enig 8%.
- Antall solgte magasin av Playboy og Penthouse 3.8 millioner årlig. Antall solgte romansenoveller 47 millioner.

Kilder:

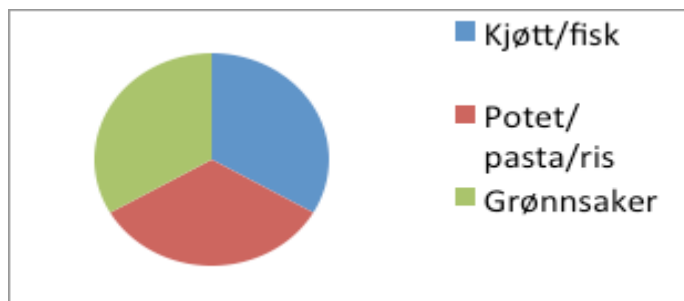
<http://www.prorev.com/statsculture.htm>

<http://www.menshealth.com/>

# Halvor rydder opp!

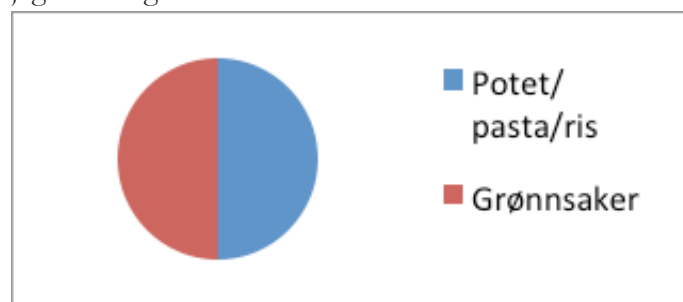
Kåseri, av Halvor Larsson Aga

Alle vet hvor viktig det er å spise riktig og nok for å fungere som menneske. I studietiden møtes det en rekke utfordringer som lite penger, overarbeid og tidsklemma. Dette er betingelser gjør det meget vanskelig å oppnå variert kosthold.



I O-fag har vi alle lært av vi skal spise en tredjedel kjøtt eller fisk, en tredjedel poteter eller ris og en tredjedel grønnsaker. Studenter har hverken råd til eller tid til å skaffe fisk eller kjøtt dermed må den klassiske kostsirkelen modifiseres noe. Helstrøm sier at man

kan nesten lage det deiligste gourmetmåltid uten tid og penger. Derfor er det bare å blåse i at studielånet ikke kan forventes å øke med det første. På bakgrunn av den modifiserte kostsirkel er det her presentert en rett som både er smakfull og sunn, koster nesten ingen ting i tillegg til å være ferdig forberedt på nesten ingen tid. Som basisingredienser er valgt pastarør og blomkål, naturens eget kjøtt. Kryddermessig er det jo på mote med norsk tradisjonskost, men her med en liten italiensk vri, dette bærer også navnet til denne nye kreasjon preg av Halvorolini og den nye studentkostsirkelen danner en solid basis som jeg nok skal klare meg lenge på, i alle fall til jeg er ferdig å studere.



## Halvorolini

Oppskrift, av Halvor Larsson Aga

### Ingredienser:

- 200g blomkål
- 200g pasta
- 5 skiver ost
- 4dl melk
- 4ss mel
- Salt
- Pepper

### Fremgangsmåte

1. Kok pastaen
2. Mens pastaen er på gang;
3. Kutt opp blomkålen i passe biter og ha den i med pastaen mot slutten av koketiden.
4. Kok opp melken under opprøring og tilsett mel til den har sauskonsistens.
5. Tilsett osten til melkesausen.
6. Smak til med salt og pepper.
7. Bland de to delene og rør om.
8. Bon appetitt!



# Fra Halvor til spøk..

En gammel dame i banken spurte meg om jeg kunne sjekke balansen hennes. Så jeg dyttet henne overende.

Jeg hater at når en jente har sex med masse gutter så kaller folk henne en hore, men hvis en gutt gjør det så er han plutselig homofil.

En mann går til doktoren for sin årlige undersøkelse. Doktoren forteller ham, "du må slutte å onanere". Mannen spør, "hvorfor?" Doktoren svarer, "fordi jeg prøver å undersøke deg"

To fulle menn går ut av en bar og ser en hund over gaten som slikker seg på ballene. Den ene mannen sier "Jeg skulle ønske jeg kunne gjøre det der". Den andre sier, "Jeg vet ikke, jeg tror jeg ville ha klappet han først"

Hva får du dersom du forsøker å innsette et menneskelig DNA i ei geit? Bannlysning fra dyrehagen.

A horse walks into a bar. Bartender says why the long face. Horse says nothing. It is a horse and cannot talk. It panics at the unfamiliarity of the location and breaks its leg in an attempt to escape. It is put down.



En gang møtte jeg en hore som sa hun ville gjøre hva som helst for 500 kroner. Så jeg fikk henne til å male huset mitt.

A man checks into a hotel and warns the front desk clerk that he is very religious. "I hope your porn is disabled," says the religious man. The hotel clerk replies, "It's just regular porn, you sick bastard!"

Fun fact: If you put your ear next to a woman's leg you can actually hear her say what the fuck are you doing?

A horse walks into a bar. Bartender says why the long face. Horse says nothing. It is a horse and cannot talk. It panics at the unfamiliarity of the location and breaks its leg in an attempt to escape. It is put down.

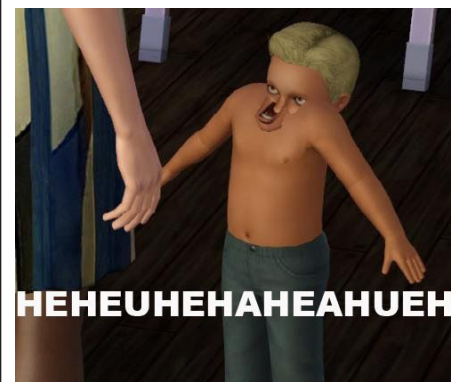
Two deer walk out of a gay bar, one turns to the other and says "Man, I can't believe I blew thirty bucks in there".

My friend told me I don't understand irony...  
...which was ironic because I was standing at a bus stop at the time.

A man is sitting at the bar when he notices a beautiful woman walk in and sit down at a table across the room. After 30 minutes the man finally builds up enough courage to walk up to her and offer her a drink, but before he can finish his sentence she yells "NO I WILL NOT HAVE SEX WITH YOU!". Confused and embarrassed, the man quietly returns to his seat while the rest of the bar stares at him. Shortly after the woman approaches him and says "I'm sorry to yell at you like that. You see, I'm a grad student and I'm studying peoples reactions to embarrassing situations". The man shouted "WHAT DO YOU MEAN 200 DOLLARS?!"

A bear and a rabbit are taking a shit

in the woods. The bear turns to the rabbit and asks, "Do you have problems with shit sticking to your fur?" And the rabbit replies, "No, I don't." So the bear wipes his ass with the rabbit.



My two lesbian neighbours got me a Rolex for my birthday. They misunderstood when I said "I wanna watch."

Three men who were lost in the jungle were captured by cannibals. The cannibal king told the prisoners that they could live if they pass a trial. The first step of the trial was to go to the forest and get ten pieces of the same kind of fruit. So all three men went separate ways to gather fruits. The first one came back and said to the king, "I brought ten apples." The king then explained the trial to him. "You have to shove the fruits up your butt without any expression on your face or you'll be eaten." The first apple went in... but on the second one he winced out in pain, so he was killed. The second one arrived and showed the king ten berries. When the king explained the trial to him he thought to himself that this should be easy. 1...2... 3...4...5...6...7...8... and on the ninth berry he burst out in laughter and was killed.

The first guy and the second guy met in heaven. The first one asked, "Why did you laugh, you almost got away with it?" The second one replied, "I couldn't help it, I saw the third guy coming with pineapples."

# Aktivitetshjørnet

*Ikke bekymre deg, ta det med ro, med NNMKS aktivitetshjørne skal kunnskapene dine få gro*



## Sudoku

### Vanskelighetsgrad: Lett

7			8	9	5			6
			1		3			
		2		6		3		
8	7						5	2
1		3				6		9
2	5						3	8
		1		8		5		
			5		6			
5			7	4	1			3

### Vanskelighetsgrad: Moderat

	8		7	9	3		1	
7		4				3		6
	3						8	
5				7				3
9			1		6			2
2				5				1
	5						9	
3		9				6		8
	2		9	8	7		3	

### Vanskelighetsgrad: Vanskelig

		4					8		
	9	5					2	3	
		1	7		3	4			
3				5					2
			9		8				
4				7					1
		7	5		6	1			
	4	8					6	2	
		3					5		

## Gåter

### Lyspæren

Det er en lyspære (glødelampe, og den er for tiden skrudd av) i et rom i øvre etasje. Du står i nederste etasje ved siden av et panel med tre lysbrytere (alle er i av-stilling). En av dem styrer lyspæren. De to andre ikke gjør noe. Du må finne ut hvilken som kontrollerer lyspæren, men du har noen begrensninger:

1. Du kan gjøre hva du vil med lysbryterne, så lenge det går ut på å enten slå dem på eller av.
2. Etter å ha fiklet med lysbryterne, kan du gå ovenpå og sjekke pæren.
3. Du kan ikke se pæren eller noe lys som skinner i rommet det gjelder fra der du står.
4. Når du har gått opp trappen og sjekket pæren må du bestemme hvilken bryteren som styrer lyspæren. Hvordan gjør du det?

### Jørn og Bjørn

Det er et tomt rom med bare et bord og et åpent vindu. Både Jørn og Bjørn ligger død på golvet med knust glass rundt dem. Verken Jørn eller Bjørn viser ingen klare tegn på skade. Hva skjedde med Jørn og Bjørn?

### Pølse(brød)

Hvorfor selges pølser og pølsebrød i forskjellig antall?

### Dødsdømt

En person er dømt til døden. Han må velge mellom tre rom: Det første rommet er full av flammer. Det andre rommet er fullt av mordere med ladde våpen. Det tredje rommet er fullt av løver som ikke har spist på tre år. Hvilket rom er det tryggeste for ham?

### Albatrossmørbrødet

En mann går inn til en restaurant i havnen og ber om en albatrossmørbrød. Etter noen overraskede blikk, kontrollerer servitrisen kjøkkenet, finner noe albatrosskjøtt og forbereder smørbrødet. Mannen takker ham, betaler for smørbrødet og begynner å spise. Etter å ha tygget ettertenksomt en stund, nikker han trist, forlater kafeen og kaster seg foran en møtende buss. Hvorfor?

*For løsning på sudoku og gåtene, se lengre bak i avisen.*

# Attende ein einsam kjempe stod

Kjempar tevlar tappert  
Tro kven får seg ein rappert?  
Den fyrste tevling vart  
med magesekk gjort klart  
Andre var fysikk  
Litt av ein kropps mystikk  
Kappleik ble med røyst so ven  
Ikkje ein avgjerande gren  
Fjerde gjekk i elva me  
Til slutt sto berre nattas sport  
Attende ein einsam kjempe stod..



# Filmer enhver ekte mann bør se

## Commando (1985)



En klassiker der datteren til Arnold har blitt kidnappet av en latinamerikansk mafiaboss. Dette byr selvfølgelig på komplikasjoner da Arnold søker hevn. Aiaiai!

## Bloodsport (1988)



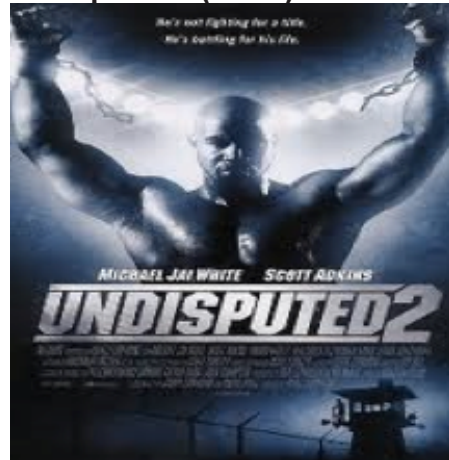
Her har vi Van Damme på sitt mest veltrente. Flexe scenene i denne filmen gjør Mitch fra Baywatch til en smågutt. Harde kamper utkjemper i en dødelig turnering. Aiai!

## The Expendables (2010)



Da alt håp var ute og jeg trodde jeg aldri skulle få se en god actionfilm igjen kom dette kunstverket av en film. Det har vært en stygg trend de senere årene at heltene i filmene har vært damer på 50 kg eller en eller annen liten jyping (Matt Damon, Cameron Diaz, Tom Cruise osv). Det var før denne filmen ble lansert. Her har den geniale regissøren tatt med seg alle de kjente kjære kolosene, og resultatet mine venner, er episk. Aiaiaiaiaiaia!

## Undisputed 2 (2006)



Michael Jai White bruker sine hardtslående evner og denger seg til friheten i et lugubert russisk fengsel. Aiaiai!

## Missing in Action (1984)



Vi kan jo ikke glemme gode gamle Chuck Norris. Denne filmen er fra tiden hvor Chuckern ikke hadde problemer med å fullføre rundsparkene sine (dvs nesten 30 år siden), men han holder koken ennå og nedkjemper fælinger i Walker Texas Ranger den dag i dag. Aiaiaiai!

*Av Amund Vold*



# Mannskorets store juleøltest

Forbrukerjournalistikk av: Amund, Halvor, Lars Vegard, Knut-Håkon og Sverre

Det er allment kjent at juleøltesting ikke er noen spøk. Av denne grunn er mannskorets juleøltest utført på en meget sinnrik måte for slik å sikre høy kvalitet på resultatene.

Prosessen var på følgende måte: Et representativt og tilfeldig utvalg av den norske befolkning ble valgt blant avisredaksjonens medlemmer, siden Amund var på jobb ble kjenneren Knut Håkon tatt inn som innbytter. Testen foregikk i runder hvor en fra testpanelet valgte ut, loggførte, helte i og skjulte et øl som alle smakte, en og en flaske. På denne måten var hver test en blindtest for de tre øvrige i panelet. Siden kun en og en flaske ble testet kunne det samme ølet komme flere ganger, og på den måten kan det utelukkes at resultatet bærer preg av

stigende prosent.

Lars Vegard hadde forberedt et nøye gjennomtenkt skjema til føring av tilbakemeldinger for hver test, både individuelle og som panel. Blant kategoriene var utseende, smak, lukt og kommentarer. Utseende ble notert, lukt og smak ble gitt karakter ved hjelp av en skala hentet fra en rollespillterning med ti sider. Altså er 1 dårligste karakter og 10 beste karakter. Hele datamengden ble så behandlet ved bruk av avansert datateknologi i form av regneark, og har så blitt publisert i denne artikkelen.

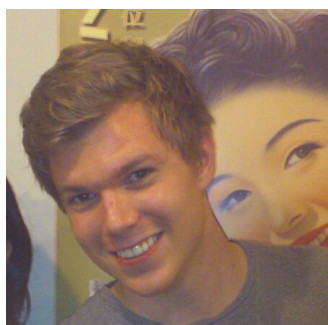
Resultatene i testen er altså fremkommet på et meget systematisk vis og bør således kunne brukes som en meget sikker pekepinn når årets juleøl kjøpes inn.

## I ekspertpanelet finner vi:



**Lars Vegard Hatlem**

Øl-kjenner av rang. Eneste på sitt fadderkull som kunne gjette alle øltypene i fadderukas store øl-smaking riktig.



**Sverre Soløy**

Etter utallige år som student har Sverre fått meget gode evner som øl-kjenner, spesialfelt: Asiatiske øl.



**Knut-Håkon Hermansen**

Superinnbytter for Amund. Valgt for sin snare reaksjonsevne og er uovertruffen på å uttrykke seg verbalt.



**Halvor Aga**

Etter et år som student i Tysklands hovedstad Berlin, må Halvor kunne antas å være en habil øl drikker.

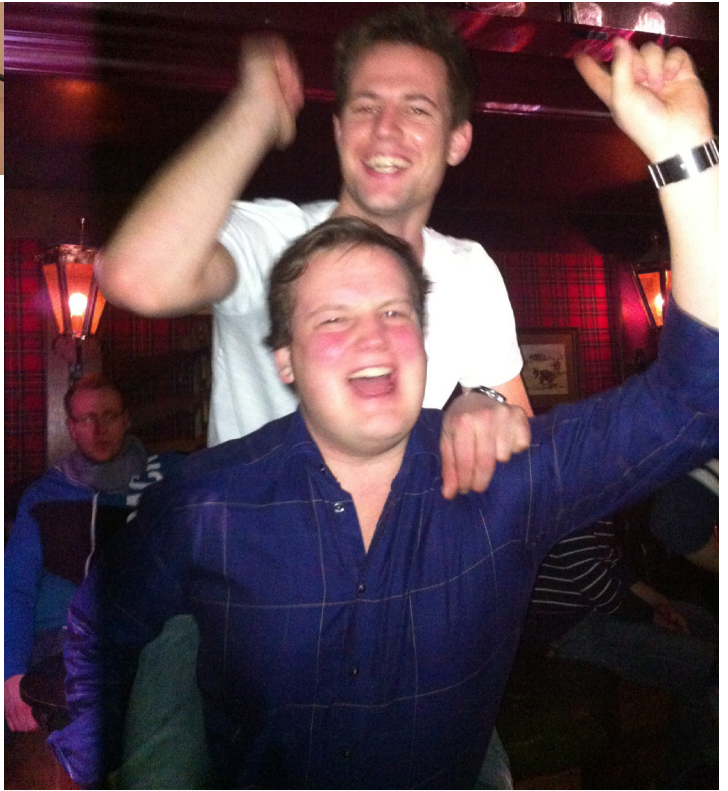


Testen begynte nøyaktig som planlagt, oppsettet ble fulgt. Følgende info kan være nyttig når man leser testen:

- Parantes betyr det er test nummer to av samme type.
- "--" betyr at denne personen valgte ut ølet, og kan ikke tippe pris og type.

Vi kan konkludere med at det er utrolig hva juleøl kan gjøre med en. Ølets virkning endte med at vi måtte dra til sentrum for å skaffe til veie litt ekte øl av Hansa-typen, Halvor og Knut-Håkon demonstrerer til høyre.

I løpet av testen ble det ganske klart at vi her grovt kan dele inn i klasser av juleøl, og disse er: juleøl, juleøl for kjennere og øl som gir seg ut for å være juleøl. Hele testen med kommentarer kan leses over de neste sidene, men først en oppsummering fra Knut-Håkon om årets test:



### Årets kjøp: Ringnes Juleøl sterk

Dette sterkølet ble kjøpt på polet for å ha et nullpunkt på skalaen, eller en bunnotering om du vil. Pinlig er det derfor at av de ølene som er innenfor femtilappen er dette det beste kjøpet. Dette ølet fikk 6.5 på lukt og 8 på smak, noe som var meget bra. Det hadde en mørk og fin farge med fint gulaktig skum, og det hadde også den riktige julesmaken.

### Juleskvip

Noen av øltypene i testen kom til kort, disse var øl som utgav seg for å være juleøl, men som vi synes var for lite fyldig i lukt og smak, eller slett ikke var å karakterisere som juleøl. Blant disse var Fredrikstad juleøl, Hansa juleøl og Erdinger Schneeweiß. Clausthaler kan også nevnes under denne overskriften, spesielt her er at de er alkoholfri og må kunne sies å ha en unnskyldning. Clausthaler Juleøl hadde faktisk så høy kvalitet at en av panelets deltakere mistenkte den for å være en Nøgne Ø, men bare et kort øyeblikk.



### Øl for kjennere: Nøgne Ø

Bryggeriet er kjent for sitt gode øl, og er populært blant øl-kjennere. Vi testet to typer øl fra Nøgne Ø. Underlig Jul og Julesnadder. Begge hadde ekstremt mye smak og var som en fest for ganen. Panelet var under testen av disse ikke helt overens og smaker som gløgg, sigarettsneiper og uendelig bra ble nevnt. Unisont var det derimot at man ikke kan drikke mer enn en øl av denne typen. Dersom en ser bort fra Knut Håkon sin karakterisering av Julesnadder var det tydelig at dette ølet var snadder. I og med at det er et pol øl koster det også deretter.



## Øl nr. 1 (10): Hansa Julebrygg, flaske (boks)

Pris: 25,70.- (28,40.-)



	Lars Vegard	Knut-Håkon	Sverre	Halvor
Pris	-- (31.-)	31.- (31.-)	31.- (31.-)	31.- (--)
Lukt	5 (4)	3 (4)	3 (1)	2 (3)
Smak	6 (3)	4 (4)	3 (4)	2 (3)
Tippet type	-- (Tuborg)	Fredrikstad (Tuborg)	Borg (Tuborg)	Ringnes (--)
Utseende	Nøttebrun, blank farge			



### Kommentarer, øl nr. 1:

H: Dersom dette er trenden for resten av kvelden, blir den ikke god.

KH: Mørk og tragisk.

LV: Mørk god drikkenes til salt mat og bare en på bordet. Ikke kjøp en kasse av dette.

KH: Langt ut på kvelden.

S: Nei.

### Kommentarer, øl nr. 10:

KH: Denne var bedre enn den forrige, mindre askesmak. Ikke så fremtredende.

S: Lukter ingen ting.

LV: Dagens dårligste, første jeg ikke drikker opp.

H: Hadde ikke betalt for denne.

## Øl nr. 2: Clausthaler Juleøl

Pris: 8,50.-

	Lars Vegard	Knut-Håkon	Sverre	Halvor
Pris	58.-	8,50.-	8,50.-	--
Lukt	4	1	1	3
Smak	6	2	5	1
Tippet type	Clausthaler	Clausthaler	Clausthaler	--
Utseende	Godt skum, lys gylden farge som Hansa Fatøl			



### Kommentarer, øl nr. 2:

S: Lukter urin.

LV: Denne var sykt god! Nøgne Ø?

KH: Dårlig ettersmak.

H: Den dårlige starten fortsetter.

KH: Server vanlig øl.

S: Dette må være alkoholfritt

LV: ...Det kan være Clausthaler.

### Kommentar fra Amund:

Jeg fikk ikke anledning til å være med på juleøltesten grunnet være på periode i Nordsjøen. Der er det som kjent forbudt med alkoholholdige drikker, men det betyr ikke at man ikke får tak i juleøl! Jeg gir følgende dom:

Overaskende god på smak til å være alkoholfri. Clausthaler Juleøl er fyldig og mørk og med gode assosiasjoner til en fullverdig juleøl.

## Øl nr. 3: Borg Juleøl

Pris: 31.-



	Lars Vegard	Knut-Håkon	Sverre	Halvor
Pris	30.-	30.-	--	40.-
Lukt	4	2	3	4
Smak	5	4	4	5
Tippet type	Tuborg	Aass	--	Borg
Utseende	Halvmørk			

### Kommentarer, øl nr. 3:

H: Dette kan være Borg.

KH: Ja det må det være, for det drit det også. Nei vent! Det er Aass.

LV: Denne tror jeg er veldig god til lutefisk av en eller annen grunn.

H: Begynner å ta seg litt opp.

KH: Bedre en de forrige, men fremdeles ikke kjempe.

H: Hvis dette er en Nøgne Ø så blir jeg skuffet.

## Øl nr. 4 (12): Hansa Juleøl

Pris: 24,40.-

	Lars Vegard	Knut-Håkon	Sverre	Halvor
Pris	29.- (45.-)	-- (--)	17.- (19.-)	35.- (34.-)
Lukt	5 (3)	6 (5)	4 (2)	2 (3)
Smak	6 (3)	5 (5)	2 (3)	2 (3)
Tippet type	Borg (Fredrikstad)	-- (---)	Aass (Fredrikstad)	Aass (Fredrikstad)
Utseende	Pilsaktig (Godt skum, hakket mørkere enn vanlig øl)			



### Kommentarer, øl nr. 4:

- H: Ganske god, men skuffet hvis dette er Nøgne Ø.  
LV: Tam. Ikke noe spesielt ved denne, men lettdrikkelig.  
H: Lukter pils, denne drikkes fort opp.  
S: Enig med Lars Vegard og Halvor som sier den går lett ned.  
H: 2 på smak og lukt, for det er ikke en juleøl.

### Kommentarer, øl nr. 12:

- S: Mild urin smak. Jeg mener lukt.  
KH: Ditto.  
H:: Er det vann? (ref. til lukten). Det smaker utrolig dårlig. Hvis du trekker kaffe uten nok pulver får du omtrent noe som dette.  
S: Ikke Clausthaler.  
LV: Lite smak, lukter ingenting, generelt lite bra.  
S: Borg eller?  
H: Noe som prøver å være juleøl. Viste du at de går an å beskrive en bølge ved hjelp av en sinusfunksjon?  
S: ...Seff.  
KH: Veldig lettdrikkelig, ikke mye julestemning. Kan like gjerne betale mindre å drikke en vanlig pils.  
H: Hadde aldri drukket dette dersom jeg måtte betale for det. Jeg drikker det kun pga alkoholprosenten.  
LV: Tragisk...





## Øl nr. 5: Ringnes Juleøl Sterk

Pris: 35.-



	Lars Vegard	Knut-Håkon	Sverre	Halvor
Pris	--	45.-	60.-	70.-
Lukt	7	4	8	7
Smak	7	9	8	8
Tippet type	--	Erdinger	Julesnadder	Underlig Jul
Utseende	Mørk med gult skum. Fin farge			

Kommentarer, øl nr. 5:

KH: Den var utrolig mørk.

H: Vurderer om dette er en Nøgne Ø.

S: Mye smak, kunne tenkt å drikke denne til julemat.

KH: Du kjenner det er skikkelig juleøl. For de som ikke liker juleøl er dette valget.

H: Vist mulig fyll glasset helt.

LV og S: Beste til nå.

KH: Pirrende for leveren..

## Øl nr. 6 (8): Erdinger Schneeweisse

Pris: 50,60.-

	Lars Vegard	Knut-Håkon	Sverre	Halvor
Pris	43.- (55.-)	10.- (--)	32.- (55.-)	-- (55.-)
Lukt	3 (2)	5 (5)	2 (2)	1 (2)
Smak	3 (2)	5 (6)	2 (3)	1 (2)
Tippet type	Ringnes (Erdinger)	Clausthaler (--)	Ringnes (Erdinger)	-- (Erdinger)
Utseende	Ser ut som pils. Helt vanlig pilsner faktisk			



Kommentarer, øl nr. 6:

LV: Ingen jul i dette ølet; Fylleøl.

S: Ser ut som Erdinger, men tam på smak og mye skum.

KH: Nøytralt og lett-drikkelig.

H: Man kan trygt kalle Clausthaler årets fyllefiasco.

Kommentarer, øl nr. 8:

KH: Lys og tiltalende øl. Minner mye om pils. Ikke særlig juleassosiasjoner.

Lettdrikkende. Nøytral og passer for de som ikke liker mye smak.

LV: Ser ut som pils, men mye grums. Elendig ettersmak.

S: Spesiell ettersmak, ingenting sier jul med denne ølen.

LV: Kjennes dyr ut.

S: Når jeg nå skjønner det er hvete øl, så kjenner jeg at den er god, men denne minner ingenting om juleøl.

H: Når skal vi ta oppdateringsbilde av Knut i kveld?

KH: Snart..



## Øl nr. 7: Aass Juleøl

Pris: 43,50.-



	Lars Vegard	Knut-Håkon	Sverre	Halvor
Pris	44.-	50.-	--	35.-
Lukt	6	5	7	6
Smak	8	1	6	7
Tippet type	Aass	Underlig jul	--	Hansa julebrygg
Utseende	Fin mørkfarge			

Kommentarer, øl nr. 7:

LV: Dette er et tungt og smakfullt juleøl til pinnekjøtt.

LV: Kanskje ikke den beste, men meget bra.

KH: Mørk, smakfullt, men samtidig helt forferdelig.

## Øl nr. 9: Nøgne Ø, Underlig jul

Pris: 72,90.-



	Lars Vegard	Knut-Håkon	Sverre	Halvor
Pris	--	50.-	60.-	70.-
Lukt	10	7	7	4
Smak	5	1	4	5
Tippet type	--	Underlig jul	Underlig jul	Underlig jul
Utseende	Mørkbrun og grumsete bayerfarge			

Kommentarer, øl nr. 9:

S: Klarer ikke bestemme meg om jeg liker den eller ikke..

LV: Den er god dersom man drikker den alene i et glass.

H: Anbefales for spesielt interesserte.

S: Smaker skikkelig spesielt..

KH: Smaker sigarettneip, heilt jævlig.

LV: Vanskelig å sette karakter på.

H: Trengs ikke mer enn en av denne. Dette er gløgg.

## Øl nr. 11: Nøgne Ø, Julesnadder

Pris: 49,90.-



	Lars Vegard	Knut-Håkon	Sverre	Halvor
Pris	55.-	55.-	--	72.-
Lukt	9	4	8	9
Smak	9	1	9	8
Tippet type	Julesnadder	Julesnadder	--	Julesnadder
Utseende	Ligner på et glass med cola			

Kommentarer, øl nr. 11:

LV: Nøgne Julesnadder, skråsikker.

KH: Sterk utfordrer til askebeget.

LV: Ikke et fylleøl, men uendelig bra allround øl.

KH: Pikk.

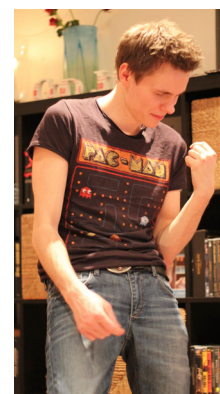
H: Hvis du vil begrense deg til en øl, drikk denne.

S: Veldig mye karakter i denne, god på smak.

H: Dette er ølen å ta i badestampen til Amund. Forfriskende.

S: Enig. Trist, for nå er det sansynligvis bare dritt igjen.

LV: ..Skal jeg vise dere hvordan man spiller luftgitar?



## Øl nr. 13: Fredrikstad Juleøl

Pris: 35.-

	Lars Vegard	Knut-Håkon	Sverre	Halvor
Pris	--	30.-	20.-	40.-
Lukt	6	6	6	3
Smak	6	3	6	3
Tippet type	--	Ringnes	Ringnes	Aass
Utseende	Utvannet kaffe. Lite skum			



Kommentarer, øl nr. 13:

LV: Heilt grei juleøl.

KH: Litt mer julepreg.

H: En av de mange standard juleølene.

S: Nå er jeg så lei av juleøl at nå må vi på byen å drikke vanlig øl.

KH: Ukult å drikke dette ølet. Man får ikke venner av det.

S: Helt ok juleøl forsåvidt. Over gjennomsnittet.

## Øl nr. 14: Tuborg Juleøl

Pris: 32.-



	Lars Vegard	Knut-Håkon	Sverre	Halvor
Pris	30.-	30.-	30.-	--
Lukt	6	5	3	5
Smak	6	5	5	5
Tippet type	Julebrygg	Julebrygg	Julebrygg	--
Utseende	Ser også ut som cola, med ekstra skum			

Kommentarer, øl nr. 14:

KH: Under servering ser dette ut som i et barneselskap med cola.

S: Lei av juleøl.. dårlig lukt på denne også.

KH: Preg av jul.

*Med det er det bare å ønske god jul fra oss i redaksjonen pluss Knut Håkon: God Jul!*





# Fox, Nox eller Rox?

Spørreundersøkelse, av Halvor

Se for deg følgende: «Du står i en butikk i kassakøen, og får lyst på noe søtt...». De aller fleste har en naturlig reaksjon på denne impulsen og kjøper en Fox, den velkjente sitronkaramellen som har tatt hele Norge med storm. Malaco har i det siste bidratt til å gjøre kassakøen ulidelig lang av den enkle grunn at kundene ikke klarer å bestemme seg mellom Fox (sitron), Nox (lakris) eller Rox (jordbær). For å redde kø effektiviteten ble det en sen høstkveld på kontor nummer A1062 ved marinteknisk senter i Trondheim bestemt å organisere en avstemming for hvilken av de tre som er best. Følgende stemmer ble avgitt:

- Fox: 3 stk, eller 37,5%
- Nox: 4 stk, eller 50%
- Rox: 1 stk, eller 12,5%



Valget burde altså være klart til neste gang, Nox bør velges dersom en liker lakris og Fox bør velges for de som ikke liker Lakris. Med denne undersøkelsen i boks regnes det med at gjennomsnittlig kø lengde bør gå betraktelig ned, noe som vil komme ekstra godt med i disse juletidene.

## Løsninger, aktivitetshjørnet

### Enkel:

9	3	2	8	4	5	7	1	6
1	5	7	6	9	2	4	8	3
4	6	8	1	7	3	2	5	9
8	4	6	2	1	9	5	3	7
5	7	1	3	8	4	6	9	2
2	9	3	5	6	7	1	4	8
3	1	9	4	2	6	8	7	5
6	8	5	7	3	1	9	2	4
7	2	4	9	5	8	3	6	1

### Moderat:

6	8	2	7	9	3	5	1	4
7	9	4	8	1	5	3	2	6
1	3	5	6	4	2	7	8	9
5	1	8	2	7	9	4	6	3
9	4	7	1	3	6	8	5	2
2	6	3	4	5	8	9	7	1
8	5	1	3	6	4	2	9	7
3	7	9	5	2	1	6	4	8
4	2	6	9	8	7	1	3	5

### Vanskelig:

2	3	4	6	9	5	8	1	7
7	9	5	8	1	4	2	3	6
8	6	1	7	2	3	4	9	5
3	8	9	4	5	1	7	6	2
1	7	2	9	6	8	3	5	4
4	5	6	3	7	2	9	8	1
9	2	7	5	8	6	1	4	3
5	4	8	1	3	7	6	2	9
6	1	3	2	4	9	5	7	8

### Svar, Lyspæren:

Slå på lysbryter A. La den stå på i ti minutter. Slå den av. Slå på lysbryter B. La den stå på. La lysbryter C være av. Gå opp til rommet. Hvis pæren ikke er på, men varm, er det lysbryter A. Hvis pæren er på, er det lysbryter B. Hvis det er slått av, og kaldt, er det C.

### Svar, Jørn og Bjørn:

Noe dyttet fiskebollen deres overende.

### Svar, Pølse(brød):

Seriøst, vet du det? jeg har ikke peiling.

### Svar, Dødsdømt:

Rommet med løvene, de døde av sult.

### Svar, Albatrossmørbrød:

Mannen var i en fryktelig flyulykke som forlot ham, hans kone, og piloten strandet på en øde øy uten mat. Etter noen dager gikk piloten og mannens kone gå på jakt etter mat. Piloten returnerer og sier at mannens kone ble blåst bort av havstrømmene og han kunne ikke redde henne, men piloten klarte å finne en albatross de kunne spise. Mannen ble ødelagt at hans kone var borte, men var veldig takknemlig for albatrossen som holdt ham i live til hjelpen kom. Mannen gikk inn i kafeen for å spise albatross på nytt fordi dette var mat som reddet livet hans. Men da han smakte på albatrossmørbrødet, innså han at det smakte ingenting som albatrossen han hadde på den øde øya, og han oppdaget at han faktisk hadde spist kona på øya.

*Kvifor kikkar du meg bak?*