

2024

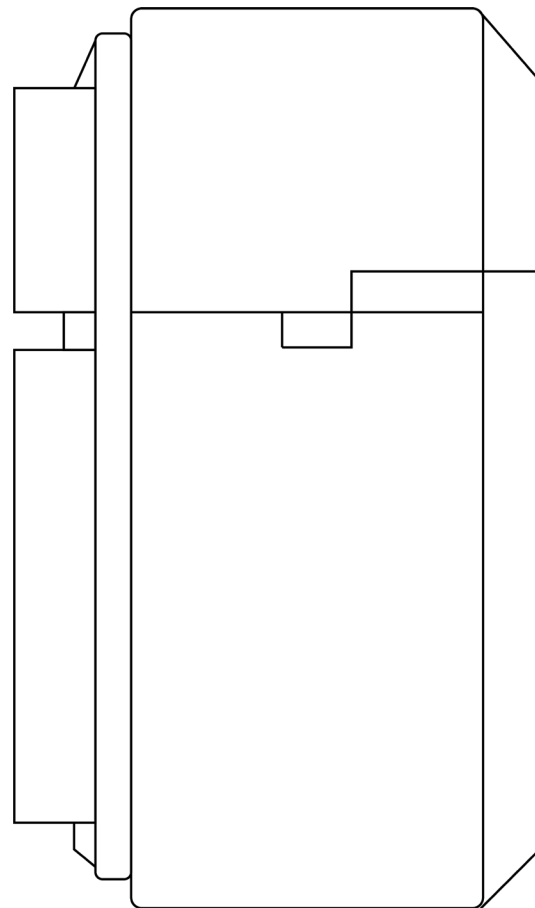
# THE SIGN



15 timers edition



# R E D A K T Ø R

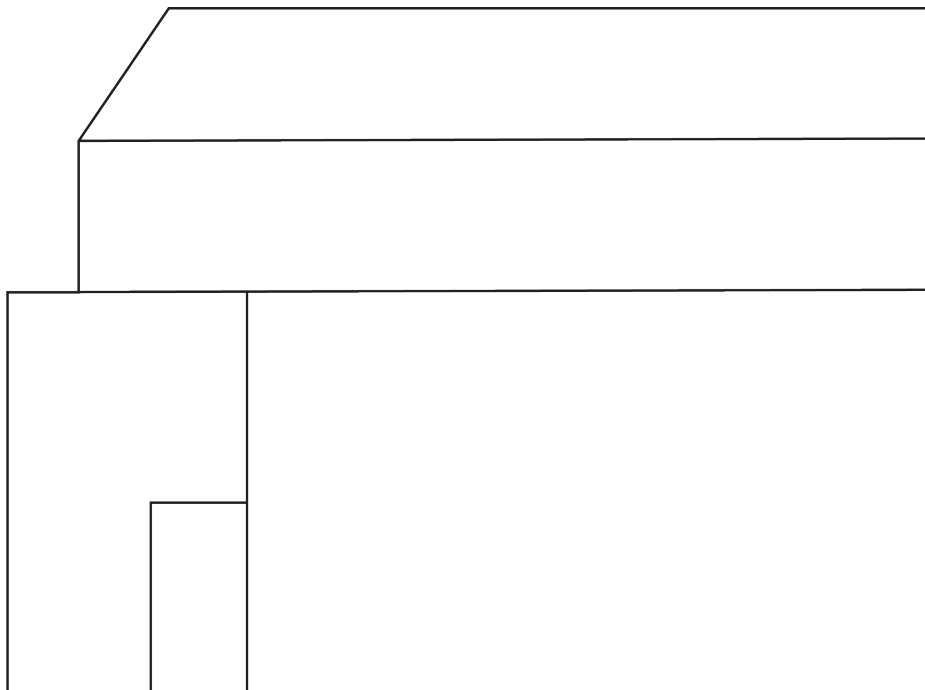


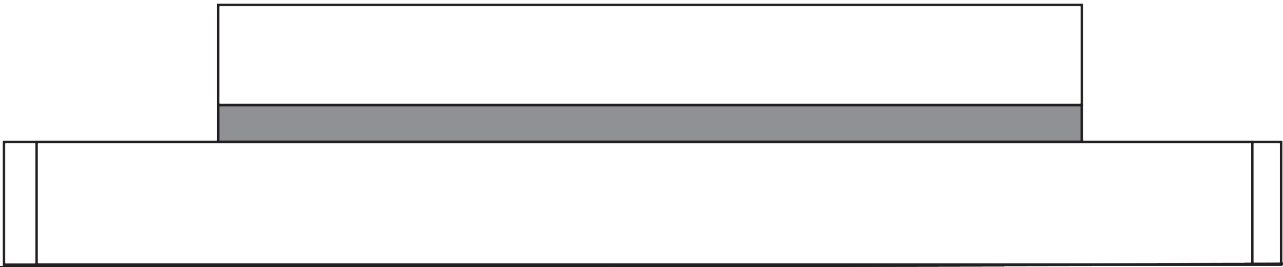
Tredje utgave som redaktør allerede!! Jeg har lyst til å si at tiden flyr, for på en måte gjør det det, men på den andre siden føler jeg meg allerede komfortabel i rollen og sitter godt lent tilbake i redaktørstolen i skrivende øyeblikk. Vel og merke med et glass rødt i hånda.

Det har blitt en slags tradisjon med 24-timers-utgave, så det ga mening for oss å gi ut en hastet utgave før eksamensperioden stod på som verst. Med en jævlige tidlig start og et mål om å sove i egen seng var det vel egentlig en 15-timers-utgave vi siktet på. Så det er det dette er; Redaksjonens første 15-timers-utgave.

Temaet for denne utgaven er noe jeg selv sliter med; fokus. Hadde jeg klart å holde fokuset, ville det antageligvis vært mindre white space på grunn av den langtekkelige formulerte teksten om hva fokus betyr for meg.

- BJ





# INN HOLD



**INNHold**

**REDPRESS**

**ERICEIRA**

**FOKUS**

**SKISSER FRA FORELESNING**

**MUSIKKTIPS TIL EKSAMENSØVINGEN**

**MIDTSIDE**

**FOKUS I VEGGEN**

**EKSAMENPERIODENS 10 BUD**

**HVEM ER IPD'ERN?**

**FART**

**CAVA**

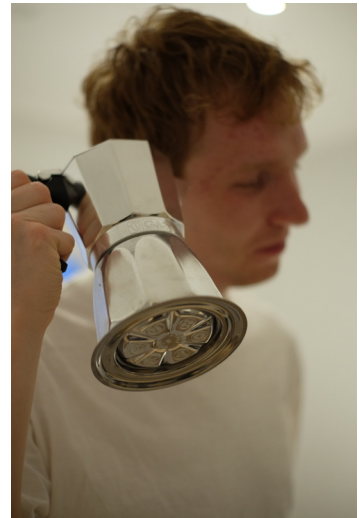
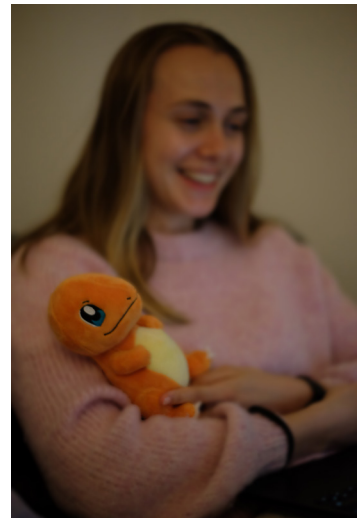
**KAMERAETS KANULLER**

**KRYSSORD**



ə  
p

redpress





# ERICEIRA

onde o mar é mais azul













# Fokus



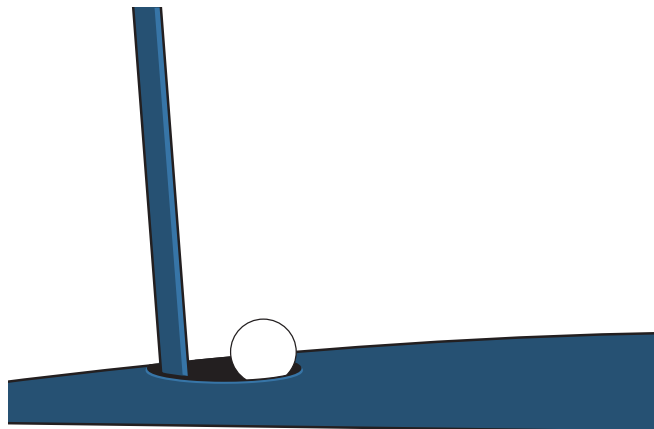
Skal man spore tilbake ordet 'fokus', så blir to ord stående frem som mest vesentlige: 'ildsted' (den opprinnelige betydningen), og 'brennpunkt' som avledet fra denne opprinnelige betydningen. Hva er dette ildstedet, eller 'bål' som vi kaller det? I den etablerte husstanden; sikkert noe oversett og i for stor grad tatt for gitt, hvor ildstedet i stor grad gjør husstanden beboelig til tross for at denne varmegivende aktiviteten som regel blir vanedannet. I ødemarken, derimot; et samlingspunkt ikke bare for de felles reisende, men et lys i mørket som på sett og vis tildrar seg alt det mørke for den betraktende og kaller vedkommende til seg ved å være det eneste bemerkelsesverdige, rett og slett fordi det er det eneste som tydelig kan ses. Slik er et ildsted fokus, og samtidig i fokus.

Hva med brennpunkt da? Er brennpunkt bare det samme? "Punktet hvor det brenner", som man kunne sagt? Vel nei, 'brennpunkt' omtaler det mer optiske i forstand linseteknikk, altså kameraer og lignende. Brennpunkt spiller utvilsomt på dette med ildsted ved at det betegner avbildningsprosessen i en linse, og dette er merkverdig. Et brennpunkt er det som det hele "koker ned til", for å opprettholde signifikansen som 'varme' tydelig har i forbindelse med fokus. Kameraets brennpunkt er det "sette", det som blir satt i fokus. Ved å sette noe i fokus, så blir det "klart og tydelig" fremfor skurrete og vagt – man ser det slikt det er fremfor kun dets omriss og/eller plassering.

Men, hvorfor alt dette “fokuset” på det optiske, det vil si “det som ses med sansene”? Ordet ‘fokus’ finnes jo i mange varianter som ikke direkte innebærer å se en “ting”. For eksempel fokuserer en golfer noe iherdig på putten ved hull 16, men hvordan kan vedkommende se denne putten når den ikke er blitt gjort enda? Vel, strengt tatt er optikk og det å se utilstrekkelig for å forstå hva ‘fokus’ innebærer. “Denne uken”, sier TV-verten, “er det James Dean som er i fokus!” Men her menes det jo ikke at vi nå alle skal sette oss foran skjermen og ta en titt på James Dean – han er jo død, så det hadde vært nokså morbid. Snarere vil det si at alt som utspiller seg på ukens program vil peke på og mot James Dean, enten det er hans konkrete liv, eller hans kulturarv i senere kulturutvikling. På samme måte er golferen fokusert ved at alt i verden på det tidspunktet dreier seg om denne putten på hull 16; dersom golferen plutselig begynner å fundere over strømregningen eller et litt for langt gresstrå på greenen, så er vedkommende ikke fokusert lenger. Slike ting har nemlig ingenting med putten å gjøre, og å gjøre de signifikante er å miste putten, la den forsvinne.

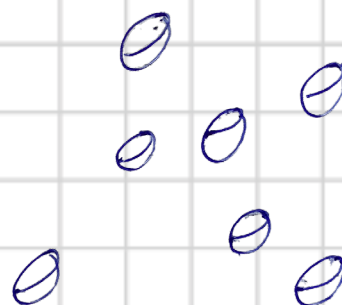
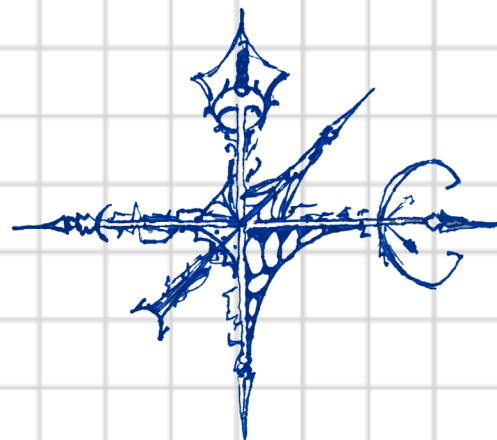
Fokus, kan man så si, er da en tildragelse – det vil si, det som settes i fokus drar alt i verden inn til seg, hvor ingenting annet blir relevant enn det som har med det som er i fokus å gjøre. Dette trenger ikke bare være i tilfeller hvor man ville sagt “nå må jeg fokusere”, men innebærer snarere også mer hverdagslige tilfeller, for eksempel hvis sykkelens din blir ødelagt på vei til skolen, hvor den ødelagte sykkelens dermed gjør at den resterende veien får en helt annen fremtoning ved at sykkelens nå må trilles videre, samt at slikt som sykkelverksted plutselig blir relevante, for å nevne noe. For å opprettholde signifikansen av ‘varme’ i det hele, så kan man si at fokus er involvert i det som på engelsk heter “the heat of the moment”; ‘fokus’ er “varmen” i “øyeblikkets varme”, og med denne varmen kan slikt som overtenning og brennende lidenskap true, men dette er da fullt forståelig gitt flammen i ildstedets brennpunkt.

*Denne teksten er et samarbeid mellom redaksjon The Sign og Begrep tidsskrift fra Filosofi.*

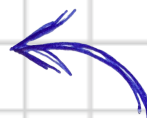




Jeg befinner meg i en forelesnings-  
sal med 499 andre mennesker og  
vi sitter og stirrer på den ene og  
samme foreleseren. Jeg glemmer  
hva tema er, men i det minste vet  
jeg at det er en matteforelesning jeg  
sitter i, sjeldent nok.



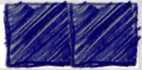
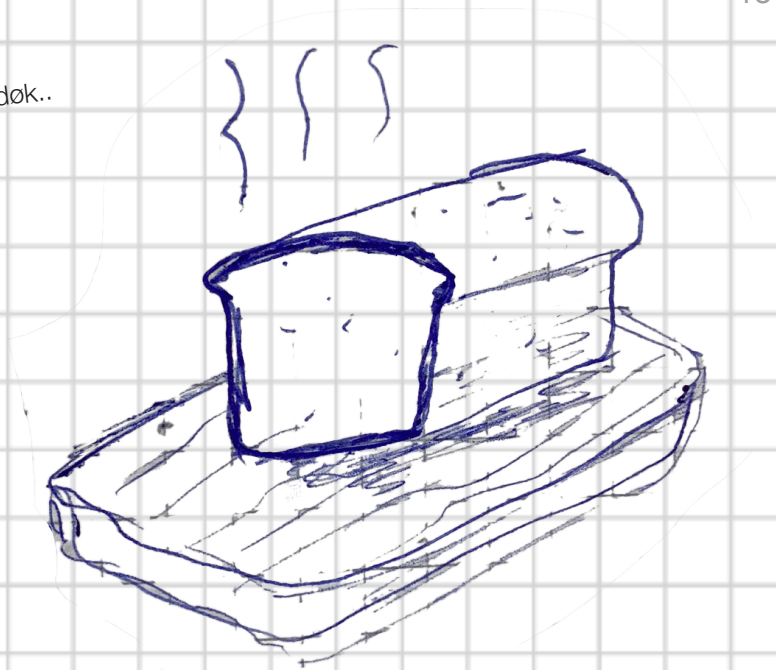
Så hun vasker tavla nå ja.. Hver gang hun vasker  
tavla er det like hypnotiserende. Hun dama her kan  
virkelig å vaske tavla. Oi shit nei nei nei jeg glemte jo  
å skrive ned de setningene.. Hmm jaja bortevekk er  
de nå. Kanskje jeg finner dem igjen på temaside.  
Uansett så er jo eksamen ikke.. så.. lenge.. til.. Vent  
var ikke dette aller siste forelesning for pensum?



Kaffesøl

Han ser ut som han går indøk..

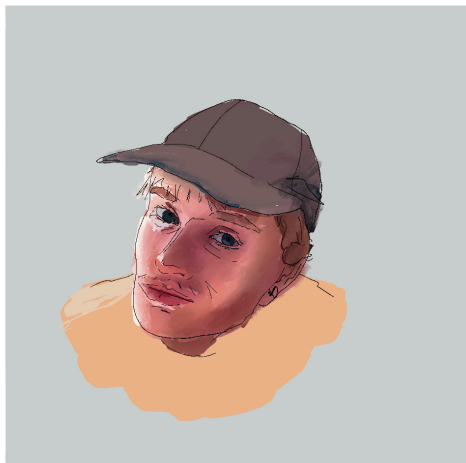
Ooh, you touch my tralala  
my ding ding dong.. 🎵



Kanskje jeg bare skal gå...



**Random Access Memories**  
(Drumless Edition)  
*Daft Punk*



**Brages vakre sangstemme**  
*Brage*

# Sliter du med å fokusere på arbeidet?

## Ta å lytt til noen av disse låtene!



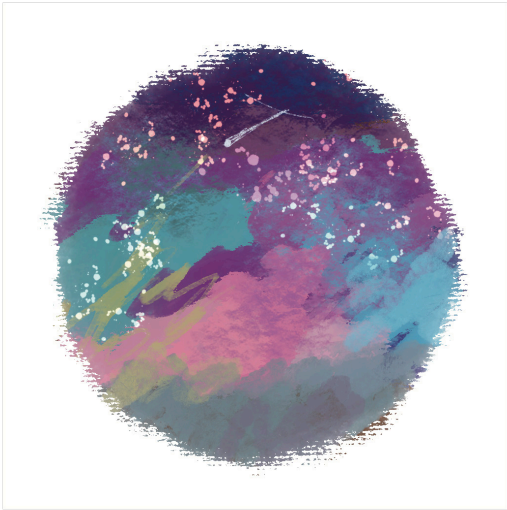
**Binaural Beats: Focus**  
*Spotify*



Getaway  
*Orion Sun*



Classical Bangers    
*Classical Bangers*



The Universe Smiles Upon You  
*Khruangbin*





Anders Haugene



Daniel Huynh

1. Juli ble de nye snusboksene introdusert. De var laget uten logoer og i en monoton gusjegrønn farge for å gjøre det mindre apellerende for unge å snuse. De har stort sett hatt ingen effekt, men fått skryt for et enkelt og moderne design i forhold til de harry designene de erstatter.



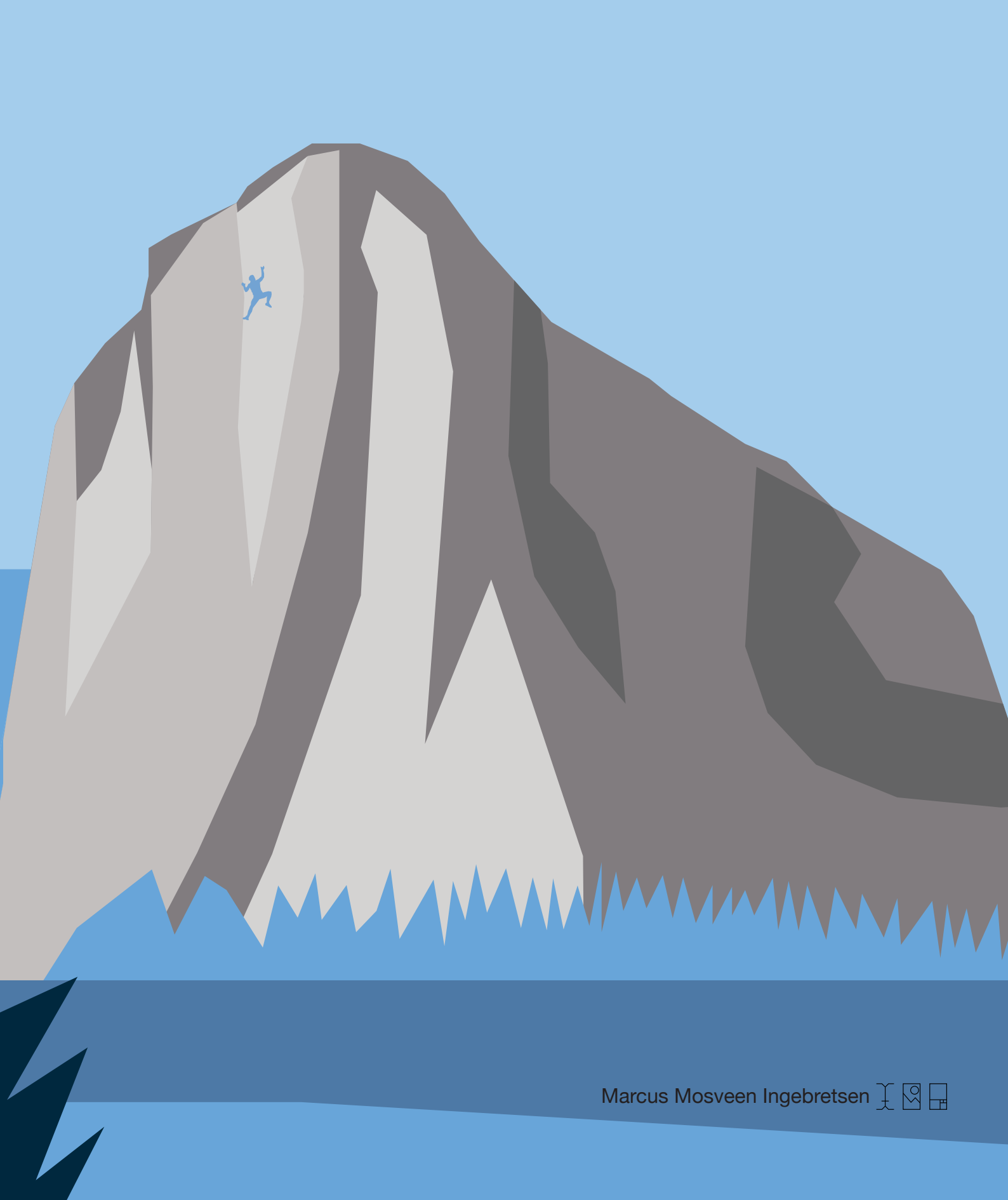
## Fokus i veggen

I veggen uten sikring er det bare én ting som kan redde deg: fokus. Fokus på neste tak, neste trekk og de potensielle utfordringene som ligger foran. Det er nødvendig å bevare klarheten i tankene, selv om ethvert feiltrinn kan føre til død. Den verdensberømte “free solo”-klatreren Alex Honnold ble spurt om hvordan han holder fokus:

*“That’s actually the one aspect of it I don’t need to practice. It’s not that I’m gifted. Free soloing just forces me to focus naturally. It’s a by-product of being on a wall without ropes: You have to perform, so you flip that switch. For me, the preparation lies more in physical training and route planning.”*

-Alex Honnold







# EKSAMENS- PERIODENS 10 BUD

## Eksamenstips

Eksamensperiodene er allerede godt i gang, og her kommer redaksjonens beste tips for å lykkes i denne perioden. I den grad våre tidligere eksamensperioder kan betegnes som vellykkede...

### 1

#### Strukturer arbeidsdagen

Legg en plan for dagen. Sett deg mål for hvilke fag du vil jobbe med og hva du ønsker å få gjort i løpet av dagen. Skriv det ned, slik at du kan stryke ut det du er ferdig med underveis.

### 2

#### Variasjon i studieteknikk

Varier studieteknikkene du bruker. Active recall, oppsummering, løsning av eksamensoppgaver og å forklare for andre er eksempler på noen gode teknikker.

### 3

#### Ta pauser

Det er lett å bli sliten av å jobbe uten pauser, og arbeidstimene blir gjerne mye mindre effektive hvis man jobber sammenhengende. Appen Flow er super hvis man trenger litt hjelp med å ta regelmessige pauser!

## 4

**Fokuser på forståelse**

Det er mye lettere å huske noe man forstår enn noe man har memorert. Det gjør det også enklere å resonnerer seg frem til svaret på eksamen.

## 5

**Kartlegg/test deg selv**

Etterhvert kan det være nyttig å teste seg selv for å se hvordan man ligger an. Gjør en gammel eksamen uten å "jukse", og noter deg hva du har kontroll på og hva du må jobbe mer med.

## 6

**Ta en tur på leo-kontoret**

Enten du trenger en liten oppvikker fra kiosken eller en runde med Mario Kart, så er en tur på Leo-kontoret aldri feil!

**Apper og programmer**

Notion  
Google Calendar  
Flow  
Quizlet  
Katetr  
Enkeleksamen

## 7

**Få nok søvn**

Du husker bedre ved å få en god natts søvn, så legg deg tidlig. Prøv å unngå skjermer på kvelden for å forbedre søvnkvaliteten.

## 8

**Ha med nok mat**

"Uten mat og drikke, duger helten ikke." Hvis du jobber på skolen, er det viktig å ha med nok mat til å holde ut hele dagen. På den måten eliminerer du også en potensiell unnskyldning for å dra hjem.

## 9

**Husk å ha det gøy!**

Bestem deg for å ha fri i helgene og på ettermiddagene hvis du har mulighet. Dra ut i en park eller vær med venner. Det er viktig å ikke bare jobbe i eksamensperioden :)

## 10

**Vær i aktivitet**

"Sett av tid til å trene, gå turer, eller være i aktivitet på andre måter. Det er sunt for kropp og sinn.



A black silhouette of a person's head and shoulders is centered in the upper half of the image. Behind the silhouette is a large, circular blue starburst or sunburst pattern, composed of many thin, radiating lines. The entire graphic is set against a background of diagonal red and orange stripes.

**Hvem er IPDern?**







Det er Helge!

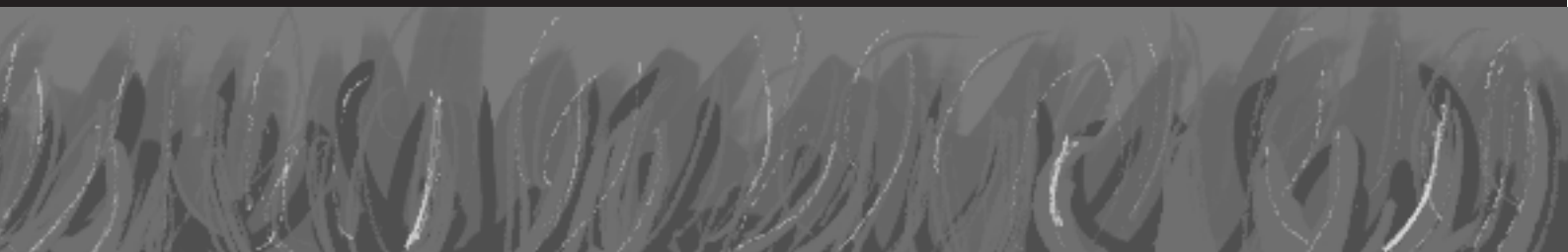
Okey, nå gjelder det.

Én vinner, hele verden i mot meg.

Frokost? Kanskje jeg skulle fått i meg frokost?  
behold fokus.

Raskere enn rask. Kjappere

Fokus. Fart. Jeg er fart.



De vet hva jeg spiser til frokost.



Litt frisk påfyll kunne vært deilig. Nei, nei, nei,  
FART.



enn kjapp. Jeg er skillpadde.











# cavapoesi

cahva?  
caja

caihelsikkeda?  
slapp av, caskjera?

cava?  
cava.



Kaisa Almquist



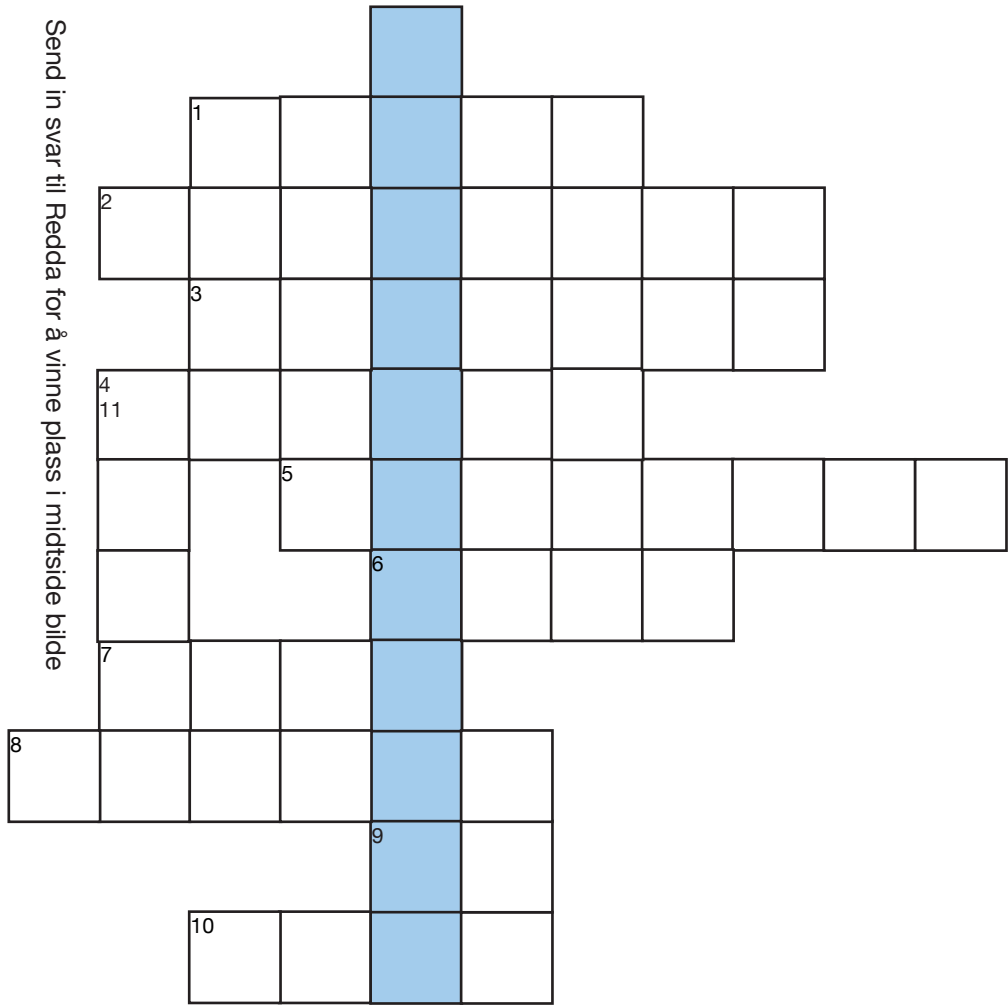
Marcus Mosveen Ingebretsen

I det hun dyttet kameraet nærmere, kjente hun hjertet slå litt raskere. Fingerspissene hennes danset over objektivet, forsiktig snurret hun fokusringen, mens øynene hennes låste seg fast på skjermen. Hvert lille hakk, hver subtile bevegelse av linsen, sendte bølger av spenning gjennom henne. Hun kunne føle varmen bygge seg opp, en prikking i huden som sendte en bølge av forventning gjennom kroppen hennes. Hvert klikk av knappene var som et sus av lyst; et steg nærmere perfektjon. Da bildet endelig kom i skarpt fokus, kjente hun en dyp tilfredsstillelse, strømme gjennom henne, som om hun hadde oppnådd en form for intimitet med kameraet.



## Kameraets kanuller





Send in svar til Redda for å vinne plass i midtside bilde

