



Í blaðinu:

- * Stjórnumerkin
- * Orðið í matsalnum
- * Fyndnar ípróttamyndir
- * Staðreyndir um vatn
- * Vinsælir snapchattarar
- * Viðtal við Óla dönskukennara
- * Viðtal við barn á Höfðabergi
- * Viðtal við Huldu á skrifstofunni

Staðreyndir um vatn:

- Settu þér markmið fyrir daginn. Ákveddu hvað þú ætlar að drekka mikið vatn, þegar við erum meðvituð um hvað við erum að gera er það auðveldara að framkvæma.
- Fáðu þér app sem minnir þig á að drekka vatn. Eins og „Daily water free- water reminder and counter“ eða „Water your body“
- Notaðu rör: Þú drekkur meira og hraðar þegar þú notar rör.
- Borðaðu mat sem inniheldur mikið af vatni eins og: Gúrkur, vatnsmelónur og heimagerðir íspinnar.

Viðtal við Hrafnhildi á Höfðabergi

Við blaðamenn Mófós fórum á Höfðaberg og tókum viðtöl við Hrafnhildi, sem er 5 ára og spurðum hana nokkurra spurninga:

1. Hvað er uppáhalds dýrið þitt: Það er hundur
2. Hvaða mynd finnst þér skemmtilegust: Það er Mikki mús.
3. Finnst þér gaman á Höfðabergi: Já það er gaman.
4. Hvað finnst þér skemmtilegast á Höfðabergi: Að vera inni að kubba .
5. Hvað er uppáhalds dótið þitt: Það eru skrúfukubbar.
6. Hvað er uppáhalds jólasveinninn þinn: Það er stúfur.
7. Af hverju er himininn blár: Veit það ekki.
8. Hvernig verða börnin til: Í maganum og síðan skera hann.
9. Hvað er uppáhalds maturinn þinn: Það eru makkarónur.
10. Hvaða litir eru í regnbognum: Blár, gulur, appelsínugulur, grænn og svartur.
11. Ef þú ættir alla peninga í heiminum hvað myndir þú kaupa þér: Ég myndi kaupa mér hund.
12. Hvað er uppáhalds ípróttin þín: Það er grípa og líka síðan sund.



„Það datt bara uppí hendurnar mínar eða það var bara svona skyndi hugdetta.“

Snapchattarar sem við mælum með:

fm95blo

peturjohann99

bjornbragi

manuelaosk

emmsjegauti

amabadaman

tolfnullnull

fotboltinet

fridrikdor

Viðtal við Óla(f) dönskukennara:

1. Afhverju valvaldiru þér þetta starf?

Það datt bara uppí hendurnar mínar eða það var bara svona skyndi hugdetta

2. Hvað bjóstu lengi úti í Danmörku

Ég bjó þar í 7 og hálf ár

3. Ertu danskur?

Ég er hálf danskur. Mamma mín er dönsk

4. Áttu þér draumastarf?



Já ég er í því

5. Hvaða menntaskóla varstu í?

Ég var í framhaldsskólanum í Ármúla

6. Hvað er það besta við þetta starf?

Skemmtilegir nemendur

7. Hvað ertu búin að kenna lengi hjá Lágafellsskóla?

Þetta er fjórði veturinn minn

8. Vað fannst þér um þemadagana?

Mér fannst þeir mjög vel heppnaðir

9. Hvað er uppáhalds maturinn þinn?

Purusteik

10. Hvað varstu að æfa þegar að þú varst yngri?

Handbolta, fótbolta og skotfimi þegar að ég bjó úti í Danmörku

11. Varstu töffari þegar að þú varst yngri?

Það er ekki mitt að dæma.

Orðið í matsalnum:

Við gengum um í matsalnum og spurðum nokkra krakka um hvað þau væru að ræða.



Crew: Sigurvin-Crewið (Hilmu-crew)

Módel: 00

Umræðuefni: Blak

Crew: Gæsirnar

Módel: 00

Umræðuefni: Hvernig þriðja heimsstyrjöldin mun byrja

Crew: 02 Crew

Módel: 02

Umræðuefni: Hvaða tungumálar talað í Afríku?

Crew: Ísaks og Emblu Crew

Módel: 01

Umræðuefni: Embla missti vatnið, Ísak er pabbinn

Crew: Pí(k)urnar

Módel: 00

Umræðuefni: Fuckboys og Kristó wannabe

Crew: 01 gengi

Módel: 01 og 02

Umræðuefni: Strákar og neglur

Crew: Vinahópurinn

Módel: 02

Umræðuefni: Afmæli, jólin og snjór....

Crew: Aulabekkurinn

Módel: 01

Umræðuefni: Pirate Kings

Crew:

Nemendablaðrararnir

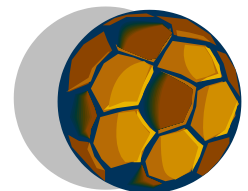
Módel: Kennararnir

Umræðuefni: Nemendur, við tölum bara um nemendur



Fyndnar Íþróttamyndir

Hér eru nokkrar af bestu myndunum sem við fundum af íþróttamönnum á hreyfingu.



Viðtal við Huldu á skrifstofunni:

þarf einhverja menntun fyrir þetta starf? Hvernig menntun þá?

“Þarf í rauninni ekki, bara vera búin með stúdentinn held ég.

Er þetta full vinna? Starfarðu við eitthvað annað?

“Já ég starfa við annað líka. Við vinnu hér tvær á mótum hvor annari.”

Hverjar eru hæfniskröfur fyrir þetta starf?

“Bara vera góður í mannlegu samskiptum og kunna vel á tölvur.”

Hvað hefur þú starfað við þetta lengi?

“Þetta er þriðja árið mitt.”

Veistu allt um alla í skólanum?

“Nei kannski ekki alveg alla en maður fréttir ýmislegt hérna en maður má ekki segja neitt.”



Hefur þú frá einhverju áhugaverðu að segja? Villt koma einhverjum sögum, fréttum eða viðburði frá skólanum á framfæri? Komdu þá og kirtu á okkur í stofu 201 á þriðjudögum frá 14:50—16:10 og leyfðu okkur að heyra!



Mófó tímarit er glænýtt skólablað sem mun koma út á 1-2 vikna fresti fram að jólum. Blaðið er unnið af nemendum í fjölmiðlafræðivali og er ætlað öllum árgöngum skólans jafnt og kennurum og öðru starfsfólki. Í blaðinu eru allskyns viðtöl, fréttir og fróðleikur sem tekið er úr skólanum.

Stjörnuspá:

Hrúturinn 20. mars til 20 apríl

Hrúturinn er oft bráðþroska, duglegur, einlægur, fljótfær, framkvæmdaglaður, hreinskilinn, hvatvís, kappsfullur, kraftmikill, líflegur, orkumikill, sjálfstæður, skemmtilegur, stórtækur og uppátækjasamur.

Nautið 20. apríl til 21. maí

Nautið er áreiðanlegt, blítt, duglegt, framkvæmdaglatt, friðsamt, gæflynt, heimakært, hlédrægt, jarðbundið, með sterka einbeitingu, nautnabelgur, náttúrubarn, raunsætt, rólegt, skynsamt, trygglynt, varkárt, verndandi, vingjarnlegt og þrjóskt.

Tviburinn 21. maí til 20 júní

Tviburinn er bráðþroska í hugsun, félagslyndur, fjörugur, forvitinn, glaðlegur, glaðlyndur, hress, líflegur, málgláður, þrakkari, skarpur, skemmtilegur og stríðinn.

Krabbinn 21. júní til 22. júlí

Krabbinn er góður, heimakær, hjálpsamur, hlédrægur, náttúrubarn, samúðarfullur, samviskusamur, skapandi, tilfinningaríkur, traustur, útsjónasamur, varkár, verndandi og viðkvæmur.

Ljónið 23. júlí til 23. ágúst

Ljónið er athafnasamt, einlægt, fyrirferðamikíð, heiðarlegt, kraftmikið, lífandi, listrænt, opið, ráðríkt, sjálfstætt, skapandi, stjórnsamt, tygglynt og þrjóskt.

Meyjan 23. ágúst til 23 september

Meyjan er aðgætin, alvörugefin, dugleg, eftirtektarsöm, með fullkomunarpörf, íhaldssöm, nákvæm, samviskusöm, skipulögð, skynsöm, vandvirk og vel gefin.

Vogin 23. September til 22. október

Vogin er ákveðin, brosmild, félagslynd, glaðleg, listræn, ljúf, opin, réttlát, skemmtileg, vinamörg og vingjarnleg.

Sporðrekinn 23. október til 21. nóvember

Sporðrekinn er blíður, elskulegur, forvitinn, hugmyndaáríkur, kraftmikill, næmur, ráðríkur, skapstór, tilfinningaríkur, viljastærkur og þrjóskur.nt og félagslynt.

Bogamaðurinn 22. nóvember til 21. desember

Bogamaðurinn er frekar einbeittur, félagslyndur, fjörkálfur, forvitinn, frjálsgalur, fróðleiksfús, íþróttaálfur, líflegur, orkubolti og ævintýragjarn.

Steingeitin 22. desember til 20. janúar

Steingeitin er of mjög alvarleg, athugul, dugleg, eftirtektarsöm, er með fullkomunarpörf, fullorðinsleg, hjálpsöm, metnaðargjörn, raunsæ og vandvirk.

Vatnsberinn 21. janúar til 19. febrúar

Vatnsberinn er dulur, félagslyndur, forvitinn, fróðleiksfús, frumlegur, hugsuður, þælari, rólegur, sjálfstæður, skynsamur, snillingur, vingjarnlegur og þrjóskur.

Fiskurinn 19. febrúar til 20. mars

Fiskarnir eru oft blíðir, fjölhæfir, fórnfúsir, hæfileikaríkir, klárir, listrænir, ljúfir, með sterkt ímyndunarafi, nærgætnir, óútreiknanlegir, skapandi, skilningsríkir, tilfinningaríkir, umburðarlyndir, viðkvæmir, vingjarnlegir og víðsýnir.

Samvera - Samvinna - Samkenndin