

word

#12
april

2008

EN TIDNING
AV UNGA,
FÖR UNGA
I UPPSALA



FLYGA DRAKE ÄR
EN BRA FILM!

GLASSIIIIIGT!

En musiker, en politiker,
en hockeyspelare och två
tv-sjuksköterskor går loss
på vårens glassnyheter

BIRDIE FROSSAR I DATORSPEL

Sjuttonde gången för Sveriges
näst största lan-party

KÄR I KOMPISENS TJEJ?

Vännen Anna svarar

HUR FROSSAR DU?

Jajamän, ett test
i detta nummer
också!

Man vill bara ha
» mer och mer
och ojdå, vad
mycket det blev!

Frosseri

samt

AVUND VREDE
LÄTTJA VÄLLUST
HÖGMOD GIRIGHET

Frosserinumret

Det var **Virve** som kom med idén, frosseri skulle vi skriva om så här när påskgodiset lagom förvandlats från sockerchock till en klump av dåligt samvete. Bra idé, tyckte vi.

Sara L bidrog med smaskiga recept (sid 10-11), **Virve, Aila** och **Alexander** råddade med viss möda ihop ett glasstest (sid 8-9) och apropå frosseri så ville **Therese** skriva om de andra sex dödssynderna också. **Emma** hängde på och gjorde gärna bilderna till. Resultatet ser ni på sid 16-19. **Kimberly** tog sig an numrets stora personintervju och intervjuade Danny som arrangerar datorspelsfrossa (sid 12), medan **Sara B** tyckte att det är dags att frossa i sommarkläder (sid 11). Det smaskigaste redaktionsmötet hittills dokumenterades av **Sandra** (här). **Mårten**

köpte godis och slet sitt hår för att få plats med allt i tidningen – för passande nog så blev frosserinumret den mest fullproppade Word hittills. Trevlig läsning och kom i håg att överdåd inte är att underskatta.

Redaktionen
red@word-upsala.se



Julia Laapotti, Anna Dormer Volgsten, Alexander Grönberg och Virve Ivarsson frossar loss.
Foto: Sandra Hammarling



Ornslagsbild: Emma Nilsson •
Baksida: Sandra Hammarling

Word

Kontakt

red@word-upsala.se
Barnombudsmanen i Uppsala
Kungsgatan 47a, 753 21 Uppsala
018-69 44 99

Hemsida

www.word-upsala.se

Ansvarig utgivare

Ida B Lindman
ida.lindman@dinbarnombudsman.nu

Chefredaktör, layout

Mårten Markne, red@word-upsala.se

Annonser, projektledning

Martin Price (föräldraledig)
Camilla Schneidert
info@notesplatsen.net
018-69 44 99

Redaktion

Aila Stefansdotter-Franck: skribent
aila@word-upsala.se
Anna Dormer Volgsten: illustratör, skribent
anna@word-upsala.se
Emma Nilsson: fotograf
emma@word-upsala.se
Julia Laapotti: illustratör, redigerare
julia@word-upsala.se
Kimberly Åkerström: skribent
kimberly@word-upsala.se
Linn Bengtsson: skribent

Foto: Staffan Blomén

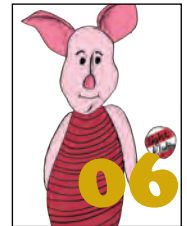


Storslagen popmusik

Drömmen är att kunna leva på musiken och sätta Uppsala på musikkartan. De fyra medlemmarna i Film Noir har känt varandra sedan lågstadiet och tror att bandets styrka är att de **29** är så samspelta.

Hur frossig är du?

Kör du Pippistilen med allt på en gång, som Gunde med hård disciplin eller kanske med Nasse-ångest? Testa dig – alltid i Word!



Word glassar

Sommaren närmar sig och vad är viktigast då? Glassen så klart! Testpatrullen vet vilka glassar du ska satsa på.

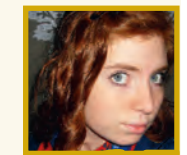


De sju dödssynderna

Frosseri är en... men vilka är de andra sex? Word vet och har letat upp folk som på olika sätt umgås med dödssynderna.



Jag tror verkligen att det är normalt att bli upphetsad av spänningen



Vännen Anna ger råd

15

Läst: sluka biografier 23

Sett: för många orcher 24

Hört: ||| till Håkan Hellström 26

Tecknat: bakom bloggen 31

linn.bengtsson@word- uppsala.se

Linn Bleckert: redigerare, skribent

linn@word- uppsala.se

Linnéa Ernofsson: fotograf

linnea@word- uppsala.se

Maria Löf: webbredaktör

maria@word- uppsala.se

Sandra Hammarling: fotograf

sandra@word- uppsala.se

Sara Lindgren: skribent

sara@word- uppsala.se

Sofia Jansson: fotograf, skribent, illustratör

sofia@word- uppsala.se

Therese Gustafsson: skribent, redigerare

therese@word- uppsala.se

Virve Ivarsson: skribent

virve@word- uppsala.se

Medarbetare detta nummer

Alexander Grönberg, Amanda

Dormer Volgsten, Karin Lundin, Linda

Lundgren, Linus Ohlsson Collentine,

Olivia Lind, Rebecca Lindner, Sara

Bergenwall, Soran Ismail

Tryck

Wikströms, Uppsala

Words vision

Word görs av unga för unga. Tidningen

är en kanal mellan ungdomar och

de som bestämmer i Uppsala. Word

ska nå så många unga som möjligt i

Uppsala. Word ges ut av Barnombuds-

mannen i Uppsala, en ideell förening.

Vi får stöd från Barn- och ungdoms-

nämnden och Utbildnings- och arbets-

marknadsnämnden i Uppsala kommun.

Vill du berätta något för unga? Då kan

du annonsera i tidningen. Word delas

ut på gymnasieskolorna samt finns på

elevhem, bibliotek, några kaféer och

andra platser där målgruppen vistas.

ISSN 1654-0808



Hultsfred ♥

POPKOLLO



Original | Metal | Elektro
Hip Hop | Film | Ljudteknik

För tjejer 12-18 år



www.popkollo.se



Sverige är i kris

NU ÄR DET blodigt allvar, nu har det gått för långt. Katastrofen är ett faktum; livet håller – sakta men säkert – på att bantas bort. Visst har jag gått och snäst åt löpsedlar och reklamer rätt länge nu, men det var först ikväll som jag insåg allvaret i situationen.

Där stod jag i mataffären med en överlastad matkorg full av nyttiga saker som sill och gräslök, och skulle helt oskyldigt leta rätt på en påse sour cream onion chips att ha till kvällens filmjippo. Men det fanns *inte en enda* påse sour cream onion utan "less fat" skrivet på fjorton olika ställen.

Vad är det för samhälle vi lever i när det enda som kan förmå oss att köpa chips med gott samvete är om det står less fat på 90 procent av påsen och att den har en annan färg som för att tydligt markera att jag äter inte fett *på riktigt?*

NÄR MAN DAGARNA i ända tagit minsta möjliga mängd Lätta på sitt rågbröd, då kan man väl när det väl är dags frossa utan skuld eller begränsningar? Nej, det verkar inte så, det är inte okej och det "är inte hälsosamt" att frossa, but I beg to differ.

Sprite zero till exempel är precis som Sprite, fast man har ersatt sockret med sötningsmedel vilket har gjort att läskan är äckligare, onaturligare och dessutom riskerar att göra en fet. Den är även farlig för diabetiker. *Så, vad är då poängen?*

Jo, poängen är att snabbmatsföretagen, marknadsförarna och utformarna av chipspaket skulle inte göra så här, om de inte hade en anledning. Det finns en marknad för värdelösa produkter med sämre smak, ersättningsfetter och sötningsmedel, därför att vi är så besatta av att ha ett nyttigt, accepterat och nedbantat liv. Och som genom ett trollslag har hela Sverige

bestämt att en snygg, fin och välmående kropp är en smal – men inte för smal, men absolut inte tjock, även om former är fint – kropp.

EFTER ATT HA skrivit några förargade sms till kompisar om vilket samhälle vi lever i hugger jag tag i en kassörska som alldeles oskyldigt och ovetande hade oturen att gå förbi mig.

"Ursäkta, men har ni *inga* sour cream onion utan less fat?" frågar jag och fnissar lite inombords åt hennes ansiktsuttryck. Hon hämtar sig snabbt och säger att "Öhh, jo, det ska vi väl ha."

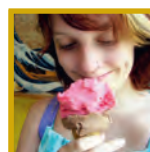
Hon sprintar i väg och kommer tillbaka med en pall, vatefter hon klättrar upp och fiskar ner en sour cream onion påse från den allra högsta hyllan, utan less fat.

När jag går förbi där andra gången är hon och en kollega i färd med att flytta ner sour cream chipsen utan less fat till mitten av chips-hyllorna. *Helgen är räddad!*

MEN DU FÖRSTÅR *inte, fett är faktiskt farligt!* Ja, att vara överviktig kan vara farligt, men det är fortfarande farligare att banta. I veckotidningar gör stjärnornas celluliter rubriker och de hånas för att vara för smala, för tjocka, för anpassade, för o-unika. För mycket, för lite, för fel. Och alltid kommer de att ha någonting att anmärka på. Så varför viga sitt liv åt att fylla en funktion som andra ger dig och som aldrig kan fyllas?

Visst kan fetma vara farligt, men det finns så mycket annat som är farligt som inte får hälften av den uppmärksamhet som fetma i dag får. Fetma är farligt, att banta är farligt. Men det som hotar livet mer än någonting annat, är att ödsla bort det i ett gym, eller på bantningskurer, bara för att någon annan ska kunna se på dig – och säga att du duger som du är. Nu när du har anpassat dig.

Trust your instincts – be yourself. ●



Virve Ivarsson

virve@word-uppsala.se



Ursäkta,
men har ni
inga sour
cream onion
utan less
fat? frågar
jag och
fnissar lite
inombords
åt hennes
ansiktsuttryck

www.word-uppsala.se

Besök **words** nya hemsida – snyggare och fylligare. Lanseras vecka 15.

Test



Ingenting e omöjligt! Jag får överskottsenergi och spring i kroppen, spagetti i benen och myror i brallan

Vilken

frosserityp är du?

1 HUR ÄR DU NÄR DU ÄR KÄR?

- A) Plötsligt känns det som att *ingenting e omöjligt!* Jag får massa överskottsenergi och spring i kroppen, spagetti i benen och myror i brallan.
- B) Jag vill verkligen prata med honom/henne, men jag vågar inte. För vad skulle folk tro, och vad skulle jag säga? Det skulle helt enkelt bli så pinsamt att det inte är värt det, jag nöjer mig med att följa honom/henne med blicken lite längtansfullt sådär.
- C) Jag går helt enkelt fram och säger som det är – inga onödiga tillsatser här inte! Tycker han/hon inte samma sak så har personen i fråga fel och säkert en ohälsosam bakteriekultur.
- D) Upp över öronen stormförtjust! Jag kan inte få nog och sjunger och pratar om personen non stop. Helst vill du vara med personen tills ni tröttnar på varandra, då ni tar en kort paus för att sedan ses nonstop igen.

Virve Ivarsson skrev • Anna Dormer Volgsten illustrerade

2 POLITIKERNA HAR ÄNTLIGEN INRÄTTAT ETT FROSSERISTIPENDIUM PÅ 20 000 SOM TILLDELATS DIG! VILLKORET ÄR ATT PENGARNA SKA GÅ TILL FROSSERI – VAD GÖR DU?

- A) Åh! Självklart satsar jag pengarna på att ta mig till lite snögigare trakter där jag kan vandra, utforska och åka så att snön yr.
- B) Jag lastar kundvagnen till brädden med godsaker men får i kassakön ångest av löpsedlar om viktminskning och köper i stället ett hemmagym som jag dammar av en gång om året.
- C) Helst hade jag velat betala räkningar, men okej, jag frossar väl i aktier och investeringar.
- D) Dvd-boxar, glass i lass och ett stort kalas i hoppborg med sockervadd för alla mina vänner och mig.

3 VILKET ÄR DITT MOTTO?

- A) *Ingenting e omöjligt!*
- B) Lagom är bäst.
- C) De flesta självmord begås med kniv och gaffel.
- D) Ingen kan vara olycklig med en ballong!

4 NÄR DU BLIR STOR VILL DU BLI.

- A) ... världsmästare.
- B) ... stark, snygg och modig.
- C) ... diktator.
- D) ... fina lilla krumelur, jag vill aldrig bliva stur!

5 VAD SKULLE MAN ALDRIG HITTA I DITT SKAFFERI?

- A) Jordnötssmör och/eller ljust bröd.
- B) Varannan vecka finns där ingenting och varannan vecka alldeles för mycket.
- C) Någonting som är mer gott än det är nyttigt.
- D) Någonting som är mer nyttigt än det är gott.



När allt kommer omkring kan man vara lika olycklig med fullkorn i famnen som med en bytta glass

Test

A GUNDE SVAN

Du är som tallriksmodellen; duktig, energirik och inrutad. Med all denna överskottsenergi kommer du långt, tränar mycket och får frossa i utmaningar och äventyr.

Du kan ibland kännas lite begränsad, som att du inte riktigt kan så att säga tänka utanför boxen/tallriken, någonting som kan bero på att du är väldigt målinriktad. **Försök att variera dig mera och byta ut potatis mot ris då och då**, för så länge man håller tallriksmodellen e – som sagt – *ingenting omöjligt*.

**B** NASSE

Du vet att du inte borde småäta, att du borde vara duktig, borde äta balanserat, borde ta tag i ditt liv. Men du vill inte.

Ändå kan du inte äta som du skulle vilja – obehindrat och gott, för då kommer ångesten. Så det blir till att leva en kompromiss. Du kan inte avstå läsken, men du kan inte njuta av den som den är – så du köper light. Du frossar i ångest, klagan och rädsla, men – snälla – försök ta det lite piano. **Sortera ut vad du tycker är viktigt och stå för det**. För visst är det lätt att jämra sig om "kära nån" och sticka huvudet i sanden när det blir för jobbigt, men – ärligt talat – är inte det långt från life as it should be?

**C** ANNA SKIPPER

Du är stolt och kompromisslös. Om det mot all förmodan skulle finnas någon som ifrågasätter dig så har den personen fel eller är kanske avundsjuk.

Ditt frosseri består i att skriva andra på nosen, ha mest rätt, tillrätta-visa folk och predika. Kanske skulle du ta och tagga ner lite? **Inse att livet inte bara är att alltid göra rätt och bäst och att det bästa livet kanske inte nödvändigtvis är det nyttigaste och mest tillbakahållna.**

När allt kommer omkring kan man vara lika olycklig med fullkorn i famnen som med en bytta glass. Och antagligen hjälper glassen mer.

**D** PIPPI

För dig får det gärna vara extra allt och tårta på tårta är höjden av lycka.

Du gör vad som faller dig in, lever mycket utifrån impulser och frossar rent allmänt i livet. Ord som "lagom" eller "gästerna först" finns inte i din vokabulär, vilket naturligtvis blir problematiskt ibland.

Du vill ju bara väl, men när tårtan bara ligger där orörd och ingen vet att uppskatta den känner du hur det kryper i skinnet på dig. Nuet och vetskapen att grädden bara kommer att smaka sämre ju mer tid som går berör dig helt enkelt mer än andra.

Så visst är det bra att du frossar i nuet, se bara till att lägga till några tack och förlåt för säkerhets skull.



Läs **word** på www.word-uppsala.se. Vill du bli publicerad i **word**? Skicka in dina alster via hemsidan!

ny, förbättrad formula

Testpatrull

Vi hade en plan: att testa glass med politiskt aktiva. Tillsammans skulle vi skapa en sällan skådad gemenskap.

Men **syndikalisterna** ville inte testa glass med **moderaterna**, och **moderaterna** ville inte testa glass alls. **Liberalen** och **reportern** kunde inte samma dag, och **vänsterpartisten** kom på att hon var laktosintolerant. So much for trying.

Men, tänkte vi, nog måste det väl finnas några som är villiga att sätta glassen främst och bara ha lite trevligt tillsammans? Med sällan skådad mängd glass i en och samma påse mötte vi sjuksköterskorna **Isak och John** (kända från TV 3:s Sjukhuset), hockeytjejen **Ingela**, estradpoeten och musikern **Kung Henry** samt en annan vänsterpartist vid namn **Cecilia** som varken var laktosintolerant eller motigt inställd till glassgemenskap.



Namn: Ingela Arefalk
Gör: Spelar ishockey i Almtunas damlag
Favoritglass: 88:an
Om 10 år: har skaffat familj och lagt hockeyn på is



Namn: Kung Henry
Meningen med livet: "Jag har läst filosofi i tre år och har ändå inte förstått frågan"
I sommar: åka runt och spela, spela tv-spel när det är för fint väder
Motto: ta alltid efterrätten först, risken finns att du blir för mätt sedan



"Hellre kola i ansiktet än

"Man tror att man ska få en glass och så får man godis!"

Lakritspuck



CECILIA HAR SAKNAT
pucken under dess år av frånvaro.

– Den är rund i smaken, och så klart väldigt nostalgisk, säger hon och ger en femma åt första glassen i vårt glasstest. Men Isak håller inte med:

– Lakrits har inget i glass att göra! utbrister han och fortsätter:

– Man tror att man ska få en glass, och så får man godis!

Man märker att det finns stor övertygelse bakom de envisa orden, och man anar bittra erfarenheter av en lång

kamp mot den lakritsälskande omvärlden. Glassen får en bestämmd tvåa.

John håller inte med:

– En fyra! Helt klart fräsk, men lite mesig i storlek.

Kung Henry inflikar att det är ändå ett ganska bra betyg att det enda dåliga är att den är för liten i stället för tvärtom. Självt är han mycket nöjd med den "oslagbara" kombinationen saltlakrits och glass, betyget blir en fyra.

Ingela tycker att glassen är precis lagom stor med precis lagom lakritssmak – en fyra. På frågan om det här kommer bli hennes favoritglass eftersom hon spelar hockey skattar hon bara lätt undvikande.

Medelbetyg 3,8

"En bra glass ersätter en hel måltid"

Magnum maya mystica



– **DET HÄR** är som Magnum's Rolls royce, säger Cecilia, men glassen är klumpig, oestetisk, går inte att äta och räcker åt åtta personer. Absolut inget att ha i sommarvärmen! Det blir noll poäng.

Isak är av en helt annan åsikt:

– Hysteriskt god! En bra glass ersätter en hel måltid, det är lite "Ska vi äta middag eller ska vi ta en glass?" Man ångrar inte att man köpte en för liten glass.

Isak ger glassen full pott och

den här gången håller faktiskt John med:

– Bra med en glass som struntar i bären och slänger in lite kryddor i stället. En klar vuxenglass, men funkar nog för de lite luttrade barnen också. Fyra poäng.

Kung Henry är inte förtjust.

– Jag älskar Magnum white och tänkte "den kanske är lite som den" men det var den ju inte! Och det här med kaneln, gröt tänker man, vilket kan vara kul till jul men nej, den får en poäng.

Ingela håller med:

– Det är för mycket stark choklad, för mycket kakao. Det blir som en hel efterrätt.

Medelbetyg 2,4



Namn: John Karlsson och Isak Thaning
Gör: Sjuksystrar på hjärtintensiven på Ackis
Intressen: **Isak:** Resa, umgås med John.
John: Konsumera sport, lyssna på progg.
Motto: **Isak:** Tiden läker alla sår, men ärren består. **John:** Den största lögnaren är han som myntade uttrycket "ensam är stark"



Namn: Cecilia Staland
Gör: Volontärsamordnare i Uppsala kommun, aktiv i Vänsterpartiet
En bra glass: är vackert utformad och läskande
Om 10 år: är volontär i Afrika

Testpatrull

“Min första tanke var ‘Åh nej nu är jag genom taket och då blir det inte så roligt längre’ – men så kom rik vanilj med tjock smak och jag blev glatt överraskad”



Bäst i test!

Cornetto

EN STRUT MED cheesecake-lock, vanilj-glass och bär, det borde väl vara sött nog åt Kung Henry?

– Ja den var jättegod, bra början med sylrig topp med chokladsprinkel, det blir 4,5.

John instämmer:
 – Jättegod, man har kört på klassiska kort som man spelat väl, det blir en fyra.

Isak, som alltid köper strutar, hävdar att den här glassen bara en gång för alla bevisar att strutar är bäst, dock tycker han att man gott kunde ersatt lite av vaniljen med mer cheesecake, men betyget blir fyra.

Cecilia går snäppet längre och ger cornetton en femma.
 – Den är fräsch, söt och uppfriskande, säger hon belåtet.

Ingela ger också en femma och menar att man fångat alla de viktigaste ingredienserna och att ingenting med glassen kunde vara bättre.

Medelbetyg 4,4

Aila Stefansdotter-Franck och Virve Ivarsson skrev • Alexander Grönberg fotade

ananasklet!”

“Skulle man inte hitta banan i den här?”

Solero



HÄR ÄR SA gott som alla överens; glassen får inte mer än 2 poäng från vare sig Ingela, Isak eller John. Kung Henry ger den en trea men håller med om att den inte smakar just någonting. Cecilia däremot gillar den:

– Den är fräsig, säger hon och ger glassen en fyra. Men Isak känner sig lurad:
 – Skulle man inte hitta banan i den här? För jag hittade inte ens jordgubb!

Den ser dock både somrig och god ut.

Medelbetyg 2,6

“Jag undrar bara en sak: Hur äter man den här glassen romantiskt?”

Calippo



NÄR DET BLIR dags för Calippo ananas är alla ivriga i sin kritik.

– Den smakar billig parfym och luktar surt, säger Ingela och ger den en etta.

John fyller i:

– Bilder av kletiga barnmunnar uppenbarar sig. Den får en trea, fast hellre kola i

ansiktet än ananas!

Även Isak är besviken:

– Isglass är ju min specialitet, men den hade ju ingen ananassmak alls! Det blir en tvåa, definitivt ingen dejtglass!

Kung Henry är betydligt mer positiv:

– Isglassen har sin charm vill jag lova, och den här har ingen naturlig ananassmak, men en futuristisk touch som

vittnar om ett laboratoriefremställt samhälle, och därför blir betyget tre plus.

Cecilia är dock långt ifrån positiv:

– Det här är den mest osexiga glassen i universum! Ser äcklig ut, hoppar i väg som en tvål, dålig förpackning – jag skulle vilja strypa uppfinnaren. Minus en poäng.

Medelbetyg 1,8

Recept

Sara Lindgren bakade, skrev och fotade • Ingrid Bramstorp på Hushållsvetenskapliga institutionen, Uppsala universitet, kom med expertkommentarer

... jättegott!

STRAWBERRY CUPCAKES & WHITE FLUFFY FROSTING

En frestelse för ögat och smaklökarna. Sött och sliskigt, mums! Riktigt mäktiga muffins med en svag smak av jordgubbar.

STRAWBERRY CUPCAKE

2,4 dl mjöl
1/2 tsk bakpulver
1/2 tsk bikarbonat
1 nypa salt
1,8 dl strösocker
50 g rumstempererat smör
2 äggvitor
0,8 dl mixade jordgubbar
1,6 dl lättfil

WHITE FLUFFY FROSTING

1 cup strösocker (ca 2,3 dl)
1/3 cup vatten (ca 0,8 dl eller 5,3 msk)
1/4 tsk pressad citron
2 äggvitor
1 tsk vaniljsocker

Avancerat

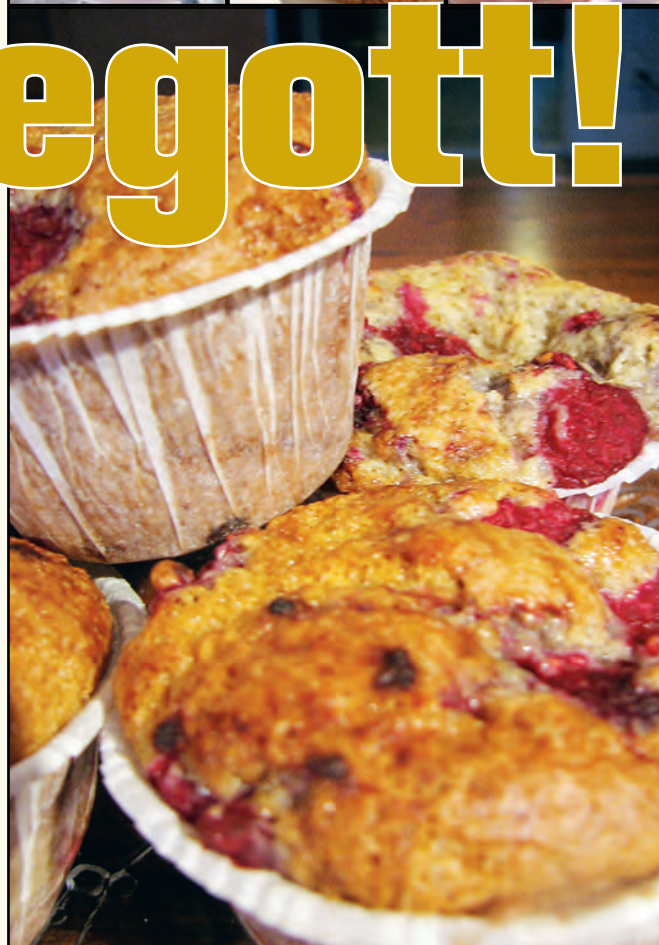
MUFFINSARNA:

Sätt ugnen på 180°C. Blanda mjöl, bakpulver, bikarbonat och salt i en liten skål. Vispa ihop socker och smör till en fin blandning. Tillsätt äggvitorna en i taget, vispa noga efter varje. Tillsätt jordgubbarna, vispa noga. Varva mjölblandningen med lättfilen (3 omgångar mjöl och 2 lättfil). Vispa till en slät smet. Baka i 20-25 min tills ytan får en lätt gyllenbrun färg.

FROSTINGEN:

1. Rör ihop socker, vatten och citron i kastrull och värm på spisen så att det börjar sjuda i kastrullen.
2. Låt samtidigt hushållsassistenten vispa ihop äggvitorna (var extremt noga med att inga gulor kommer med) och vaniljsockret så att mjuka toppar bildas.
3. Håll i lite i taget av den varma sockerlösningen i äggviteblandningen under konstant vispning. (Detta moment får gärna ta 10 min, håll bara lite sockerlösning i taget, och vänta någon minut mellan varje gång) Vispa tills marängen är kall och har bildat hårda toppar, ca 10 min.
Spritsa på frostingen och låt gärna stå i kylen en stund innan servering!

Svårighet: 4/5 • **Onyttigt:** 5/5 • **Snabbhet:** 4/5 • **Frosseri:** Svårt att trycka i sig fler än en, frostingen är mäktig. • **Expertkommentaren:** Jordgubbar höjer nyttan och lite mindre socker liksom Becel flytande matfett i stället för smör gör susen.



Chocolate chip cookies, chokladmousse, hallonmuffins.

YOGHURTGLASS

Nyttigt

Nyttigt, gott och rosa. Garnera gärna med lite färska bär och frukt.

500 g naturell yoghurt • 200 g hallon (fungerar även med andra bär) • 1 1/2 dl florsocker

Mixa alla ingredienser i en matberedare och ställ in i en bunke i frysen. Det tar ungefär 2,5 timme för glassen att frysa. Rör runt i den ett par gånger med en gaffel under tiden så att den blir luftig. Servera i glas med färska bär.

Svårighet: 1/5 • **Onyttigt:** 1/5 • **Snabbhet:** 3/5 • **Frosserimöjlighet:** Gillar du glass så är det bara att äta tills magen säger stopp. • **Expertkommentaren:** Det magraste alternativet med härliga hallonfibrer. Prova att använda lättyoghurt naturell.

Snabbt & enkelt

CHOKLADMUSSE (4 PORT)

Perfekt för dig som gillar choklad och de små portionerna gör att det inte blir så onyttigt. Det går på ett kick att vispa ihop moussen och den är supergod.

För en glassigare look kan man sätta en liten apelsinklyfta på skålen. Passar även bra med en klick vispgrädd.

4 äggvitor
4 msk socker
4 msk kakao
ev 1 apelsin

VISPA ÄGGVITAN STYVT. Tillsätt sockret i omgångar. Tillsätt kakao och vispa smeten jämn. Skär ev. bitar av apelsin att servera till. Bör inte sparas längre än några timmar.

Svårighet: 1/5

Onyttigt: 2/5

Snabbhet: 1/5

Frosserimöjlighet: Det går att trycka i sig några skålar, i alla fall om man gillar choklad.

Expertkommentaren: Energisnålt godis utan viktiga näringsämnen.

CHOCOLATE CHIP COOKIES (18 ST)

Ät dem ljumma med ett stort glas mjölk till. Dessa kakor gillar de flesta så de går åt som smör i solsken.

100 g smör
1 dl strösocker
1/2 dl farinsocker
1 ägg
2 dl vetemjöl

Fett-bomb

1/2 tsk bikarbonat
1/2 tsk salt
1/2 tsk vaniljsocker
100 g mörk blockchoklad

SÄTT UGNEN PÅ 200°C. Smält smöret långsamt i en kastrull, ta det från plattan så fort det har smält och låt det svalna. Om smöret är för varmt så smälter chokladbitarna ut i smeten. Hacka chokladen grovt. Rör ner socker, farinsocker och ägg i kastrullen. Blanda bikarbonat, salt och vaniljsocker i mjölet och rör ner det tillsammans med chokladen. Klicka ut degen på en plåt med bakplåtspapper. Lägg dem inte för tätt eftersom de flyter ut i ugnen. Det är lagom med nio kakor på varje plåt. Baka kakorna mitt i ugnen i ca 10 minuter. Låt kakorna kallna på plåten.

Svårighet: 2/5 • **Onyttigt:** 4/5 • **Snabbhet:** 2/5

Frosserimöjlighet: Dessa går det att äta hur många som helst av.

Expertkommentaren: Nyttigt fett- och sockerbomb som blir bättre med Becel flytande matfett i stället för smör.

AMERIKANSKA HALLONMUFFINS (12 ST)

Väldigt stora, saftiga och goda.

5 dl vetemjöl
2 1/2 dl socker
2 tsk bakpulver
1 tsk bikarbonat
2 tsk vaniljsocker
1 dl filmjöl
2 ägg
3/4 dl olja
3 dl frysta hallon

Fyller magen

BLANDA DE TORRA ingredienserna. Tillsätt filmjöl, ägg och olja och rör ihop till en smet (kletig). Rör sist ner de frysta bären. Se till att inte röra sönder hallonen. Fördela smeten i normalstora muffinsformar. Grädda mitt i ugnen, 175°C, 20-25 min. De är färdiga när de har en fin gyllenbrun färg och inte är för kladdiga inuti.

Svårighet: 3/5

Onyttigt: 4/5

Snabbhet: 3/5

Frosserimöjlighet: Det tar stopp efter två stycken.

Expertkommentaren: Kostfibrer från hallon, rapsolja och lättoghurt ger nyttigheter.



MARINBLÅ, UPPVIKTA BOMULLSBRALLOR, en vit skjorta och en grå kofta när kvällen kommer smygande. **Enkelt, men somrigt snyggt!**

MÖRKA JEANS, SNYGGA

vita sneakers, en båtringad vit t-shirt och en ljusblå skjorta, gärna uppkavlade ärmarna. **Me like!**

ETT PAR UPPKAVLADE beige bomullsbyxor, en ljusblå skjorta och en vit kofta att slänga över axlarna. **Tummen upp!**

Frossa i sommarkläder

SKÖNA, FÖRHOPPINGSVIS VARMA, sommaren är på väg och det är dags att rensa garderoben och fylla den med nya, svala plagg. Sommarkläder måste vara det roligaste att shoppa eftersom att man får mycket för lite pengar, oftast.

Tänk att få sitta på en klippa på västkusten och ha en havsblå skjorta, ett par marinblå shorts och ett par vita tygskor på sig, mums! Vitt är sommarens färg. Alla passar i vitt, dessutom ser man lite extra brun ut i vitt – extra positivt. Klart man skall matcha med flashiga färger och tyger men att ha vitt som basfärg i din outfit kommer att göra susen. Snälla, allt svart som du hittar i garderoben – låt det gå i ide över sommaren, förutom den svarta skinnjackan som kan komma fram på regniga och molniga dagar.

SEGLARSTILEN GÖR ÄNNU en framgång och jag gillar den skarpt. Blått, vitt, rött är marinfärgerna som sätter prägel på många sommarplagg. Vi kommer även att se guldiga detaljer på dessa kläder.

Spara en kofta eller två efter kylan, tänk på de halvkyliga sommarkvällarna med kubb i trädgården. Då kan du behöva en mysig, stickad kofta att svepa om dig. Nu talar jag inte om mormors stickade kofta som är sju storlekar för stor, nej jag menar den där vita, gråa eller färgglada som sitter som en smäck och får alla att vilja krama dig.

Vitt är sommarens färg

Sara Bergenwall
word@word-uppsala.se



Klädfoto: Linnea Ernoffsson • Kläder från Boomerang & Stuk manufaktur



Datorspelsfrossa

Vad är egentligen grejen med att sitta instängd i en svettig innebandyhall utan fönster i fyra dagar, spela dataspel och dricka Jolt Cola? Vi träffade Danny Swälas som är med och arrangerar Birdie, Sveriges näst största lan-party för att ta reda på det.

Kimberly Åkerström skrev • Mårten Markne fotade

BIRDIE ÄR EN ideell organisation som anordnar ett lan med samma namn en gång om året i Uppsala. Då hyrs hela Allianshallen under fyra dagar och fylls med över tusen deltagare och besökare.

Självklart spelas det en hel del datorspel, men Birdie erbjuder också andra aktiviteter, bland annat hoppborg, arcade, X-box, flipper och demos, förstås. En del friidrottsliknande grenar som att kasta olika datordelar så långt som möjligt förekommer också.

– Det är en Birdietradition från slutet av 90-talet. Det övergick med tiden till datatrashing som går ut på kasta ner datorer och olika datordelar från taket. Men förra året gick vi tillbaka till tävlingsmomentet igen, säger Danny.

Även om det kan låta som en märklig systerättning är det väldigt populärt. Så fort man nämner datatrashing kommer alla ut för att titta på, berättar han.

NÄR BIRDIE GRUNDADES spelade man till en början inga spel alls. Man träffades för att visa upp sina demos. En demo är en programmering till en egen låt, det kan liknas med en musikvideo. På många lan har demo-uppvisningarna fått mindre och mindre plats och ibland försvunnit helt. På Birdie tycker man att det är viktigt att bevara demo-traditionen. Sista natten på Birdie är demotävlingen och då brukar läktarna fyllas helt när alla demos visas på storbild, berättar Danny.

Det är fortfarande mest killar på Birdie, även om antalet tjejer hela tiden ökar. Vid det senaste eventet var ungefär en tiondel av deltagarna tjejer. Snittåldern ligger vid 17 år.

– Det finns väl ingen åldersgräns på Birdie mer än att man ska kunna ta hand om sig själv. Det är inte så bra om det kommer en elvaåring och sveper ett flak Jolt Cola, låter bli att sova och sen blir dålig. Samma sak om det kommer en pensionär med rullator som vi måste hjälpa till att lyfta in. Eller förresten, vi kan givetvis hjälpa till med rullatorn om man vill det.

DEN LILLA VINST som blir går tillbaka till evenemanget.

– Vi i crewet tjänar inget på det här. Anledningen till att vi gör det är för att det är så kul. Det är fantastisk stämning på Birdie. Det är nog det bästa med hela Birdie, stämningen, säger Danny.

Många besökare kommer till Birdie utan datorer, bara för stämningen. Men hur är det med nördstämpeln på datorspel? Är den helt borta nu eller finns den fortfarande kvar?

– Förr hade datorspel automatiskt nördstämpel, men nu för tiden är det så vanligt att man spelar att den håller på att försvinna. Alla gör det eller har testat. Många tror att de som håller på mycket med datorspel är asociala, men det är tvärtom. Folk är intresserade av att träffas på riktigt. Man lär känna folk över Internet och på lan, sen kanske man går ut och festar med dem på krogen. Datorspel är en social grej. ●

Birdie

Föreningen Birdie bildades 1991 av gymnasieelever i Uppsala. I år hålls Birdie för sjuttonde gången, 1-4 maj i Allianshallen.

Webb: www.birdie.org

Danny



Namn: Danny Swälas

Spelnick: ecto

Ålder: 28

Bor: Svartbäcken, Uppsala

Jobbar med: IT på MySQL

Aktuell med: Är en av dem som arrangerar Birdie 2008



MÖTESPLATSEN
www.motesplatsen.net

Var med och
påverka dina
politiker!

I stan



Mohamad säger:
"Lärare är mycket viktiga för att eleverna ska tillgodogöra sig kunskapen"

Mohamad Hassan är ordförande i **Utbildnings- och arbetsmarknadsnämnden** och Words egen huspolitiker. Från sin soffa svarar han i varje nummer av Word på frågor som berör dig och din skola i Uppsala.

Av Therese Gustafsson

Hur viktiga är lärarna för undervisningen?

– Lärare är mycket viktiga för att eleverna ska tillgodogöra sig kunskapen. Det finns idag oerhört mycket information att tillgå men med duktiga och utbildade pedagoger blir kunskapsinhämtningen mycket enklare.

Vad tycker du då om lärlösa lektioner?

– Lärlösa lektioner borde enligt min mening inte förekomma i stor utsträckning. Det kan passa ibland, men skolan behöver lärarledda lektioner och eleverna behöver handledning och hjälp med att tolka det som eleven själv har kommit fram till. Att många skolor använder sig av lärlösa lektioner innebär enligt min mening en utveckling där de elever som behöver stöd missgynnas mest.

Vad tycker du om till exempel Kunskaps-gymnasiet som har ytterst lite traditionell undervisning?

– Jag vet idag inte hur Kunskaps-skolans upplägg ser ut, jag behöver uppenbarligen ett besök för att sätta

mig i deras arbetssätt.

Hur kommer det sig?

– Kunskapsskolan och alla andra fristående skolor har egna huvudmän till skillnad från de kommunala skolor som vi politiker i kommunen ansvarar för. Därför har vi tyvärr dålig uppfattning om hur de olika fristående skolorna jobbar. Men det finns inget hinder för mig eller någon annan politiker att sätta sig in i deras arbetssätt, det har jag som ambition att jobba med framöver. Det kan berika vårt arbete totalt sett.

Ni beslutade i februari att vissa lärare på vissa gymnasier ska bli lektorer – vad är poängen med att lägga pengar på det?

– Lärarens status är en av flera anledningar till att vi vill satsa på lektorer i gymnasiet. Det ger även möjligheter för lärare att få fler karriärvägar. Dessutom vi tror att det ger mer forskningsförankrad ämneskunskap, mer samarbete med universiteten, och större tillgång för eleverna till den senaste forskningen på olika områden.

Vad undrar du?
Mejla din fråga till
mohameds_soffa@word- uppsala.se

Hej Anna! Det är så här att jag är kär i min kompis tjej. Det är skitjobbigt eftersom vi umgås rätt mycket.

De har inte varit ihop så länge men **de har det bra tillsammans**. Jag var kär i henne redan innan de blev tillsammans, men det visste inte min kompis om så klart, och inte hon heller. Det som är jobbigast är att jag vet en grej om min kompis som han har gjort som direkt skulle **få henne att göra slut** om hon visste om det, och då skulle jag ju få min chans eller hur? Jag undrar vad du tycker att jag ska göra, ska jag låta henne få veta det för att **öka mina chanser att få henne själv**? /JB

Hej JB. Du ska verkligen inte säga vad din kompis har gjort. Du vill väl vara en god vän mot honom. Jag menar, även om du säger vad han gjort betyder det inte att dina chanser ökar. Du har lika stora chanser nu. Var trevlig mot henne, väldigt trevlig. Sen om det är schysst att sno sin kompis tjej är ju en annan fråga. Låt henne vilja ha dig istället. Alltså jobba på att smöra för henne. Var bättre än din kompis, på ett oskyldigt sätt. Men jag tycker verkligen inte att du ska svika din väns förtroende gällande det han gjort.

Hej, Anna

Jag har ett problem. Jag brukar onanera på offentliga platser för jag gillar spänningen att bli påkommen. Det brukar göra mig väldigt upphetsad. Jag brukar göra det på bussen, i skolan, när läraren håller föredrag och liknande situationer. Jag gillar det väldigt mycket men jag har även insett att detta kan vara ett stort problem om jag väl blir påkommen.

Är det normalt för personer att bli upphetsade på detta vis och har du några tips på hur jag skall kunna behärska detta?

Tack/DRJD

Hej smygpullarn! Du har insett att det kanske inte är det smartaste ifall du blir påkommen.

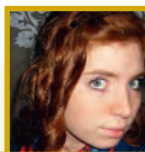
Föreställ dig personen som kommer på dig, vad finns det att säga? Det är nog mer om du skulle skämmas. Jag tror verkligen att det är normalt att bli upphetsad av spänningen. Du kanske skulle välja offentliga platser som är mindre offentliga, där du är omringad av okända människor, men de kan inte se dig? Kanske ett provrum i en affär, förutsatt att det inte är en affär där personalen gärna hjälper till.

Vännen Anna

Vad kan Anna hjälpa dig med?

Anna Dormer Volgsten
sex@word-uppsala.se

Anna är inte psykolog, sexolog eller något sådant. Hon ger dig råd som kompis, inte som expert.



Tjohej! Om man bor ute på landet som jag gör är det tufft att få tid att träffa sin tjej. Eftersom varken jag eller hon har körkort måste vi förlita oss på föräldrar hela tiden för bussarna går inte alltid.

När vi ses brukar vi göra allt som vanliga par gör och så klart har vi sex. Men min tjej tycker att vi gör det för lite. Det är inte det att jag inte vill men ibland så är man ju inte ensam hemma och jag vill ju inte att någon ska höra oss. Hon brukar nämligen vara lite högljudd.

En kompis föreslog att jag skulle köpa en dildo till henne i födelsedagspresent så hon kunde hjälpa sig själv när hon är sugen och jag inte finns där. Men tänk om hon redan har en? Och vad kostar en sån där sak? Hur vet man vilken som "passar"? /Henrik

Hej Henrik. Vet du inte om din flickvän har en dildo eller inte? Illa. Nej men skämt åsido, det låter som en bra idé, om det är sex du tror hon vill ha mer av. Bäst vore ju om du köpte ett Clone a Willy-kit, så kan du kлона en kopia. Det är inte så fasligt dyrt har jag för mig. Och då vet du ju att den "passar."

Hej. Jag är inte sugen på analsex, jag vill inte bli bunden eller få handklovar, jag vill inte låtsas vara någon annan, jag vill inte använda några sexleksaker, jag vill inte ha trekant eller fyrkant eller femhörning, jag vill inte läsa i indiska handböcker om de bästa ställningarna, jag är inte intresserad av tjejer och mina killkompisar vill jag umgås med när vi har kläder på oss.

Jag tycker att en del av det här är kul att tänka på, men jag vill inte göra något av det på riktigt. Jag vill bara kramas, kyssas, smekas och ha sånt där vanligt, tillbehörlöst heterosex i sängen. Får man vara så tråkig? Madde

Hej Madde

Ja visst får du det. Vad är det som säger att tillbehörlöst heterosex är tråkigt? Det blir vad man gör det till.

Det är väl mer om man tycker att det vanliga sexet är enformigt och uttjatat som man vill prova lite annat.

Jag tycker inte du ska grubbla på allt annat om du trivs med sexet du har. Fast om det är så att den andra vill prova och du inte känner för sådant kan det ju vara lite jobbigt. Men säg bara som det är. Det är ju ändå skönt.

SEX@WORD-UPPSALA.SE

Nästa Word har tema sex, så glöm inte att skriva till Anna!

7 dödssynderna

Enligt den katolska kyrkan finns det sju synder som leder till **evig fördömelse**. De kanske känns avlägsna och ofarliga, men de finns närmare än vad du tror och kan drabba dig när som helst...

Therese Gustafsson skrev och fotade intervjupersonerna • Emma Nilsson tolkade dödssynderna i bild



Ibland måste man unna sig lite

Frosseri

När njutningen blir för stor

Man kan frossa i det mesta. Men när man pratar om frosseri kopplar man det främst till mat av alla de slag. När man vet vad maten gör med ens kropp kan det vara svårt att själv unna sig lite frosseri.

Namn: Anna Hallsten • **Ålder:** 21 år • **Gör:** Studerar

ANNA HALLSTEN PLUGGAR medicinsk näringslära på Uppsala Universitet. Där lär hon sig hur kroppen fungerar och hur kroppen reagerar på alla olika näringsämnen. När hon är färdig med studierna kommer hon att vara legitimerad nutritionist.

Nutritionist är ett väldigt nytt yrke som man kan forma

på lite olika sätt, men Anna intresserar sig främst av att hjälpa folk med deras leverne.

Fetma tas upp i nästan alla kurser Anna läser. Att hela tiden höra om hur dåligt "det ena" är för kroppen och sedan dagen efter höra hur farligt "det andra" är för kroppen verkar ganska jobbigt.

– När man precis har hört om något nytt dåligt vill man



inte äta det och väljer att avstå från det under en lång tid, men efter tag vågar man sig på att äta det igen, berättar Anna.

Riskerna med frosseri är många, övervikt som kan leda till hjärt- och kärlsjukdomar och massa andra komplikationer.

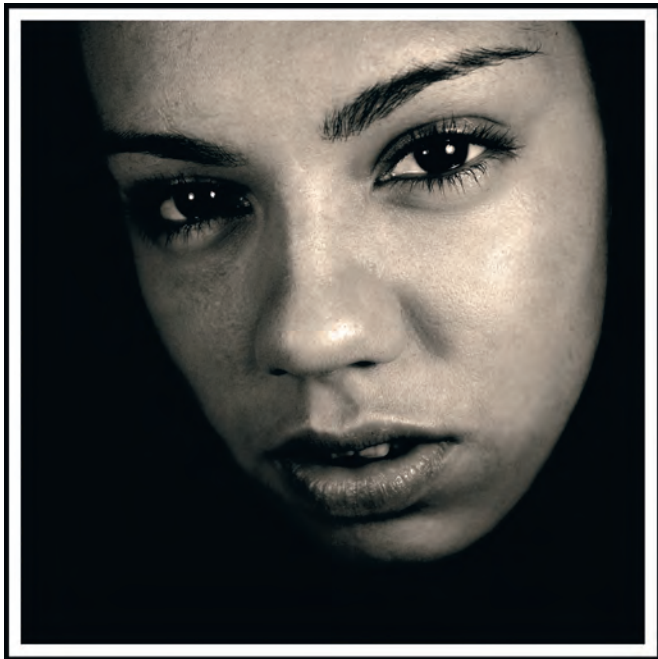
Men man måste också vara medveten om att ett frosse-



ritillfälle då och då inte är farligt.

– Ibland måste man unna sig lite, säger Anna,

trots att hon vet vad vissa saker innebär för kroppen och menar att frosseri i för stor mängd är en dödssynd för kroppen. ●



Vredde

Raseri, ilska, ursinne

Många människor håller sina känslor inom sig, andra inte. Isabell Arbil och Anna Mörlin är exempel på dem som inte döljer vad de känner. När de blir arga får man akta sig.

Namn: Isabell Arbil och Anna Mörlin •
Ålder: 18 år • **Gör:** Pluggar media på GUC



JAG BLIR RIKTIGT arg några gånger i månaden och då är jag verkligen arg, säger Anna Mörlin som pluggar media på GUC.

När hon är arg skriker hon och kastar saker omkring sig. Hennes vän Isabell Arbil brukar också låta känslorna svalla när vreden tar över.

– Jag kan få riktiga utbrott ibland, säger Isabell och berättar om ett av sina utbrott som hon fått på sin syster.

– En gång blev jag så arg så att jag gick in på hennes dator och tog bort alla hennes bilder.

Isabell berättar att hon får skuld-känslor efteråt men inte riktigt vet vad hon kan göra åt det.

– Jag blir så arg så jag vet inte vart jag ska ta vägen.

Varför de får sådana utbrott är för båda oförklarligt. Alla blir arga men somliga låter det synas, vilket i vissa fall kanske är mer hälsosamt än att hålla känslorna inom sig. Det Anna och Isabell blir arga på är sådant som alla blir arga på – irriterande människor som inte behandlar andra med respekt eller bara småsaker som ibland blir mycket större. När ilskan är som värst och de behöver få det ur sig brukar de ringa varandra.

– Jag kan inte alltid hantera ilskan själv men ibland kan andra göra det, säger Anna. ●

Vällust

Kroppslig njutning

Sexleksaker har funnits i alla tider. Dildos har hittats i gamla gravar från antikens Grekland. Alla människor har lustar och kommer alltid att ha det. Detta vill Oups främja.

Namn: Maria Fredholm • **Ålder:** 28 år •
Gör: Är butikschef för Oups



E N ROMANTISK EROTIKbutik. Så beskrivs Oups i Forungallerian av butikschef Maria Fredholm. Oups har funnits i Uppsala sedan maj 2007.

Innan Oups kom till Uppsala fanns bara en butik med sexuell inriktning i form av Lustgården.

– Uppsala var i behov av en romantisk erotikbutik, säger Maria Fredholm.

Oups är en butik med inriktning på kvinnor men kunderna är både män och kvinnor i alla åldrar. Att butiken är populär bland folket tycker inte Maria Fredholm är så konstigt.

– Lust har vi allihop. Alla har sex, har du inte det med någon annan så har du det med dig själv, säger hon.

Något som Oups dock undviker är alla former av objektivering. Porr kan ibland framstå som väldigt kränkande för kvinnor. Det Oups bygger sin verksamhet på är att sex ska vara en lek.

– Det är viktigt att man håller sitt sexliv vid liv, att man leker tillsammans.

Att lust fortfarande till viss del är tabubelagt tror Maria Fredholm kan förändras genom undervisning.

– Man måste börja redan i tidig ålder så att folk inte ska tycka att det är jobbigt. Sex är helt naturligt. Man ska inte bara undervisa i det könliga utan även ta upp saker som förspel. ●



7 dödssynderna



Lättja

Lathet, likgiltighet, passivitet

"Jag ska ligga framför tv:n hela veckan och inte göra någonting." Det är ett uttalande som väldigt sällan, om ens någonsin, kan komma ur Michaela Rosendahls mun. Hon är motsatsen till lättja.

Namn: Michaela Rosendahl • **Ålder:** 18 år •
Gör: Läser journalistik på Rosendalsgymnasiet



MICHAELA ROSENDAHL ÄR en ambitiös elev som går tredje året på Journalistikprogrammet på Rosendalsgymnasiet. Utöver skolarbete är hon chefredaktör för skoltidningen *Taggad*, jobbar på Max, dansar varje onsdag och sköter hushållsarbetet i sin och pojkvännens lägenhet samtidigt som hon lyckas hålla det sociala vid liv. Att hon överlever är en bragd i sig.

– Planera och att ha en bra framförhållning, förklarar Michaela som sitt framgångskoncept.

Michaela har alltid varit ambitiös i skolan men i och med gymnasiet började hon aktivera och engagera sig i andra aktiviteter också, så som skoltidningen.

Vad lathet skulle göra med Michaelas tillvaro vill hon knappast föreställa sig.

– Jag skulle bli en soffpotatis som skulle ligga framför tv:n och titta på alla värdelösa tv-serier som finns, berättar hon.

Det kanske inte känns som ett mardrömsscenario för alla men Michaela känner ett behov av att göra saker.

– Jag skulle få panik och bli stirrig om jag inte hade saker att göra. Har jag suttit för länge framför tv:n och tittat på skräpserier så måste jag titta på en dokumentär eller vad som helst som känns vettigt efteråt. ●

Högmod

För stor självhävdelse

Innan Annes blogg hunnit fylla ett år blev hon framröstad som Mäktigaste mediaprofil i Uppsala, vilket hon väldigt gärna nämner och inte vill att folk ska glömma.

Namn: Anne von Polat • **Ålder:** 32 år • **Gör:** Bloggar



BLOGGVÄRLDEN VÄXER FÖR varje minut. Idag har alla en blogg eller så läser i alla fall alla någons blogg. Anne von Polat har ungefär 1000 läsare om dagen och besöksiffran stiger. Annes blogg kretsar mest kring hennes intresse för Kungahuset och Stureplan, Sveriges överklass. Hon har vip-kort på Stureplan och är med i Stureplangruppen, dock brukar hon inte hänga så mycket på Stureplan.

– Vip-kortet är en statussymbol, säger hon.

Det är viktigt för Anne att hon framstår på rätt sätt. Det är därför hon har skrivit på sin blogg att hon aldrig skulle gå ut på stan med en kompis som är osminkad.

Annes blogg får många upprörda reaktioner då folk tror att hon ljuger och ser sig som bättre än andra.

– Varför ska de bry sig? Jag tar inte åt mig, att kritisera mig är som att hålla vatten på en gås – det rinner av.

Anne tror att det är viktigt som bloggare att man inte böjer sig. Men Anne är också väldigt bestämd med hur en bra blogg är, eller hur en bra blogg inte är.

– Nittio procent av alla bloggar handlar om när personen gick upp, vad den åt och när den gick och la sig. Det är tråkigt! Jag brukar kommentera sådana bloggar med: Din blogg suger! ●





Girighet

Begär efter materiella tillgångar

Som mest har han förlorat 4 200 kronor på en hand. Som mest har han vunnit 10 300. I tre år har Christian Nilsson spelat poker med både framgångar och motgångar.

Namn: Christian Nilsson • **Ålder:** 21 år •
Gör: Spelar poker



CHRISTIAN NILSSON HAR ägnat sig åt nätpoker i tre år. Han började spela på skoj med kompisar men sedan blev det mer och mer. Han började spela turneringar på Internet. Första året gick han back med 45 000 kronor men han fortsatte ändå.

– Jag ville bli bra på poker och jag är inte en typ som ger upp. Dessutom är det roligt även om man förlorar.

Christians tålamod gav resultat. Förra året gick han plus med 210 000 kronor. När han gick som bäst fick han även sponsring från sidan som han spelade på. Under en period när han vann 40 000 kronor på en månad åt han ute varje dag.

– Jag och brorsan kunde gå in på Statoil och handla för 400-500 kronor bara för att vi kunde, säger Christian.

Nu har Christian skurit ner en del på sitt spelande men det är fortfarande det han ägnar största delen av sin tid åt och han drömmer om att någon gång spela poker-VM.

Att tjäna stora pengar snabbt är inte det som lockar främst för Christian när han tänker på poker.

– Det är svårt att tjäna stora pengar i poker, man behöver vara väldigt duktig. Alla förlorar ibland, man måste satsa mycket för att vinna. ●



Avund

Att missunna andra framgång

Man mår dåligt när andra lyckas. "Tänk om jag kunde vara som hon." Även om man inte vill erkänna det så är känslan och tankegången bekant för alla.

Namn: Ulf Gustavsson • **Ålder:** 52 år •
Gör: Är legitimerad psykolog och psykoterapeut



ATT MÄNNISKAN MISSUNNAR andra är ganska fascinerande. Ulf Gustavsson som är legitimerad psykolog och psykoterapeut menar att avundsjuka är en känsla som föds redan i spädbarnsåldern.

– Enligt Melanie Klein, en tongivande forskare i ämnet, grundas känslan avund redan när man som barn känner att föräldrarna besitter egenskaper som man själv undanhålls, förklarar han.

Detta gör ofta uttryck i raseri när barnet inte får som det vill.

Utvecklingen av känslan avund ligger före utvecklingen av empati och är allmänt en väldigt destruktiv, primitiv känsla som kan få hemska följder.

– Avund rymmer en impuls att hämnas, säger psykolog Gustavsson, till exempel när en relation har avslutats och man vill hämnas på sitt ex.

Dock behöver avundskänslan inte alltid vara ett problem.

– Alla känner avund lite då och då. Det blir ett problem när man börjar agera utifrån avunden och det tar för stort utrymme i ens liv, säger Ulf Gustavsson.

Vill man bota sin avund tycker Ulf Gustavsson att man först och främst behöver bli medveten om känslan.

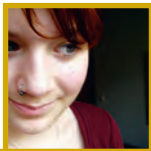
– Erkänn för dig själv att du är avundsjuk, så löser det sig sen steg för steg. ●

Värsta platsen

Värsta platsen är ett projekt på journalistlinjen på Rosendal och går ut på att utsätta sig för en obekvämlig miljö. Word publicerar ett urval av texterna med Olivia Lind början i förra numret. word@word-uppsala.se

Olivia Lind

word@word-uppsala.se



Frisk och svettig

Friskis och Svettis. Bara ordet får mig att rysa. Det låter hurtigt och påkliprat. Men framför allt låter det som om de försöker förklä något riktigt plågsamt till något roligt. Ändå är det till just dit jag beger mig den här kalla torsdagseftermiddagen.

Ill: Anna Dormer Volgsten

VI CYKLAR BLIKTSNABBT genom city. Vi är redan försenade och gypapasset börjar snart. Föreställningarna hopar sig i mitt huvud. Hurtiga medelålders kvinnor med tvättbråda blandat med överviktiga sextioåringar och allmänna träningsnarkomaner.

Det är egentligen inte träningen i sig som känns jobbig för mig. Det är principerna som jag släpper på.

Jag ska inte bli en av de där, jag ska vara osund och otränad. Jag ska äta kött, äta godis på vardagar och jag ska definitivt inte stå i en grupp och göra fåniga rörelser. För jag tror att om jag inte gör det, så kommer jag att vara mindre dömande.

MEN NU SKA alltså mina fördomar sättas på prov. Minnet från jobbiga gypalektioner kommer tillbaka när jag hastigt byter om i omklädningsrummet. Människorna som är där är lite som jag hade föreställt mig, men snäppet bättre. De verkar inte så hysteriska och hurtiga, det är ju ändå ett medelpass jag ska på.

Anna Bleckert möter mig när jag ska in i den stora salen som passet ska hållas i. Hon ser nog nervositeten och ångesten i mitt ansikte för hon ler vänligt och försäkrar mig om att det kommer gå bra ändå. Att jag kan ta det lugnt om det blir för jobbigt.

Anna har hållit i sådana här pass i tre års tid nu, och hon liknar inte alls de överdrivet energiska människor som jag mött när jag en gång i tiden gick på boxercise.

När passet går igång är det förvisso med energi hon gör rörelserna men det finns ändå ett slags lugn där och jag känner mig inte fullt så stressad. Detta trots att jag, som inte är van vid sådan här övningar, hela tiden kommer av mig och har vissa svårigheter med koordinationen. Som tur var stirrar inte någon på mig med nedlåtande blickar som jag hade trott, mest på grund av att alla har fullt upp med sitt.

Trots att det ser ut att gå ganska bra för mig är det ändå ett enda stort motvilligt steg att ens komma till ett träningspass. Och det krävs helt klart mycket övertalning och åtgärder. Hur ser det då ut för en person som har det här som en självklar och helt naturlig del av sitt liv? Min raka motsats i träningsväg så att säga.

ANNA BLECKERT SOM leder mitt pass har alltid varit en idrottande person och hon lägger ungefär 4-5 timmar i veckan på sin träning. Till skillnad från mig anser hon inte det vara ett dugg jobbigt, utan tvärtom, det är mest bara roligt.

– För mig är det ett bra sätt att koppla bort jobb. När jag kommer hem och är trött är det skönt att gå ut och träna. Då utsöndrar

kroppen också endorfiner som gör att man mår bättre.

Trots denna positiva syn på träning kan Anna även se en baksida med för mycket träning.

– Det kan bli ett missbruk som tar över kontrollen. De finns ju de som överdriver och det kommer nästan anorektiska träningsmissbrukare till mina pass ibland. Då ser man att det har gått för långt. Man tränar för att se smal ut. Men det är inte bara det som det går ut på. Jag brukar säga att hellre fet och tränad, än smal och otränad. Det handlar inte om att se snygg ut, utan om att kroppen ska må bra.

ALLT DET HÄR låter ju faktiskt smärtande vettigt tänker jag när lyssnar på Anna. Det är dags för ändring! Jag ska bli den nya mycket bättre Olivia! Men hur ska man egentligen komma igång med träning när man inte har någon som helst motionsgrund till att börja med?

– Det handlar nog mycket om tålmod. Man måste ge det en chans och våga pröva på några gånger innan man ger upp. Det finns egentligen inga genvägar. Men man får inte se det som ett misslyckande om något går fel, det är bara att pröva igen.

Det bästa är egentligen att försöka göra det till en kul grej tycker Anna, man kan-



ske kan göra det tillsammans med sina vänner och se det som ett sätt att träffa andra människor.

PASSET ÄR ÖVER och jag känner att det ändå gick bra för mig. För att inte ha tränat alls på över ett halvår känner jag att jag helt klart ger mig själv ett godkänt betyg. Och mycket motvilligt erkänner jag för en belåten mamma att det faktiskt kändes lite skönt att komma igång och träna lite.

Så trots att jag somnar på sängen så fort jag kommer hem och vaknar med en smärta som jag inte trodde var möjlig i mina så kallade magmuskler, finns ändå en vilja att göra om det.

Jag har med andra ord kapitulerat. Sorgligt men sant gav jag till slut upp mina principer om att vara en så osund och icke-dömande människa som möjligt.

Men kanske var mina principer tillverkade av ren och skär lathet? Och var jag inte dömande mot sunda människor?

Anna var ju inte alls en hysterisk människa som ansåg sig vara en förträfflig person bara för att hon tränade. Kanske kan jag, om jag har tillräckligt av det där tålamodet, snart bli en tränad och samtidigt vara en hyfsat vettig människa? ●

Hej

Under min gymnasietid var jag inte så intresserad av elevråd, men i dag jobbar jag på Uppsalas elevråd. Jag strävar nämligen efter att **skolan ska bli en roligare plats**. För att nå detta mål är elevråd och föreningar de bästa verktygen.

Uppsalas Elevråd är en samarbetsorganisation mellan i princip alla elevråden i Uppsala på högstadiet och gymnasiet. Vi ser elevrådet som en förening där alla skolan elever är medlemmar. Man tänker ofta att elevrådet är styrelsen eller klassrepresentanterna, men elevrådets syfte ska vara att **den som vill förändra ska kunna göra det**.

När jag är ute på skolor uppmuntrar jag elever att engagera sig i det som de har intresse i. Jag tror att engagemang byggs av intressen och inte av gamla föreställningar om vad ett elevråd skall jobba med.

Lösningen? Den är enkel. **Låt varje elev göra det den själv vill**, i form av att starta eller gå med i föreningar. Någon vill anordna en fotbollsturnering, se till att alla lärare följer ett provschema, bjuda på varm choklad efter sportlovet...

Man ska givetvis ha kvar en elevrådsstyrelse som jobbar med helhetsbilden, men den ska främst finnas för att **hjälpa de idéer som eleverna har** för att göra skolan till en mer trivsam plats.

För det är det som det handlar om i slutändan, antingen man ser till att bli av med en inkompetent lärare eller anordnar en talangjakt så är ändamålet att ens skolgång ska bli mer trivsam.

De Uppsalaskolor som har bäst studieresultat och trivsel är de med störst föreningsliv. Jag tror på att skrota det gamla, **sätta individen i centrum och låta föreningslivet skapa vårt samhälles framtid**.

Soran Ismail
Elevrådstjänsteman
Uppsalas Elevråd

soran.ismail@sverigeselevrad.se



Ung Uppsalakultur. Dansföreställningen *Hor 1 2 24* på Gottsunda Dans & Teater • Foto: Fia Söderberg

PÅVERKA UPPSALAS KULTUR – NU!

I början av året bestämdes att Uppsala ska ansöka om titeln som Europeisk kulturhuvudstad 2014. Temat är Förvandling – Metamorfos och huvudsyftet är att öka intresset för kultur och att öka det europeiska kulturutbytet.

Nu kan alla Uppsalabor skicka in förslag på projekt som kan öka Uppsalas chanser i tävlingen. Om vi vinner kommer utbudet av kulturella evenemang att bli större än någonsin.

På www.upsala.se/kulturhuvudstad kan alla som vill lämna in idéer. Projekten ska bygga på samarbete och ha en europeisk dimension.

Att Uppsalas kulturliv har **mycket att erbjuda** är de flesta eniga om. Men åsikterna går isär angående vad som behöver utvecklas. Nu kan stadens **ungdomar göra sina röster hörda**, då Uppsala ansöker om att bli europeisk kulturhuvudstad 2014.

Samtidigt måste det unika med Uppsala lyftas fram så att Uppsalaborna vill delta. Det gäller inte minst engagemanget från ungdomarnas håll.

– Bland ungdomarna finns framtidens konstnärer som kommer att forma kulturutbudet i vår stad. Självklart måste de vara med och påverka. Om

Uppsalas unga berättar vad de vill, slipper vi som jobbar med detta gissa, säger Anna Starbrink, chef för Kulturkontoret i Uppsala kommun.

Fia Söderberg är informationsansvarig på Kulturkontoret, som planerar en särskild tävling för ungdomar. Den som är under 20 år kan göra en film på temat "Förvandling" och det

vinnande bidraget publiceras på Internet. Dessutom får vinnaren en splitter ny videokamera.

– Vi vill sporra kreativitet och fantasi. Det finns inga gränser! Man kan använda digital videokamera, en digitalkamera med videofunktion eller en vanlig mobiltelefon, säger Fia Söderberg.

En stad i Lettland kommer att dela titeln Europeisk kulturhuvudstad med den svenska vinnarstaden. Städerna blir värdar för hela Europa under 2014. Förhoppningen är att Europas medborgare ska känna att de är del av samma gemenskap.

Filmtävling – vinn videokamera!

- * Tävlade ska vara max 20 år
 - * Filmen ska vara max 3 minuter lång
 - * Handlingen ska följa temat Förvandling
 - * Något om Uppsala ska finnas med
 - * Något om Europa ska finnas med
 - * Den vinnande filmen publiceras på Internet
- Skicka ditt bidrag senast 16 maj på cd/dvd till:
Kulturkontoret, "Filmtävling," Uppsala kommun, 753 75 Uppsala
www.upsala.se/kulturhuvudstad



Europeisk kulturhuvudstad 2014

- * Konst och kultur står i fokus
- * Temat är Förvandling – Metamorfos
- * En stad i Sverige och en i Lettland vinner
- * Uppsala, Umeå, Gävle, Norrköping/Linköping, Göteborg, Kalmar och Lund slåss om titeln i Sverige
- * Senast 16 maj 2008 ska förslag från Uppsalainvånarna lämnas in
- * Vinnarna utses av EU:s ministerråd våren 2010

Löjligt fångslad av andras liv



JAG SKA GÖRA ett erkännande, ett erkännande som jag nog tyvärr inte är alldeles ensam om. Jag har aldrig varit speciellt intresserad av att läsa böcker.

Ända sedan utvecklingssamtalen i första klass har mina lärare tjatat om att jag ska läsa fler böcker, eller snarare, att jag ska läsa böcker över huvudtaget. Jag rycktes verkligen in i vår generations bekvämlighet där allt är så förenklat. Jag blev sällan sugen på att läsa något och det jag har funnit intressant har mestadels gått att hitta på film, och så har jag sett min bok i stället.

MEN DET SENASTE året har jag gjort en tvärvändning. Nu har jag uppmärksammat att det faktiskt kan vara riktigt intressant, rogivande och framför allt inspirerande att läsa en bok.

När jag funderar närmare på vilka sorters böcker jag själv läser kommer jag fram till att de handlar om liv. Ja, något så enkelt men samtidigt något så komplicerat som livsstilar, existenser, tillstånd.

Det värsta jag vet är påhittade berättelser som mer eller mindre faller ihop på grund av osannolikheter som helt saknar underlag. Nej, det jag vill läsa är verkliga skildringar skrivna av en människa med självupplevda erfarenheter som känns äkta – helst självbiografier.

Visst, jag vet att självbiografier ofta kan vara mer påhittade än självupplevda, men bara det att boken är betecknad som självbiografi gör att jag på ett lättare sätt lever mig in i handlingen och karaktärernas situationer.

Parallellt med fascinationen blir jag också så irriterad på hur fruktansvärda människor kan vara då en självbiografi många gånger hand-

lar om hur författaren har blivit utsatt för olika hemskheter av en närstående person.

MEN DET MEST bisarra med det hela är att jag blir löjligt fångslad bara av att läsa om en annan individs liv, även om det inte händer något speciellt. I nutid eller dåtid, i Sverige eller USA, om ett barn eller en vuxen – det gör detsamma. På något sätt tycker jag om att vara i någon annans värld och känna av andras framgångar och problem, även om det bara är för ett par hundra sidor. ●

Det värsta jag vet är påhittade berättelser

3 självbiografier att frossa i



EN KOMIKERS UPPVÄXT av Jonas Gardell

Gardell skildrar sin uppväxt och man får helt enkelt följa med honom i hans vardagsliv i Stockholmsförorten Sävbyholm. Jonas Gardell känns ofta en smula överdriven men här får man lära känna andra sidor och jag blir helt fångslad av hans sätt att skriva.



POJKEN SOM KALLADES DET av Dave Pelzer

Ännu en bok som skildrar författarens hårda uppväxt. Pelzer skriver om hur han misshandlas och tvingas vara sin mammas slav, hur han måste sköta hushållet samtidigt som han går i skolan och knappt får någon mat. En förfärlig berättelse som är otroligt gripande.



DEN LILLA FÅNGEN av Jane Elliott

En självbiografi som handlar om författarens uppväxt då hon ständigt blev trakasserad och sexuellt utnyttjad av sin styvfar. Det är verkligen en hjärtskärande och hemsk berättelse, men den behöver berättas.



Ill: Julia Laapotti



Därför har orchesterna förlorat sin tjusning

EFFEKTERNA AV FILMFROSERI kan vara frustrerande. Visst är det härligt att fullständigt gräva ner sig i en genre man gillar, men man måste påminna sig om att vidga sina vyer ibland, annars riskerar man att antingen förlora sin kärlek till favoritfilmen, eller kanske börja förakta allt annat i samma genre som inte riktigt kommer upp i samma klass.

Ni minns väl *Sagan om Ringen*-hype för några år sedan? Jag tillhörde visserligen inte dem som blev hopplöst förälskade i **Elijah Wood**, som sydde egna alvkläder och tältade utanför biografen, men det blev ändå en hel del *Sagan om Ringen* för mig.

Jag såg första filmen två gånger på bio, och videokassetten är full av repor och hack efter för många användningar. Utöver det blev det förstas en hel del extramaterial och som grädden på moset brukade vi ha *Sagan om Ringen*-maraton där vi såg alla tre filmerna (förlängda versionerna) i ett sträck.

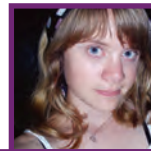
Skulle jag sätta på *Sagan om Ringen* nu, trots att det har gått

flera år sen vi såg den första gången, skulle jag inte se filmen med något större engagemang. Jag kan ju i princip alla repliker utantill, jag har upptäckt alla små roliga detaljer man kan upptäcka när man ser om en film, och orcher, hobbitar och talande träd har förlorat lite av sin tjusning.

DESSUTOM KAN JAG numera inte se fantasyfilmer utan att jämföra dem med *Sagan om Ringen*, och tro mig, i jämförelse med en sådan mastodontfilm blir de flesta filmerna ganska b. Ett exempel på detta var när jag blev ivägsläpad på *Eragon*, en film om en pojke som hittar ett drakägg.

Det var fullständigt omöjligt för mig att inte jämföra filmen med *Sagan om Ringen*, vilket kanske var att lägga ribban lite högt. Historien kändes fänig, monstren skrattretande och alvprinsessans kläder såg ut som missfärgad batik i jämförelse med Arwen och Galadriels kreaturer.

ÄVEN OM JUST fantasy inte ligger mig så väldigt varmt om hjärtat, trots Härskarringen-överdosen i högstadiet, känns det ju lite sorg-



Karin Lundin

word@word-uppsala.se



Jag kan ju i princip alla repliker utantill, jag har upptäckt alla små roliga detaljer man kan upptäcka

ligt att jag nog aldrig mer kommer att kunna njuta fullt ut av en fantasyfilm.

Att titta för mycket på en enda genre kan också resultera i att den typen av filmer blir ganska förutsägbara. Tyvärr har jag märkt av det fenomenet när det gäller brittiska kärlekshistorier.

Jag har sett fler filmer med **Hugh Grant** än vad egentligen vill erkänna, och på det ett gäng **Jane Austen**-filmatiseringar. Jag tycker fortfarande om anglosaxisk kärlek på film, men det blir liksom aldrig speciellt spännande längre.

För det mesta kan jag gissa vilka som kommer att bli tillsammans cirka tio minuter in i filmen. Vägen dit är i och för sig ofta underhållande, men ibland kan det ju vara trevligt att bli lite överraskad, menar jag.

LÖSNINGEN ÄR EGENTLIGEN ganska uppenbar. Se många olika sorters film, under tiden som du låter de där nötta videobanden samla damm. När favoritfilmen har reducerats till ett suddigt minne kan du ta fram den igen och bli förälskad på nytt. ●



En fin, sorglig och underbar historia

FLYGA DRAKE

REGI MARC FORSTER •
MED KHALID ABDALLA,
HOMAYOUN ERSHADI •
DRAMA



DEN HÄR FILMEN kan inte förklaras, utan ska upplevas. *Flyga drake* är en fantastisk historia som vidgar vyer och lockar tårar, utan att det blir aggressivt, gnälligt eller provokativt.

Amir växer upp i överklassen i Afghanistan tillsammans med Hassan som är tjänare åt Amirs familj. Amir och Hassan är bästa vänner, men det är Hassan som försvarar Amir medan Amir inte gör någon-

ting för att skydda Hassan då när det verkligen gäller.

När Sovjet invaderar Afghanistan flyr Amir och hans pappa till USA och Hassan blir kvar, och likaså Amirs skuld känslor. Flera år senare får Amir en chans att kompensera sin feghet, men det innebär en resa tillbaka till ett förändrat Afghanistan som nu styrs av talibanrörelsen.

MAN AVGUDAR HASSANS underbara sätt och hundra procentiga lojalitet, på samma sätt som man älskar Amirs pappa för hans självklara mod och hatar Amir för hans feghet. Och



Foto: Sandrew Metronome

samtidigt är det väl också där man hittar identifikationen, vare sig man ser det ur ett individ- eller väst/omvärldenperspektiv. Men i *Flyga drake* blir ingen dömd, utan det är

helt enkelt en fin, sorglig och underbar historia om vänskap och mod – både det självklara och det som tar tid på sig. Se den idag.

Virve Ivarsson



WAZ

||
MED STELLAN
SKARSGÅRD, SELMA
BLAIR • THRILLER

NÅGRA UNGA, KRIMINELLA gangstagrabbar som spottar och loskar, fights och slåss, har länge varit under bevakning av den stenhårda evil eye-polisen Eddie Argo. En dag finner Eddie en av gängmedlemmarna brutalt mördad. Sedan stryker tuffinggrabbarna med, en efter en. Alla lik har hittats brända till döds och med bokstäverna WAZ inristade på kroppen.

Det här var en skitfilm. **Tom Shankland** verkar ha velat göra en äcklig film med skabbig ghettoförort och en jävla massa blod. Men för att få in lite story har han slängt in en snygg polisbrutta, en klurig fysisk formel och en skumpig dogmakamera.

ÄNDÅ BLEV JAG helt tagen av filmen. Kanske inte på ett positivt sätt, utan mer ett känslomässigt illamående äckelsätt. Barnamord och misshandel, våldtäkter och utslagna tänder – om det är något för dig, så missa inte detta!

Sofia Jansson



27 DRESSES

||
MED KATHERINE
HEIGL, MALIN ÅKER-
MAN • ROMKOM

EN ALLEDES FÖR förutsägbar romantisk pluttinuttfilm, där en tjej som heter Jane går på alla sina vänners bröllop, men allt hon egentligen drömmer om är att själv få gå där i altargången, fram till sin chef George, mannen i hennes liv. Men hennes olyckliga kärlek till George (och allt som hör där till) blir ett faktum när hennes yngre syster Tess flirtar järnet med honom.

Jane grinar, snyter sig onödigt högt i en tygnäsdruk och tänker att livet inte är värt att leva, men då, som av en händelse dyker den stilige, rolige journalisten Kevin (som Jane såklart inte tycker om från början) upp och hennes liv får ny fart.

Jag vet inte vad jag ska säga, visst är det töntigt och klyschigt, visst är det rosa tyll och tioror överallt. Visst är det ännu en film med det uttjatade budskapet om den sanna kärleken. Men ibland, bara ibland, kan det faktiskt vara ganska mysigt det också.

Sofia Jansson

3 filmer som tål att ses om och om och om igen

RESAN TILL MELONIA • REGI PER ÅHLIN • MED HASSE ALFREDSSON • TECKNAT FAMILJEDRAMA



"Det låg en gång en enslig ö, långt borta mitt i ett stort hav." Så inleds **William Shakespeares Stormen** och det är den pjäsen den här filmen är baserad på. *Resan till*

Melonia är färgsprakande och fylld av liv. Det finns trollkarlar, onda skurkar, tokiga sjömän och flaxande fåglar, och du hittar alltid något nytt. Det är den fantastiske **Per Åhlin** (som gjort *Karl-Bertil Jonssons jul*) som animerat filmen och man kan bara förundras av hans fantasi. Helt fantastisk!

Sofia Jansson

ONCE • REGI JOHN CARNEY • MED GLEN HANSARD, MARKETA IRGLOVA • MUSIKDRAMA

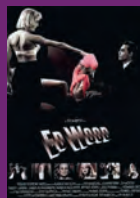


Glen Hansard, sångare i irländska **The Frames**, har huvudrollen som en gatusmusiker i Dublin. Han träffar en kvinna (**Marketa Irglova**) som spelar piano när hon får chansen. *Once*

handlar om hur deras relation utvecklas, hela tiden blandat med sånger som de spelar och sjunger. Musiken är helt fantastisk (den har bland annat vunnit en Oscar för bästa låt), och storyn binder samman filmen till en helhet som kan ses om och om igen, utan att den tappar någonting.

Linus Ohlsson Collentine

ED WOOD • REGI TIM BURTON • MED JOHNNY DEPP, SARAH JESSICA PARKER • DRAMAKOMEDI



När mamma glatt meddelade att hon hyrt "en bra svartvit film från biblioteket" anade jag inte att den skulle bli en personlig favorit. Men vem kan undgå att älska **Johnny**

Depp som den excentriska regissören **Ed Wood**, vars filmer ses som förstaklassens kalkoner men vars obevekliga optimism ändå gör att han ger allt för att tillfredsställa såväl baptister som transvestiter och visioner. En film som är äkta, klockren, söt och galen på ett sätt som inte liknar någonting annat jag sett.

Virve Ivarsson



Håkans sämsta hittills



HÅKAN HELLSTRÖM

FÖR SENT FÖR EDELWEISS • EMI • ROCK

LJUVA MELODIER OCH underbara texter, det är vad Håkan Hellström är bäst på och han visar med den här skivan, som är hans femte, att han fortfarande kan sitt.

Vissa låtar, som till exempel skivans första singel *För en lång lång tid* och låten *Tro och tvivel*, är underbara att lyssna på, men det finns låtar som är lite underliga och där Håkans ganska så kläna sångröst gör sig påmind.

Tyvärr så skulle jag vilja kalla den här skivan för Håkans sämsta hittills. Det gör den dock inte dålig i musiksammanhang, utan bara i Håkansammanhang.

Det är faktumet att de svängiga melodierna saknas och att vissa låtar låter som om de spelas på en grammofon från något passerat årtionde med knaster och ljud som låter avlägset som drar ner skivans kvalitet.

FÖR ATT FÅ ut en optimal upplevelse av den här skivan uppmuntar jag dig till att lyssna på låtarna *Tro och tvivel*, *Jag vet inte vem jag är men jag vet att jag är din* och *För en lång lång tid*.

Något som även rekommenderas stort när det gäller Håkans musik är att studera hans finurliga små mästerverk till texter och njuta av en artist som faktiskt kan komponera orden intressant.

Sara Lindgren

» De svängiga melodierna saknas och vissa låtar låter som om de spelas på en grammofon från något passerat årtionde

Snabbt uttjatat, men ändå...



ONEREPUBLIC

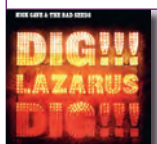
DREAMING OUT LOUD • UNIVERSAL • POP/ROCK

JA. NEJ. JA. NEJ. JA. En inre konflikt gör det väldigt svårt för mig att placera den här skivan. I ena stunden ogillar jag den en aning, i den andra gillar jag den en aning. *Apologize* som gjordes tillsammans med geniet **Timbaland** är och förblir för evigt en favoritlåt, en låt som inte låter

som något annat man hört förut. När man lyssnar på OneRepublics debutskiva har man däremot hört musiken förut. En blandning av **U2**, **Coldplay** och kanske **Green Day**. Det är inte en varierad skiva då de flesta låtarna låter väldigt likadana. **Ryan Tedder**, sångaren, låter mer och mer plågad för varje låt.

Skivan blir ganska snabbt uttjatad. Men ändå är det musik som jag gillar, jag gillar det skarpt och jag beundrar sångarens pipa och sitter ändå och kan alla låtarna utantill.

Therese Gustafsson



NICK CAVE AND THE BAD SEEDS

DIG, LAZARUS, DIG!!! • EMI • ROCK

SOM EN HEMLIGHETSFULL lotusblomma växer *Dig, Lazarus, Dig!!!* i spelaren för varje var den snurras. Med genomtänkta originella arrangemang är Nick Cave and the Bad Seeds tillbaka med bravur, täffsäkra texter och lite jävlar anamma. *Dig, Lazarus, Dig!!!* är ett album som kräver några genomlysningar, annars är det lätt att man går miste om guldkorn som *Moonland*, ett spår som med sin enkelhet

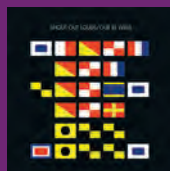
och vemodiga stämning är svår att skaka av sig trots att skivan stannat. Det lågmälda varvas snyggt med uptempo-låtar som titelspåret, tuggande *Today's Lesson* och den småfanatiska *Lie down here* (*& be my girl*). *Jesus of the moon* är så vacker så det gör ont.

DOCK ÄR DET något som saknas. En känsla som inte riktigt går att sätta fingret på. Men trots att Cave (till min sorg) delvis har lämnat ömmande piano-ballader och sorgsna violintoner bakom sig så har han gjort en intressant skiva som jag tror bara kommer att växa sig starkare för varje lyssning

Linn Bleckert

3 skivor att sätta på repeat, nu och i sommar

SHOUT OUT LOUD • OUR ILL WILLS • POP

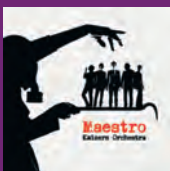


Det finns bara en skiva när jag tänker på sommar. *Our ill wills* gick på repeat från maj till september, på Kreta, i Arvika, på västkusten, i Kanada, upp och ner,

överallt. Låtarna är poppig glada som sommaren, men också lugna som sommarregnet och solnedgångarna. *Normandie* sjunger om sommarnatten, stränderna, människorna man träffar och kärleken. *Impossible* vill inte att sommaren ska ta slut. Precis som jag inte ville att deras spelning på Arvika skulle ta slut.

Anna Dormer Volasten

KAIZERS ORCHESTRA • MAESTRO • ROCK



Kaizers Orchestra är ett av de bästa liveband jag sett, och vad kan vara bättre att värma upp med på väg till en festival än det?

Passande nog för en festival, så handlar *Maestro* om ett mentalsjukhus. Om du inte kan norska så märker du förmodligen inte temat, men musiken är så medryckande att du inte kommer att ha en tanke på det ändå. Så in med skivan i spelaren, tryck på play, och njut av att vara på väg till en oförglömlig upplevelse.

Linus Ohlsson Collentine

PACIFIC • REVERIES • ELECTROPOP



I sommar kommer Pacific att vända plattor på Way out west i Göteborg. Pacific är ett soft band som spelar soft Beach Boysinspirerad electropop. Helt enkelt

helt underbart soft att klubba till! Du som vill ha en hula-hulasommar, dansa i hawaiiiskjorta eller bara känna att sommaren var värd att vänta på bör bege dig dit. Eller om du nöjer dig med att köpa deras otroligt snygga vinyl-eps eller deras nya album *Reveries* är inte det mycket sämre heller. Dans som dans, liksom.

Sofia Jansson



Illustration: Julia Laapotti



Känn pressen inför sommarens musikfrosseri

VEMOD VAR ALLT jag kunde förmå att känna då jag stirrade på de skarpa saxbladen. Det är inte lätt att göra sig av med minnen. Eller att låta dem förbli just minnen, utan behov av materiella påminnelser och visuella bevis.

Min högerhand greppade beslutsamt klippdonet. Ett efter ett trasades tygbanden upp, de tunna fibrerna separerade och sorgsna i all sin färgglädje föll de till golvet. Festivalbanden. De offrade sig för den goda sakens skull, stupade till förmån för nya.

FÖR NU ÄR tiden inne. Vårens obligatoriska musikindustriella produktionshysteri är ett faktum. Skivsläpp, spelningar och musiktävlingar avlöser varandra i takt med väderfaserna. Sommarens festivaler står redo att bokas in i årskalendern, de första artistsläppen är klara och utbudet är lika lockande som vanligt.

Reggae, indie eller synth? Den svårutredda genredjungeln inbjuder till hämningslöst mu-

sikfrosseri, där valet av festival är lika omdiskuterat som presidentomröstningen i USA. Vad väljer man? Att dricka Koskenkorva och jojka i ett rökfyllt, hemgjort trancetält i Arvikaleran? Att äta näringsbefriade langos under ett städat stadsevenemang i Borlänge city?

FESTIVALLEVERNET ÄR i sig ett märkligt koncept (och ur min synvinkel ett varmt välkommet dito). Ungdomar, som till vardags beklagar sig över "den fruktansvärda skolmaten", har inget emot att leva på torra riskakor och ljummen öl under några dygn.

Plötsligt är det en excellent idé att tillbringa natten i ett sjasiktigt tält, vars skabrösa ytterhölje är dränkt i flytande substanser för obscena för att nämnas. Kanske ska vi se festivalsyndromet som en inofficiell uppfostringskampanj för dagens dräggfobiska ungdomar: ett ypperligt tillfälle till nya perspektiv. Lite misär har aldrig skadat, eller?

Campingstämningen tycks vara en bidragande – om inte



Aila Stefansdotter-Franck
aila@word-uppsala.se



Att äta näringsbefriade langos under ett städat stadsevenemang i Borlänge city?

avgörande – faktor i den stora beslutsprocessen. Men artisterna väger trots allt tyngre.

What if **Babysambles** verkligen dyker upp på Hultsfred i år?

Tänk om **Ozzy** lyckas genomföra ett godkänt scenframträdande där man tydligt hör orden i den drogpåverkade texten.

Kanske orkar alla festivaltagade människor mot förmodan släpa sig upp till nordliga, folkliga Yran? Vad är oddsen? Vad är mest troligt?

DET FINNS BARA en rimlig säkerhetsåtgärd för att slippa oroa sig, tvivla och förgrubblas: boka in alla sommarens festivaler! Nog för att det blir stressigt med tälttransport, incheckningar, utcheckningar och måste-ses-live-lista.

Men misströsta icke, det är värt det. Har du tur hinner du kanske höra **Almedals** första riff innan du ger dig av från Emmaboda, eller **Håkan Hellströms** sista hesa toner innan tåget mot Göteborg rullar in på Östersundsperongen. ●



Daniel sitter på bussen och funderar.

Han undrar vad han ska jobba med. Han har ingen lust på bioteknik, men det verkar vara det som gäller i Uppsala.



Han köper en macka i närlivset.

Hon som jobbar där är alltid glad, det kanske är kul att jobba i affär? Man kunde kanske starta en egen skejtbutik med nätförsäljning...



Två av Daniels kompisar har ett UF-företag ihop.

De har en bra idé och tror att de kan fortsätta jobba med den efter studenten, eller sälja idén till något företag.



Daniel funderar lite till.

Uppsala är en universitetsstad med många företag, men någon måste ju köra bussarna till Tierp och stå i närlivset i Östhammar, eller komma med de där idéerna som skapar något helt nytt.

Det finns mer i Uppsala län än högteknologiföretagen i Uppsala stad. Turism och handel finns det alltid utrymme för, i Enköping är de duktiga på miljöteknik. Och så ligger ju hela länet nära allt – **det finns möjligheter!**



Regionförbundet Uppsala län arbetar på kommunernas och landstingets uppdrag, till exempel för att näringslivet ska utvecklas.
www.regionuppsala.se



NYTT NUMMER AV TIDNINGEN TIO MILJARDER

Kommunens budget för 2008 är på drygt tio miljarder kronor. Men vad får vi för pengarna?

I tidningen Tio miljarder kan du läsa om vad som händer med alla pengar som kommer in till kommunen – i den verkliga världen.

Några exempel:

- Grundskola, fritidsgård, sporthall och musikstudio. Allt det, och lite till, får plats i Stenhagens bildnings- och kulturcentrum.
- Flyttkarusell bland skolorna – varför?
- Hård konkurrens om eleverna, så jobbar skolorna med marknadsföring.

Hämta tidningen i skolans reception!



Hej demoband!



Killarna med stil

Linn Bengtsson skrev •
Axel Engström fotade

FILM NOIR ÄR bandet från Uppsala som det bara tycks gå bättre och bättre för. De spelar storslagen popmusik med episka inslag. Musiken innehåller alltifrån skön falsettsång till mjuka gitartoner, och under ligger ett härligt komp från både distade basar och stråk. Men vilka är egentligen killarna bakom musiken?

Film Noir bildades 24 februari 2007 men har även tidigare spelat tillsammans en hel del. Staffan, Jonas, Sebastian och Rikard heter bandmedlemmarna och i höstas ägnade de sin tid till att spela in sin första ep, *AWEP/07*. Bandet är i full gång och det går bara bättre och bättre. Jag lyckades få till ett möte med killarna och vi slog oss ner på ett av Uppsalas kaféer.

Hur kom ni på namnet Film Noir?

– Haha, det får Staffan förklara, säger Rikard och tittar menande på Staffan, sångaren i bandet.

– Ja du, namnet är egentligen hämtat från filmgenren film noir. Jag tyckte att om det skulle göras en till film noir så skulle vår musik passa bra som sound-

track. Annars så tyckte jag mest att namnet lät coolt och franska är ju alltid fint! svarar Staffan och tar en klunk av kaffet.

Var hämtar ni inspiration ifrån?

– Man skriver mycket bättre när man är ledsen! Just nu är jag ganska glad så nu skriver jag inte så mycket, skrattar Rikard.

– Nämen det är konstigt det där, jag tror att det har att göra med att man har en stark känsla i kroppen. Många av våra låtar låter lite sorgsna och kanske har det med det att göra.

– Vi får bli lite mer deprimerade helt enkelt! fyller Sebastian i.

Vad tror ni att ni gör om 5 år?

– Vi spelar! Att tro och att drömma är två olika saker. Drömmen är att kunna leva på musiken. Egentligen spelar utsträckningen inte så stor roll men det vore väldigt skönt att slippa jobba, svarar Jonas.

– Fast visst vore det coolt att sätta Uppsala på kartan! säger Rikard.

– I dag vill alla flytta härifrån så fort som möjligt, jag slår vad om att det är jättemånga band som egentligen kommer

härifrån men som säger att de kommer från Stockholm.

Han skrattar till lite och får de andra med sig.

Vad tror ni det är som har gjort att ni har kommit så långt?

– Att vi älskar musiken och varandra! Man måste kunna vara med varandra fast att det är tyst, svarar Rikard.

– Musiken kan inte vara det enda som för ihop bandet utan man måste tycka om de man spelar med. Det gör vi! Vi har känt varandra sedan lågstadiet och samspeltheten är vår stora styrka.

Film Noir

Medlemmar: Jonas Strömberg – gitarr,
Sebastian Boström – bas, Staffan Blomén - sång, Rikard Linder – trummor och piano.

Spelning: 23 april på Bistro Hijazz

Webb: myspace.com/filmnoir uppsala och filmnoir uppsala.blogspot.com

Näst sista sidan

Frosseri på högsta nivå

FROSSERI ÄR NÄR man inte kan få nog. Man vill bara ha mer och mer och mer och ojdå, vad mycket det blev! Kända exempel är julbordet och kinarestaurangen där man bara tar lite från varje rätt men det slutar med att man får ta tre tallrikar för att få plats med allt.

Nyförälskade frossar i varandra, man får liksom inte nog av den underbara personen man har blivit tillsammans med och man vill just bara ha mer och mer.

Linn Bengtsson
linn.bengtsson@
word-uppsala.se



FROSSERI FÖR MIG är att handla smågodis på Ica.

Det börjar med att jag bara ska handla "lite", och med skopan i handen så börjar jakten. Jag har några sorter som jag alltid tar, några som bara måste vara med. Bland annat sådana där hårda rosa, som är så sura att man skrynklar ihop hela ansiktet.

Jag börjar titta ut över hyllorna. Choklad måste jag bara ha och lakrits funkalar ju alltid. Varför inte nappar? Och svampar är också goda. Jag rusar omkring och hittar fler och fler goda sorter, sådana jag inte har ätit på evigheter och sådana jag aldrig har testat.

Efter ett tag när jag har gått igenom varje rad både en och två gånger så tittar jag ner i påsen för att se hur mycket det är i. Jag tittar snabbt upp igen, lite rodnande. Tre fjärdedelar av påsen är full och jag har inte ens börjat ta åt andra i familjen.

Jag tar skamset några av de jag vet att mamma vill ha och sen några till pappa. Nu börjar jag få träningsvärk i armen. Jag tittar lite runt omkring mig, varför känns det som att alla tittar på mig? Eller snarare, varför tittar de på den gigantiska påsen jag har i handen?

Jag mumlar något om barnkalas, någon ursäkt måste jag ju ha.

Till slut får jag syn på min kära mamma och skyndar mig bort till vår korg där jag tacksamt dumpar godispåsen. Projekt godis är slutfört! ●



Jag mumlar något om barnkalas, någon ursäkt måste jag ju ha



Hej ungdom!



Nja, han har väl varit ganska mycket bad ass, det har inte jag varit

Karin Lundin skrev •
Sandra Hammarling fotade

Namn: Nils Blomqvist

Ålder: 18 år

Gör: Spelar Tony i Bolands uppsättning av *West Side story*.

När: Spelas 19-27 april.

Hur kom det sig att du fick rollen?

– Först var det en gemensam audition för dans, sedan hade vi teaterlekar och sedan sjöng man individuellt inför lärarna.

Är du lik rollen du spelar?

– Nja, han har väl varit ganska mycket bad ass, det har inte jag varit. Fast han är ju snäll nu, så jag är väl ganska lik honom.

Hur många timmar i veckan repeterar du?

– Vi har rep i tre och en halv timme på onsdagar, bortsett från sången.

Hur är det med nerverna?

– Det är jobbigt, det är mycket att jobba på. Jag måste jobba mycket på sången, det tar mycket tid.

Nästa word kommer i maj. Temat? Sex!

§ Vad vill du läsa om i **word**? Mejla och tala om det! **Skäll på oss**, eller var snäll om du är på det humöret.

§ Adressen till **word** är som vanligt **red@word-uppsala.se**.



Det roliga med att göra serier är att leka med tanken på att saker kanske inte är som de verkar.

Rebecca Lindner är 20 år och går Grafisk kommunikation, andra året, på GUC.



Fan, jag har ju inget att blogga om egentligen. Man kan ju tro att jag inte har nåt liv. Jag går ut ett tag...



10:e april, 19:27
 Idag gick jag till Åhléns och köpte en jättefin halsduk. Det är typ vår nu men jag mår alltid bättre av att shoppa lite. Dessutom var den nedsänkt typ hundra gånger så den kostade bara tio spänn.



När jag kom ut från Åhléns så tog jag en promenad ner till Fyrisån och tillbaka. Jag kände mig lycklig. Typ alla kollade konstigt på mig, haha. De var nog avundsjuka. Bara för de inte vågar dansa som riktigt fria människor.



Sen kom det över mig igen. Denna eviga svarta klump som sitter som en parasit i mitt bröst. (Det kan ha berott på att det inte fanns några sittplatser på bussen, men jag tror inte det.)



Droppen var däremot när jag skulle kliva av bussen. Då råkade min nya fina älskade halsduk fastna i busstdörren!



BUSSCHAUFFÖRJÄVELN VAR HELT JÄVLA OKÄNSLIG OCH BARA KÖRDE! JAG HÖLL PÅ ATT KVÄVAS!!!



OKÄNSLIG OCH BARA KÖRDE! JAG HÖLL PÅ ATT KVÄVAS!!!

Som avslutning vill jag bara lägga en liten fundering till dagens människor. Min dag kunde ha blivit hur underbar som helst, tills allt gick emot mig. Nu sitter jag här igen, ensam och olycklig. :(



Fan vad bra jag är!



Sugen på att vara med?

I **word** kan du som går på gymnasiet i Uppsala skriva, fotografera, illustrera eller göra något annat du är bra på. Prova på hur det är att jobba på tidningen som hälften av Uppsalas gymnasieelever läser, medverka i **word**!