

WORD

#29

NOVEMBER 2011

AV UNGA, FÖR UNGA I UPPSALA

Från U-a till LA

Sheri Nowrozi

Idol-André

Drömmer om Hollywood

En dröm ger åt tanken vingar

Dröm med oss

Fokus

Fyrisskolan

- ✓ Den typiska eleven
- ✓ Maten ✓ Eventen
- ✓ Personligheterna



Hardcore

Agent Attitude

Mode

Stil på Waldorf

Words egen radio

Skejthall till slut

Skolbibliotek

Parkour

Drömmar – vad är de?

Politisk debatt

Batman Arkham City

SKOLMATSTEST

FILM

MODE

PERSONLIGHETSTEST

MUSIK

SEX & RELATIONER

POLITIK

VILL DU SKRIVA OM
MILJÖ
MODE
POLITIK
MAT
FILM
UPPSALA
SEX
 ELLER KANSKE
FOTA?
HÖR AV DIG
VETJA!

**VAR
 MED!**



Word
 görs av
 gymnasie-
 elever i Uppsala.
 Vill du vara med?

► mejla red@word-uppsala.se

► sms:a 070-645 31 41



facebook.com/tidningenword

WORD #29

Tema: Drömmar

OMSLAGSFOTO

Ellen Pan

IDOL André Zuniga Asplund håller sig kvar i Idol (i alla fall i skrivande stund). Vi pratar med honom om drömmar och framtiden.



30



23



5



26



8

Foto: Ellen Pan, Elina Mueller, Michael Livingstone, Jenni Jalonen, Nora Segerdahl

#29
INNEHÅLL

- 5 **Ungdom**
Sheri Nowrozi.
- 6 **Test**
Vilken framtidsdröm är du?
- 8 **Mode**
Stil på Waldorf.
- 10 **Skola: Fokus Fyris**
Folk och smurf på största skolan.
- 12 **Frågor & svar**
Våra experter svarar.
- 14 **Kultur**
Recensioner.
- 17 **Kultur**
Demo: Agent Attitude.
- 18 **Dröm**
Förändringsdrömmar.
- 22 **Dröm**
Nattdrömmar.
- 23 **Dröm**
Radiodrömmar.
- 24 **Skola**
Skolbibliotek – inte för alla.
- 26 **Hälsa**
Träning: Parkour.
- 28 **Politik**
Debatt.
- 29 **Politik**
Ung i Uppsala.
- 30 **Kändis**
Idol-André.
- 31 **QR-koder**
Alla länkar som finns i tidningen, direkt i din smartphone.



3

Inte-missa-
händelser
i höst

Word goes radio

David Ohlsson är en sann drömmare och inspiratör, som tillsammans med oss i redaktionen har spelat in sitt alldeles eget radioprogram. Lyssna på programmet på word- uppsala.se, och läs intervjun med David på sid 23.

Tack så mycket

Den 24 november infaller USA:s viktigaste familjehögtid. Gör som dom i filmerna gör, och dränk den här dagen i kalkon med transbärs-sås. Det är Thanksgiving!

Klassisk kärlek

Från och med den 3 december gör Uppsala Stadsteater verklighet av en av våra allra mest klassiska kärlekshistorier, Romeo och Julia. Fin vinterromantik som passar bra som en tidig julklapp till dig själv.

Ta hand om drömmen

EN NATT FÖR några veckor sedan drömde jag att jag var en dinosaurie.

Det kändes svårt att tolka vad som var meningen med det. Vad betydde det egentligen, vad har dinosaurier med mig och mitt undermedvetna att göra? Vill jag vara en dinosaurie? Eller har jag kanske varit en, tidigare någon gång? Det händer ofta att jag blir irriterad och förvirrad av mina drömmar.

Men kanske är det inte drömmarna som är konstiga. Det kanske är verkligheten som är orealistisk. Vem bestämde att verkligheten ska vara normal, när vi tillbringar minst hälften av den åt att drömma om något annat?

Vi fantiserar, föreställer oss, hittar på och drömmar. Men oftast, i samma knappa ögonblick som tanken snuddat vid medvetandet, sorterar vi snabbt bort den. Någonstans långt borta, dömer vi drömmen till livstids fängelse, djupt ner.

DET ÄR SÅ dumt att vi gör så. Många fina drömmar går till spillo när vi är hårda mot oss själva. Vad vi drömmar spelar roll, det är på drömmar vi bygger vår längtan, vårt hopp och vår motivation.

Följ din intuition, och låt inte förnuftet behålla kontrollen. Och låt nattens drömmar förbli de små underverk som de faktiskt var från början, då de blev till. Skriv ner dem och spara, inspireras.

Detsamma gäller dagdrömmarna, de som handlar om att vilja bli. Det finns inte någon som kan bestämma vad vi är bra på, vad vi borde göra.

VI ÄR OSTOPPBARA, vad än Alexander Bard har att säga om det. TV 4:s nya drömhatare har hakat upp sig på ett "Nej", som en trasig cd-spelare. Och det gör honom så otroligt tråkig. Vi måste bli bättre på att säga ja till oss själva.

Så kasta inte bort drömmen, ta hand om den! Vi bestämmer själva hur världen ska se ut och fungera.

Och om jag blundar och önskar ordentligt, så kanske jag kan få komma tillbaka till min drömvärld igen, och vara en dinosaurie. Utan poäng eller syfte. För en natt.



Hannah Ax

om dröm och verklighet

Kanske är det inte drömmarna som är konstiga. Det kanske är verkligheten som är orealistisk.



Sheri Nowrozi drömmer stort

SHERI NOWROZI:

Jag drömmer om stadium
tours och stor framgång
med min musik.

När började du med musiken?

– Jag började arbeta med musik på en professionell nivå redan som 14-åring då jag blev signad för första gången till Sony/Atv publishing. Jag fick kontrakt med dem efter att jag sjöng en egenskriven låt för dem på deras kontor. Jag har alltid sedan ung ålder vetat exakt vad jag vill hålla på med i livet.

Din första låt kom för något år sen, hur har det gått sedan dess?

– Det har gått bra men folk har väl hållit med mig om att det inte varit exakt som jag själv ville. Jag blev extremt styrd av mitt skivbolag.

Hur ser en vanlig dag i ditt liv ut?

– Jag stiger upp, äter en grym frukost, ringer min mamma, spenderar tid vid datorn, sedan är det studio eller dans som gäller. Nu åker jag till LA och kommer vara där i 2 månader så då blir det bootcamp för min del när det kommer till mitt artisteri!

Vad tycker du om din hemstad, Uppsala?

– Det är så mysigt här, speciellt vid ån!

Vad drömmer du om?

– Framtiden ser mycket spännande ut. Jag drömmer om stadium tours och stor framgång med min musik, att uppträda på VMA awards samt Grammys. Jag drömmer stort!

Tips på hur man når sina drömmar?

– Tro på dig själv, ge allt och ge aldrig upp!

SHERI NOWROZI

Är: Artist, dansare mm. Låten U got me good är ledmotivet till filmen Snabba cash.

Bor: Stockholm och Los Angeles. Född och uppvuxen i Uppsala.



Text: Ellen Pan

Foto: Michael Livingstone



Vilken framtidsdröm

Text **Hannah Ax**

Illustration **Simon Dunder**

Hur du reagerar om du får cykeln stulen säger mer än du kanske tror om dina framtidsdrömmar. Gör Words test och få några goda råd om hur din framtidsdröm ska bli ännu bättre i verkligheten.

Du ska köpa snacks till en filmkväll, vad väljer du?

- 3 Lantchips och några diet-öl, casual.
- 2 Filmkväll är inget du sysslar med, inte alls. Du föredrar ensamma, estetiska kvällar då du funderar över döden.
- 1 Fredagsmys! Du köper tre olika sorters OLW-påsar, samt den obligatoriska dippen.
- 4 Du köper ogärna snacks, du äter hellre dina egenplockade hasselnötter. Till det passar ditt ört-te bra.

Du är barnvakt åt ett kusinbarn, och ska berätta en godnattsaga. Vad handlar den om?

- 1 Något klassiskt och mysigt, typ Törnrosa.
- 3 Jag struntar i godnattsagan, och försöker i stället förklara det samhällsekonomiska kretsloppet.
- 2 Jag berättar om något sorgligt och självupplevt, det är ingen idé att låtsas att världen är vacker.
- 4 Jag berättar en saga om Buddha, min absoluta förebild.

Hur spenderar du helst din fritid?

- 2 Jag sover ofta på dagen. På natten brukar jag sitta på min balkong och kedjeröka.
- 4 Mediterar, slappnar av och försöker sortera bort vardagsbruset.
- 1 Bakar bullar, städar och pysslar med min scrapbook!
- 3 Fritid, vad är det för något? Jag har fullt upp med att knyta nya business-kontakter och ta hand om mina aktier.

Någon stjäl din cykel, hur reagerar du?

- 1 Du sätter upp en massa bilder på din cykel den goda tron att någon snart lämnar tillbaks den.
- 4 Ägande är trots allt inte det viktigaste här i livet, du oroar dig egentligen mer för hur tjuven mår.
- 2 Du blir så upprörd att du slår sönder tre andra cyklar i närheten, sen springer du hem och skriver poesi.
- 3 Du blir självfallet irriterad, men har cykeln så väl försäkrad att du efter ett par telefonsamtal redan fixat en ny likadan.

Filmkväll är inget du sysslar med, inte alls.

Din granne vill låna din dammsugare, är det okej?

- 4 Jag hjälper gärna till. Min granne blir glad, och jag vinner karma, win-win-situation med andra ord!
- 3 Ja, jag kan tänka mig att hyra ut min dammsugare, mot en tim-avgift.
- 2 Jag har ingen dammsugare, jag gillar att leva lite smutsigt. Det skapar goda förutsättningar för min typ av konst.
- 1 Absolut, det finns flera att välja mellan också! Kanske den behändiga handdammsugaren kan vara något?

Billigare 30-dagarskort för ungdomar.

Nu får du som är upp till 19 år 30% rabatt på våra 30-dagars periodkort. Korten gäller för obegränsat antal resor dygnet runt under 30 dagar och finns i flera varianter anpassade efter var och hur långt du reser. Läs mer på ul.se.



Dröm är du?

Du vet väl att alla Words test kan göras på Facebook? [facebook.com/tidningenword](https://www.facebook.com/tidningenword)

1 Drömmen om familjelivet

Du drömmer om ett harmoniskt och tryggt familjeliv. En egen familj är det gulligaste du kan tänka dig, och du har redan börjat öva dig på att sy upp gardiner och baka sockerkakor med kokos i botten. Det verkar så mysigt att du knappt kan vänta. Du har ingen som helst förståelse för de som räds föräldraskapet, för dig är bildandet av en familj det huvudsakliga syftet med livet. Och att sopa bort smulor från köksbänken, förstås.

Att tänka på: Akta dig så att du inte fastnar hemma vid allt det som är tryggt, se till att komma ut och se världen lite också. Annars kanske du ångrar dig.



2 Drömmen om den missförstådde konstnären

Du är inte så bra på att ta hand om dig själv, och du har få egentliga framtidsplaner. Det viktigaste för dig är konsten och skapandet av en spännande livsstil som du kan applicera på din svåra image. Du har få vänner, men det gör absolut ingenting. Det passar dig bra, tycker du. Att leva tillsammans med någon är inget för dig, så länge det inte handlar om ett väldigt destruktivt förhållande som du kan skriva långa dikter om.

Att tänka på: Kanske borde du överväga en alternativ framtid, som inte innebar lika mycket ensamhet och isolering! En relation med någon annan skulle inte skada.



3 Drömmen om karriären

Du vet vad du vill ha, och hur du ska få det. Det viktigaste för dig är att skapa ett ordentligt cashflow, det andra, tänker du, får på något sätt ordna sig av sig självt. Du har insett att det enda sättet för dig att uppnå ultimata lyckan är att göra det som smått förmögen. Helst vill du också ha ett högt uppsatt jobb på ett mäktigt företag, där du kan praktisera din härskarteknik.

Att tänka på: Pengar i sig skänker oftast inte lycka, det är vad du gör med dem som räknas. Glöm inte bort att leva lite också!



4 Drömmen om andlig fullbordan

Du drömmer om en ren själ och ett gott samvete. Du vill helst gå genom livet utan några som helst förgel-semoment. Du drömmer om att vara en snäll och flexibel person, någon man kan lita på och ta hjälp utav. Allra helst skulle du vilja lämna stadsbruset nu på en gång, flytta ut till skogen och Bara Vara. Leva i symbios med naturen.

Att tänka på: Våga vara lite mer självvisk, utan att låta det bli till högmod. Du kan fortsätta vara god mot världen, och ändå känna att du gör dig själv en ego-tjänst.





Konstiga kläder

HÄROMDAGEN BLÄDDRADE JAG igenom bilder från modeveckan och förundrades över en del av kläderna som antrades podiet. De är galna, utomjordiska och till synes omöjliga att bära till vardags.

Dessa kläder är vad man brukar kalla avantgarde – en del av modevärlden som i dagsläget är relativt otillgänglig för oss dödliga. Denna stil innefattar de där bisarra, överkligt magiska kreationerna skapade av designers som ständigt tävlar i vem som är mest extrem.

MÅNGA BETRAKTAR DESSA skapelser med skeptiska ögon. Det kan tyckas märkligt att någon över huvud taget frivilligt betalar skjortan för dessa egendomliga plagg. Ingen vettig människa intar väl Uppsalas gator iklädd en outfit à la Lady Gaga?

Jag ser det på ett annat sätt. Mode innebär så mycket mer än bara plaggen vi tar på oss, och en del designers tar kläderna till en ny nivå genom att addera de extrema element som skiljer avantgardet från det vi vanligtvis hänger i garderoben. Det kan vara en gigantisk kjol av papper, byxor i skinande metall eller decimeterhög lackskor. Dessa kläder är inte nödvändigtvis till för att man ska ha dem på sig, utan snarare för att betraktas som konstverk.

Många skulle nog förkasta denna idé och påpeka att kläderna är meningslösa om de inte kan bäras. Men likt en Picassotavla är avantgardekläder något nydanande och kreativt som väcker tankar, så varför kan de inte definieras som konst?



Ellen Pan
om avantgarde

Waldorf-gymnasiet i Håga by är minst av Uppsalas gymnasieskolor. Här är tre av de femton eleverna.

Text och foto
Nora Segerdahl

Enlil Tadaros

Klass 11

Har på sig stickad cardigan från Brothers, skjorta som jag fick av en god vän, svarta chinos från JC och bruna J&M-skor.

Din drömutfit?

– Gammal stil, som i Public enemies.

Vad skulle du aldrig ha på dig?

– Stora bling blingsmycken.

Azin Salek

Klass 10

Har på sig beige läderbyxor från Kappahl, blommig fleecetröja från ZikZak, svarta läderskor och ett vitt linne från Stadium.

Din drömutfit?

– Läderkläder.

Vad skulle du aldrig ha på dig?

– Våldigt färgglada kläder.

Stil @wa





Hanna Johansson

Klass 12

Har på sig: jeans från Myrorna, blått batiklinne, en kofta från en klädbyttardag, svarta kängor från Vagabond och en sjal från Barcelona.

Din drömoutfit?

– Jag vet inte riktigt, men lite sådär mysig. Mycket färg och lager på lager.

Vad skulle du aldrig ha på dig?

– Vita tights eller vita byxor, polotröja.

Lite sådär mysig. Mycket färg och lager på lager.



Fyrisskolan är skolan där framtida kriminaltekniker, ekonomer, frisörer, VVS-montörer och stylisterna pluggar. Så här funkar det på Fyris.

Texter: Pantea Saramolki, Mårten Markne
Illustration: Malin Sandred. Foto: Pantea Saramolki

Fyrisskolan

STÖRST

- Med 1194 elever är Fyris den största gymnasieskolan i Uppsala kommun.
- Skolan har 7,2 lärare per 100 elever, vilket är en bit under kommungenomsnittet 7,5, och ännu en liten bit under de kommunala skolornas genomsnitt i kommunen 7,7.
- Rektör heter Dag Ingvar Nilsson.

KORTKRAV

Både elever, personal och gäster måste ha ett särskilt id-kort synligt på kläderna. Elevkortet behöver man som elev ha med sig varje dag för att komma in i matsalen och för att komma åt sin dator. Glömmer man sitt elevkort hemma så får man gå till kiosken och få ett matkort. Man kan använda max fem matkort per termin.

HAR SÄRSKOLA

På Fyris finns gymnasiesärskola med ett fyraårigt program som förbereder eleverna för det vuxna livet. Gymnasiesärskolan är en skola med individuellt program med olika inriktningar.

UNIVERSITETSKURS PÅ GYMNASIET

Från och med i vår är Fyris är den enda skolan i Uppsala som ger eleverna möjlighet att redan under sin gymnasietid läsa en universitetskurs på 7.5 högskolepoäng. Urban Folkebrant, lektor i religion på Fyris, har tillsammans med sina kollegor på universitetet skapat denna kurs som heter Religjös och kulturell mångfald i det svenska samhället.

3 profiler



FRIDA YNGWE
Kårordförande

Vad är det bästa med Fyris?

– Att det är en stor och modern skola och det finns alltid någon med samma intresse som en själv som man kan hänga med. Det bästa är att man kan vara sig själv, tror jag.

Hur mycket har elevkåren kunnat påverka?

– Väldigt mycket, eftersom vi har en skolledning som lyssnar på våra förslag. Vi kämpar på för att göra skolan bättre.

Det är väldigt kul och svettigt.



JONAS PETERSSON
Bibliotekarie

Vad finns det för gömställen på biblioteket?
(Skratt) – Längst ut i hörnet, längst bort om man går upp för trappan. Där kan man gömma sig om man inte vill bli hittad av någon lärare. Om man inte vill bli

hittad alls så finns det inga, för jag hittar alla.

Hur kom det sig att du började jobba här?

– Jag hade jobbat på Bolandgymnasiets bibliotek och tyckte det var fantastiskt roligt att jobba med ungdomar. Jag var på en myndighet i Stockholm innan jag började i Uppsala ...

... så om du fick välja så skulle du ...

– ... jobba bland ungdomarna.

SMURFEN Skolmaskot

Varför är du maskot?

– Jag gillar uppmärksamheten och att ingen vet vem man är när man har på sig dräkten. Det är kul att prata med folk och jag har fått gå runt och dela ut godis.

Hur är det att vara maskot?

– Det är väldigt kul och svettigt, dräkten är stor och varm och det finns folk

som försöker slita av huvan men man hinner hålla fast den innan de sliter bort den. Det är jättemånga som tycker om smurfen och det är roligt att gå och bli fotograferad med folk och krama dem.

Hur kommer du att peppa folk på Slaget?

– Genom att sprida Fyrisandan bland alla som sitter på läktaren och prata med folk och heja på och få dem att vara positiva och inte negativa.



Traditioner och events på Fyris

ETTORNAS DAG

Äger rum i augusti, början av terminen. Det är en dag för ettorna med samarbetsövningar för att de ska lära känna varandra.

FYRISDAGEN

En dag utan lektioner, bara med roliga saker som uppträdanden, dans, tävlingar och speed dating. Äger rum i oktober.

MIDNIGHT MADNESS

Nattlig innebandycup i idrottshallen. Alla, oavsett erfarenhet, får vara med och tävla. Stor succé, körs i vår för tredje gången i rad!

BLÅ DAGEN

Pepp-dag inför Slaget. Blå kläder är viktiga och det finns även en tävling för bästa hejarklackramsans!

SLAGET

Årets största händelse sker i slutet av maj då det är skolkamp mellan Fyris och Rosendal. Senast vann Rosendal ...

DEN TYPISKA ELEVEN

Kille	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13,9 i studentbetyget	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Röstar i skolvalet	<input checked="" type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kristdemokrat	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>
Noggrann med sina kläder	<input type="checkbox"/>	<input checked="" type="checkbox"/>

STRAX ÖVER HÄLFTEN av eleverna på Fyris är killar. En av fem elever har utländsk bakgrund.

Sam är det största programmet på skolan. Där är tjejrna flest. Skolans minsta program är IV.

Tjejrna får i genomsnitt 14,6 i studentbetyget, men killarna drar med sina 13,2 ner medelpoängen till 13,9 poäng (=under genomsnittet i Uppsala).

Fyra av tio El-elever hoppar av utbildningen, men bara en av tio NV-elever.

Fyriseleverna är bättre än Uppsalagenomsnittet på att rösta i skolvalet eftersom nästan tre av fyra röstar. De håller på Alliansen och på skolan blir Moderaterna största parti med 30 % av rösterna. Sossarna är starkare på Fyris än på Uppsalas gymnasier i stort, med 24 % (19 % på samtliga skolor i kommunen).

Sverigedemokraterna fick i senaste skolvalet ungefär lika stor andel röster som i riktiga riksdagsvalet, vilket är mindre än för kommunens gymnasier i stort och bara hälften så mycket som för hela landet i skolvalet. Kd och Piratpartiet hamnar utanför riksdagen om Fyriseleverna får bestämma.

Källa: skolval2010.se och siris.skolverket.se. Betygssiffrorna avser 2009/10 (senaste år som det finns statistik för).



LÅNGHÅRIG?

Vill du klippa dig? Eller få lite maniky? Kan-ske få lite make-uprådgivning? Då kan man boka tid hos frisörerna och stylisterna!

Det är åk 2 och 3 som har hand om kundpassen och det är bara att ringa och boka sig en skön ansikts-behandling eller klippning så är man så gott som ny och fräsch med en ny look efteråt!



Word testar skolmaten

Fyrisskolan



Vårt totalintryck:



Betyg enligt Livsmedelsverkets betygs-kriterier för bra skolmat: G.

VI MÄTTE

Köttid: Nästan ingen! Max 2.5 minuter.

Ljudnivå vid bordet: Varierande från 55 (=under samtalsnivå) till 79 db(A). Medel 68.

Matens temperatur: Mycket olika. Mat som ska vara varm varierade från 29°C till 67°C.

FLER FAKTA

Maten lagas på skolan.

Kostnad/portion (endast livsmedel): 11-12 kronor.

Så mycket slängs/dag: ingen uppgift.

Har personalen fått utbildning under det senaste läsåret? Ja, och mer är inplanerad i år.

VI TYCKTE

Överlag var inte direkt temperaturen den bästa. Smaken var bra men känslan av tinad mat tog över. Matsalen var lite hysterisk och oplanerad.

Personalens attityd: 7/10.

Lokalerna: 3/10.

Matro: 5/10

Aptitlighet: 6,6/10.

Mättnad Alla blev hungriga igen innan skoldagen var slut.



SÅ HÄR GICK TESTET TILL

Flera personer åt vid tre tillfällen under höstterminen 2011. Mattemperatu-ren är ät-temperaturen, dvs när vi satt oss. Ljudnivån mättes vid bordet.

Totalintrycket består av en sammanvägning av testpatrullens åsikter. Vill du läsa mer om testet, hur vi räknat och om skolmat i allmänhet?

► www.word-upsala.se/skolmat



I nästa nummer:
GUC





**Adam
Hultén**

sex och relationer



**Nora
Segerdahl**

sociala problem



**Karin
Bishop Bondestam**

läkare på Ungdomshälsan

Ställ en fråga!

- mejla fraga@word-uppsala.se
- sms:a 070-645 31 41

Frågor & svar

Hur tillfredsställer man en kvinna?

Eftersom varje kvinna är unik är det nog svårt att hitta något speciellt som skulle "fungera" på alla. Det bästa är alltid att prata med sin partner och fråga vad de gillar och så vidare. Är det så att det känns jobbigt eller man är väldigt ny med sin partner så kan en teknik vara att försöka efterlikna de rörelsemönster som din partner har. Eftersom hon kommer att försöka röra sig på ett sätt som är skönt för henne så kan du genom att försöka förstärka hennes rörelser också förstärka hennes njutning.

Hur berättar man för en person att man inte är så bra vänner som den kanske tror?

Först och främst, vad är det för slags vän? Är det en klasskamrat eller någon närmare? Försök ta det så lugnt och med så välvalda ord som möjligt. Det kan alltid göra ont, hur nära eller ytliga vänner ni än är.

Vill du avsluta vänskapen helt eller fortfarande vara "lättare" kompisar? Om du vill göra slut med din kompis så finns det olika sätt: att långsamt glida undan och försöka få personen i fråga att fatta att du inte vill ha kvar er vänskap, eller så kan du bara förklara hur du känner, rakt av och utan konstigheter.

Har ni olika syn på er vänskap så måste ni komma överens om hur det verkligen är. Att ha en vän som tror att ni är bästa vänner när ni i själva verket bara är klass-

kamrater kan vara fruktansvärt jobbigt. Men kom ihåg att lögnen ska aldrig tas till, för de kommer bara komma tillbaka och hemsöka dig senare.

Vad ska man tänka på när man rakar underlivet?

Man ska tänka på att ha en vass rakhyvel, mycket raxskum och gärna smörja in sig efteråt, det kan hjälpa att motverka plitor och röda prickar.

Det kliar, kan det vara svamp?

Svampinfektion i underlivet, candida, är vanligt. Hälften av alla kvinnor har det någon gång i livet, en del får det många gånger. De vanligaste tecknen på svamp är

Ibland är man tvungen att lita på vuxna, även om de vill motsatsen till vad man själv vill.

att det kliar mycket, slemhinnan blir röd och det blir vitaktiga beläggningar eller kesoaktiga flytningar. Ibland kan det bli lite sprickigt. Även killar kan få svamp, då sitter det oftast på ollonet och går för det mesta över av sig självt. Även för tjejer kan det gå över av sig självt.

Svamp är inte särskilt smittsamt och inte farligt men kan förstas vara störande. Om

Hur skulle du bäst hjälpa en kompis som har det jobbigt hemma?



Jiyan Yaka
18 år

Finns där för henne. Och att alltid ha en öppen dörr, så att hon kan komma hem till mig om det vore så.



Julia Andersson,
17 år

Jag skulle ge den personen mitt mentala stöd och uppmuntra att gå till en kurator.



Sebastian Raattamaa
17 år

Försöka prata med den personen, det är allt man kan göra.

Text och foto: Anna Hall

ÄR DU SOM ALLA ANDRA?

Räkna hur många poäng du får på de här elva (eller tretton) frågorna, sedan vet du om du skiljer dig från mängden eller inte. Du kan få 1 eller 2 poäng på varje fråga.

Är du Kille (1) Tjej (2)	Dricker du alkohol mer än en gång i månaden? Ja (2) Nej (1)	Brukar du cykla eller gå till skolan och fritidsaktiviteter? Ja (1) Nej (2)	Har du haft sex? Ja (2) Nej (1)
Är det noga hemma hos dig när du ska vara hemma på kvällarna? Ja (1) Nej (2)	Vet du var du kan få tag på narkotika? Ja (1) Nej (2)	Får du som elev vara med och bestämma på skolan? Ja (2) Nej (1)	(Svara bara om du haft sex) Var du jättesugen på sex första gången? Ja (2) Nej (1)
Är du ofta/alltid trött? Ja (2) Nej (1)	Sover du oftast 7-8 timmar/natt på vardagar, och längre på helgerna? Ja (1) Nej (2)	Äter du chips/liknande minst en gång i veckan? Ja (2) Nej (1)	(Svara bara om du haft sex) Använde ni p-piller eller kondom första gången? Ja (2) Nej (1)
Är skolarbetet intressant? Ja (2) Nej (1)			

FACIT ↗

Under 11 eller över 26 poäng
Du har räknat fel. Räkna igen.

11-26 poäng
Visst är du precis som alla andra. I alla fall verkar din livssituation vara som andras. Sedan spelar det ingen roll om du svarat mest ja eller mest nej – på de här frågorna svarar ungertal hälften av dem som går i tvååran på gymnasiet i Uppsala ja och ungertal hälften svarar nej, och det gäller både tjejer och killar. Hälften av dem som har haft sex var alltså jättesugna första gången, och hälften vet var de kan få tag på narkotika, till exempel. Hela undersökningen (Liv och hälsa) kan du läsa på www.ul.se. Undersökning: en görs bland alla som går i tvååran.

man har mycket besvär finns det effektiva receptfria medel i form av kräm och vagitorier, slidpiller, på apoteket.

Om man provat svampmedel och inte blivit bra är det troligen inte svamp man har och man bör då söka läkare för att ta reda på om det kan vara något annat. En annan vanlig orsak till att det kliar är att det är torrt i underlivet, till exempel för att man tvättat för mycket. Torr hud kliar mer, det kan man märka om man duschar ofta, och då är ofta hjälpen att använda kallare vatten, inte duscha så ofta eller smörja in sig med mjukgörande kräm. Ibland kan det uppstå skav om man har mycket eller "oupphetsat" sex. Olika hudsjukdomar, som eksem eller psoriasis kan man också ha i underlivet. Behandla inte upprepade gånger på måfå, sök då hellre läkare.

Jag har haft ett aktivt sexliv i mer än ett år nu, och har ännu aldrig fått orgasm. Funderar på om det är något fel på mig? Och har svårt att prata med min pojkvän om det, vad ska jag göra?
Svårigheter att få orgasm är ofta vanligare

än man kanske tror, för vissa kan det verka väldigt svårt att komma medan andra vet precis vad som stimulerar dem på rätt sätt.

Jag skulle inte tro att det är något fel på dig utan det är troligare att till exempel de ställningar eller det sättet ni har sex (kan vara allt från tempo till omgivning) som du och din kille använder er av som helt enkelt inte stimulerar dig på rätt sätt.

Om målet är att komma, vilket det verkar vara för dig, så kan det faktiskt vara bra att du testat dig fram själv lite, antingen ensam eller tillsammans med din kille för att se vad som funkar för dig.

Detta kommer förhoppningsvis göra att du lär känna din kropp bättre och av det också kunna kontrollera den bättre. På så sätt kommer du också ha lättare att visa för din kille vad det är du vill och vad som funkar för dig.

Jag har det skitjobbigt hemma. Min mamma och min syster bråkar hela tiden, de slår sönder saker och skriker och ofta orkar mamma inte ens laga mat för att det är så bråkigt. Jag vill

inte gå till skolkuratorn för då kanske hon pratar med socialen och det vill jag inte. Hur ska jag göra, det känns som att ingen av dem bryr sig om hur jag mår.

Sätt dig ned med din mamma och syster och berätta hur du känner. Det är antagligen lika jobbigt för dem så om ni får en chans att verkligen prata ut borde det lätta på spänningen hemma hos er.

Om det inte funkar så måste du nog ta kontakt med din skolkurator eller liknande. För ibland är man tvungen att kliva ut ur sitt skal och lita på vuxna, även om de vill motsatsen till vad man själv vill.

Det finns även hjälp hos Bris och Rädda Barnen, med chatter och telefonlinjer där du är fullkomligt anonym och den du pratar med går under tystnadsplikt. De kan även tipsa dig vidare om annan hjälp, såsom psykologer, forum och BUP.

Vilken är den vanligaste ställningen?

Bland heterosexuella par är det missionären, åtminstone enligt en vetenskaplig undersökning från 1948.

Håll koll på bussar och tåg via din iPhone.

Nu finns vår reseplanerare som gratis app.

ul.se 0771-14 14 14   



Höstdröm med musik

PÅ GATAN VI går taktfast med musik i öronen. Vår egen lilla värld skapas, med ett eget soundtrack, så som i en film.

När huvudpersonen dumpas regnar det och en singer songwriter muttrar svagt fram en sorgsam låt. När huvudpersonen träffar sin kärlek skiner solen och glada toner spelas högt. Oavsett känsla finns det alltid en ton att vandra till.

Men känslor i kombination med musik är inget nytt fenomen, äldre än grann-tanten är musik med känslor. För även hon har lyssnat på låtar när hon var ledsen, även om det kanske gick dinosaurier på gatorna då.

FÖR ETT TAG sen upptäckte jag hur mycket jag gillar musik. Åh, jag älskar det! Jag vet, det låter både töntigt och väldigt kliché-aktigt. Men det känns som om endorfinerna, lyckoämnen i kroppen, förökar sig och bara blir fler när man lyssnar på riktigt bra musik. Som om jag flyger högt över molen och som om verkligheten försvinner för någon sekund.

Men självklart tar jag vara på denna ynka sekund jag fått. Jag dyker ner lite, kastar mig i molnens härliga fluff och hoppar en stund men faller sedan tillbaka till verkligheten.

HÖSTENS MÖRKER SPRIDER sig nu, kanske känner man att sommaren och festivalernas toner är ljusår bort. Vissa kanske bara gråter i regnet medan andra gråter med musik i hörlurarna. Musik är något som kan hjälpa upp dig men sedan slå omkull dig igen. Vi kopplar den till så många olika känslor och minnen. Jag ser fram emot denna vinters härliga låtar i mörkret, men nu vill jag drömma med underbar musik i öronen.

Victoria Jansson

om musikens makt



film **PLAY** Tragiskt och väldigt roligt

10



RUBEN ÖSTLUND HAR introducerat en helt ny typ av svensk realistisk film med Gitarrmongot och De ofrivilliga. Nu kommer filmen Play efter att ha tävlat i Cannes.

Den utspelar sig i ett vardagsgrått Göteborgs city där några blonda mellanstadiepojkar fördriver tiden i shoppinggallerian. När ett gäng svarta killar kommer fram och påstår att ena killens Iphone har stulits av hans lillebror, drar en komiskt utdragen maktkamp igång, där både värdesaker och värdighet sätts på spel.

Ruben Östlund jobbar med ungdomsskådespelare som själva har de sociala roller i samhället och kompisgänget som de spelar i filmen. Rånet som skildras läste han först om i en tidningsartikel. Resultatet är en samhällskritisk, tragisk och väldigt rolig långfilm.

Agnes Nycander
► premiär 11 nov

3 att se fram emot

MELISSA HORN

En kvinnlig Lars Winnerbäck ockuperar stan i december. Visa blandas med gitarr.

► 7 dec, UKK

TIMBUKTU

Hiphopen når Uppsala i vinter. Skåningen Timbuktu med storm regerar och om vi är glada!

► 8 dec, UKK

A-ROCKEN

Tvådagars lokalbandsfestival. Se dina vänner spela! Eller är du med själv?

► 10-11 nov, Ungdomens hus

film

8/10



NICEVILLE

ATT FÅ FÖLJA hemhjälpn Minney och Aibileen under 60-talets Mississippi var som att hålla dem båda i hand. Efter att Skeeter fått jobb på småstadstidningen Jackson Journal vill hon uppnå något större, som förändrar hela samhällssynen och ordet jämlikhet.

En film och ett dussin känslor sprängdes i små delar och la sig under huden och vilade där en lång stund.

Nadia Chache

film

2/10



JOHNNY ENGLISH REBORN

JOHNNY ENGLISH HAR ett nytt uppdrag och efterforskningar i Asien har gjort att han nu är i toppform.

Som så många andra uppföljare är denna fruktansvärt dålig. Jag förstår inte riktigt hur Rowan Atkinson kan gå med på att göra en sådan film. Nej, inte blir det någon skrattefest även om man hade önskat det. Ett och annat fniss blir det trots allt och därav betyget.

Victoria Jansson

musik

8/10

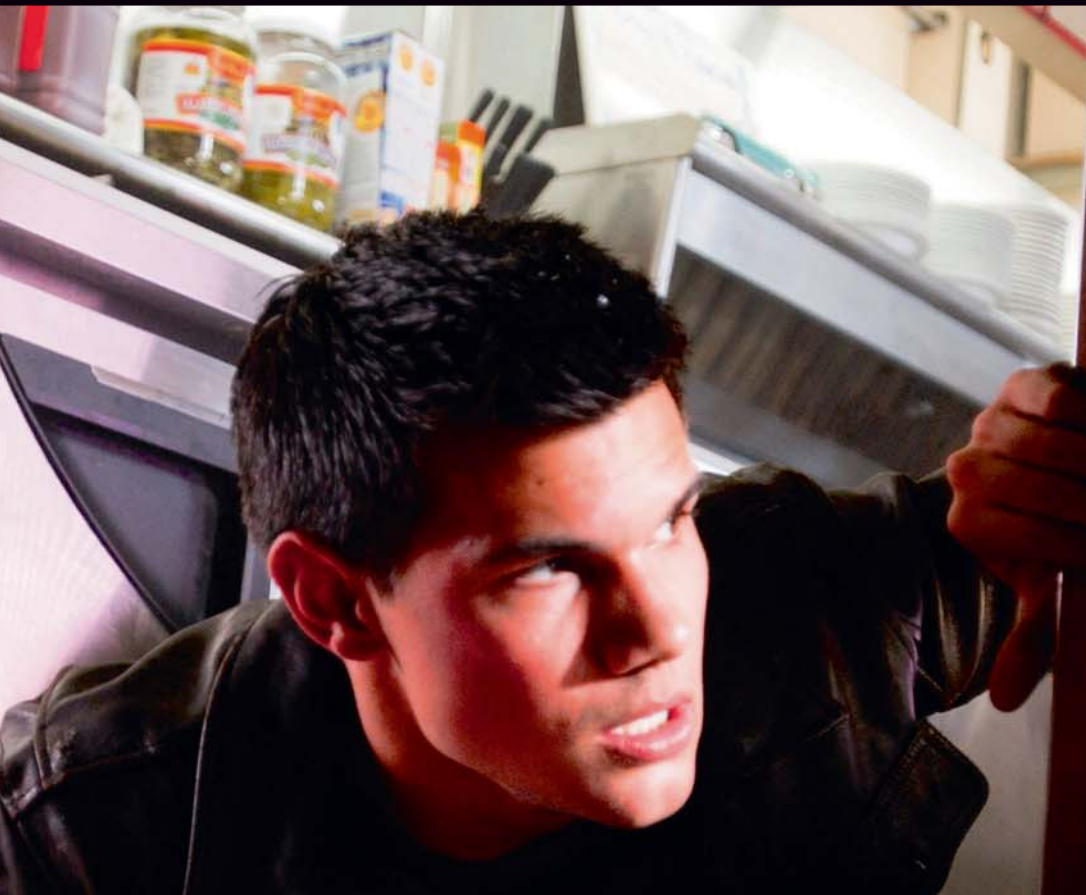


ANNA TERNHEIM

The Night Visitor

SOM VANLIGT ÄR Ternheim folkmusikinspirerad och gitarren är perfekt. Som hon själv säger skriver hon musik för natten. Nya skivan har ett lugn och en trygghet. Den är inte tråkig utan tvärt om, den lyser och man kan nog påstå att det är hennes bästa. Ingen singel slår What have I done, men om någon skulle ta andraplatsen så är det nya Walking aimlessly.

Victoria Jansson



spel

8/10

**FIFA 12**

FIFA 12 GÖR som Fifa-serien alltid har gjort. De skapar en otroligt rolig och tidskonsumerande upplevelse, med dina favoritlag och spelare. Sätt dig ner med några vänner, ladda upp med cola, chips, godis och ett gott humör – du kommer utan tvekan att ha kul. Även om det inte finns några kompisar i närheten så erbjuder Fifa 12 en finput-sad single player och online-läge. Du kommer att skrika åt skärmen och kasta kontrollen i marken eller hoppa av glädje efter intensiva och utmanande matcher.

Erik Cedervall

▲ Taylor Lautner gömmer sig för Words recensent. Filmen *Abduction* är fantastiskt fånig.

film

3/10

ABDUCTION

TAYLOR LAUTNER OCH Mikael Nyqvist (!) möts som rivaler i en fantastisk fånig actionfilm. Taylor Lautner gestaltar en ung killes sökande efter sin sanna identitet, och kastas in i en helt ny värld där alla förutom han själv verkar veta vem han verkligen är. Mikael Nyqvist spelar en fåordig kriminell boss med serbisk brytning, som till varje pris försöker oskaddiggöra vår hjälte. Kärleken spelar även den en viktig roll i detta drama, då granntjejen mitt i alltihopa passar på att visa sig vara fantastiskt snygg och hjälpsam, och Taylor genast faller för henne. Precis så fiantigt som det låter.

Hannah Ax

spel **BATMAN ARKHAM CITY** Bästa superhjälspelet någonsin!

9/10



ROCKSTEADY, NI HAR gjort det igen! Batman: Arkham City är utan tvekan det **BÄSTA** superhjälspelet som någonsin skapats.

Batman: Arkham City är uppföljaren till det kritikerrosade Batman: Arkham Asylum, som var ett av 2009 års bästa spel. Det råder inget tvivel om att uppföljaren lever upp till hypen när jag sitter på en av alla skyskrapor och blickar ut över staden – för att sedan slänga mig ut och

glida genom det kriminella industriträsket som är Arkham City.

Storyn är upplagd på så vis att politikerna i Gotham har brist på plats till alla fångar efter Arkham Asylums kollaps. Därför har de valt att bygga en enorm mur mitt inne i Gotham, där de håller alla fångar.

Det utbrister självklart kaos och multimiljardären Bruce Wayne leder en kampanj för att lägga ner projektet. Planen misslyckas

och i stället får hans andra hälft, Batman, ta tag i saken. Gillade du det första spelet så kommer du utan tvekan älska Arkham City

Erik Cedervall

BATMAN: ARKHAM CITY

Uppföljaren till Arkham Asylum av utvecklarna

Rocksteady är ett tredjepersons actionspel, baserat på DC-serien Batman. Finns till Xbox 360, PS3 och PC.

HALLÅ DÄR!

Vill du bli minister för en dag?
Eller lösa svåra miljöfrågor?

Då är det här din chans!

Prata med din lärare om din skolas möjlighet att arbeta med Fredsmuseums olika koncept för hållbar utveckling.

Fredsmuseum har fått i uppgift av Uppsala kommun att erbjuda insatser inom gymnasieelevernas arbete med lärandet om hållbar utveckling. Om din gymnasieskola vill utveckla arbetet med hållbar utveckling så kan Fredsmuseum ge stöd med att genomföra kunskapsspelet Hållbar framtid och andra övningar kring hållbar utveckling på din skola. Mer info om kunskapsspel som Fredsmuseum genomför finner du på:

FREDSMUSEUM.SE



UTBILDNINGS- OCH
ARBETSMARKNADSNÄMNDEN

Vem tycker du att vi ska skriva om nästa gång?
sms:a 070-645 31 41

3

andra bra Uppsala-band



BAD REVIEW

Hardcore/punkband med bra och skönt stuk på musiken.

► reverbNation.com/badreview



RAWA

Bring Down The Beat-rappare från Gottsunda. Intervjuad i Word #22. Har givit ut en ep, men just nu kan man inte lyssna på något alls på ...

► myspace.com/officialrawa



THE MOTION

Raspig, bra röst som balanseras upp av skön instrumental som ger en riktig feel-good känsla. Live på Grand den 11 nov.

► myspace.com/therockmotion



Agent Attitude

De beskriver sig själva som en sekt: svår att ta sig ut ifrån. Med hat och kaos som budskap formar de om sin frustration på vardagens missöden till aggressiv hardcore.

Text: Emelie Sundin • Foto: Vera Bertilsson

Hur bildades Agent Attitude?

– Jag (Jakob) och Lars spelade i Pointless Youth innan bandet lades ner förra året. Då startade vi Agent Attitude tillsammans med Jojje, Victor och Andreas som spelade bas då. Nu är inte Andreas med längre så nu har vi tagit med Sven på bas. Vi har spelat över 40 spelningar runtom i hela Europa och släppt en sjutummare.

Berätta om den bästa

konserter ni har haft!

– Det var nog i Prag. Stället vi spelade på var en schysst bar i en park mitt i Prag. De som jobbade där var schizofrensjuka som hade den arbetsplatsen som en väg tillbaka till arbetslivet, vilket bara det var lite annorlunda. Utöver det var det rent kaos, mycket folk, mycket röj och massor av hundar i publiken. Det var riktigt grymt!

Ni är förknippade med Ungdomens hus, hur

kommer det sig?

– Det spelas mycket hardcore/punk där och det är ju sådan musik vi spelar. Sven och Jojje sitter även i styrelsen och det händer även att vi repar eller bara hänger här på fritiden. Vi har också huset till att sätta upp spelningar med andra band.

Hur ser framtidsplanerna ut?

– Vi kommer att släppa en ny skiva i början av 2012, som kommer vara lite annorlunda än förra



Lyssna på Agent Attitudes spellista på open.spotify.com/user/tidningenword

skivan. Det kommer vara skitigare, rockigare, gå fortare och vara mera hat i budskapen. Det blir Europaturné i juni bland annat. Vi ska försöka spela överallt, och mycket!

AGENT ATTITUDE

Med: Lars Levin: gitarr; Jakob Arvidsson: sång; Sven Höglung: bas; Jojje Reb: gitarr; Victor Nordin: trummor
www: agentattitude.bandcamp.com



Uppfylld



NADIA CHACHE
Text

Din dröm ger åt tanken vingar, den blir verklig då, i drömmen du allt betvingar, och allt du vill ha kan du få ... Words Nadia Chache gav sig ut i Uppsala och hittade Singoalla och Pontus, med varsin, helt olika, dröm om att förändra.

a drömmar



EN STOR GRÖN plätt som är halvfull med intresserade personer, banderoller med propaganda om Palestina och andra frågor. Hängivna medlemmar, musik och politik. Det var Revolutionary festival i Gottsunda i september.

På scenen förbereder sig The Gordons för att spela, det dunsar och ilar på scenen precis som på en vanlig festival.

Jag frågar en av de killar som ordnar med banderoller vem som har varit med och anordnat denna festival och som jag kan intervju. Han pekar på en tjej klädd i en röd klänning. Jag går fram.

◀◀ **Arrangör.** Singoalla Tiroler drömmer om att förändra världen. Ett sätt: en förortsfestival.

◀ **Band.** Menteroja och Erling spelade revolutionär musik för förorten.

Singoalla Tiroler från det politiska ungdomsförbundet Revolutionär Kommunistisk Ungdom, RKU, berättar om festivalen, som ordnades för första gången i år:

– Denna festival var något spännande och intressant, som ett oprövat kort som man vill vända på.

– Först vill vi visa vilken kraft det är i förorten, eftersom förorten ofta ses som ett problem i samhället. Vi måste visa vad som

GOTTSUNDA REVOLUTIONARY FESTIVAL

3 september, Gottsunda Gipen. Över 1000 besökare enligt arrangörerna. Mest publik hade hiphopbandet Labyrint från Uppsala.

▶ **Syfte:** att binda ihop olika uppror runt om i världen med kampen mot nedskärningar i Europa och uppmåna förortsungdomar att kämpa för sina rättigheter.

Arrangörer: Uppsalaavdelningen av det kommunistiska ungdomsförbundet RKU.

Foto: Nadia Chache • Redigering Axel Forsberg

Uppfyllda drömmar

► behövs här. Det är mycket som man skär ner på i förorten för att ha råd med annat. Man tar inga pengar från exempelvis bankerna, utan man tar från förorten.

Varför valde ni att ordna en festival?

– För det första för att göra något gratis för ungdomarna. Det är kul, det är artister vi gillar som spelar, och för att visa att vi är starka, säger hon med hektisk röst.

Drömmen att nå ut och göra något som betyder mycket för de flesta är politik.

– Politik är varje dag, politik i vardagen.

SAMTIDIGT SOM VI gör intervjun så hör vi banden spela i bakgrunden, det överröstar vårt samtal. Det som spelas är allt från rock till hip hop och reggae. Men vad har egentligen dessa artister för roll?

ALLAKTIVITETSHUSET

I **Slotts gamla senapsfabrik** kommer det att finnas ytor för kafé, för skateboard, BMX och inlines, dans med mera. Det inte ska krävas medlemskap i någon förening för att få använda huset.

Detta har hänt: I början av 2000-talet fanns en skatehall i Uppsala, i ett rivningshus i Kungsgården. Kommunen betalade halva hyran och skejtföreningen (med över 1000 medlemmar) betalade halva. Huset revs och 2006 byggdes en liten ramp i Ungdomens hus. I april 2010 sa Uppsala kommun till Word att en skatehall skulle vara klar i september samma år. I september 2010 beslutade kommunen att det skulle bli ett allaktivitetshus i Slotts. Vintern 2011 ser det ut att verkligen bli av.

Utanför. Den första december får Albin Lind (med bräda) och Pontus Örn komma in. ►

Foto: Mårten Markne • Redigering Axel Forsberg

Snart ett minne blott? I stället för att skejta på den gamla rampen vid Kungsgårdsbron är det snart dags att ta brädan till senapsfabriken. ▼

Foto: Gustav Stigestadh



– Det var som en rullande boll, vi hörde av oss till olika band och andra som fick höra talas om denna festival hörde av sig till oss. Det är några vi känner och som vi vet står för samma ideal som vi. De sjunger för oss.

På den gröna plätten finns det röda fanor, propaganda om Palestina, banderoller med slagord för Gottsunda, personer som delar ut flygblad. Allt känns politiskt, verkligt och drömligt. Man kan verkligen se vad RKU har för drömmar och vad de vill få ut av sin politik.

– Det är viktigt för oss att visa var vi står, vi måste påverka, säger Singoalla Tiroler.

MENTEROJA OCH ERLING spelar egentligen på skilda håll, men i dag spelar de tillsammans och är ett av de band som ställde upp för att uppträda på festivalen och visa var skåpet ska stå. Budskapet är tydligt i deras låtar.

– Det är viktigt att stå upp för motståndet och göra en bra alternativ festival, att man inte bara håller sig till exempelvis Rix FM-festivalen eller något liknande. Det här är även ett bra sätt att få folket att lyssna och ifrågasätta saker.

Jag lägger märke till att musiken är som ett slags revolution för Menteroja och Erling, inte bara i deras politiskt knutna låtar utan också i deras sätt att tala om musik.

– Det räcker inte med att knacka någon på axeln och förklara hur det ligger till, man måste slå till. Hip hopen och poesin kommer från gatan. Det är folkets musik, säger de.

När jag väl har fått mig en dos av denna revolutionära och drömande festival klampar jag in i mitt i en diskussion mellan ett gäng ungdomar.

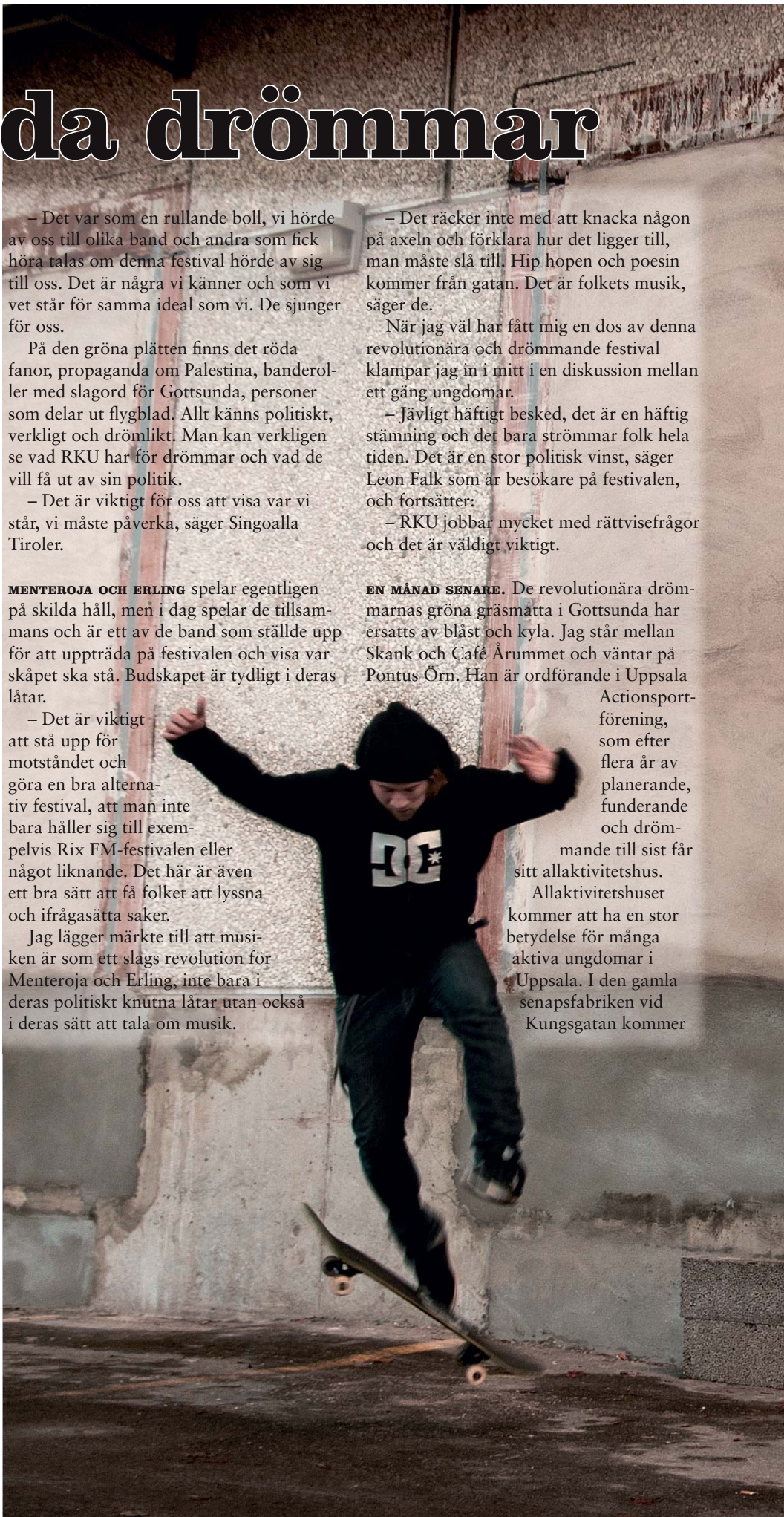
– Jävligt häftigt besked, det är en häftig stämning och det bara strömmar folk hela tiden. Det är en stor politisk vinst, säger Leon Falk som är besökare på festivalen, och fortsätter:

– RKU jobbar mycket med rättvisefrågor och det är väldigt viktigt.

EN MÅNAD SENARE. De revolutionära drömmarnas gröna gräsmatta i Gottsunda har ersatts av blåst och kyla. Jag står mellan Skank och Café Årummet och väntar på Pontus Örn. Han är ordförande i Uppsala

Actionsportförening, som efter flera år av planerande, funderande och drömande till sist får sitt allaktivitetshus.

Allaktivitetshuset kommer att ha en stor betydelse för många aktiva ungdomar i Uppsala. I den gamla senapsfabriken vid Kungsgatan kommer



en fritidsgård för sporter som skateboard, inlines, BMX och dans att ta plats – med ett kafé, så klart. Den första december får föreningen tillträde till fabriken.

Vi slår oss ner på en bänk vid Fyrisån, med Domkyrkan som utsikt påbörjar jag intervjun. Det blåser häftigt och papprena fladdrar vilt.

22-åriga Pontus är gammal skejtare.

– Det har inte funnits något liknande på sex år, vi har försökt få igenom förslaget sedan 2005.

Att få igenom ett liknande förslag kan inte alltid vara lätt: kritik från höger och vänster, finslipningar, diskussioner eller tankeställare. Politiker vars förtroende man ska vinna.

– Vi fick väldigt mycket hjälp. Vi förde inte en dialog utan man kan säga att vi fick hjälp i det tysta. Det var speciellt en man från Moderaterna som hjälpte oss. Det ligger alltid något politiskt i det hela. Under Centerpartiets valvaka och på möten i Ungdomens hus och på Grand verkade de flesta intresserade, säger Pontus Örn.

EFTER ATT EN dröm gått i uppfyllelse kan det finnas flera små drömmar kopplade till det stora projektet. Det bästa med en dröm är att det inte finns några hinder eller stoppskyltar. Men ibland kan det räcka med att drömma och bara njuta av det man har åstadkommit.

– Vilka som helst får komma till huset. Det är som en fritidsgård med olika inriktningar. Det ska vara så jämlikt som det kan bli och man ska inte vara rädd att komma dit! säger Pontus Örn. •

Det ska vara så jämlikt som det kan bli och man ska inte vara rädd att komma dit!

Pontus Örn i Uppsala Actionsportförening om det nya Allaktivitetshuset.

”Sov på saken” har man väl hört. Och det är en bra idé, för i drömmen är hjärnan kreativ. Har du tråkiga drömmar så kan du faktiskt lära dig styra handlingen i dem.

Text Anna Hall, Ellen Pan,
Victoria Jansson

III Caroline Tisenius

Foto: Stephen Vaughan, Warner Bros

Dröm sött

Vad är drömmar?

Drömmar skapas av hjärnan och oftast använder hjärnan något som man redan har upplevt som inspiration. Oftast minns du endast en liten del av vad du har drömt under natten och ibland minns du kanske inget alls. Via laboratorietester vet forskare att alla drömmar, 3–7 drömmar per natt.

4 filmer om drömmar

Inception

Få kan ha missat denna väldigt hypade film som hade premiär för ett år sedan. Action och drömmar blandas för att plantera in idéer i det undermedvetna. Leonardo Di Caprio spelar huvudrollen.



Waking life

Wiley Wiggins spelar huvudpersonen som är mitt inne i en lucid dream. Han kastas gång på gång in i en ny dröm. Filmen är animerad av flera olika konstnärer vilket skapar nästan en kortfilmskänsla.

Terror på Elm Street

Skräckis (1984, nyinspelad 2010) om en drömfigur som med knivhandskar söker upp sovande ungdomar i deras drömmar. Dö i drömmen – dö på riktigt.

The science of sleep

En fransk komedi om drömmar. Huvudpersonen Stéphane lever i sina dagdrömmar och drömmer särskilt om kärlek. Men verkligheten funkar inte riktigt för honom.

Drömtydning

Drömtydning, eller onieromanti, har funnits länge och framförallt varit viktigt inom religion. Det fanns tidigt kritiker till idén om att kunna tyda viktigt inom religion. Det fanns tidigt kritiker till idén om att kunna tyda drömmar, till exempel den gamle greken Aristoteles. I det forna Egypten trodde man att drömmarna talade om vilken medicin en sjuk person behövde. På 1900-talet var Freud (alla drömmar handlar egentligen om sex) och Jung (drömmar är budskap från den undermedvetna) inflytelserika.

Hjärnan sover inte. Vi blir bättre på att minnas, lära nytt och lösa problem medan kroppen ligger i dvala.

Dreams feel real while we're in them. It's only when we wake up that we realize something was actually strange.

Leonardo Di Caprio i filmen Inception

3 idéer som uppstått i drömmar: periodiska systemet, symaskinen, Dr Jekyll och Mr Hyde.

Sov mycket för MVG

Vi blir lättirriterade och har sämre minne om vi sover för lite under några dagar. Inlärningsförmågan och koncentrationen blir också sämre.

Hallucination = drömmande tillstånd

En hallucination är en sinnesupplevelse som upplevs som verklig, men som inte händer på riktigt. På latin betyder det ett slags drömmande tillstånd, så visst är drömmar och hallucinationer nära relaterat till varandra!

Lucid dreaming

VISSTE DU ATT man kan vara medveten om att man drömmer? Fenomenet kallas lucid dreaming, klardrömmande, och är något man kan öva sig till. Patrik, 30, började experimentera med drömmar som ung.

– Efter flera år lärde jag mig att styra drömmarna, jag kan till exempel flyga. Det svåra är att inte bli för ivrig i drömmen, då vaknar man.

– Folk som inte kan styra sina drömmar går miste om värdefull tid, man kan lära sig mycket och testa på nya grejer! Risken med lucid dreaming är att gränsen mellan verklighet och dröm kan suddas ut vilket är skrämmande och psykiskt påfrestande. En del släpper på moralen i drömmarna vilket jag tror kan spilla över på verkligheten.

Lär dig lucid dreaming

- Det viktigaste för att lära sig lucid dreaming är ett stort intresse, annars är det omöjligt.
- Träna på att minnas dina drömmar morgonen efter, skriv ned stödord och gå igenom drömmen.
- Innan du somnar, försök tänka på något du vill drömma om. Snart styr du dina drömmars handlingar.
- Spana efter en särskild sak som du

vet att du brukar drömma om. När du ser saken vet du att du drömmer.

- Känn efter på din andning, är den olika när du sover och är vaken?
- När du inser att du är i en dröm, försök behålla lugnet. Du vaknar om du blir för uppspelt.
- Var inte rädd för risker och konsekvenser, våga prova om du är i en dröm! Men gör inget dumt.

David Ohlsson har en dröm, en dröm om att få arbeta med radio. Från och med #29 är han programledare i Words eget radioprogram.

David gör Wordradio

DET VAR REDAN i åttan som intresset tog fart, och David började tänka att radio kanske kunde vara något för honom.

– Jag brukade titta på Vakna med The Voice på morgnarna, berättar han. – De verkade ha roligt i studion och så.

Vakna med The Voice är ett morgonprogram som sänds både i tv och i radio, men varför specifikt radio skulle vara rätt grej för David, och inte tv, har han en del tankar om:

– På tv måste man uttrycka sig på andra sätt än i radio, och det är inte det jag är ute efter. I radio räcker det

egentligen med att bara ha en bra röst. Sedan har jag alltid gillat musik också.

ATT FÅ SÄNDA radio är Davids största dröm. Om han fick välja skulle han helst vilja få hålla i Karlavagnen, ett samtalsprogram som sänds i P4 varje vardagskväll fram till midnatt. Han skulle vilja prata om ungdomar, och hur de ser på omvärlden.

– Jag är intresserad av sättet som dagens ungdomar ser på vuxna, är vi så olika egentligen? Det finns många fördomar.

De tips han har till de som vill hålla på med radio, är att våga satsa och synas, och att inte glömma bort att vara sig själv.

– Man ska visa framfötterna, och lyssna på mycket radio för att höra hur de gör. Sedan tror jag att det är bra att ha en egen röst. En röst som folk känner igen när de hör.

Från och med nu i november kan man ladda ner Words eget radioprogram från Words hemsida, där David är programledare.

Text: Hannah Ax
Foto: Elina Meuller

WORDRADION

Lyssna: word-uppsala.se.

Med: David Ohlsson,
Hannah Ax,
Hannes Koort,
Nadia Chache
och Jesper Ringhög.

Fler program kommer på hemsidan efter hand.

Lagen säger att alla elever ska ha tillgång till skolbibliotek. Verkligheten ser annorlunda ut.

Text: Polat Akgül

Foto: Karin Karlton • Enkätfoto: Polat Akgül

Celsiuskolans bibliotek – ett av tolv gymnasiebibliotek i Uppsala.

DET HÄR ÄR ETT SKOLBIBLIOTEK

De här kraven ställer Skolinspektionen för att man ska kunna säga att eleverna har tillgång till skolbibliotek:

- Biblioteket ska finnas i eller på rimligt avstånd från skolans lokaler.
- Biblioteket ska kunna användas kontinuerligt som en del av elevernas utbildning.
- I biblioteket ska finnas böcker, andra medier och informationsteknik.
- Både facklitteratur och skönlitteratur ska finnas.
- Biblioteket ska vara anpassat till elevernas behov för att främja språkutveckling och stimulera till läsning.



Är det viktigt med skolbibliotek?



Per Tan, 15 år

Ja, det är bra att ha ett skolbibliotek nära sig och kunna låna böcker utan att behöva åka ner till stan för att låna.



Sofie Laitamaa, 16 år

Ja, det bli lättare att få tag på böcker och information än om man behöver åka till stan. Det är inte bra om man inte har skolbibliotek.

Tony Nelander
Bibliotekarie GUC

Ja, eleverna får dagligt stöd i att söka och värdera information. Dessutom så främjar det samarbetet mellan lärare och bibliotek när det gäller kunskapsinhämtning.

Skolbibliotek – i

ENLIGT DEN NYA skollagen ska alla elever ha tillgång till skolbibliotek. Hälften av Uppsalas gymnasieskolor har ändå inte tillgång till skolbibliotek, enligt en rundringning som Word gjort. Det är sämre än Sverige som helhet.

En undersökning från Kulturrådet 2008 visar att två av tre gymnasier i landet har skolbibliotek. Av landets alla elever saknar 18 procent helt tillgång till skolbibliotek. För Uppsalas del är den siffran 23 procent.

Olof Oskarsson, rektor på IT-gymnasiet som saknar skolbibliotek, ställer sig positiv till det som står i skollagen, men anser att problemet har varit att riktlinjerna varit otydliga: utifrån lagtexten är det svårt att exakt veta vad ett skolbibliotek ska vara.

Monika Staub Halling sitter med i nätverket Nationella skolbiblioteksgruppen. Hon tycker inte heller att den nya skollagen är tillräcklig:

– Vi har jobbat länge för att få in kravet i skollagen. Det ökar möjligheterna att sätta press på skolledare. Men kravet

är alltför allmänt formulerat, det kan i princip räcka med ett rum med böcker.

Skolinspektionen, som är den myndighet som kollar att skolor följer lagar och regler, har satt upp kriterier för vad ett skolbibliotek ska vara (se faktaruta), men dessa står alltså inte i lagtexten.

ITG har valt att inte erbjuda skolbibliotek eftersom, enligt Olof Oskarsson, lärarna arbetar med informationsökning och källkritik inom sina kurser och eleverna använder olika tjänster och uppslagsverk på internet.

– I en omvärld som är i ständig förändring och där föreställningar och kunskap

LAGEN SÄGER

I skollagen står "Eleverna i grundskolan, grundsärskolan, specialsolan, sameskolan, gymnasieskolan och gymnasiesärskolan ska ha tillgång till skolbibliotek." Detta gäller både kommunala och fristående skolor.

En fjärdedel saknar bibliotek

Samtliga kommunala gymnasieskolor har tillgång till skolbibliotek (se faktaruta). Av friskolorna har två skolbibliotek. En fjärdedel av Uppsalas gymnasieelever har inte tillgång till skolbibliotek. **Källa:** respektive skola



Med

De här skolorna har tillgång till skolbibliotek.

Boland (kom) *
Celsius (kom) *
Ekeby (kom) *
Fyris (kom) *
GUC (kom) *
GUC Media (fri) *
Jälla (kom) *
Katedral (kom) *
Linné (kom) **
Livets Ord (fri) *
Lundellska (kom) *
Rosendal (kom) *
Uven (kom) **



Utan

De här skolorna har inte tillgång till skolbibliotek. Här finns även de skolor som enbart har "bokrum".

Cultus (fri)
Internationella (fri)
IT-gymnasiet (fri)
Jensen (fri)
Thorén (fri)
Kunskapsgy (fri)
John Bauer (fri)
Realgymnasiet (fri)
U-a Praktiska (fri)
U-la Waldorf (fri)
YA (fri)
Yrkesplugget (fri)

* Har bibliotek i skolans lokaler.

** Har möjlighet att använda närliggande skol- eller folkbibliotek.

nte för alla

ständig utmanas är vikten av uppdaterade källor och ett kritiskt förhållningssätt kanske viktigare än ett traditionellt bibliotek. Vi anser att det klasiska skolbiblioteket med i stort sett bara tryckt material delvis har spelat ut sin roll.

PÅ KUNSKAPSGYMNASIET FINNS inte heller något bibliotek. Rektor Leif Ericsson säger att det beror på att skolan är liten och att de väntar på riktlinjer:
– Vår centrala organisation ser över de nya definitionerna av vad ett skolbibliotek är, och utifrån det kommer en skolbiblioteksplan tas fram.

Leif Ericsson tycker att skolor ska kunna köpa bibliotekstjänster av andra, precis som med skolmaten.

– Det skulle kunna vara ett

alternativ till att ha ett skolbibliotek i egen regi.

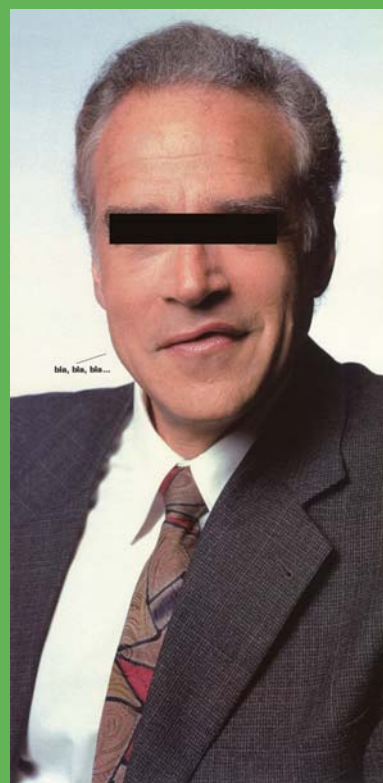
Olof Oskarsson håller med:

– Ja absolut! Framför allt kan mindre skolor ha svårt att helt uppfylla Skolinspektionens krav. Det är viktigt att hitta flexibla lösningar för skolor med sådana förutsättningar.

Leif Erickson säger att det generellt är viktigt att stimulera elevernas läsning och tillgång till olika typer av texter.

– Nackdelarna kan vara att kostnaden per elev blir stor på en liten skola. Det innebär att skolan måste spara in på annat.

– I övrigt finns det inga nackdelar med ett skolbibliotek. Däremot kommer ett betydligt större urval alltid kunna erbjudas på stadsbiblioteket och via till exempel läsplattor, säger Leif Erickson.



Vad vill du säga till en politiker i Uppsala?

maila

info@motesplatsen.net

ringa

018-69 44 99

Mötesplatsen

På Mötesplatsen träffas Uppsalas unga och de som bestämmer. De lyssnar på varandra för att beslut som rör unga ska bli bättre.

Kom och se hur det funkar!

Mötesplatsen i höst:

- 15 november
- ev 13 december

Alltid på Grand.
Alltid kl 17.30.

Alltid gratis mat och glass till den som anmäler sig i tid.

motesplatsen.net



Träning gör världen bra

NU NÄR HÖSTEN är här och det börjar bli uschligt ute är det oftast skönare att stanna inne och äta kakor och mysa i stället för att bege sig ut i regnet för att träna.

Det kan vara svårt att hitta motivation då beach 2012 fortfarande är långt borta. Tränar man bara för att hålla sig i form, och inte för att man tycker att det är kul, så kan det kännas väldigt tungt just nu.

Men om man ändå pallrar sig upp till den där jobbiga träningen som får en att svettas som en gris och undra vad man gör där i stället för att slöa i den sköna tv-soffan så belönas man efteråt.

FÖR DET ÄR väl ändå en himla skön känsla att, efter en jobbig träning, stå i duschen och känna sig helt underbart trött i kroppen? Man sover ju så himla gott sedan.

Dessutom finns den sköna känslan kvar dagen efter, när man känner sig mycket piggare. Om man nu bortser från att man blir mer vältränad och får bättre kondition, så är det ju ändå ett plus att man känner sig snyggare, fräschare och gladare.

Världen blir helt enkelt mycket bättre när man har tränat. Man orkar mer i allmänhet och höstmörkret tär inte lika mycket på en längre.

Om detta fortfarande inte räcker som motivering för att man ska träna så kan man ju även tänka på att sexlivet blir bättre, eftersom man blir mycket mer uthållig. Så det är bara att pallra sig upp och börja träna!

Sonja Winkert
om träning



Parkour går ut på att att sig från en plats till en annan, oberoende av vilka hinder som finns längs vägen. Bäst av allt: det finns inga rätt eller fel.

Staden är hinderbana

Text Sonja Winkert

Foto Jenni Jalonen, Johan Karlsson

PARKOUR ÄR EN träningsform där man utmanar och tävlar med sig själv på alla sätt för att kunna övervinna olika hinder, både under träning och i livet.

Parkour startades på 1990-talet i Paris av David Belle, och har med tiden spridit sig till resten av världen. Syftet med parkour är att ta sig från en punkt till en annan, på ett snabbt och smidigt sätt, oberoende av mentala och fysiska hinder. Man använ-

der stadsmiljön som hinderbana och jobbar hela tiden med sin kropp och sättet att röra sig.

BODY ARMOUR ÄR ett välkänt uttryck inom parkour och betyder att man ska träna så att ens kropp blir stark nog att klara av olika hinder.

Det finns inga rätt eller fel i parkour utan man väljer ganska fritt hur man vill röra sig.

1 Vad är roligast med parkour? 2 Varför började du med parkour? 3 Ett tips till folk som vill börja?



KITTI KHUNKAEW, 17 ÅR

Pluggar Teknik på IT-gymnasiet.
Har tränat parkour i ett år.

- 1 Man träffar nytt folk, får kondition och mår bättre i kroppen.
- 2 Jag såg det på Youtube. Sedan var vi fyra fem stycken som började köra parkour, och sedan träffade vi någon i gruppen och gick med där.
- 3 Träna säkert, men samtidigt våga så att man utvecklas.



KARIN BERGLUND, 18 ÅR

Pluggar Bild & form på Boland.
Har tränat parkour i två år.

- 1 Att röra mig och få ut rörelser av saker som är runt omkring mig. Man börjar tänka på ett annorlunda sätt av träningen, man lär sig att övervinna sina rädslor och överför detta på vardagen.
- 2 Jag såg det på internet, och tyckte att det verkade coolt.
- 3 Kom bara, och ge inte upp efter första gången för att du är rädd. Du kommer att lära dig att övervinna din rädsla.

3 tips som får dig att hålla igång med träningen

Träna tillsammans

Oavsett om du spelar fotboll eller bowlar, går på gymmet eller friskispass så är det en bra ide att skaffa en träningskompis. Att någon drar upp dig ur soffan när du hellre ligger framför tv:n för att ni "faktiskt hade kommit överens om det" eller peppar dig på träningen kan göra under när det gäller att komma igång med träningen. Tänk på att vara flitiga på att peppa varandra.

Gör träningen till en del av vardagen

Att göra timmen av fysisk aktivitet lika självklar som att göra läxorna efter skolan eller att sätta sig vid datorn efter middagen gör det mycket lättare att hålla igång. Det blir inte en lika stor grej varje gång du ska palla dig iväg till gymmet, utan det blir helt enkelt en del av din vardag.

Sätt upp delmål

Siktat man högt så måste man se till att man har platåer på vägen där man faktiskt får känna sig lite nöjd över sin bedrift.

Ett fel många gör är att sätta upp ett gigantiskt mål och sedan bli så besviken när man inte uppnått det efter två veckor, att man lägger av med träningen. Beroende på vad man håller på med så kan tiden innan man märker resultat variera, men en bra mall att gå efter kan vara att sätta upp tvåveckors mål: För varannan vecka sätter du upp ett uppnåeligt mål, och för varje delmål du avverkar kommer du närmare det stora målet.

Adam Hultén

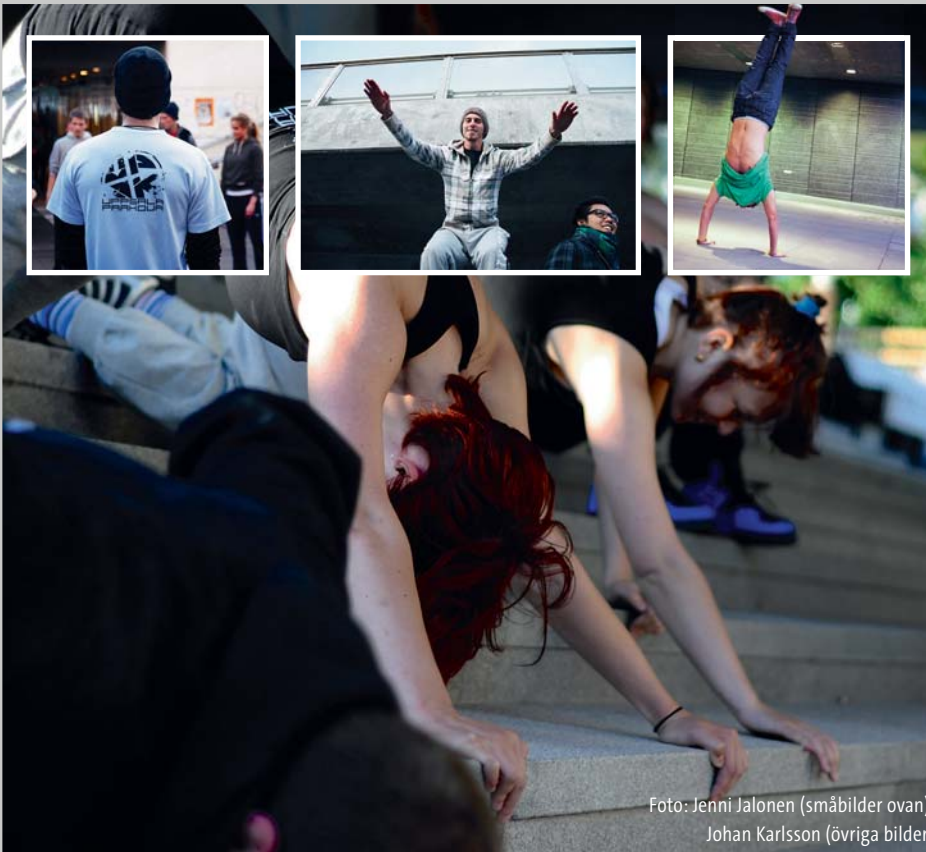


Foto: Jenni Jalonen (småbilder ovan), Johan Karlsson (övriga bilder)

WORD TESTAR: PARKOUR

Jag hade aldrig kunnat tänka mig att man kan ta sig upp- och nerför trappor på så många sätt.

EFTER ATT BÅDE ha sett och hört mycket om parkour går jag förväntansfullt till träningen. Tågstationen är mötesplatsen, och man märker direkt att det är en härlig stämning i gruppen.

När alla har kommit går vi till den stora trappan. Trappan används sedan till större delar av träningen. Jag hade aldrig kunnat

tänka mig att man kan ta sig upp- och ner för trappor på så många olika sätt. Alla gym i världen känns plötsligt väldigt onödiga.

Nästan hela kroppen blir tränad och det är grymt kul och vissa gånger även sjukt jobbigt. När det är ungefär en timme kvar av träningen går vi till gamla Posten, där vi kör en liten hinder-

bana innan det är dags för stretching.

Träningen är väldigt utmanade fysiskt och delvis också mentalt. Av denna träningsgång kan jag säga att man blir grymt bra tränad. Träningsvärk dagen efter är garanterad och alla som gillar utmaningar kommer att älska parkour.

Sonja Winkert

PARKOUR I UPPSALA

Föreningen Uppsala parkour har funnits i tre år och är en förening inom Aktiv ungdom. Startades av nuvarande ordföranden Mauricio Mier och några av hans kompisar. Har cirka 70 aktiva medlemmar.

Träningar: Tre i veckan, varav två är ledarledda.

Hemsida: uppsalaparkour.se





POLITIKREDAKTÖR
NADIA CHACHE
nadia@word-uppsala.se

3 frågor till Uppsalas gymnasiepolitiker

Folkpartisten Mohamad och Socialdemokraternas Ulrik är de två **tyngsta politikerna** för gymnasieskolan i Uppsala. Så här tycker de i tre frågor.



Ett samhälle med fria, jämlika och jämställda individer.

Hemlöshet och social utslagning ska inte existera.

1

Regeringen satsar på läraryrket. Hur kommer vi elever märka det?

Frågor: Polat Akgül

VAD PRATAR DE OM?

Lärarlegitimation: Från och med 1 juli i år kan lärare i förskolan, grundskolan och gymnasiet ansöka om legitimation hos Skolverket. Efter 1 juli 2015 får lärare utan legitimation inte sätta betyg. Lärare som har fast tjänst men inte är behöriga kan komplettera sin utbildning och ansöka om legitimation. Vissa grupper av lärare, som modersmållärare, yrkeslärare och Waldorflärare, behöver inte legitimation.

Björklund: Sveriges utbildningsminister, Jan i förnamn. Folkpartist precis som Mohamad. **GY11** är namnet på den inriktning av gymnasieskolan som gäller för de som började gymnasieskolan läsåret 2011/12 (och senare). Gy11 skiljer sig från den tidigare gymnasieskolan bland annat genom nya behörighetskrav till gymnasiet och betyg i skalan A-F.

3

Hur ser ditt drömsamhälle ut?

2

Varför har man inte satsat på läraryrket mycket tidigare, tror du?

Kommunalråd för Folkpartiet. Vill börja boxas. Ordförande i nämnden som bestämmer över alla de 750 miljoner kronor som går till gymnasieskolorna i Uppsala varje år.



Mohamad Hassan

1 SYFTET MED ALLA stora satsningar som Folkpartiet och regeringen har genomfört är att eleverna ska få ännu bättre lärare och skolledare. Förhoppningsvis kommer eleverna att märka att lärarna är bättre utbildade, har bättre ämneskunskaper och att studierna får en starkare koppling till universiteten och den senaste forskningen.

2 VI HAR UNDER lång tid pekat på bristerna, men vi satt då i opposition. Efter att Folkpartiet och Alliansen kommit till makten har vi genomfört stora utbildningsreformer. Vi har levererat allt vad vi lovade i valet 2006 på utbildningsområdet. Vår ambition är att den svenska skolan så småningom åter ska tillhöra världens bästa. Jag tror att vi är på väg dit tack vare Folkpartiet och Alliansen.

3 ETT DEMOKRATISKT, INTERNATIONELLT, öppet och tolerant samhälle. Det ska genomsyras av ekonomisk, social och miljömässig hållbarhet. Individen ska ha rätt att bestämma själv över sitt liv och sina livsval, oavsett funktionsnedsättning, kön, ålder, etnisk tillhörighet, religion eller sexuell läggning. I mitt idealsamhälle har vi tillgång till gemensamt finansierad vård, inklusive tandvård, och gemensamt finansierad utbildning som är lika för alla. Hemlöshet och social utslagning ska inte existera, och det ska vara lätt att vara företagare.

Gottsundabo och med i Socialdemokraterna sedan över 30 år. Spelar volleyboll och kan hantera en motorsåg.



Ulrik Wärnsberg

1 DET TAR NÅGRA år innan det märks helt. Det första är att lärare som anställs nu måste ha behörig lärarutbildning för att få **lärarlegitimation** och rätt att sätta betyg. Lärare som redan är anställda men som saknar rätt behörighet måste komplettera för att få sätta betyg.

2 REDAN VÅREN 2006 tillsatte S-regeringen en utredning för legitimering av lärare. När Alliansen vann valet valde **Björklund** att avbryta utredningen för att starta en ny. Därför har frågan om lärarlegitimation försenats, precis som med förändringen av gymnasieskolan. Det fanns ett färdigt beslut och alla lärare arbetade med att införa en ny gymnasieskola, GY07. Då valde Björklund att avbryta allt och i stället starta en ny utredning, **GY11**.

3 ETT SAMHÄLLE MED fria, jämlika och jämställda individer, där alla har möjlighet att förverkliga sina bästa stämningars längtan. Drömmen om framtiden ska inte vara beroende av om man har fötts av rika föräldrar eller inte.

**SARA HÄGERSTRÖM**

Är: vice distriktsordförande
i Moderata ungdoms-
förbundet.

Gör: Pluggar på universitet.

Ålder: 18 år

Inte nästa statsminister

SPRID MOT RASISM

Sprid är Sveriges just nu största samarbete mot rasism med 26 organisationer i ryggen. Under ett års tid ska Sprid ge ungdomar verktyg och metoder för att stå emot rasism. Ungdomarna blir utbildade av organisationen PeaceWorks och Driv. Det rör sig om tio utbildningar på tio orter, däribland Uppsala.

I utbildningarna ska deltagarna lära genom att göra. Ungdomarna ska bli säkra på sina egna kunskaper och kunna driva egna projekt så att antirasismen sprids till fler.

– Vi såg vilken effekt utbildningen gav deltagarna i form av självförtroende och kompetens att driva projekt, säger Joëlle Golmann, projektledare för Sprid.

Du blev utsedd till Sveriges nästa statsminister i Brunchrapporten i P3 i somras. Hur var det?

– Vi fick göra några uppdrag, prata i radio och höra politiker hålla tal. Självt skulle jag inte vilja bli statsminister, jag skulle inte klara av pressen att ha ansvar över Sverige. Jag vill hellre ha möjligheten att påverka samhället och leva ett vanligt liv.

Hur ser en vanlig dag ut för er på MUF?

– Just nu är det inte så mycket men under valrörelsen är det konstant med folk på lokalen, från tidigt på morgonen till sent på kvällen. Det finns olika sätt att engagera sig, vi har bland annat talarkvällar när politiker eller personer från företag kommer och talar. Vi pratar även

om media, hur vi syns ute på internet och bland de sociala medierna.

Vad är drömmen ni siktar mot nu?

– Vi ska till exempel ha kampanjer i gymnasieskolor och på universitet.

Finns det något du vill ändra på?

– Jobbfrågan är viktig för så många och en fråga som vi driver hårt. Jag vill göra det enklare att anställa unga människor, det finns så många lagar som gör att unga ställs utanför arbetsmarknaden. Det skulle göra det enklare att ha jobb utanför skolan eller efter skolan. Vissa orkar inte plugga efter gymnasiet.

Text: Nadia Chache

Foto: Ellen Pan

Debattartiklar skickar du till politik@word-uppsala.se

DEBATT



Hej!

Mejla din debattartikel till politik@word-uppsala.se

MITT NAMN ÄR Nadia Chache och jag har nyligen blivit krönt till samhälls- och politikredaktör på Word.

Här där jag står kommer det att finnas plats för debattartiklar. Vill du, din förening eller organisation skriva av er om vad som helst? Det behöver inte röra sig om partipolitiska åsikter utan kan lika gärna vara tankar om något ni vill förbättra inom något område – kanske teater, sport, en skolförening.

I Word har ni chansen att nå Uppsalas gymnasieungdomar med ert budskap. Hälften av eleverna läser Word (enligt läsarundersökning, maj 2011)! Gör er röst hörd och gör ungdomar engagerade – hör av er!

Med vänliga hälsningar
Nadia Chache

Det finstilla: Ni skriver, vi väljer. Vi tar bara in inlägg som är skrivna av unga. Inlägg som handlar om saker som är aktuella för unga i Uppsala har företräde. Maxlängd är 2000 tecken inklusive mellanslag. Redaktionen kortar för långa inlägg och gör språkliga korrigeringar men ni får alltid godkänna det som publiceras.

Dröm fram möjligheterna

I NATT DRÖMDE jag om en förtrollad marinblå himmel, fylld med stjärnor, mjuka moln och planeter som man kunde nudda vid med fingertopparna.

Jag såg Saturnus, Venus och Gallifrey.

Mina ögon drogs till en skimrande guldfisk uppe bland galaxerna. Den var enorm. Större än en kaskelot med ett orange skimmer, den simmade försiktigt runt i cirklar. Jag tog sats och hamnade på ett av molnen, började sakta att stega mot den gudalika varelsen. Dess fjäll glittrade, ögonen var svarta men vänliga.

Den tittade mig rakt i själen, log och vände sig sedan bort för att röra sig mot horisonten.

JAG VISSTE INNERST inne att detta var min framtid, i form av glittriga fjäll och vänliga ögon. Så mina ben och min nyfikenhet tog mig närmare och närmare fisken, som tog upp sin fart och till slut försvann bort bland planeterna.

DETTA FICK MIG att inse att hur man än jagar sin framtid får man inte mer än en glimt av den.

Vi kan omöjliga få veta hur den kommer att se ut, för då har vi ingenting att jobba för. I stället skulle vi bara sitta på våra armlen och vänta på att saker och ting ska hända.

Så låt oss vara blinda, låt oss ha någonting att drömma om. Låt oss måla de kommande dagarna, månaderna och åren med tankepenningar, möjligheterna är oändliga.

**Nora
Segerdahl**

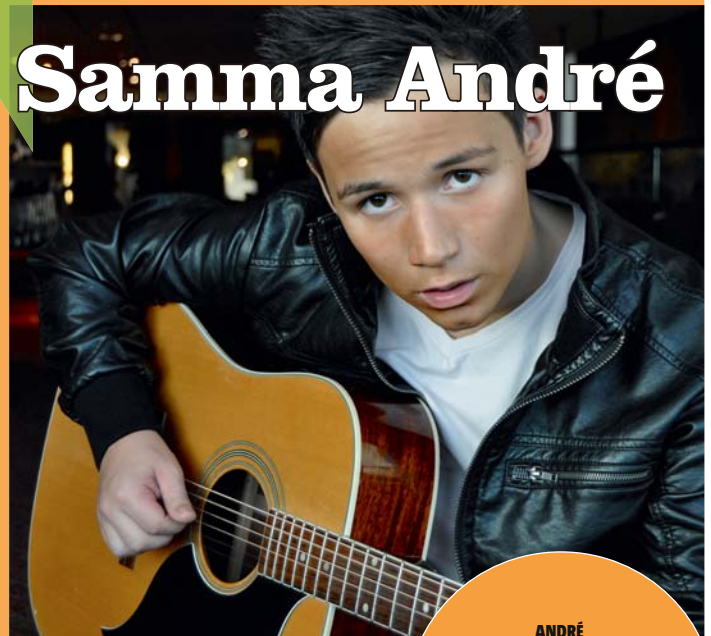
om framtidsdrömmar



ANDRÉ ZUNIGA ASPLUND:

Det är lite jobbigt att folk tror att jag ändrats som person efter Idol. Det har jag inte!

Samma André



**ANDRÉ
ZUNIGA ASPLUND**

Född: 1994 (17 år).

Gör: går i vanliga fall på Ekebygymnasiet.

Aktuell: I Idol.

Varför tror du personligen att du kommit så långt i tävlingen?

– Jag vet faktiskt inte, folk gillar väl det jag gör. Att jag sjunger bra och kan min grej.

Vad är dina drömmar inför framtiden?

– Drömmen är väl självklart att jag ska ha lyckats inom musiken. Jag hoppas på att slå stort. Om 10 år hittar ni mig i Hollywood!

Kommer framtiden vara annorlunda med skola, framtid och karriär beroende på vilken plats du hamnar på i Idol?

– Ingen aning. Antagligen. Jag vet inte alls vad som händer efter Idol. Nu är jag här och man är ganska isolerad här. Så fort man rör sig ute är det någon som känner igen en, och, javisst, det är jätteroligt, men det är lite jobbigt att folk tror att jag ändrats som person efter Idol. Det har jag verkligen inte! Jag är fortfarande André.

Hur kom du på tanken att söka till Idol?

– Jag hade inte alls tänkt söka! Det var via min kompis som jag egentligen bara skulle följa med och heja

på när han skulle söka. Sedan tjuvade han jättemycket på mig och målade upp bilder med André i Idol 2011! Jag kände inte alls att Idol var min grej. Men ja, jag sökte och det gick ju faktiskt bra!

Om du får önska dig en enda grej, vad skulle det då vara?

– Fred på jorden!

Dina positiva och negativa sidor?

– Mina positiva sidor är att jag tycker om att vara mysig! Jag är väldigt social och jag är alltid glad! Hmm.. Negativa sidor? Haha, jag har inga. Men en negativ grej kan vara att jag är alldeles för trött på morgonen. En annan grej är att folk som inte känner mig tror att jag är en väldigt kaxig person, vilket är jättetråkigt, för det stämmer ju inte!

Text: Johanna Norling

Foto: Ellen Pan

5 snabba: Sommar/Vinter • Singel/Förhållande • Dag/Natt • Hemmakväll/Fest • Blondiner/Brunetter.



Gå direkt till länken genom att hålla kameran i din smartphone mot den svartvit-rutiga rutan. Du behöver valfri app som kan läsa QR-koder.



Sidan 4




Spellista på
[open.spotify.com/
user/tidningenword](https://open.spotify.com/user/tidningenword)



Sidan 11



[word- uppsala.se/
skolmat](http://word- uppsala.se/skolmat)



Sidan 17



[myspace.com/
agentattitudehc](https://myspace.com/agentattitudehc)




Spellista på
[open.spotify.com/
user/tidningenword](https://open.spotify.com/user/tidningenword)



[reverbnation.
com/badreview](https://reverbnation.com/badreview)



[myspace.com/
therockmotion](https://myspace.com/therockmotion)



[myspace.com/
officialrawa](https://myspace.com/officialrawa)



Sidan 23



[word- uppsala.se/
radio](http://word- uppsala.se/radio)



Sidan 27




uppsalaparkour.se

WORD




[facebook.com/
tidningenword](https://facebook.com/tidningenword)




[open.spotify.com/
user/tidningenword](https://open.spotify.com/user/tidningenword)



word- uppsala.se



word- uppsala.se/apu



GRAND!

ARRA
hos oss kan du göra en stödgala,
modevisning, konsert, ditt projektarbete
eller vad du vill...

RIGGA
med ljud och ljus teknik. Vi lär dig mer...

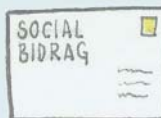
GIGGA
spela hos oss.

DIGGA
kom och se bra band flera dagar i veckan.

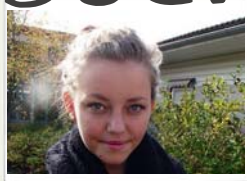
SMARRA
på vårt café. Öppet må ti on kl 18-22.

Adress: Trädgårdsgatan 5
Telefon: 018-727 51 83
Öppettider Café: mån-ons kl 18-22
Hemsida: www.grand. uppsala.se
Facebook: Familjen Grand

KONSERTER / DANS / MÖTEN / CAFÉ / FRI SCEN / 100% DROGFRITT



Vad undrar du om socialen i Uppsala?



malin Larsson hansson, 16 år
varför kostar vård av barn och ungdomar så mycket?



mikaela nordin, 16 år
vad gör socialen för att hjälpa unga som har det svårt hemma?



Den vård och behandling som barn och unga med svåra sociala problem, missbruk, kriminalitet, eller svåra psykiska problem får måste vara individuellt anpassad. Den får de på behandlingshem med få platser och specialutbildad personal eller i särskilt utbildade familjehem. Hög specialisering och få platser medför höga kostnader. Ofta en bra bit över 3.000kr per dygn. Därför försöker vi i första hand lösa så många problem som möjligt och ge olika typer av behandling på hemmaplan här i Uppsala.



För det första så måste socialtjänsten utreda alla anmälningar om missförhållanden i hemmet för att se vad det ligger bakom och vilken hjälp som familjen, föräldrarna eller barnen behöver. Sedan finns det en mängd verksamheter där ungdomar kan få hjälp med allt från drogproblem eller om man har varit utsatt för något brott. Mycket av den här hjälpen erbjuds genom kommunen, men det finns också hjälp att få från landstinget (som ungdomspsykiatri) och olika organisationer. Läs gärna mer på länken längst ner på sidan!



fakta om socialen

Individ- och familjeomsorgen i Uppsala kostar lite mer än gymnasieskolan (beräknas till 779 miljoner kronor 2011).

Det mesta av dessa pengar går till vård av barn och unga (409 milj) och en tredjedel är ekonomiskt bistånd - 251 milj, varav försörjningsstöd ("socialbidrag") är 204 milj. Resten handlar om vård av vuxna missbrukare.

Barn- och ungdomsvården kostar mycket i Uppsala jämfört med andra kommuner.

Uppsala kommun har som mål att färre barn och unga ska hamna på olika typer av hem genom att man tidigt ska ta itu med deras och/eller deras familjers problem (t ex drogproblem, psykisk sjukdom, kriminalitet).

jag har 11 miljard kronor! vad skulle du göra med så mycket pengar?

