

# WORD

# #38

SEPTEMBER 2013

AV UNGA, FÖR UNGA I UPPSALA

# 23

kreativa unga  
från Uppsala  
i tidningen

Klotterkonst

## Graffiti i Uppsala

Mode

## Giftiga kläder

Our Era

## De startade webshop

Tema

# Kreativt

Utbytesstudent

## Plugga utomlands

Guide

## Kom igång med musik

Hip hop

## Bring Down The Beat

Demo

## Above Supremacy

Word testar

## Motocross

Vilken konstnär är du?

**Läsplatser i city**

Axel och hans kjol

**Krönikor**

Här lär du dig spela

**Sara Granér**

Sommarlovsteater

**VILL DU SKRIVA OM**

**MILJÖ**  
**MODE**  
**POLITIK**  
**MAT**  
**SPORT**  
**HALSA**  
**FILM**  
**UPPSALA**  
**SEX**  
 ELLER KANSKE  
**FOTA?**  
**HÖR AV DIG**  
**VE TJA!**

**Av unga, för unga**

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

**Mejla**
[word@tidningenword.se](mailto:word@tidningenword.se)
**Smsa**

070 645 31 41


[facebook.com/  
gillatidningenword](https://www.facebook.com/gillatidningenword)

[tidningenword.se](http://tidningenword.se)
**WORD #38**

Tema: Kreativitet

**OMSLAGSBILD**

Lisa Broms

**SOMMARLOVSTEATER** – På Reginateatern

 har 16 unga arbetat fram en föreställning som  
sommarmjobb. Nu är det premiärdags.


33



9



8



20



36



41

#38  
INNEHÅLL

- 5 **Ungdom**  
Hampus är sin egen chef.
- 6 **Test**  
Vilken konstnär är du?
- 8 **Mode**  
Axels kjol och Anders svans.
- 9 **Mode**  
Dreads och Penny.
- 10 **Person**  
De startade webshop.
- 12 **Mode**  
Dina kläder innehåller gifter.
- 14 **Graffiti**  
Gatukonst med motstånd.
- 16 **Hälsa**  
Vi testar motocross.
- 18 **Skola**  
Ett år som utbytesstudent.
- 20 **10 kreativa**  
Morgondagens stjärnor.
- 30 **I stan**  
Här ska du sitta och läsa.
- 33 **Kultur**  
Sommarlovsteater.
- 36 **Kultur**  
Guide för att börja spela.
- 38 **Kultur**  
Bring Down The Beat.
- 39 **Kultur**  
Recensioner.
- 41 **Kultur**  
Demo: Above Supremacy.
- 42 **Utgång**  
Serietecknaren Sara Granér.

## Kreativiteten behövs

## 5

Inte-missa-  
händelser  
i höst

## Insparksfest!

Har du just börjat ettan på Skrapan, Fyris, Katte eller Rosendal? Grattis, du får gå på storslagen insparksfest arrangerad av kårerna på dessa skolor.

► Svandammskolorna,  
29 september

## Intressemessan

Inte nog med att vi på Word håller i en rolig workshop, det finns dessutom chans att träffa en massa spännande organisationer. Övertala din lärare att anmäla din klass! Flustret, den 15 oktober, är det som gäller.

► [boiu.se/intressemassan](http://boiu.se/intressemassan)

## In i centrum

16 ungdomar har jobbat fram pjäsen Omvägar som sommarjobb. Nu är det premiär! Läs om arbetet på sidan 33.

► Reginateatern,  
10–14 september

## Uppsalas inspiratör

Dags att utse Uppsalas inspiratör 2013 – någon som förändrar, inspirerar och engagerar, mellan 13 och 20 år. Vinnaren presenteras i nästa nummer!

► [läs mer på boiu.se](http://las-mer-pa-boiu.se)

## Barnrättsfest

Trots ordet är Barnrättsfesten i oktober även för ungdomar. Konsert med mer!

► [läs mer på boiu.se](http://las-mer-pa-boiu.se)

**SE DIG OMKRING.** Allt du ser, precis allt, är en produkt av kreativitet. Någon har planerat staden du befinner dig i, inrett rummet du sitter i, designat kläderna som du bär – vi är ständigt på jakt för att skapa något nytt.

Det händer ofta att vi förknippar kreativitet med konst. En del anser också att det är en talang, men kreativitet är mycket mer än så. Att vara kreativ innebär inte bara att måla eller rita, det innebär att ta vara på sin fantasi och använda det på ett nytt sätt.

Kreativitet är ingen unik talang, det är ett mänskligt medfött beteende, en förmåga som behöver tränas för att vi ska öka vår kapacitet inom precis allt, och det gör vi när vi tränar upp de förmågor som styrs av högra hjärnhalvan.

Högra hjärnhalvan rymmer helhetsuppfattning, känslomhet, kreativitet, intuition, orienteringsförmåga, bildförmåga och musikalitet. Vänstra hjärnhalvan rymmer analysförmåga, språkförmåga, matematik, logik och medvetande. Vi behöver utnyttja hela hjärnan maximalt.

**DEN VÄLKANDA HJÄRNFORSKAREN** Matti Bergström säger att hjärnans balans sätts ur spel när vi lägger för stor fokus på struktur och ordning. Han menar att kaos är en viktig komponent för hjärnans utveckling: pendling mellan kaos och ordning skapar kraft och kreativitet, fritt skapande är nyttigt och kan öka vår IQ.

Skolan är viktig för att vi ska få en grundläggande allmän utbildning, utveckla våra kunskaper och träna upp förmågor. Men en sak som är mycket viktigare än vi tror, en sak som inte riktigt tränas så ofta som den borde, är kreativiteten.

De flesta grundskolor har cirka en timmes bild, musik och slöjd per vecka – och det är allt. Om du har tur får du välja vilket tyg du ska göra din väska av på slöjden, men det är så långt det kommer att gå.

Vår fantasi används sällan och förmågor blir för det mesta otränade. Att skapa är ett sätt att träna kreativiteten, men bara några få timmar i veckan räcker inte.

**HJÄRNAN ANPASSAR SIG** efter hur den används, och en hjärna som inte är kreativ är en hjärna som är otränad.

Avslutningsvis skulle jag vilja säga att skolan behöver ha mer tid att träna elevernas kreativitet, eftersom den tid de har helt enkelt är för lite. Detta betyder inte att man måste ha tre timmars bildlektion, det finns andra sätt att träna högra hjärnhalvan. Varför inte utöka individuella val med fler ämnen – som drama eller musik – för gymnasieelever?



Aurin Rahman

om att öva hjärnan

Att vara kreativ innebär inte bara att måla eller rita, det innebär att ta vara på sin fantasi.

## KONTAKT

word@tidningenword.se  
Barnombudsmannen i Uppsala  
Kungsgatan 47a, 753 21 Uppsala  
018-69 44 99

sms: 070-645 31 41  
www.tidningenword.se

## ANSVARIG UTGIVARE

Lisa Skiöld  
lisa.skiold@boiu.se

## CHEFREDAKTÖR, LAYOUT, ANNONSER

Mårten Markne  
marten@tidningenword.se

## INFORMATION FÖR ANNONSÖRER

tidningenword.se/annons

## TRYCK ISSN

Wikströms 1654-0808

**WORD GÖRS AV** unga för unga. Word är en kanal mellan ungdomar i Uppsala: ett brett medium som ger en känsla för sammanhang och sammanhållning. Word vill förstärka ungas känsla av och insikt i att vara medborgare i Uppsala, och stärka deras möjlighet till inflytande och delaktighet i samhällslivet. Word är också en kanal mellan unga och beslutsfattare i kommunen i och med att Word innehåller samhällsinformation på ungas egna villkor och bjuder in till dialog.

Word har funnits sedan 2006 och läses av hälften av gymnasieungdomarna i Uppsala (2011). Läsarna är både killar (42 %) och tjejer (58 %). Word finns på alla gymnasieskolor i Uppsala samt på bibliotek, fritidsgårdar m fl ställen. Word ges ut av Barnombudsmannen i Uppsala, en ideell förening. Vi får stöd från socialnämnden för barn och unga samt utbildnings- och arbetsmarknadsnämnden i Uppsala kommun.

**MILÖ:** Word trycks av Wikströms som är Svanen-certifierat. Papperet heter Galerie art matt och uppfyller Svanens kriterier. Pappersproduktionen är klimatkompenserad.



## Redaktion

## Hur får du utlopp för din kreativitet?



**ANNA HALL**  
**FEATUREREDAKTÖR**  
anna@tidningenword.se

Skriver i min bruna anteckningsbok och bygger hus i The Sims.



**KARIN KARLSSON**  
**BILDREDAKTÖR**  
karin@tidningenword.se

Jag tar på mig kameran/kamerorna och ger mig ut på äventyr!



**LEILA SABZEVARI**  
**PR OCH DISTRIBUTION**  
leila@tidningenword.se

Skriver med föreställningen om att det är Nina Boraouis tankar jag är uppkopplad till.



**VICTORIA JANSSON**  
**KULTURREDAKTÖR**  
victoria@tidningenword.se

Skapar eller spelar något.



**MÅRTEN MARKNE**  
**CHEFREDAKTÖR**  
marten@tidningenword.se  
Genom att göra upp planer.



**ANDRÉAS VADIAN**  
**Fotograf**  
När jag faktiskt orkar röra på mig.



**ANTON ANDERSSON**  
**Skribent**  
Ritar/skriver mitt i natten med Red Hot Chili Peppers i hörlurarna.



**AURIN RAHMAN**  
**Skribent**



**ANDREA BYDING**  
**Skribent**  
Pysslar och pyntar med loppisfynd.



**ASMAÏT GEBREYOHANNES**  
**Skribent**  
Lyssnar på Jake Bugg och skriver.



**DANIEL ÅHLIN**  
**Skribent**  
Lagsportar!



**DONIA SALEH**  
**Skribent**  
Lyssnar på musik, skriver och dricker te ur kreativt målade koppar.



**FRIDA ERIKSSON**  
**Fotograf**  
Sätter igång lite Simon and Garfunkel och tar fram akvarellfärgerna.



**HANNA MARKSTRÖM**  
**Fotograf**  
Tar staffliet, låter känslorna styra och får förhoppningsvis fram något vackert.



**JASMINE SAMUELSSON**  
**Fotograf**  
Jag ritar på allt möjligt: tidningar, flingpaket, mjölkpaket.



**JOHAN JANSSON**  
**Skribent**  
En promenad på en alldeles stilla och tyst landsväg.



**LISA BROMS**  
**Illustratör**  
Målar medan jag lyssnar på något babbligt radioprogram eller musik.



**MARGARITA KALAFATI**  
**Skribent**  
Typ sätter igång musik, läser in mig själv i mitt rum och dansar hej vilt.



**OSKAR SABAH**  
**Skribent**  
Jag tar fram den gamla skrivmaskinen och låter pappersbladen bli offren för min kreativitet.



**REBECCA KARLÉN**  
**Illustratör**  
**Fotograf**



**SARA DUTTA**  
**Illustratör**  
Ritar eller skriver.



**SIRI GRENHOLM**  
**Skribent**  
När jag skriver länge, fast kort.

## DESSUTOM MEDVERKAR I DETTA NUMMER

Karl Carlsson, Linn Älvebratt, Lisa Lundström, Rebecca Karlén, Sara Fälting, Simona Pettersson.



# Sin egen chef

**HAMPUS JARHEDE:**

**Jag blev själv lite överraskad över hur lätt det var.**

Genom projektet Roligaste sommarjobbet har Hampus Jarhede under sommaren tillverkat och sålt smörknivar, osthyvlar, mobilfodral, kapsylöppnare med mera. **Roligaste Sommarjobbet, vad är det?**

– Det är ett projekt som ger unga möjligheten att pröva på att starta eget. Man får ett startkapital och en kick off-vecka. Efter kick off-veckan ska man ha en affärsidé och de resterande veckorna försöker man få sin affärsidé att fungera. Man har en coach att rådfråga, men man själv har ansvaret för att få sin idé att bli vinstdrivande.

**Bäst och sämst med jobbet?**

– Det bästa tycker jag helt klart har varit människorna man har jobbat med och träffat, föreläsare och handledare som har inspirerat och taggat alla till tusen. Det sämsta med Roligaste sommarjobbet var nog faktiskt att det var så kort, det var svårt att etablera ett företag på några veckor.

**Är det en bra grej för unga som vill starta eget företag?**

– Ja, det tror jag verkligen, jag tror att många unga inte vet hur lätt det faktiskt är att starta och driva eget. Man behöver inte mycket till startkapital eller kunskap för att få det att funka – jag blev själv lite överraskad över hur lätt det var. Det är lärorikt att vara sin egen chef och ta allt ansvar.

**Kommer du fortsätta?**

– Jag har tänkt fortsätta så länge jag har lust och har tid, men jag ser det mest som ett roligt och lätt sätt att dryga ut studentbidraget!

Text och foto: Karin Karlsson

**HAMPUS JARHEDE**

**Ålder:** 18 år.

**Går:** på Rosendal.

Har drivit företag genom Roligaste Sommarjobbet och säljer sina produkter på Kaleido i Uppsala.

HUR SER DITT  
DRÖM-  
ARRANGEMANG UT?

HÖR AV DIG TILL OSS  
SÅ HJÄLPS VI ÅT  
ATT GÖRA DET TILL  
VERKLIGHET.

GRAND

018-727 51 83

TRADGÅRDSGATAN 5

WWW.GRANDUPPSALA.SE

WWW.FACEBOOK.COM/GRANDUPPSALA



# Vilken ko

**Text** Sara Dutta och Lisa Broms

**Illustration** Lisa Broms

**Får du utlopp för din kreativitet genom mobilkameran, i skrivblocket eller kanske på staffliet – eller söker du ännu efter ditt uttrycks sätt? Gör vårt test och se vad du ska satsa på.**

**Ett litet barn har ritat en teckning till dig, hur reagerar du?**

- A Figuren i barnets teckning får en biroll i min nästa serie.
- B Jag tar inte emot teckningen, utan ger barnet ett sudd och försvinner iväg.
- C Jag tar genast fram mobilen och fotar teckningen, ger den ett filter och delar på Instagram. #cute #tack #picoftheday
- D Jag fixar en ram till bilden och hänger upp den.

**Vad dricker du till frukost?**

- A Avslagen cola från gårdagen.
- B Kaffe, svart som min själ.
- C Te, jag har fler sorter än vänner.
- D Mjölk, naturlig energi!

**Du har bestämt träff med en vän på ett kafé, men din vän dyker aldrig upp. Vad gör du?**

- A Jag sitter kvar tills kafét stänger, det enda positiva med det här är att jag har fått tid till att läsa klart min bok.
- B Vadå "vän"? Jag har inte tid för vänner.
- C Åh nej, nu har jag inget att lägga ut på Facebook. Jag får väl skriva en komisk tweet då.
- D Jag ringer upp vännen, och fall något har hänt rusar jag dit.

**Var vill du helst bo?**

- A Granne med ett spelföretag i Tokyo.
- B I en vindsvåning i Berlin.
- C I New York där jag försörjer mig som frilansfotograf.
- D På Norges landsbygd där jag har utrymme för en verkstad.

**Det lokala museet har anordnat en konsttävling med temat "fantasy". Vad bidrar du med?**

- A Teckningar där jag låtit min fantasi flöda fritt.
- B En abstrakt målning som betraktaren får försöka tolka själv.
- C Fotografier jag tagit i en mystisk skog.
- D Lerskulpturer inspirerade av Tolkiens fantasiväsen.

**Du har köpt en tröja men är missnöjd med hur den ser ut. Hur väljer du att göra om den?**

- A Jag ritar karaktärer på tröjan med en vattenfast tuschpenna.
- B Jag färgar den svart så klart.
- C Skriver mitt favoritcitat på tröjan med en glitterpenna.
- D Jag använder tröjan som ett förkläde.

# konstnär är du?



## A: Serienörden

Med penna och skrivblock i väskan är du redo att ta dig an nya utmaningar. Du sitter hellre hemma en helg och övar på att rita anatomi än att gå ut och hänga. Är det någon man ska fråga om TV-serier och japanska skräckfilmer så är det dig.

Trots dina djupa kunskaper om mångt och mycket kanske du bör överväga att spendera tid med dina vänner, ut och andas!

## B: Konstprettot

Konst för dig är inte simpelt. Teater och konstutställningar passar dig bättre än livliga festivaler. Du föredrar att läsa litterära mästerverk och poesi, hellre än populära ungdomsböcker.

Det är viktigare för dig att konsten har ett djupare budskap än att det ser välgjort ut. Illustrationer är inget för dig, du finner ro i att måla landskap. Detta kan dock få dig att verka pretentiös och självupptagen – slappna av och var inte rädd för att gilla den senaste radiomusiken.

## C: Appkonstnären

Mobilen och laptopen är dina viktigaste ägodelar. Dina största inspirationer är musik och mode, du hänger alltid med i de senaste trenderna. Du vet vilka färger och effekter som passar bäst ihop, vilket syns i dina fotografier och collage.

Men du väljer alltid att gå den säkra vägen. Våga ta risker och bry dig inte så mycket om din image!

## D: Funktionskonstnären

Med rätt verktyg och material i hand kan du åstadkomma mycket.

Du är jordnära som person och engagerar dig i många fritidsaktiviteter. Du tycker om konst som ger förändring, som att sticka mössor åt statyer och sätta upp hemmagjorda affischer i stan som väcker reaktion. Sy- och träslöjd är ämnen som passar dig utmärkt. Fast kom ihåg att allt inte måste uppfylla någon större funktion.



## Finta bort normerna

**HUR MAN ÄN** försöker så har man normer inpräntade i skallen, onödiga genusnormer som man ofrivilligt samlat på sig under sin uppväxt. Varför använder vi dem som en regelbok för vad som är mest "vettigt" och för vad som är pinsamt eller avvikande?

För att bekämpa detta kan man ju faktiskt försöka notera när man själv eller någon annan i ens omgivning bryter mot en norm på ett bra sätt. Detta gjorde jag en gång efter en shoppingrunda.

**JAG GÅR IN** i en liten affär nere på stan och frågar den medelålders expediten om det finns något glittrigt som man kan sätta på kläderna till en fest. Hon tittar lite konstigt på mig.

– Hmm, ja vi har ju den här. Men den är rätt feminin.

Hon tar upp en glittrig och stjärnformad brosch.

– Men det är ju ingen fel med det, tillägger hon snabbt.

Jag tackar nej och köper en glitterspray i stället, som jag ska spraya på min festskjorta.

**NÄR JAG KOMMIT** hem inser jag att expediten kommit på sig själv med att ha dragit en genuskliché och sedan smidigt fintat bort en dammig norm om vad killar i min ålder ska få ha på sig utan att det anses som konstigt.

Det finns något fint i det. Så le nästa gång du är med om något liknande.

**Anton Andersson**

om att ha på sig vad man vill



Modepylen

## Axels kjol

**AXEL HEMMINGSSON**

Ålder: 16.

Bor: Uppsala.

Går på: Rytmus i Stockholm.

**KJOLEN**

Från: Myrorna

### När började du använda kjol?

– Förra året i skolan, på högstadiet. Det var hen-debatten som fick mig att ta ta ställning. Min storebror använde kjol, det gjorde mig än mer positiv. Till en början var jag rädd för att folk skulle kritisera och titta konstigt. En del gjorde det, men det fick mig inte att avstå. Jag använder kjol oftare än byxor. Det är skönare, och det är ett sätt att våga stå emot könsnormerna.

### Varför tror du att det är ovanligt för killar att bära kjol?

– På något sätt är det skambelagt för en kille att vara "feminin". Kjolar och klänningar anses vara feminina, vilket jag tror är en stor anledning till att killar avstår. Jag skulle gärna ha klänning, problemet är att de oftast är formade mot min kroppsform. Egentligen borde det inte vara någon skillnad på tjej- och killkläder överhuvudtaget!

### Konstigaste reaktionen?

– Det var en som antog att jag var tjej, hen verkade dock bli upprörd över mina håriga ben i stället för kjolen. Men de främsta reaktionerna är nog stirrandet.

Text: Donia Saleh

Foto: Hanna Markström

## Modeprofilen: Anders Borg

**TYCKA VAD MAN** vill om både hans politik och hans arbete i regeringen men en egen stil har han. Finansminister Anders Borg kännetecknas av hästsvansen, ringen i örat och de rundade glasögonen, men han matchar dessa attribut med mörk kavaj och slips, det vill säga den typiska politikeruniformen.

Andra politiker på höga poster brukar inte utmärka sig på något särskilt sätt utan håller sig till kavaj eller dräkt och avskalade accessoarer. Här utmärker sig Anders Borg med sin version av politikerstilen och uppfattas ändå som pålitlig. Han har en personlig stil, och han behåller den inom sitt yrkesliv.

Kanske är han början på att vi i framtiden kommer få se riktiga modelejon, eller varför inte visual

kei, högt uppsatta inom politiken?

Kanske sticker det i ögonen hos vissa att han ser ut som han gör. Men en sak är i alla fall säker – det gör honom ihågkommen. För visst är det lättare att komma ihåg hans namn tack vare hans tofs?

Text: Victoria Jansson

Foto: Emilia Öjje







### David Engqvist

19 år  
Går på Livets Ord  
Tröja från Carlings  
Shorts från H&M  
Skor från Skopunkten  
Väska från Junkyard  
Penny från mrboard.se  
Var hittar du inspiration?

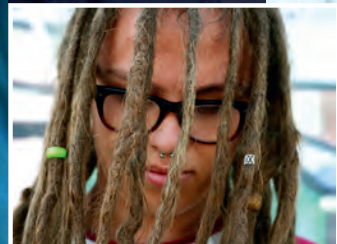
– Lite varstans, jag influeras mest av folk som har samma intressen.

#### Stilförebild?

– Oj kanske Jake Luhrs från metalbandet August Burns Red. Han har en najs stil.

#### Vad är viktigt för dig när det kommer till kläder?

– Att jag är bekväm i dom, resten är oviktigt. Att vara bekväm är att vara lycklig.



# Stil

Foto: Hanna Markström



ANNA HALL

Text

PETER STAHR/POPMANI

Foto

**Jennifer Törmä och Johanna Nyberg har lyckats med det som många drömmer om – att skapa en egen kreativ plattform redan i unga år. Our Era heter deras webshop och där säljer de retroinspirerade kläder.**

# Vår tid är här och nu

**P**

**Å EN KVÄLLSKURS** i mönsterkonstruktion möttes Jennifer Törmä och Johanna Nyberg. Det gemensamma intresset blev början till en ny vänskap.

Som nybakade studenter bestämde sig de två ambitiösa Uppsalaborna för att på något sätt få utlopp för sin kreativitet. Förkärleken för 60- och 70-talsvintage gjorde dem sugna på att öppna en second hand-butik. Sagt och gjort, butiken döpte de till Our Era. För att nå ut till så många som möjligt så bestämde de sig för att starta en webshop.

**DE HÄR TVÅ** tjejerna har, likt många andra, nyttjat internet och de sociala medierna för att optimera sina chanser att etablera sig. De använder Facebook och Instagram för nå ut till likasinnade. Den kulturengagerade ungdomen har, som kanske aldrig förr, möjlighet att utveckla det egna varumärket och göra sig ett namn på egen hand.

Namnet Our Era är kanske representativt för den generation som växer upp nu. Vi ser inte bara ser möjligheter, utan skapar dem själva. Tjejerna har genom sin webshop skapat en plattform för kreativitet, potentiell karriär och sina intressen – som återanvändandet av gamla kläder.

**JENNIFER OCH JOHANNA** är överens om att andrahandsshoppingens fördel är att den inte skadar miljön i kontrast till de massproducerande förstahandskedjor som många unga väljer att handla hos.

– Vi tycker även att det med second hand-kläder är lättare att sätta en person-

lig prägel på sin stil, berättar tjejerna.

Till webbshopen tillverkar de dessutom bland annat egna kläder, tygväskor och illustrationer.

Johanna gör egna tryck och ritade väldigt mycket under sin gymnasietid på Katte. Viktig musikinspiration får hon av Bob Dylan – något som avspeglas i hennes populära tygpåse med Bob Dylan-print som kan beskådas lite här och var på Instragram-feeden. Till hösten har Johanna kommit in på Beckmans Designhögskola i visuell kommunikation, och har spenderat senaste året på deras kvällskurs.

Jennifer gick designprogrammet på GUC och syr kläder av färgglada tyger med mönster. Även här märks Our Eras miljötank då Jennifer ofta syr om second hand-plagg och gamla tyger, hon modifierar dem och de blir som nya.

– Om jag inte syr på ett tag blir jag rastlös, det är som terapi för mig, berättar Jennifer.

**OUR ERA ÄR** bara en metod av många för Jennifer och Johanna att ge uttryck för sin kreativitet. Att filma, rita, måla, lyssna på musik och tumbra är viktigt för dem, även i perioder av skolstress och press.

Drömmen är att kunna öppna en Our Era-butik någon gång i framtiden och att vidareutveckla konceptet genom att inkludera fler konstnärer och formgivare.

Jennifer och Johanna råder unga till att inte undvika utmaningar; under ungdomsåren vågar man som mest.

– Om man verkligen vill något så ska man bara göra det, tro på sig själv och ha tålamod, säger Jennifer.



Om man verkligen vill något så ska man bara göra det, tro på sig själv och ha tålamod.

**OUR ERA**

**År:** Jennifer Törmä, 23 år, och Johanna Nyberg, 22 år.

**Gör:** designar och driver webbshop.

**www:** ourera.se

En stor del av textil- och klädindustrin går hand i hand med miljöförstörelse. Men människors och naturens lidande är inte en förutsättning för att du ska kunna vara moderiktigt klädd. Det finns alternativ som bara väntar på att du ska välja dem.

**Text** Asmait Gebreyohannes

**Foto** Jasmine Samuelsson

# Gifter i kläder kan skada dig och miljön

Tänker ni på att det förekommer giftiga ämnen i klädproduktionen när ni går och handlar?



**Robin Holmqvist**  
16 år

– Nej, det första man tänker på när man köper kläder är hur de ser ut och hur de passar.



**Anna Högröm**  
19 år

– Ja, men i slutändan brukar det ändå vara kläderna i sig som avgör om man köper dem eller inte.



**Ronja Tiba**

– Jag vet att det brukar finnas giftiga kemikalier i regnkläder och liknande, men oftast är det inte det som är viktigast när man handlar.



**Tina Ericsson**  
19 år

– Jag var inte medveten om att det fanns gifter i kläder, men jag tror att folk bryr sig mer om klädernas utseende och kvalitet.



**Maja Riis**  
16 år

– Nej. Jag visste inte att det användes gifter i våra kläder. Trots det är det nog plaggens utseende och passform som spelar störst roll.

**D**ET ÄR KÄRLEK vid första ögonkastet och du beslutar dig för att se hur väl den kan pryda din kropp.

Ljuset i provhytten lyckas framhäva tröjans fantastiskt fina mönster och *baam!* – en modellsnurr senare och du är som betuttad i dess oklanderliga skönhet. Trots att det skriker ”plånbokstortyr” om prislappen köper du tröjan, för det är väl inte hela världen tänker du.

Många företag, stora som små, försöker sammanföra hög kvalitet och låga priser så gott det går. Och ett sätt att göra det är att använda kemikalier, ofta giftiga

sådana, i produktionen av textilerna. Men hur många kemikalier används egentligen för att producera våra kläder, och varför?

Sofia von Post på Greenpeace svarar:

– Det är jättesvårt att säga exakt hur mycket och vilka kemikalier som används vid klädtillverkning eftersom det är långa och komplicerade produktionskedjor, och informationen minskar ju längre ner i kedjan man går.

– De flesta kemikalierna används i slutet av tillverkningen när kläderna ska färgas, blekas, tvättas, tryckas på osv. Svenska

kemikalieinspektionen har uppskattat att det finns över 10 000 kemikalier bara för färgning och tryckning.

**NU STÅR DU** hemma i hallen och granskar ketchupfläcken på det nya tillskottet till garderoben och det är hög tid att tvätta tröjan för första gången. Det som då sker är att en stor del av de kemikalier som finns i plagget tvättas ur och blir skadliga för vattenlevande organismer.

– Ju mindre nya kläder vi konsumerar desto mindre kemikalier används i produktionen så på så sätt är det bättre att handla

## Visste du att ...

... kemikalier som finns i våra kläder kan:

- rubba hormonsystem
- ge nedsatt fortplantningsförmåga
- påverka hjärnans utveckling hos barn
- orsaka hudirritation
- vara cancer- och allergi-framkallande

... den genomsnittliga kemikalieåtgången är mellan 0,8 och 1,9 kilo kemikalier per plagg?

... kemikalier som är förbjudna att användas vid klädproduktionen inom EU kan importeras i form av kläder, som i sin tur säljs på den svenska marknaden? ... "cocktaileffekten" innebär att kemikalier som är ofarliga var för sig kan bli giftiga i kombination med andra kemikalier?

... den världsomfattande kemikalieproduktionen har ökat med ca 4000 procent på 50 år?

Läs mer [www.kemi.se](http://www.kemi.se)

## Gröna listan

Dessa företag inom modebranschen har lovat att få bort alla giftiga kemikalier ur samtliga produktionskedjor till år 2020 Nike, Adidas, Puma, H&M, Marks&Spencer, C&A, Li-Ning, Zara, Mango, Espirit, Levi's, Uniqlo, Benetton, Victoria's Secret, G-Star Raw, Valentino.

Läs mer: [greenpeace.org](http://greenpeace.org)

second hand än att köpa nytt, säger Sofia von Post.

Alltså är begagnade kläder bättre ur kemikalieperspektiv eftersom naturen inte utsätts för lika mycket kemikalier som den gör om kläderna är nyproducerade.

När vi i Sverige köper nyproducerade kläder uppmantras företagen att fortsätta använda dessa kemikalier. Men situationen förbättras nödvändigtvis inte av att bojkotta de klädföretag som använder giftiga kemikalier, eftersom det skulle resultera i att de som tillverkar kläderna förlorar jobben.

## Tröja med tryck

Innehåller cancerframkallande ämnen

Innehåller ämnen som kan leda till sterilitet

Skadligt för vattendjurlevande organismer



I plasttryck kan det finnas mjukgörande ämnen, som ftalater, vilka är hormonstörande och cancerframkallande. Dessa ämnen kan även bidra till nedsatt fortplantningsförmåga hos både människor och djur. När kläderna slits sprids ämnena till inomhusdamm som vi andas in, och till maten vi äter. När kläderna tvättas kommer ämnen ut i vattnet.

Läs mer: [naturskyddsforeningen.se](http://naturskyddsforeningen.se)

## Läderväska

Cancerframkallande för arbetarna

Stor miljöpåverkan

Fara för dig som bär plagget



När läder tillverkas använder man ofta frätande kemikalier, som exempelvis krom. Krom kan orsaka andningssvårigheter och leda till olika typer av cancer för arbetarna om de inte har tillräckliga skydd. Stora delar av produktionen görs för hand. Företag påskyndar produktionen av läder genom boskapsuppfödning där djuren slaktas för skinnets skull. Boskapsuppfödningen har negativ inverkan på miljön genom att skogs skövlas för att bli betesmark.

Läs mer: [radron.se](http://radron.se)

## Jeans

Cancerframkallande för arbetarna

Innehåller cancerframkallande ämnen

Innehåller allergiframkallande ämnen



I jeans finns ofta tungmetaller som kan leda till allergi och cancer. De plagg som har blekts genom sandblästring är värst då de som tillverkar kläderna riskerar att drabbas av ett livshotande tillstånd kallat stendammslunga, som innebär minskad lungkapacitet. Sandblästring utgör ingen risk för den som bär plagget eftersom sanden tvättas bort.

Läs mer: [radron.se](http://radron.se)

## Så vad kan vi konsumenter göra för att förbättra arbetarnas villkor?

– Vi kan berätta för företagen vad vi tycker om att massa gifter används vid klädproduktionen, arbetarnas löner och hur de behandlas, genom att prata med de som säljer kläderna, skriva på upprop, mejla huvudkontor, kommentera på företags Facebooksidor och så vidare. Företagen lyssnar på vad deras kunder tycker! Vi kan också välja att köpa ekologiskt och fairtrademärkt i stället, säger Sofia von Post.



# Gatukonst med

**Graffitin finns nästan överallt i samhället, men är fortfarande inte riktigt accepterad. För den som är ung och vill lära sig graffiti i Uppsala är det svårt.**

**Text** Oskar H Sabah

**Foto** Mårten Markne  
och Rebecca Karlén

**VI HAR ALLA** sett graffiti någon gång, må det vara en ”tag”, ett porträtt eller en stor målning som vill förmedla en fräsch, ny tanke. Graffiti finns nästan överallt. Var går linjen då, linjen mellan det vackra, de moraliska frågor som målare vill framföra och vandaliseringen i samhället?

I Uppsala har denna debatt pågått under flera år, och med ett tveksamt mottagande från allmänheten är det ganska svårt att göra graffiti till en viktig punkt i samhällsdebatten.

Allt som målas utan tillstånd räknas som klotter och kommunens policy är att det ska polisanmälans och tas bort inom två dygn. Just nu finns det ingen vägg i Uppsala dit ungdomar kan åka regelbundet för att måla. De väggar som finns ligger i Knivsta eller Stockholm, och för en ungdom är det svårt att regelbundet ta sig dit.

**ANDREAS PETERSSON** ÄR graffiti-veteran och Uppsalabo med ett stort hjärta för graffiti. Sedan 1989 har han haft ett enormt intresse och som en av de som räddades från de ”dåliga vägarna” i livet tack vare sin kärlek för sin konstform, ger han i dag tillbaka till sin passion genom att försöka lysa ett starkt ljus på graffiti.

Till vardags är Andreas Pettersson vaktmästare på Sävjaskolan. Hans senaste projekt var att putsa upp skolan genom graffiti-målningar på elevskåpen i olika teman – rymden, öken och annat.

**Vad betyder graffiti för dig?**

– Graffiti är någonting som verkligen räddade mig från de ”dåliga vägarna” i livet. Graffiti generellt är en konstform och har ingenting med klotter att göra.

**Hur har synen på graffiti ändrats?**

– Otroligt mycket, nu kan man träffa äldre i Uppsala som tycker att målningarna i en tunnel är jättesnygga. Dessutom är det kul att rektorn på Sävjaskolan har pushat för att graffiti ska finnas i skolorna.

**Hur är det för ungdomar som skulle vilja lära sig måla?**

– För tillfället är det ganska svårt jämfört med andra ak-

**Skulle du vilja måla på lagliga väggar?**

– Ja, absolut. Det är inte bara jag utan en mängd andra ungdomar med i Uppsala som saknar en vägg att måla på. Finns det möjligheter att lära sig att måla på vägg i Uppsala?

– De är minimala. Workshops är vanligt men de finns bara ibland och med få platser. Om du skulle jämföra med andra aktiviteter som har många intresserade, så är det helt minimala möjligheter för graffiti.

Allt som målas utomhus som man inte har tillstånd till räknas som klotter, oavsett var det målas och oavsett

## Graffiti

Graffiti blev erkänd som en konstform under 80-talet när konstnärslegendaren Andy Warhol tog den unge graffiti-målare Jean-Michel Basquiat under sina vingar. Även om konstvärlden har accepterat graffiti som en konstform ändrar det inte på gamla tankesätt, där graffiti är någonting som är kontroversiellt och högst olagligt.

## Klotter

Allt som målar/ritas utomhus som man inte har tillstånd till räknas som klotter, oavsett var det målas och oavsett hur snyggt det är. Har man tillstånd räknas det som graffiti.

I Uppsala kommun ska allt klotter tas bort inom 48 timmar och klottret anmäls till polisen.

Källa: Uppsala kommun

**Om du skulle jämföra med andra aktiviteter som har många intresserade, så är det helt minimala möjligheter för graffiti.**



Sara Algoz efterlyser möjligheter att lära sig måla graffiti i Uppsala.

– Graffiti har dominerats av killar. Det betyder inte att det finns duktiga kvinnliga målare, det är bara synd att det ska vara svårare för kvinnliga målare att bli igenkända, säger Andreas Pettersson.

**17-ÅRIGA SARA ALGOZ** är en av alla unga i Uppsala som har graffiti som sitt intresse. Hon säger att killarnas stora dominans inom graffiti gör det svårt för tjejer att lära sig. Man behöver vara envis och kämpa hårt.

– Graffiti är. Har man tillstånd räknas det som graffiti. Med den definitionen är klotter ett stort problem i Uppsala, och tidskrävande, enligt Uppsala polisens pressansvarige Christer Nordström. Under 2012 gjordes 1088 anmälningar om klotterskador i Uppsala län.

– Människor blandar ihop termerna graffiti och klotter. Polisen hanterar endast klotter, sedan vet man ju inte vad allmänheten ser som klotter, säger Christer Nordström.

# motstånd



Andreas Pettersson är graffitiveteran i Uppsala och har nyligen målat skåpen i Sävaskolan.

## Hånter du åt TV-shop?

VI ÄR MÅNGA som skrattar åt TV-shop och dess försök att kränga på oss träningsutrustning till fantastiska erbjudanden. Men vi kan hänle så mycket vi vill – uppenbarligen finns det en marknad, och den så stor att det finns pengar att hyra in kändisar med kritvita leenden. Vi köper för att TV-shop precis som många andra företag upptäckt och utnyttjat den mentalitet vi i dag verkar alltmer fästa vid: om något inte är kul är det inte värt att göra.

Med den mentaliteten – är det verkligen konstigt att TV-shop lyckas kränga vibrerade magbälten, fettförbrännande byxor och cellulitborstar?

TRÄNING ÄR INTE kul. Ibland kommer det att vara kul, särskilt om du hittat en träningsform du gillar – men långtifrån alltid. Det kommer att komma stunder då du hellre slappar på soffan, umgås eller spelar TV-spel. Men let's face it: livet behöver kontraster. Nej – livet är kontraster. Vatten kan bli läsk, en dusch en smekning och din fåtölj en skänk från ovan. Det är det du som bestämmer.

Du kan hitta en fysisk aktivitet som du fullkomligt älskar, som du tror att du aldrig kommer få nog av. Men likt förbannat kommer stunder när du vill göra något mer soft och knappast gör vågen i extas över att behöva ta cykeln i skitväder till simhallen eller elljusspåret.

TV-shop kommer du fortsätta att skratta åt. Men det har du fan rätt till också.

**Daniel Åhlin**  
om vibrerande magbälten



# Lera, blod

## Testpatrullen



**VICTORIA  
JANSSON**  
Text



**ANDRÉAS  
VADIAN**  
Foto



**JOHAN  
JANSSON**  
Text

**Motocross är dyrt och kräver utrustning – men är också riktigt roligt. Följ med när Word testade att åka motocross i regn och lera.**

## Motocross innebär fart och en känsla av pirr. Det är en riktigt krävande sport.



**TORBJÖRN ASPLUND**  
Motocrossåkare, 56 år  
**ROBIN ASPLUND**  
Motocrossåkare, 25 år

## 3 frågor

**Vad är det bästa med att köra motocross?**

**R:** Spänningen och farten.

**T:** Adrenalinkicken.

**Hur började ni köra?**

**T:** Min farbror var juniormästare och jag följde med honom några gånger och motorintresset växte.

**R:** Ja, genom pappa började jag själv köra. Så är det ofta, att man följer med en förälder och växer upp med motocross.

**T:** Bland dem som är yngre ser man ofta att

hela familjen är med och stöttar.

**Finns det nackdelar?**

**R:** Det är dyrt, tidskrävande och om man inte har körkort själv så behöver man någon som ställer upp och skjutsar. Det är ju inte som att ta cykel till innebandyträning precis, man behöver hjälp i början.

**T:** Och att man blir skadad.

**R:** Man behöver underhålla crossen också och det kräver att man kan mecka lite själv. Annars finns det ställen där man kan lämna in crossen.

## Sporten

Motocross, även kallad MX, är en motorsport som körs med motorcykel på kuperad grus-, sand- eller jordbana i höga farter med eventuella hopp vilket ger spänning och adrenalin, men kräver därefter kontroll och färdighet från föraren. Det är en populär motorsport i Sverige sedan mitten av 1900-talet.

## Komma igång

En cross är en dyr investering och det är klokt att börja med att låna en cross. Utrustning ska bestå av hjälm och annan viktig skyddsutrustning. Tid är en viktig resurs då mycket av arbetet sker utanför banan. Utrymme och transportmedel behövs. Och kolla vad dina försäkringar gäller!



# och fartkänsla



Word testade att åka motocross i lera och ösregn. Trots mängden skydd man behöver uppstod en del skador ...

## WORD TESTAR: MOTOCROSS

**MOTOCROSS KRÄVER MYCKET.** Förutom envishet, eftersom det är svårt att lära sig köra, kräver motocross bra kondition men också styrka i bland annat ben, armar och rygg. För oss tre i testpatrullen var det väldigt kul, spännande – och lerigt.

Crossen är väldigt tung och som nybörjare är det svårt att lära sig starta, särskilt om man inte har kört moped tidigare.

Men innan man kan kicka igång är det en hel del förbere-

delser. Det ska fixas med cykeln och sedan behöver man en hel hög med utrustning.

**VI HADE STÄMT** träff med Torbjörn Asplund som sitter i styrelsen för SMK Uppsala. Jag, Johan och Andréas fick testa olika kläder och skydd hos familjen Asplund: knäskydd, njurbälte och hjälm för att bara nämna några. Skydd är väldigt viktigt, det är bättre att lägga mer pengar på det än

att sedan få ångra sig vid en olycka, sa Robin Asplund, son till Torbjörn Asplund.

På vägen till banan duggade det lite, men det var bara början – när vi väl kom fram öste regnet ner. Regn i kombination med jordbana innebär halka och tvätt av både cross och kläder, då leran fastnar överallt.

Motocrossförare brukar strunta i att åka i regn, men för oss tror jag att det blev extra roligt just tack vare vädret. Ju

fortare man åkte desto lättare blev det att styra och leran släppte lättare av däckets. Men väderläget gav Andréas ett minne för livet i form av ett sår efter en vurpa.

**MOTOCROSS INNEBÄR FART** och en känsla av pirr. Det är en riktigt krävande sport – en sport som har kommit i skymundan, vilket är väldigt synd då fler borde få möjlighet att testa.

Victoria Jansson

# Att plugga ett år

Att gå på skola i ett annat land ett helt år och bo hemma hos en familj som talar ett annat språk – hur är det? Vi ska följa Klara, Alexandra och Sara från Uppsala under deras år som utbytesstudenter. Här berättar de om hur de tänker före resan.

**Text** Andrea Byding **Foto** Karin Karlsson

**I nästa nummer**

Klara, Alexandra och Sara berättar om hur de första månaderna har varit i Australien, USA och Kanada.



Klara Jonsson

17 år, Rosendal  
Åker till Australien med STS

**Hur fick du idén att ta ett utbytesår?**

– Jag fick hem en massa kataloger när jag gick i nian och tyckte att det verkade kul.

**Hur bestämde du dig?**

– I ettan ville jag verkligen åka, så när jag hörde att en kompis skulle göra det så bestämde jag mig. Och nu ska hela kompisgänget åka, fast till olika ställen.

– Jag visste att jag ville till ett engelsktalande land eftersom det är engelskan jag kommer att ha mest nytta av. Jag fastnade för Australien eftersom det skulle vara kul att få uppleva naturen där. Dessutom är det ett varmt klimat och har jag hört att människorna ska vara trevliga och ha en skön, avslappnad livsstil.

**Vad har du för förväntningar?**

– Först och främst vill jag bli bättre på ►



Alexandra Lazzarini

17 år, Katte  
Åker till USA med Explorius

**Det känns också kul att få ett avbrott från den svenska skolan och allt teoretiskt, och kunna välja att läsa kurser bara för att de är roliga.**

**Hur fick du idén att ta ett utbytesår?**

– Jag fick en broschyr i brevlådan och tyckte att det verkade jätteintressant. Men det tog ett tag innan jag vågade skicka iväg en intresseanmälan.

**Hur bestämde du dig?**

– Min mamma har åkt och hon sa att det var väldigt givande, så hon uppmuntrade mig väldigt mycket att ta beslutet.

**Vad har du för förväntningar på resan?**

– Jag vill bli mer självständig, växa upp lite och förbättra min engelska. Det känns också kul att få ett avbrott från ►



Sara Lindhagen

17 år, Rosendal  
Åker till Kanada med Rotary

**Hur fick du idén att ta ett utbytesår?**

– En kompis berättade att hon skulle på utbytesår och först tänkte jag att hon var helt dum i huvudet. Men så berättade Klara (intervjuad till vänster) att hon skulle åka och då började jag kolla runt lite.

**Hur bestämde du dig?**

– Jag anmälde mig och när jag sedan fick veta att jag kommit in ville jag ta chansen.

**Vad har du för förväntningar?**

– Jag tror inte att man ska ha för mycket förväntningar, då blir man bara besviken. Men så klart vill jag lära mig flytande engelska. Sedan känns det också som en kul utmaning, att testa sig själv. Och så ska det bli roligt att träffa nya människor och få se en annan kultur. Jag tänkte också pröva någon sport som jag inte provat. De har ►

# r utomlands

**Jonatan Kjellberg arbetar på organisationen Explorius som är ett av de alternativ som utbytesstudenter kan välja mellan.**

**Vilka åker på utbytesår med er?**

– Majoriteten är tjejer, runt 75-80 %. Alla är 15–18 år. Killar blir allt vanligare, vilket vi tycker är jättekul! Generellt och historiskt sett så kommer våra studenter från familjer med hög inkomst, men på senare tid har det blivit vanligare att föräldrarna lånar till avgiften.

**Och vart åker de?**

– Det absolut vanligaste landet är USA, hela 80 % väljer att åka dit. Nya Zeeland och Australien kommer tvåa och trea.

► Klara, forts

engelska. Och så vill jag, precis som man hör att många gör, växa som person och bli mer framåt.

**Har du några farhågor?**

– Jag är lite rädd för om det blir konstigt och stelt med familjen. Det går ju att byta om det inte fungerar alls, men det är ändå lite jobbigt. Man måste ju ta med sig skolmat och jag har hört att det ofta blir sandwiches, som jag verkligen inte gillar, men det löser sig väl.

► Alexandra, forts

den svenska skolan och allt teoretiskt och kunna välja att läsa kurser bara för att de är roliga.

**Har du några farhågor?**

– Jag är lite orolig om jag kommer att klara skolan, om jag kommer att förstå engelskan. Sedan är jag lite orolig över hur jag ska komma överens med familjen. De har också en tonårsdotter, men som tur är ska hon komma hit till Sverige en vecka och hälsa på så vi lär känna varandra.

► Sara, forts

en massa aktiviteter på skolan.

**Har du några farhågor?**

– Ja, att familjen ska vara konstig. Men jag tror att man kommer in i det så småningom. Man får väl byta om det blir helt kaos. Jag är mest orolig för den första tiden, när man ska hitta sin plats. Och jag är rädd för att det blir för mycket snabbmat också. Det verkar som att de äter mycket sådant i Kanada, men jag får väl sporta bort det.

## Utbytesstudent – så funkar det

Som utbytesstudent pluggar man utomlands under en del av sin skoltid. De flesta åker med en organisation som hjälper till med det praktiska, som försäkring, visumansökan och skolplacering.

Oftast bor man i en värdfamilj och får uppleva vardagslivet i ett annat land. Utbytesåret kan se väldigt olika ut beroende på till vilket land och med vilken organisation man väljer att åka, men gemensamt är att det handlar om att få förstärkt för en annan kultur, lära sig ett annat språk flytande och att utvecklas som person.

### Svenska skolan

Under årskurs två kan gymnasieelever i Uppsala studera vid en svensk skola i utlandet. Skolorna finns i Bryssel, Fuengirola, London, Madrid, Nairobi och Paris. Man bor på egen hand, hos värdfamilj eller på internat.

**Tidigare:** 20 elever per år från Uppsala får studera på Svenska skolan i utlandet Resa och en del av boendet betalas av kommunen.

**Fr o m 2014:** Alla som vill får studera på Svenska skolan i utlandet. Alla kostnader betalas av eleven/elevens familj. En del av boendet kan komma att betalas av staten i framtiden.

Kommunen undersöker möjligheten att dela ut stipendier till de som åker.

Läs mer till höger.

### IB-programmet

IB-programmet finns i 138 länder och utbildningen är likadan överallt. Det gör det lätt att plugga ett eller flera år utomlands.

## MOHAMAD HASSAN

Ordförande för utbildnings- och arbetsmarknadsnämnden som bestämmer över gymnasieskolan i Uppsala.



## 3 frågor

Varför är det mest elever från välbärgade hem som åker på utbytesår?

– Det är en jättebra fråga. Om man tittar på vilka som har sökt till Svenska skolan i utlandet så har det varit elever från Rosendal och Katte. Vi har haft 20 platser, och kommer man med så får man resan och inackorderingstillägget betalt. Men mat och vistelse kostar, och alla har inte råd.

– Det handlar också om att inte alla sätter sig in i vilka möjligheter som finns. Det behövs information från oss politiker och tjänstemän om hur viktigt det är att låta sina barn åka iväg om man har möjlighet. Det här har jag drivit ganska hårt. Det är bra för ungdomarna och det är bra för Uppsala. Då har vi ambassadörer i världen som berättar om Uppsala och när de kommer hem så har de fått erfarenhet som jag är övertygad om gör Uppsala bättre.

Varför kan ni på kommunen göra för att ändra på det här?

– Nu ska alla elever som vill plugga ett år utomlands i Svenska skolan få göra det. Tidigare var det begränsat till tjugo platser, då var det betyg som gällde. Tidigare så var det cirka 40–45 personer som sökte och hälften fick inte åka. Nu har vi underlättat för alla som vill åka.

Men ni tar bort möjligheten att få resan och en del av boendet betalt?

– Ja, tyvärr. Det är det som är nackdelen med det här beslutet. Det optimala skulle vara att man skulle få plugga alla tre åren om man vill. Nu har vi begränsat det till tvåan. Men där behöver vi titta på kostnaderna.

Text: Victoria Jansson

Foto: Mårten Markne/arkiv

När de kommer hem så har de fått erfarenhet som gör Uppsala bättre.



# 10 krea tiva

Kreativitet kommer i många skepnader. Vi har dammsugit Uppsala och hittat kreativa personer som vi bara måste få berätta om. Spår vi rätt så kommer vi att höra mer om dem i framtiden. Det är de värda.

## Skrivande



Tuija Roberntz  
16 år

**Hur skulle du beskriva det du gör?**

– Jag har vunnit en manustävling där priset var att mitt manus spelades på Uppsala Stadsteater. När jag skriver gillar jag att få fram något slags inre känslor i ord, så att någon annan kan förstå det. Jag försöker mest hitta någonting som berör mig själv och så får jag hoppas att det berör andra också.

**Hur och när började allt?**

– Jag har alltid tyckt om att skriva, men jag har inte haft så många större projekt. Så genom att medverka i den här manustävlingen fick jag en chans att verkligen göra nåt av det.

**Vad inspireras du av?**

– För mig brukar det funka att vara ute och göra ingenting. När man låter tankarna sväva fritt kan jag bara komma på en historia som jag vill skriva ner. Annars kan det också vara att jag vill skriva ner känslor eller stämningar som kommer just för stunden, mer som dikter.

**Är det här något du kan tänka dig jobba med i framtiden?**

– Ja, jag vill absolut fortsätta med att skriva för mig själv hemma eller kanske hålla på med film. Helst skulle jag vilja vara med i hela filmskaparprocessen och bestämma hur texten ska utvecklas till bild.

Text: Andrea Byding  
Foto: Hanna Markström



**Lycka är ju inte något man behöver reflektera över, negativa känslor behöver däremot bearbetas.**

### **Konst: Lisa Broms**

Lisa har gjort omslagsbilden.



**Hur skulle du beskriva det du gör?**

– Jag skapar på papper.

**Hur och när började allt?**

– Under förra sommaren, då upptäckte jag deviantart.com och insåg att konst kan vara mer än gamla oljemålningar. Men jag har ju alltid ritat lite. Hösten 2012 testade jag vattenfärg och upptäckte att det var roligt och att jag själv mätte bra av att måla. Jag började rita självporträtt och ville utvidga min stil; därmed använder jag allt från vattenfärg till kolkritor.

**Vad inspireras du av?**

– Tumblr, deviantart men också känslor och livet. Människor är nästan roligast att rita och mina bilder är ofta negativa. Lycka är ju inte något man behöver reflektera över, negativa känslor behöver däremot bearbetas.

**Är det här något du kan tänka dig att jobba med i framtiden? Vad är målet?**

– Min dröm är att kunna försörja mig på det, men att rita och skapa på papper är mycket meditativt.

Det är något som jag mår bra av. Jag skulle kunna tänka mig bli illustratör eller bara göra konst, det spelar egentligen inte så stor roll så länge det är kreativt.

**LISA BROMS**

**Ålder:** 17 år.

**Webbsida:**

[rymdemannen.tumblr.com](http://rymdemannen.tumblr.com)

Text: Margarita Kalafati

Foto: Karín Karlsson

Det får gärna hända konstiga saker men jag strävar alltid efter att göra karaktärerna trovärdiga.

### Film: Simon Fischier

#### Vad gör du?

– Gör film. Har ett gäng karaktärer som jag sätter in i olika situationer. Senast var jag och filmade vid gunillaklockan, filmen ska handla om ungdomar och cyklar.

#### Hur började du?

– Har alltid varit nyfiken och har länge haft dessa karaktärer i huvudet. Kombinationen av bilder och musik har för mig alltid varit spännande. Jag skriver ofta musiken till mina filmer långt innan jag börjat filma.

Berätta lite om dina filmer!

– De är ofta väldigt konstiga, det får gärna hända konstiga saker men jag strävar alltid efter att göra karaktärerna trovärdiga. Andra människor ska kunna relatera till dem.

– I ett barnprogram som är ett av mina projekt finns det tre huvudpersoner, varav en gillar att upptäcka saker, en annan vars signatur är hängselbyxor gillar att uppfinna saker och den tredje tycker om att spela musik och

uppträda. Relativt ”normala” karaktärer!

#### Vill du jobba med film i framtiden?

– Mitt mål just nu är att göra klart alla idéer jag har. Inför framtiden skulle jag vilja försörja mig med detta, om möjligheten finns. Så länge jag får hålla på med film.

#### SIMON FISCHIER

Ålder: 19 år

Webbsida: montrogonk.se

Gör: film. Fick pris för sin film An inexplicable event vid Focus filmfestival i våras.

Text: Margarita Kalafati

Foto: Rebecca Karlén



## Dans



Paulina Gunnarsson, 16 år  
Alexandra Holmberg, 17 år  
Ingrid Heed, 15 år  
Stina Ehn Hillberg, 17 år

**Hur skulle du beskriva det du gör?**

**Paulina:** Jag gör det jag gillar mest i hela världen.

**Alexandra:** Om det är något som är min grej, så är det att dansa. Man kan uttrycka sig så bra med dansen.

**Stina:** Dans är det som är allra roligast, och när det är roligt blir man bättre och då blir det roligare. Det är både fysiskt och konstnärligt.

**Ingrid:** Det är ett roligt sätt att uttrycka sig på.

**Hur och när började allt?**

**P:** Jag var gymnast innan, och sökte mig till dansen för att bygga upp gymnastiken, och när jag slutade med gymnastik fortsatte jag med dans.

**A:** Min mamma frågade mig när jag var sex år om jag ville dansa, hon dansade själv tills hon var 30 år, och från första lektionen var jag fast.

**S och I:** När man är fem sex år väljer man inte så mycket själv, föräldrarna provade olika och hittade rätt.

**Vad inspireras du av?**

**P:** Musik och danslärarna.

**A:** Det är viktigt med bra lärare, det är de som gör att man fortsätter.

**S:** Det går att hitta inspiration överallt, som på Youtube, och av folk i det vardagliga livet, som har ett speciellt rörelsemönster, man tänker "jaha, kan man röra sig så" ...

**I:** Musik, tv-program, föreställningar. Efter operan går man alltid hem och försöker göra det som proffsen gjort. Eller olika känslor och miljöer. **Är det här något du kan tänka dig jobba med i framtiden?**

**P:** Det är inte något jag strävar efter, men jag skulle vilja det.

**A:** Jag skulle nog vilja testa det efter gymnasiet, om det är möjligt, och hålla på med det i några år. Men det är svårt.

**I:** Man vill, men det är ostadigt att jobba som dansare.

**S:** Det är inte mitt största mål, men det är otänkbart att sluta med dansen.

**P:** En vardag utan dans funkar inte.

**S:** Det finns för lite publik ... Så gå och se mer dans!

Text och foto: Mårten Markne

## Skrivande



Olivia Gyllenhammar  
15 år

I våras blev Olivia Gyllenhammar en av mottagarna av stipendiet Unga skrivare från Uppsala kommun.

**När började du uttrycka dina känslor i skrivandet?**

– Jag vet faktiskt inte, men jag vet att jag har skrivit dikter länge. När jag var mindre så handlade allt om sommaren och allting var på rim.

**Vad inspirerar dig?**

– Det är nog egna erfarenheter eller något som någon annan har skrivit.

**Favoritförfattare?**

– Jag kan inte tänka på någon just nu men jag läser mycket texter av människor i min ålder.

**Du fick ju ett stipendium, hur kom det sig att du sökte det?**

– De hade satt upp lappar på min skola och jag ville först inte söka men jag ändrade mig sista anmälningsdagen och skickade in ett bidrag.

**Vill du ha skrivandet som ett yrke i framtiden?**

– Kanske inte som ett yrke, när jag var yngre ville jag det men jag känner nu att det blir en press som byggs upp, att man måste skriva konstant för att klara sig i branschen. Jag har perioder där jag inte skriver någonting alls, då inspirationen har försvunnit.

Text: Oskar H Sabah

Foto: Karin Karlsson



**Jag brukade ta min mammas analoga kamera när jag var liten, utan att hon visste om det.**

### **Fotografi: Elina Nilsson**

**Hur skulle du beskriva det du gör?**

– Jag fotograferar mest människor och naturliga bilder, jag är inte så mycket för att arrangera. Tidigare fotade jag för Word och så har jag haft en del utställningar, till exempel om hur det är att vara ung i Uppland. Under det här året har jag jobbat mycket i marknadsföringsgruppen till Kulturernas Karneval. Där har jag arbetat med att genomföra olika projekt och så har jag varit fotograf för hela karnevalen. **Hur och när började du?**

– Jag brukade ta min mammas analoga kamera när jag var liten, utan att hon visste om det. Sedan fick jag en systemkamera när jag fyllde 13, och det var väl då det började lite mer seriöst. Fast jag höll på mycket innan också, man behöver inte ha en bra kamera för att kunna ta bra bilder. **Vad inspireras du av?**

– Oj, allt möjligt! Människor, folk

jag träffar och folk jag pratar med.

**Vad vill du göra i framtiden?**

– En dröm skulle vara att jobba med reklam och design och kanske foto i samband med det. Men projektledning tycker jag också är kul, det är ju också ett slags kreativitet.

**ELINA NILSSON**

Ålder: 18 år.

Webbsida:

[www.elinanilsson.eu](http://www.elinanilsson.eu).

Text: Andrea Byding  
Foto: Simona Pettersson

Jag tittade mycket på film och spelade spel, därifrån blev jag nyfiken på den grafiska uppbyggnaden.

### Konceptkonst: Piotr Kupsc

**Hur skulle du beskriva det du gör?**

– Till skillnad från så kallade vanliga målningar, så målar jag digitalt. Detta ger bilderna en tredimensionell vinkel, vilket främst skiljer sig ifrån traditionella målningar. Mina digitala målningar gör jag på allt möjligt, men jag föredrar att ha städer och landskap som motiv.

**Hur och när började du?**

– Jag har varit kreativ sedan yngre ålder. Då tittade jag mycket på film och spelade spel, därifrån blev jag nyfiken på den grafiska uppbyggnaden. När min storebror senare fick en ritplatta i julklapp, som han

väldigt sällan använde, tog jag över den och började skissa ritningar till mina digitala målningar.

Nu har jag hållit på med mina digitala målningar i ungefär två år.

**Vad inspireras du av?**

– Filmer och spel, främst med digital grafik, är stora inspirationskällor. Det är svårt att komma på någon specifik film eller något spel, det mesta inspirerar mig. Min storebror har även motiverat och peppat mig på vägen,

vilket har gjort det desto roligare att försätta. Dessutom brukar jag kommunicera med folk på nätet, där diskuterar vi våra idéer, därifrån får jag bra tips och råd!

**Vad vill du göra i framtiden?**

– Min dröm är att jobba inom film- och spelindustrin, på så sätt kan jag fortsätta med mina målningar inom ett yrke.

Text: Donia Saleh  
Foto: Karín Karlsson

**PIOTR KUPSC**

Ålder: 16 år.

Gör: Målar digitalt.

www: [piotrkupsc.weebly.com](http://piotrkupsc.weebly.com)  
och [livestream.com/piotrkart](http://livestream.com/piotrkart)



V I S Y N S I H Ö S T M Ö R K R E T

**POP MANI**

D I N H E L I G A S K R I F T P Å N Å #38WORD

På scen:  
Above  
Supremacy

# MÖTESPLATSEN

1 oktober  
på Grand

## UPPSALAS INSPIRATOR 2013

Mer info: [boiu.se/motesplatsen](http://boiu.se/motesplatsen)

**Känner du någon som  
FÖRÄNDRAR?  
INSPIRERAR?  
ENGAGERAR?**

**Nominera till Uppsalas inspiratör 2013!**

Skicka din nominering till [motesplatsen@boiu.se](mailto:motesplatsen@boiu.se), eller håll utkik efter oss om vi besöker din skola!

**Senast den 24 september vill vi ha ditt bidrag**

Personen du nominerar ska bo i Uppsala och vara 13–20 år. Vinnarna presenteras i nästa Word och den 1 oktober på Mötesplatsen.



[facebook.com/  
motesplatsen.upsala](https://www.facebook.com/motesplatsen.upsala)

BARNOMBUDSMANNEN I UPPSALA

**BOIU**

Du har femton minuter (eller mer) att slå ihjäl på stan tillsammans med en bok. Men vart ska du gå? Lugn, vi har redan tagit reda på det åt dig.

Text Sara Fälting  
Foto Frida Eriksson

# Här läser du bäst

8/10

## Vid ån, under kastanjerna

**Var:** Ungefär tvärs över ån från Filmstaden.

**Bekvämlighet:** 4 (vanlig parkbänk i trä).

**Ljudnivå:** 6 (billjud, avlägsen trafik).

**Läsro:** 10 (jättelätt att komma in i boken – trädet stänger in en i bokvärlden).

**Platser:** En lång bänk – cirka 10 platser.

**Plus:** Jättehäftigt och mysigt träd. Fin omgivning och eventuellt regnskyddat.

**Sammanfattning:** Obekväm plats med ganska mycket stadsljud, men trädet gör detta till en rofylld läsplats där du enkelt kan ta dig in i bokens värld. Jag gillart!

**Kommentar:** Bra läsro.



8/10

## Stadsbiblioteket, seriesofforna

**Var:** Sväng till höger efter ingången, förbi datorerna så kommer du till avdelningen för fantasyböcker och serier där sofforna står.

**Bekvämlighet:** 10.

**Ljudnivå:** 6.

**Läsro:** 8.

**Platser:** 2 soffor, cirka 4 platser.

**Plus:** Nära till kafé. Betaltoa finns. Bara att sträcka ut handen och plocka en bok direkt från

hyllan!

**Sammanfattning:** Alldeles underbart bekväma soffor. Lite för nära kaféet vilken kan innebära ganska hög ljudnivå vid vissa tillfällen. Dessutom finns inte så många platser. Detta är den skönaste, och bästa, platsen i hela bibblan! En riktig oas i det myller som annars är Stadsbiblioteket.

**Kommentar:** Skönaste sofforna!

## Fyrisån, Gotlandsparken

**Var:** Gå mot ån från Stadsbiblioteket, sväng ner till vänster före bron in på den lilla parken och välj en trevlig plats.

**Bekvämlighet:** 6 (skönt en stund men träsmak om man sitter länge).

**Ljudnivå:** 6 (bruset från fallet och ibland ljudet av bilar och avlägsna stadsljud).

**Läsro:** 8.

**Platser:** 8 stora bänkar med cirka 2-3 platser var, plus trappan.

**Plus:** Sol, om vädret är fint. Kafé nära och otroligt fin utsikt.

**Sammanfattning:** En skön uteplats mitt i stan, som ändå är avskild. Inte den skönaste långsittningsplatsen, men troligtvis kommer du att slippa bli störd.

**Kommentar:** Nära till det mesta.

6/10



# t i city

6/10

## Gamla torget, parkbänkarna

**Var:** Gå från S:t Persgallerian ner mot ån, precis före Dombron. Vid Gamla torget står det två rader med parkbänkar.

**Bekvämlighet:** 4 (vanliga parkbänkar).

**Ljudnivå:** 6 (ständigt avlägset brus från fallet och lite trafikljud).

**Läsro:** 8.

**Platser:** 5 bänkar, 10–15 platser.

**Plus:** Nära till stan = nära till mat, dricka och toa. Fin utsikt.

**Sammanfattning:** Det ständiga, avlägsna bruset från fallet bidrar tillsammans med de låga trafikljuden och den fina utsikten till att göra detta till en härlig läsplats. Dock är bänkarna obehagliga att sitta vid för länge.

**Kommentar:** Lagom ljudnivå.



## Forumgallerian, bänkar

**Var:** Bredvid de båda rulltrapporna, ena bänken står utanför Weekday, den andra utanför Cupido.

**Bekvämlighet:** 1 (obekvämare bänkar får du leta efter).

**Ljudnivå:** 4 (ständig ström av musik från Cupido och mycket folk omkring).

**Läsro:** 2.

**Platser:** 3 bänkar, 6–8 platser

**Plus:** Nära till allt på den här sidan av stan. Bänkarna är inomhus där det är varmt och skönt

när det är kallt ute, och svalt om det är varmt ute.

**Sammanfattning:** Jobbigt med musiken som är för hög och väggen bakom bänken skakar lite på grund av rulltrapporna. Obekväm plats och dålig läsro men nära till det mesta på stan. Ett bra ställe att fly undan kylan på en stund.

**Kommentar:** Obekvämt!

4/10



## Så gjorde vi

**Hur det gick till:** Varje plats blev utsatt för 15 minuters intensiv läsning och blev sedan betygssatt efter läsarens uppfattning om miljön.

**Bekvämlighet:** 1 är obekvämast och 10 bekvämast.

**Ljudnivå:** 1 mest högljutt och 10 tystast.

**Läsro:** 1 är minst läsro och 10 är mest läsro.

**Plus:** Fokuserat på om toalett, mat och vatten finns i närheten, men även andra saker som kan påverka läsningen positivt.

3-5 OKT  
2013

Sage Francis, Ewok,  
Weronika Lewandowska,  
TJ Dema, Barolong Seboni,  
Moroka Moreri, Drea Chuma m fl.

Ordsprak samlar världseliten och de  
bästa svenska poeterna inom estradpoesi.

# ORDSPRAK

UPPSALA INTERNATIONAL POETRY FESTIVAL

Reginateatern • Trädgårdsgatan 6, Uppsala • tel 018-727 83 40  
Biljettkassan öppen tisdag-fredag kl 11-17, lördag kl 11-13, samt en timme före föreställning.  
[www.reginateatern.se](http://www.reginateatern.se)

## BOR DU I FAMILJEHEM? DÅ KAN DU GÖRA FILMMUSIKHEMSIDABERÄTTELSE MED OSS!

Är du mellan 13 och 24 år?

Har du bott i ett familjehem, eller bor du i ett familjehem nu?

Vill du berätta om hur det är?

"Vi som bor i familjehem" är ett informationsprojekt av och med ungdomar som är placerade i familjehem om deras rättigheter och möjligheter. Det finns många barn och unga som är placerade i familjehem. Vi tycker att det är viktigt att alla känner till sina rättigheter och får reda på hur man ska göra om man behöver hjälp och råd.

Därför vill vi att du ska vara med och skapa filmer och informationsmaterial tillsammans med oss! Under projektet kommer vi bland annat att skapa: filmer, musik, berättelser, en hemsida samt ett tryckt material. Vi utvecklar tillsammans vad filmerna ska handla om och du får gärna vara med och skriva manus!

Var med i ett kreativt filmprojekt för att stärka barns och ungdomars rättigheter i familjehem!

### Vill du veta mer?

Kontakta Anna Sabelström  
på Barnombudsmannen i Uppsala  
018-69 44 99 • [anna.sabelstrom@boiu.se](mailto:anna.sabelstrom@boiu.se)



FSF  
Föreningen Socionomer  
inom Familjehemsvården







# In i centrum

16 ungdomar har under sommaren arbetat fram en föreställning på Reginateatern. Word besökte dem under repetitionerna. ►

**Text** Victoria Jansson

**Foto** Hanna Markström



# FAIRIES WEAR BOOTS



## Fairies wear boots!

Öppen & gratis rockskola för tjejer mellan 13-25  
Musikcoachning för unga tjejer i Uppsala,  
på Genomfarten varje torsdag kl 17-19  
[www.facebook.com/pages/Fairies-Wear-Boots](http://www.facebook.com/pages/Fairies-Wear-Boots)

SAMARR: Café Genomfarten, Uppsala kommun

## Billig replokal!

Sensus har replokaler i Uppsala – till  
billiga priser. Hör av dig till oss så  
hjälper vi till! Nå oss på 018-66 19 58  
eller [staffan.ljunggren@sensus.se](mailto:staffan.ljunggren@sensus.se)

**sensus**



## Musik i Centrum

anordnar föreläsningar,  
clinics och workshops i Uppsala.

Håll utkik på [www.facebook.com/musikicentrum](http://www.facebook.com/musikicentrum)

## Rockskola

Startar i höst!

För mer information, kontakta oss på  
018-66 19 58 eller [staffan.ljunggren@sensus.se](mailto:staffan.ljunggren@sensus.se)

**sensus**



## DJ-kurs för nybörjare

Lär dig om utrustningen, lär dig mixern, eq:n och att  
taktmixa. Ni träffas 10 gånger tillsammans med en ledare.  
Från 13 år. Startdatum 17 september!  
Läs mer på [www.sensus.se/uppsaladj](http://www.sensus.se/uppsaladj)

**sensus**



# In i centrum

På scenen dansar ett par mot varandra. Kring dem fladdrar blåa tygstycken, kanske illusionen av vågor?



Tre av deltagarna i projektet In i centrum: Alexander Fischier, Leslie Mugisha och Lotta Jogenby.

## IN I CENTRUM

In i centrum är ett projekt som ska främja ungas kulturskapande och dessutom ge sommarjobb. Projektet

har funnits i tre somrar och finansieras av Uppsala kommun.

Årets föreställning heter Omvägar och spelas på Reginateatern 10–14 september. Biljetter bokas via Reginateatern, fritt inträde upp till 26 år och för skolklasser.

**SÅ SÅG DET** ut på en av repetitionerna inför föreställningen Omvägar.

– Vi nosar oss fram till den färdiga föreställningen, säger Bim De Verdier, en av två konstnärliga ledare.

16 ungdomar har under sommaren tillsammans med professionella ledare fått arbeta fram en egen föreställning, som ett sommarjobb med lön och fasta tider.

In i centrum heter projektet och det är precis vad det betyder. Gymnasieungdomar från olika stadsdelar väljs genom audition och möts i Uppsala centrum.

Projektet startades för att öka mångfalden och ge ungdomar ett kulturellt alternativ till traditionella sommarjobb. Kommunen betalar, precis som andra sommarjobb för ungdomar.

Sökande från vissa stadsdelar prioriteras, vilket bland annat skapat debatt i UNT. Men även om deltagare prioriteras på grund av bostadsort så får unga från hela kommunen delta.

– **JAG TROR** att vi alla är ganska olika i projektet, och bara att vi får ut det visar vilken stor mångfald som finns, säger Leslie Mugisha, en av deltagarna.

För deltagarna är det också viktigt att de är olika.

– Det hade funkade annars, men det hade inte blivit samma sak, säger Lotta Jogenby.

Initiativtagare till projektet var Mohamad Hassan, kommunpolitiker som är ordförande för utbildnings- och arbetsmarknadsnämnden.

– Det är viktigt att få en bra blandning av människor från hela kommunen, säger han.

Text: Victoria Jansson  
Foto: Hanna Markström

Varför prioriteras vissa stadsdelar?

– För att de stadsdelarna inte har tillgång till kultur på samma sätt som övriga, de har högre arbetslöshet och större andel som får socialbidrag. Deltagande ska bygga på intresse, men det är ett integrationsprojekt lika mycket som ett kulturprojekt, och därför finns prioriteringen, säger Mohamad Hassan.

**ATT FÅ JOBBA** med kultur är en dröm för många, en dröm som synes ouppnåbar och som vissa kanske ger upp efter att ha fått flera nej eller hört ”Varför ska du satsa på det? Skaffa ett riktigt, säkrare, jobb i stället.” Genom feriejobbet erbjuds ett litet antal ungdomar något som kan väga tungt på ett cv och som ger erfarenhet inför framtiden.

– Det ger en inblick i det här livet, säger deltagaren Alexander Fischier.

– Det är få som får tillgänglighet till en scen som den på Reginateatern, säger Bim De Verdier:

Så visst ger projektet möjligheter för deltagarna och ett mer färgstarkt cv.

Hennes konstnärliga ledare-kolleda John Fiske säger att de möjligheter som In i centrum ger inte går att få någon annanstans i Uppsala.

– Dessutom får de betalt. Fast de får jobba väldigt mycket så det blir väldigt dålig timpeng, säger han.

**NÄR VI LÄMNAR** teatern ändras scenen med paret i vågorna en aning och visst blir man lite nyfiken på vad de har arbetat fram under dessa veckor som de har jobbat på föreställningen. Och kommer det att påverka även oss i publiken?



# Kom igång med

**Svårt att komma igång med musiken? Behöver bandet replokal? Eller vill du prova ett nytt instrument? Många ställen i Uppsala kan hjälpa dig med allt från tysta replokaler till en kurs i att spela ukulele.**

**Text** Victoria Jansson

**Ill** Sara Dutta

## Lär dig spela ett instrument

### Kommunala musikskolan

**Erbjuder:** Stort utbud med över 25 olika instrument, allt från nyckelharpa till valthorn.

**Plats:** City (Skolgatan 51 och Kungsgatan 26/Nannaskolan).

**Pris:** 1200 kr för en termin enskilda lektioner på (oftast) 20 min. Man garanteras 14 tillfällen/termin.

**Hyra instrument:** 500 kr per termin. Gäller ej blockflöjt, nyckelharpa, elgitarr, elbas, piano och slagverk.

Långa köer på populära instrument. Möjlighet att efter tag få spela i orkester eller ensemble.

► [musikskolan.uppsala.se](http://musikskolan.uppsala.se)

### Folkuniversitetet

**Erbjuder:** piano, gitarr (både el och akustisk), elbas, trumpet, saxofon, fiol, tvårflöjt, dragspel sångteknik och slagverk.

**Plats:** City (S:t Olofsgatan 11 B).

**Pris:** från 1875 kr. Varierar beroende på antal tillfällen och instrument. Exempel saxofon 1875 kr för 7 st 30-minuterslektioner. Lek-

tionslängden varierar med priset

► [folkuniversitetet.se](http://folkuniversitetet.se)

### Studieförbundet

**Erbjuder:** Blockflöjt, tinwhistle, fiol, piano, elpiano, akustisk gitarr, mandolin, elgitarr, elbas, keyboard, trummor, tvårflöjt, saxofon, klarinett, nyckelharpa, ukulele, banjo och munspel. Genom Musicalen även inspelningsmöjligheter.

**Plats:** Ekeby bruk, Stenhagen, Gottsunda, Störvreta och Portalgatan 2.

**Pris:** 1200 kr för 10 st 20 minuterslektioner.

► [studieforamjandet.se](http://studieforamjandet.se)

### Medborgarskolan

**Erbjuder:** ukulele, gitarr (akustisk och el), tvårflöjt, piano, trummor, saxofon, munspel, klarinett, keyboard, elbas, fiol, dragspel, cello och sång.

**Plats:** City (Hamnesplanaden 1).

**Pris:** från 950 kr för 10 st 45 minuterslektioner i grupp med en ledare. Enskilda lektioner finns också.

► [medborgarskolan.se](http://medborgarskolan.se)

### Sensus

**Erbjuder:** Bland annat DJ-kurs, rockskola och musikcoachning.

**Plats:** Runt om i Uppsala, bl. a. Stenhagen och Café Genomfarten.

**Priser:** Varierar beroende på kurs. DJ-kursen kostar 700 kr för 10 tillfällen å 45 min.

► [sensus.se](http://sensus.se)

### Österledskyrkans musikskola

**Erbjuder:** Flera blåsinstrument och slagverk.

**Plats:** Gamla Uppsala (Regins väg 1).

**Pris:** 1100 kr per termin, 15 st 20-minuterslektioner.

► [osterledskyrkan.se/musik](http://osterledskyrkan.se/musik)

### Privat

Det finns många musiker som erbjuder privatlektioner. Detta kräver oftast att du har tillgång till ett instrument och är villig att lägga ut lite pengar eftersom det är dyrare. Man kan googla för att hitta lärare eller skriva annonser i diverse forum.

Uppsala har ett ännu större utbud för dig som vill hålla på med musik. Det som står på den här sidan är bara ett urval.

## Projekt som har med musik att göra

### Playsister camp

Ett dagläger på sommaren (i år var det 11 till 16 augusti) för alla över 13 år som identifierar sig som tjej. Man får spela elgitarr, trummor, elbas eller sjunga i band samt delta i olika utvecklande workshops.

► [facebook.com](http://facebook.com)

### Bring down the beat – Next generation

Hiphoprojekt som riktar sig till nybörjare och drivs i Stenhagen och Gottsunda av Studieförbundet. Läs intervju med projektledaren på nästa uppslag!

► [bringdownthebeat.se](http://bringdownthebeat.se)

### Musikfabriken

Ett hus i Slavsta som bland annat driver projektet Kugghjulet. I höst har de gratis workshops – till exempel i att lära sig spela bas eller spela in i studio. Musikfabriken har även studiecirkel, inspelningsmöjligheter och musikbibliotek.

► [musikfabriken.nu](http://musikfabriken.nu)

# musiken

## 6 länkar som kan hjälpa och underhålla

### Riksförbundet för unga musikanter

En ungdomsorganisation som bland annat anordnar en festival med workshops och konserter.

► [rum.se](http://rum.se)

### Körsång Uppland

Hemsida där man kan hitta körer och kontaktuppgifter till dem.

► [korsanguppland.se](http://korsanguppland.se)

### Näsflöjt

Sveriges Näsflöjts Orkester (Snor) – för dig som vill testa ett ovanligt instrument. På orkesterns hemsida finns det fyra lektioner.

► [snor.nu](http://snor.nu)

### Lär sig själv

Har du ett piano hos morfar kan Youtube vara utmärkt för att lära sig spela. Bara att söka på "How to play piano."

► [youtube.com](http://youtube.com)

### Gitarrackord

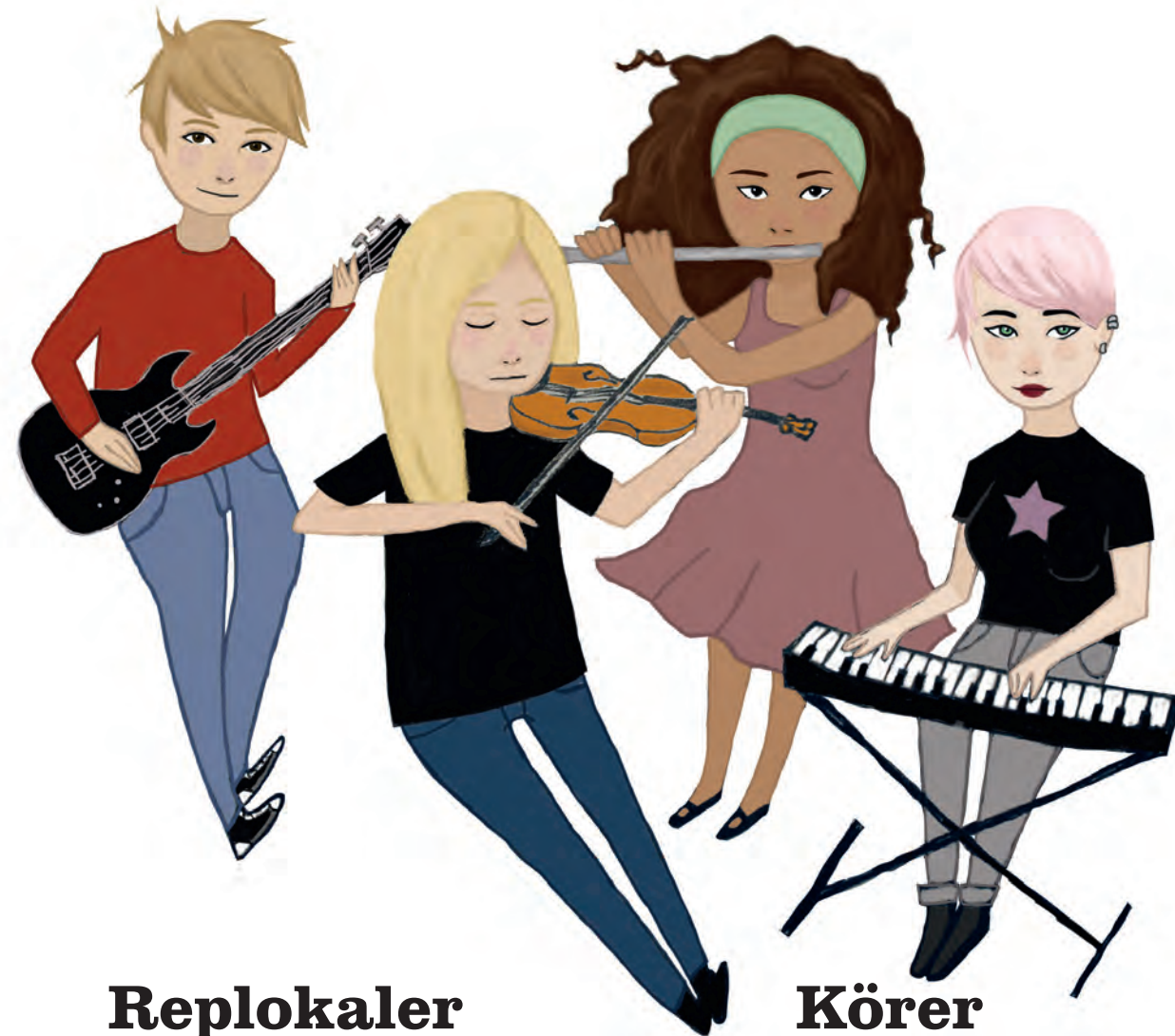
En sida där man kan hitta ackord till alla möjliga låtar på gitarr. Främst för dig som redan kan grunderna på gitarr.

► [ultimate-guitar.com](http://ultimate-guitar.com)

### Noter

En gratis sida med noter till alla möjliga instrument, från nybörjarlåtar till avancerade stycken.

► [8notes.com](http://8notes.com)



## Replokaler

### Missionskyrkan

Här finns fem replokaler och en studio. Lokalerna är anpassade för att vara tillgängliga för funktionshindrade.

► [uppsalamissionskyrka.se](http://uppsalamissionskyrka.se)

### Ungdomens hus

Har sju replokaler.

► [ungdomenshus.net](http://ungdomenshus.net)

### Gränby fritidsgård

Har två replokaler.

► [vardochbildning.uppsala.se/Fritid/Fritidsgardar/Gränby-fritidsgard](http://vardochbildning.uppsala.se/Fritid/Fritidsgardar/Gränby-fritidsgard)

### Musicalen

Musicalen i Gottsunda drivs av Studieförbundet. Fullt utrustade replokaler, dessutom är en av dem

speciellt anpassad för hiphop.

► [studieframjandet.se](http://studieframjandet.se)

### Sensus

Studieförbundet Sensus driver replokaler i bland annat Lötenkyrkan, Café Genomfarten, Gränby, Sävja, Nyby m fl ställen.

► [www.sensus.se/musikhus](http://www.sensus.se/musikhus)

### Hangaren

Ligger i Boländerna. Drivs av Medborgarskolan.

► [facebook.com/hangarenuppsala](http://facebook.com/hangarenuppsala)

### Musikfabriken

Ligger i Slavsta och drivs av ABF.

► [musikfabriken.nu](http://musikfabriken.nu)

Vissa replokaler har en övre och/eller undre åldersgräns.

## Körer

DUM: Domkyrkoförsamlingens ungdomsmusik

► [facebook.com/DUMkyrkan](http://facebook.com/DUMkyrkan)

Domkyrkans gosskör och flickkör

► [udg.se](http://udg.se)

► [uppsaladomkyrkasflickkor.se](http://uppsaladomkyrkasflickkor.se)

De Visa: musikskolans tjejkör.

► [musikskolan.uppsala.se](http://musikskolan.uppsala.se)

Tips!

### Starta studiecirkel

Är ni minst tre så kan ni starta en studiecirkel. Då kan ni få gratis hjälp med lokal, utrustning, marknadsföring, utbildning och allt möjligt. Kolla med något studieförbund hur man gör.



# Hand i hand med Paris

**JAG HAR SEDAN** några år haft en kärleksrelation till Paris. Jag tillbringade gymnasietiden i Classe Française men fick uppenbarligen inte nog av det frankofila livet, utan konsumerade fransk kultur vid sidan av skolan så mycket som det bara gick.

Jag läste Nina Bouraouis knytnävsslag till mästerverk, införskaffade en basker under vinterhalvåret och imponerade med att kunna texten när de andra skreksjög på bebisspråk till *Alors on danse* på klubbar.

En given syssla som emellertid kom att förändra allt, var att kväll efter kväll kliva in i helt magiska världar. Endast genom att trycka på "play."

**JEAN-PIERRE JEUNETS DRÖMLIKA** filmer förkroppsligade hela fascinationen som jag erfar. Jag minns första gången som den mystiska och drömlika Amélie Poulain uppenbarade sig på tv-skärmen. Hon tog med mig på franska eskapader i staden som jag älskade så innerligt.

Med henne befann jag mig i Paris om och om och om igen. Sida vid sida med henne spankulerade jag omkring bland kullersten och magnolior, på utforskade avenyer och i pittoreska gränder. Jag var bubblande kär bakpå en moped med håret blåsande i vinden. Jag knackade försiktigt håll på en perfekt crème brûlée med den konvexa delen av skeden.

Närhelst jag ville kunde jag omslutas av den parisiska idyllen – det som jag alltid drömt om.

Så efter studenten återstod inget alternativ än att packa ner mitt liv i två resväskor och flytta dit. Och likt paren på flygplatsen som sprang mot varandra med öppna armar var även jag tvungen att uppsöka min käresta. Och jag fann den också, runt gatorna i Montmartre.



**Leila Sabzevari**  
om en kärleksrelation

## CLARK GILLIAM:

De kan komma med bara ett simpelt beat, så hjälper vi dem tills de är nöjda.



Kulturprofilen

# Hiphoppare

**CLARK GILLIAM**

Ålder: 38 år.

År: projektledare för hiphopprojektet Bring Down The Beat.

www: bringdownthebeat.se

**Sedan 2008 har Bring Down The Beat hjälpt mer än 100 ungdomar som söker den musikaliska stimulansen i Uppsala. I våras startade en ny omgång, kallad Next generation.**

**Vad är Bring Down The Beat?**

– Bring Down The Beat är en samling ungdomar som getts en möjlighet att uttrycka sig musikaliskt, i stället för att inte ha någonting och göra, och i vissa fall är det en utväg för någon som letts in på negativa vägar i livet.

**Vilken slags musik skapas här?**

– Vi håller för det mesta på med hiphop, ungdomarna kan komma och jobba på sitt projekt. De kan komma med en ofärdig text eller bara ett simpelt beat, så hjälper vi dem tills de är nöjda.

**Bring Down The Beat har funnits sedan 2008, vad har ändrats i och med Next**

**Generation?**

– Det är i princip samma koncept, bara att vi riktar oss mot en ny generation.

**Vad är bäst med ditt jobb?**

– Att hjälpa unga som inte har en röst i samhället att få en röst med hjälp av musiken.

**Hur gör man som ung om man vill vara med?**

– Det är bara att gå in på vår hemsida eller kontakta Musicalen i Gottsunda.

Text: Oskar H Sabah

Foto: Karin Karlsson

## 3 kulturella tips från Clark Gilliam

### AVSLUTNINGSSHOW

En avslutningsshow som Bring Down The Beat arrangerar omkring jultid.

► [bringdownthebeat.se](http://bringdownthebeat.se)

### PUBLIC ENEMY

Den legendariska hiphopgruppens musikvideo Don't believe the hype.

► [youtube.com](http://youtube.com)

### STANNA I SKOLAN!

Du som fått chansen att gå i skolan, ta den. Folk över hela världen skulle slita sig blodiga för en sådan chans.

## Musik

MGMT  
Mgmt

► Släpps den 18 september

**MGMT:S TREDJE OCH** självbetitlade album erbjuder extra finesser. Som ett dragplåster för att man ska köpa albumet finns en video som ska spelas jämte musiken, kallad *The optimizer*. MGMT har alltså själva insett problematiken med den nya skivan – den behöver optimeras litegrann. Musiken känns bitvis platt och sövande, medan den andra gånger erbjuder krokar av toner som åtminstone i mina öron inte går ihop. Skivans första spår inleds med en gäll flickröst och avslutas med en dov, gnisslig skrällkavalkad. Skivan startade inte med ett boom och avslutades inte med ett ess i rock-ärmen – men visst glimrar den till däremellan. En del melodier biter sig till och med fast. Men inget på plattan fastnar på samma sätt som bandets signaturlmelodi *Kids*.

5/10

Anna Hall

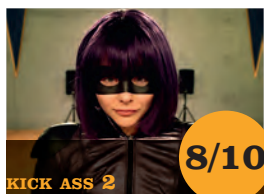


## Film



**THE MORTAL INSTRUMENTS** **4/10**  
FILMEN ÄR EN kliché-  
artad produktion med  
Clara Fray som lever ett  
vanligt tonårsliv tills hon  
stöter på varulvar, vampyrer,  
kärleksdramer, den  
uttjatade striden mellan  
gott och ont och annat.  
Handling och skådespelare  
fungerar bra, men  
slutet blir för komplext  
och många karaktärer  
saknar djup och logik.

Johan Jansson



**KICK ASS 2** **8/10**  
OM MAN GILLADE *Kick  
ass* kommer man att  
gilla uppföljaren, som är  
en superhjältefilm som  
går sin egen väg. Filmen  
innehåller berättarglädje  
och följer sitt kontroversiella  
tema väl. Filmen  
har vissa onödiga  
karaktärer, men har  
andra bra karaktärer, som  
Hit-Girl, en av 2000-talets  
bästa superhjältar.

Johan Jansson

## Musik



**LISA MISKOVSKY** **10!**  
► Släpps den 18 september  
**LISA MISKOVSKYS NYA**  
album kommer att  
utmärka sig strålande i  
höst. Till hennes annorlunda,  
häftiga röst har det komponerats  
vacker musik och skrivits intressanta  
texter som fastnar. Resultatet är  
en underbar skiva med många  
härliga ballader. Så tryck på  
play och njut!

Linn Älvebratt

## Event att gå på

**Paket-hållarloppis**  
under "europeiska trafikantveckan"  
(som vill uppmuntra till att inte åka bil).

► 21 september, Fyrstorg och S:t Eriks torg

**Anna von Hausswolff**,  
konsert som ingår i Uppsala International Sacred Music Festival.

► 1 november, UKK

## Vi väntar på ...



**JOBS**  
Filmen om Apples grundares väg till framgången, med Ashton Kutcher i huvudrollen.

► Premiär 8 november

**BIRDY: FIRE WITHIN**  
Birdys andra skiva och visst är det sjuk att hon bara är 17 år?

► Släpps 25 september

Foto: Danny Clinch, Rafy, UIP, Elisabeth Ohlsson-Wallin, Word, Luger, Deep Silver

## Musik

GLASVEGAS

Later ... when the TV turns to static

**SKOTSKA GLASVEGAS FJÄRDE** album fylls av starka trummor och James Allans ångestfyllda röst, som ska ge låtarna det lilla extra. Att lyssna igenom låtarna några gånger innan man bestämmer sig för vad man tycker är ett måste eftersom det tar några lyssningar innan man kommer in i musiken, dock tar den brutna och plågade rösten över för mycket i vissa låtar. Det är de lugnare låtarna som är guldkornen på skivan.

Lisa Lundström

5/10

## Spel

SAINTS ROW IV

**STORYN ÄR BEFÄNGD** och andra brister finns också, men Volition ger oss äntligen ett spel som är deras eget. Det är inte ännu en dålig GTA-kopia utan i stället har de gjort ett av de mest absurda, men ändå roligaste, spel detta år. Spelande som USAs president med superkrafter tar du dig an en virtuell värld. Kreativiteten och humorn visas tydligt när man får göra allt ifrån att kasta enorma kaninhuvuden genom ringar till att spela 2D-arkadspel.

Karl Carlsson

8/10



# KUGGHJULET

ÖPPEN UNGDOMSKULTURVERKSAMHET PÅ MUSIKFABRIKEN

UPPSTART  
3 SEPTEMBER!

TISDAGAR KL. 18.00 – 20.30  
PÅ MUSIKFABRIKEN I SLAVSTA!

**SPELA OCH SJUNG** med looppedal  
**EXPERIMENTERA** fram dina egna ljud  
**LÄR DIG** spela bas  
**ANIMERA** bilder till en video  
**SPELA IN** en låt i studio  
**SKRIV** text och musik  
**REMIXA** en låt  
**LIRA** trummor  
**SKAPA** tv-spelsmusik

3 SEPTEMBER  
17 SEPTEMBER  
1 OKTOBER  
15 OKTOBER  
29–31 OKTOBER  
5 NOVEMBER  
19 NOVEMBER  
3 DECEMBER  
10 DECEMBER

**BEGRÄNSAT ANTAL PLATSER, ANMÄL DIG  
TILL KUGGHJULET@MUSIKFABRIKEN.NU**

**ÖPPEN MUSIKVERKSTAD – Skriv, Spela och Producera!**  
**VARJE TISDAGKVÄLL vecka 36–50**

FÖR DIG MELLAN 14–25 ÅR • KOSTNADSFRITT, ALL UTRUSTNING FINNS PÅ PLATS  
INGA FÖRKUNSKAPER KRÄVS • RIKTAR SIG SÄRSKILT TILL TJEJER OCH TRANSPERSONER



LÄS MER PÅ:

[WWW.KUGGHJULET.WORDPRESS.COM](http://WWW.KUGGHJULET.WORDPRESS.COM)  
[WWW.FACEBOOK.COM/KUGGHJULET](http://WWW.FACEBOOK.COM/KUGGHJULET)







Text: Karl Carlsson • Foto: Hanna Liljehag

# Above Supremacy

**Above Supremacy är ett ganska nystartat band. De tog form i höstas men har redan lyckats tag sig till final i Livekarusellen och har flera låtar på gång.**

## Hur startade bandet?

– Vi hittade varandra genom kontakter, Facebook och sådant. Vi började spela med varandra som ett band under hösten 2012. Vissa av oss har spelat ihop tidigare men just vi fyra bildade Above Supremacy i höstas.

## Hur skulle ni beskriva er musik?

– Vi skulle nog beskriva oss som en blandning mellan Alice In Chains, Trivium och Avenged Sevenfold, fast vi jobbar även mycket med melodier på våra inspelade låtar.

## Vem skriver låtarna?

– Musiken gör vi alla tillsammans medan Aleksis är bandets poet och är den största textskrivaren.

**Varför skulle ni säga att ni är "mest Above Supremacy"?**

– Definitivt *Your game*.

Om man vill veta vilken typ av musik vi gör så är det den låten man ska lyssna på.

## Hur gör ni för att synas?

– Ja, vi finns på Spotify och så har vi en Facebooksida som vi uppdaterar regelbundet. Vi har även ganska många spelningar i Uppsalaområdet.

## Vilken är er största spelning hittills?

– Det måste ha varit på Musikens hus och det var väl för ungefär 500 åskådare.

## Hur ser framtiden ut för Above Supremacy?

– Vårt mål just nu är att försöka bli igenkända i Uppsala. Vi har även ett gäng låtar som vi funderar på att spela in i en studio i höst.

– Om man frågar hur framtiden ser ut längre fram kan svaret nog vara att vi är hur stora eller hur små som helst. Om man lyckas beror ju på många saker, till exempel om folk gillar det vi gör och hur mycket vi anstränger oss.



Lyssna på Above Supremacys favoritlåtar på [open.spotify.com/user/tidningenword](https://open.spotify.com/user/tidningenword)

Vem tycker du att vi ska skriva om på den här sidan nästa gång?  
**Sms 070-645 31 41**

## Spelning den 1 oktober

Above Supremacy spelar på Mötesplatsen, Uppsalas arena där unga och beslutsfattare möts, den 1 oktober.

► [Läs mer på boiu.se/motesplatsen](https://boiu.se/motesplatsen)

## 3 andra bra Uppsalaband



### PROCLAIM

Talangfull akustisk duo med kristet budskap. Ena halvan av bandet gick vidare till slutaudition i Idol.

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



### REVOLIZE

Kanske inte egentligen ett Uppsalaband, men så pass bra att de är värda att tipsa om.

► [soundcloud.com/revolize](https://soundcloud.com/revolize)



### CHANT OF ABSENT

Kompetent heavy metalband som spelat på Musik direkt med mera.

► [soundcloud.com/chantofabsent](https://soundcloud.com/chantofabsent)

Foto (fr.v.): Jonathan Strömberg, Matilda Olafsdóttir, Stefan Lindgren

## ”Kreativ? Nej inte jag”

– ASSÅ VA?! NEJ, jag är verkligen inte kreativ.

Hon sprang omkring i huset med en tygsax i handen. Snabb och effektiv, alltid nära till en lösning. Under natten hade hon färgat våra hår rosa och tatuerat oss med fjärilar.

Hon bleker jeans i badkaret, syr sina festkläder och spänner linor för att hänga upp bilder som påminner henne om något på väggen. Lyssnar inte på musik, utan känner med den, inspireras av den. Letar citat, har dem i huvudet och på kroppen. Klipper och klistrar med allt.

**MEN NU, NÄR** jag bad den mest kreativa jag känner om råd för att skriva den här krönikan om kreativitet, med 5 timmar kvar till deadline, så utbrister hon att hon inte kan hjälpa mig, eftersom hon ”inte är kreativ”.

Och är det inte så, att det är lättare att peka ut vad någon annan är? Har du någon gång hört någon säga att hen är kreativ? Att hen är smart? Rolig, bra, vacker?

Jo, en gång hörde jag en person säga att hen var vacker, och det var det absolut vackraste jag hört.

**JUST DESSA BILDER** vi har av varandra leder ofta till förväntningar på varandra, och det tror jag är grunden till många missförstånd och konflikter. Vi skriver *det här trodde jag inte om dig* innan vi smäller igen dörren, men inser inte att den vi egentligen borde vara arg på är oss själva, för det var vi som klistrade egenskaper på någon annan, innan hen ens hade lagt ifrån sig tygsaxen.



**Siri Grenholm**

om förutfattade meningar

## SARA GRANÉR

Så högtravande tänker jag ju inte varje gång jag sätter mig ner och ska rita.



Kändisen

## Serietecknare

**Vad är ditt mål med tecknandet?**

– Det är en svår fråga, jag vet inte. Nu har jag ju detta som jobb, då är det ofta ett mål att lämna in och få pengar. Sedan är det ju kul om man kan säga något bra. Klart att jag vill delta i ett samtal om samhället, som jag vill ska leda till politisk förändring. Men så högtravande tänker jag ju inte varje gång jag sätter mig ner och ska rita något.

**Du är väldigt politisk i dina teckningar, varför då?**

– Jag tycker i och för sig inte att det finns opolitisk konst, men man kan ju vara mer eller mindre öppen med sin ideologi. Min första bok var mer allmänfilosofisk eller vad man ska kalla det. Nu har jag fått massa uppdrag som är just att teckna politisk satir, så på det sättet finns det ju en rent kommersiell anledning att det utvecklats så.

**Hur får du dina idéer?**

– Jag lyssnar på radio, läser tidningar och kollar på tv. Och genom

samtal med andra.

**Hade du valt en annan stil om du skrivit om andra ämnen?**

– Jag tycker att jag har ganska många olika stilar och tar upp många olika ämnen. Men ja, jag anpassar teckningsstilen efter tonen i

texten och så där.

**Kan du leva på tecknandet?**

– Ja, jag lever på det. Jag frilansar som illustratör och serietecknare.

**Har du någon nytta av erfarenheter från andra jobb?**

– Jag har haft nytta av att jag har haft jobb på fabrik och inom hemtjänsten.

**Vad är det absolut värsta med att vara serietecknare?**

– Att det ibland är så svårt att komma på. Det kan vara väldigt stressande. Och det finns väldigt mycket dålig standard när det kommer till arbetsvillkoren och hur man får betalt.



**SARA GRANÉR**

**Ålder:** 32 år.

**Är:** satirisk serietecknare.

**Kännetecken:** grälla färger, nallar med fyrkantiga huvuden och politisk satir.

**Pratar på stadsbiblioteket 25 oktober.**

Text: Sara Dutta

Foto: Galago • Ill: Sara Granér



Foto: Henric Nyman

Ta vara på de där försenadebussmorgnarna, fiskpanettsluncherna och snöslaskseftermiddagarna.

## Till sist

### Leila Sabzevari

har nyss tagit studenten från Word.



**TIDERNÄ PASSERAR. MILJARDER ÖGONBLICK** upplöses i vad som efteråt kvarstår som historia. Det är dags för mig att ta farväl av Word och fortsätta vidare mot nya äventyr. Men innan jag gör det finns det två saker jag vill säga. Det ena är: ta vara på varje stund av gymnasietiden. Detta har ni säkerligen hört förr men ta en stund att begrunda det nu, på allvar. Ta vara på de där försenadebussmorgnarna, fiskpanettsluncherna och snöslaskseftermiddagarna. För annars står ni där som ena fån på studenten och gråter för att ni inte begriper vart allt tog vägen.

Sen vill jag också uppmana er att våga vara kreativa i era beslut rörande tiden efter gymnasiet.

Lyssna inte på den där lilla djävulen inom er som är rädd, osäker och inte tror att det kommer att gå. Lyssna inte på någon annan heller för den delen. Varken morfar eller syv.

**DET PRATAS ALLTID** om konkurrens, arbetslöshet och så vidare, så ta in sådan information som "bla bla bla". Gå hem och ring det där samtalet i stället! Sök jobbet eller utbildningen! Våga satsa! För världen är ju där ute och vem ska annars leva ditt liv?

Och med det sagt lyfter jag på hatten och tackar för min tid i redaktionen och här på sista sidan. *Le futur est à nous!*

BARNOMBUDSMANNEN I UPPSALA

**BOiU**

# Behöver du hjälp?



[boiu.se/  
behover-du-hjalp](https://boiu.se/behover-du-hjalp)

**Vi har samlat länkar till många ställen i Uppsala där du kan få hjälp med till exempel**

Mobbning och kränkningar  
Problem i familjen  
Sexuella övergrepp eller våld  
Missbruk  
Ätstörningar  
Nedstämdhet  
Ångest, depression, stress,  
självskadande beteende  
Sex och samliv  
Utsatt för brott

**Om du tycker det är svårt att veta vem du ska vända dig till kan du alltid börja med att höra av dig till oss!**

**Ring oss 018 69 44 99**  
**Mejla [boiu@boiu.se](mailto:boiu@boiu.se)**

Barnombudsmannen i Uppsala  
[boiu@boiu.se](mailto:boiu@boiu.se), 018 69 44 99  
Kungsgatan 47A

[boiu.se](https://boiu.se)

**Vänta lite med att  
vända på tidningen.**

**Den här tidningen görs av  
gymnasieungdomar från  
Uppsala. Du kan också  
vara med.**

**Mejla** [word@tidningenword.se](mailto:word@tidningenword.se)

**Smsa** 070 645 31 41

**och tala om ifall du vill skriva, eller fota,  
eller göra något annat.**

**Så, nu kan du vända på tidningen.**

**WORD**

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

