

WORD #40

SEPTEMBER 2013

AV UNGA, FÖR UNGA I UPPSALA

SelfC UF

**UF med
självkänsla**

Relationsexpert

**Vi frågar
Olle Waller**

Pensionärstips

**Så får du
förhållandet
att hålla**

Tema

Relationer

Bandet

Generation

Söka jobb

**Jo, du har
kontakter**

Julspecial

**Inte som andras jular
Julklappar utan hets**

Benjamins byxor

Gymtest

Stil i stan

Utbytesstudent

Test av kanelbullar!

Musikhjälpen

Det här gör kuratorn

VILL DU SKRIVA OM
**MILJÖ
 MODE
 POLITIK
 MAT
 SPORT
 HALSA
 FILM
 UPPSALA
 SEX
 ELLER KANSKE
 FOTA?
 HÖR AV DIG
 VETJA!**
Av unga, för unga

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

Mejla
word@tidningenword.se
Smsa

070 645 31 41


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

tidningenword.se
WORD #40

Tema: Relationer

OMSLAGSFOTO

Mårten Markne

OLLE WALLER – Hela Sveriges sexualupp-
 lysare pratar sig varm för kondom och jäm-
 ställdhet, och inte bara i tv.


12



6 14



9



30



33



#40
INNEHÅLL

- 5 **Ungdom**
SelfC UF.
- 6 **Quiz**
Vilken kompis är du?
- 8 **Mode**
Benjamin har mjukisbyxor.
- 12 **Person**
Fråga Olle-Olle.
- 14 **Relationer**
Kärlek för ung och gammal.
- 16 **Utbytesstudent**
Del 3: skolan utomlands.
- 18 **Hälsa**
Test av gym.
- 20 **Jul**
Jul är inte alltid kul.
- 22 **Jul**
Julklappstips.
- 24 **Samhälle**
Jobb för unga.
- 26 **Samhälle**
Hos kuratorn.
- 27 **Testpatrullen**
Kärleksfilmer och kanelbullar!
- 30 **Kultur**
Låtskrivande för Musikhjälpen.
- 33 **Kultur**
Bandet: Generation.
- 34 **Utgång**
Musikhjälpen.

Älska dig själv!

JAG KOMMER INTE på någon bra inledning till denna krönika, så jag ska helt enkelt säga det jag ska rakt ut: försök att älska dig själv.

Vi blir varje dag översköjda av budskap om hur man skall vara för att nå lycka och finnas till för omgivningen. Man skall vara vacker, man skall vara atletisk, man ska ha sångröst, man ska vara karismatisk och mycket mer.

Och om man inte har dessa personlighetsdrag? Då tror vi att vi inte finns för de som är runt oss. Men detta är inte sant. Var och en finns till då alla tjänar en alldeles egen roll i vardagen – på ett eller annat sätt. Denna roll brukar inte alltid vara tydlig, då vi hela tiden ser kändisikoner som syns och hörs överallt och vi får en bild av samhället där uppmärksamhet är lycka och det som gör att man finns till.

OMGIVNINGEN STÄLLER KRAV på oss då man ska vara så mycket. När jag gick ut högskoleexamen delade rektorn ut diplom och stipendier till dem som presterat extra i idrotten, till skolans kompis och till dem som prickat MVG i alla ämnena. Hyllningar och applåder i skolaulan.

Hur tänkte jag? ”Jaha, här sitter jag med min blandning av E och lite VG och utan vänner; *kul!*” Tanken är kanske att en person ska få en kick av utmaningen och prestera hårdare.

Men man kan undra: kan man vara nöjd över sig själv när någon framställs som bättre än du? Kan man älska sig själv?

Özz Nûjen ställde den viktiga frågan när han var sommarvärd på P1: ”hur ska man kunna älska sig själv i en värld där alla älskar allt som inte är du?” Man behöver kunna älska sig själv för att kunna älska andra. För att älska behöver man se egenskaper hos en person och anse att personen i fråga är helt okej, att man inte behöver ändra på någonting.

DU KANSKE INTE är någon sångstjärna. Du kanske inte är någon programledare. Du kanske inte är något fotbollsproffs.

Men du är du, och saken är den att det är helt okej. Ingen annan är bättre på att vara du än du själv, så varför försöka vara någon annan? Sluta fokusera på vad du inte är och var nöjd över vem du är.

Alla är värda att bli älskade av någon; du är värd att älskas av någon, så varför skulle inte du kunna älska dig?

3

Inte-missa-
händelser
i december

Musikhjälpen

Gala till förmån för Musikhjälpen. Med bland andra Dilan Gafuri, Lara Aula, Level Up Crew och Idoldeletagarna André Zuniga och Simen Thelander.

► Grand, 13 december

Sista Mötesplatsen

I många år har Mötesplatsen givit möjlighet åt unga och politiker att träffas för att diskutera viktiga frågor. Nu är det slut! Men arrangören Barnombudsmannen i Uppsala lovar att även framöver erbjuda möjligheter för unga att påverka politiken i Uppsala.

► Grand, 10 december
Läs mer på
www.boiu.se/motesplatsen

Schysst jul

Från början ett projektarbete på gymnasiet – nu inne på femte året i rad; Schysst jul är en julmarknad där man kan köpa julklappar tillverkade med respekt för mänskliga rättigheter och miljön.

► Missionskyrkan, 14 december



Johan
Jansson

om en relation att vårda.

Du kanske inte är något fotbollsproffs. Men du är du, och saken är den att det är helt okej.

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 (2013). Läsarna är både killar (40 %) och tjejer (60 %). 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.

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



Redaktion

Vilken är din bästa relation?



ANDREA BYDING
SAMHÄLLSREDAKTÖR
andrea@tidningenword.se
Den till min högra hjärnhalva.



DONIA SALEH
REPORTAGEREDAKTÖR
donia@tidningenword.se
Den fantastiska relationen till granatäpplena i fruktskålen. Helt klart.



KARIN KARLSSON
BILD- OCH MARKNADSFÖRINGSREDAKTÖR
karin@tidningenword.se
Den till min skruttiga gamla hund!



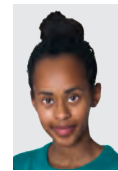
KARL CARLSSON
KULTURDAKTÖR
karl@tidningenword.se
Till min lillasyster.



MÅRTEN MARKNE
CHEFREDAKTÖR
marten@tidningenword.se
Till fru och barn.



AURIN RAHMAN
Skribent
Konst.



ASMAÏT GEBREYOHANNES
Skribent
Den till min familj.



CASSANDRA GRÖNLUND
Fotograf
Mina hundar, mina vänner, min pojke och min familj!



DANIEL ÅHLIN
Skribent
Min familj!



FRIDA ERIKSSON
Fotograf
Kylskåpet.



HANNA MARKSTRÖM
Fotograf
Lätt min dator.



JASMINE SAMUELSSON
Fotograf
Den till min familj och mina vänner.



JOHAN JANSSON
Skribent
Den jag har till min mor.



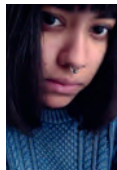
LISA BROMS
Illustratör
Min säng.



LISA LUNDSTRÖM
Skribent
Den till en riktigt bra bok.



LINN ÄLVEBRATT
Skribent
Den till min familj och våra katter.



SARA DUTTA
Illustratör
Till katten.



SIMONA PETERSSON
Fotograf
Min kamera, när den vill samarbeta.

DESSUTOM MEDVERKAR I DETTA NUMMER

Den här tidningen har tillkommit i samarbete med klass JO12 från Rosendal. Tack till dem och deras lärare Tony Elgenstierna!





SELF.C. UF:

Många tycker kanske att vi är för unga, men vi anser att det är en fördel att vara i den här åldern.

Bokstaven C i UF-företaget SelfC:s namn står för "see", och det är just vad gänget bakom vill åstadkomma: att stärka självkänslan hos mellanstadieelever, så att de kan se sig själva.

Varför mellanstadieelever?

– Vi vet att det är ett stort samhällsproblem med dålig självkänsla, och det är i den åldern man börjar formas, säger Camilla Gausland Christensen.

– När man börjar sjuan går man från att vilja vara barn till att vilja vara vuxen, och då är det lätt att formas av gruppträck ... säger Ebba Westin.

– ... så om man har de här föreläsningarna tidigare så kan man ha kunskaperna med sig, fyller Johanna Smeds i.

Varför har ni valt det här?

– Vi tycker det är intressant och gillar att prata framför folk, säger Isabel Lassis-Bolling.

Men varför ska skolorna anlita just er?

– Många tycker kanske att vi är för unga, men vi anser att det är en fördel att vara i den här åldern. Barnen kan se upp till oss på ett annat sätt än till en vuxen, säger Johanna Smeds.

Skolorna ska övertygas med personlig kontakt och en reklamfilm.

Hur är det att driva företag?

– UF har alltid varit något man sett fram emot, säger Jennifer Falck.

– Det är verkligen lärorikt. Nu måste man verkligen ha med sig allt från ettan och tvåan, säger Johanna Smeds.

Text: Mårten Markne
Foto: Mårten Markne

SELF.C. UF
Ebba Westin,
Camilla Gausland Christensen,
Isabel Lassis-Bolling,
Johanna Smeds och Jennifer Falck.

Gör: föreläser för mellanstadieelever om självkänsla.

Föreläsare

Behöver du hjälp?



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

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

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!



Vilken k

Text Aurin Rahman

Illustration Sara Dutta

Hur schysst är du egentligen mot dina vänner? Testa dig själv nu!

Din kompis fyller 18 år, vad gör du?

- A. Skickar ett sms, hen är ändå bara en av miljarder på planeten.
- B. Dyker upp på festen och drar direkt efter middagen!
- C. Försöker att komma på något fint att skriva, men det slutar med ett "grattis" på hens Facebookwall.
- D. Fixar ihop 18 presenter och ser till att min vän får bästa födelsedagen!

Din granne blir dumpad. Hur stöttar du henne?

- A. Måste få reda på alla detaljer, vad bråkade de om?!
- B. Ja, såg det på Facebook. Sådant är livet!
- C. Stryker hennes huvud och säger "There, there" men vet inte vad jag ska göra.
- D. Knackar på med filmer och choklad, lyssnar på henne hela lördagskvällen.

Du vinner 50 miljoner på lotto. Vad använder du pengarna till?

- A. Lovar att köpa träningscykel till pappa men kommer på att jag ska resa.
- B. Flyttar ut, struntar i alla andra och unnar mig lite lyx!
- C. Beger mig mot banken för att skapa ett sparkonto.
- D. Donerar hälften, spenderar större delen på familj och vänner.

Din mamma kommer hem efter en lång dag från jobbet. Gör du nåt särskilt för henne?

- A. Frågar om hon vill ha något, men utan avsikter att vilja uppfylla hennes önsknigar.
- B. Har väntat på henne, jag har ju inte fått min månadspeng!
- C. Hälsar när hon tittar till mig i rummet.
- D. Städar, lagar middag och ordnar ett varmt bad åt henne!

Din partner är otrogen mot dig, hur reagerar du?

- A. Jag älskade hen ändå inte, pfft.
- B. Jag hittar någon som köper mera presenter till mig!
- C. Gör slut, blir sårad men visar det inte för någon.
- D. Ger hen en andra chans, det förtjänar alla!

**Flyttar ut,
 struntar i alla
 andra och unnar
 mig lite lyx!**

ompis är du?



Flest A Du är Miss Polly Pocket!

Du, min sköna, låtsas tycka om människor när du egentligen inte tål att de ens andas samma luft som du. Hade du makten, skulle du suddas ut dem från jordens yta, men ändå ser man dig kommentera "Vacker <3" på varenda selfie som laddas upp på Facebook.

Kanske är du omringad av fel människor? Det finns säkert några som du genuint skulle tycka om!



Flest B Du är Blodigelsson!

Om Dracula tappade tänderna skulle han anställa dig för att göra jobbet – du är bäst på att suga ut livet ur människor!

Du tar det du behöver, men finns aldrig där när den du tagit av behöver dig. Du tänker bara på att ta och ta men ger aldrig. Kanske för att du har utnyttjats själv? Men det skadar inte att ge lika mycket som du tar i varje relation!



Flest C Du är The Heartless Cow!

Du har inga problem med att se söta kattungar slaktas medan du oberörd njuter av dina popcorn, och din energi används sällan till något annat än dig själv.

Du går för det mesta omkring med ett pokerface, Lady Gaga är ingen match för dig! Dina känslor lyckas du undanhålla, främst för att slippa bli sårad. Men att visa känslorna lite då och då är hälsosamt, prova det!



Flest D Du är The Fairy Godmother i människoform!

För dig regnar kärleken ned från himlen, eller så producerar du den själv för den tar aldrig slut! När någon behöver dig, är du beredd att tömma fickorna. Du är givande och det är både en välsignelse och en förbannelse. Du behöver vara försiktig – en sked ondska varje morgon skulle gynna dig!



Idealen och verkligheten

TRO DET ELLER ej, gott folk, det är faktiskt inte avundsjukan som talar nu. Det räcker med att ta en liten tripp till kassan i närmaste livsmedelsbutik för att konstatera att vi lever i en tid där slimmade och vältränade kroppar är överrepresenterade i nästan alla tidningar. Media bombarderar oss med bantningstips och bilder som är kraftiga retuscherade för tusentals riksdaler.

Det blir liksom lönlöst att ens försöka sig på frasen "Spegel, spegel på väggen där – säg vem som skönast i landet är" när man hela tiden påminns om sitt "otillräckliga" utseende. Tänk, vad ett föremål med reflekterande förmåga i maskopi med osunda ideal kan göra mot ens självförtroende.

Det har gått så långt att jag, som inte ens tror på önskebrunnars förmåga att uppfylla drömmar, ändå kommer att kasta i en slant för att ingen någonsin ska behöva må dåligt.

MODEBRANSCHEN LEVERERAR "PERFEKTA" modeller i reklam och på catwalken, men vi är minst lika skyldiga som de. De kläcker idéer, vi köper deras koncept. Om vi i stället gör en 180 graders vändning och väljer bort de tidningar, företag, bloggar och musikvideor som mer eller mindre indirekt uppmanar till självsvält, kan vi uppnå mycket positiva förändringar.

För de flesta av oss är väl ändå medvetna om att makten ligger i våra händer? #konsumentmakt



Asmait Gebreyohannes

om ickeidealiska ideal



Modepyren

Bennes byxor

Benjamin är en ung kille som alltid har på sig mjukisbyxor under sin vardag, för att det är mer bekvämt. Benjamin uppmanar folk att gå emot normerna och använda mjukisbyxor.

Varför har du mjukisbyxor?

– I början av vårterminen i nian berättade mina vänner att jag var lite för utseendefixerad och det ledde till att de la upp en deal om att jag skulle ha mjukisbyxor i 30 dagar. Jag gick med på det, och det gick väldigt bra. Det var då jag upptäckte att det var mycket skönare! Det är därför jag fortfarande har det.

Hur brukar reaktionerna vara?

– Jag får ofta reaktioner om varför jag har mjukisbyxor, men det jag kommer ihåg mest var när jag gick i nian och rektorn sa att jag vågar stå ut och att jag inte följer strömmen.

– Har du någon gång haft mjukisbyxor där det inte passat in?

– Nej, när det är fint ska det vara fint. Kostym eller smoking. Jag är väldigt ordentlig med vett och etikett, men i vardagen och helger hemma, då är det mjukisbyxor som regerar!

Text: Sara Algoz

Foto: Hanna Markström

BENJAMIN SJÖSTRAND

Ålder: 16 år.

Skola: Livets Ord.

Bor: Uppsala.

Mjukisbyxorna: Intersport och Stadium, inget speciellt märke.

Modeprofilen: Jackie Kennedy

VAD ÄR DET som får oss att fortfarande beundra en av vår tids största modeprofiler?

Trekvartsärmor, a-linjeklänningar, låga pumps och pillerburkshattar kännetecknar henne. Snart 20 år efter sin död är Jacqueline Kennedy Onassis fortfarande en tidlös stilikon. Ända sedan hon trädde in i rampljuset som USA:s första dam har kvinnor strävat efter att efterlikna hennes känsla för klass och stil. Kanske är det inte själva kläderna, utan hennes självklarhet och känsla som skapar magi. Efter sin förste makes, John F Kennedys, död

ändrade hon sin stil dramatiskt och bytte ut sina damlika klädval mot stora solglasögon, Hermès-sjalar och vida byxdressar för att bli Jackie-O. Hon tog ett av de ledande stegen för att få kvinnor att våga gå från strikta klänningar till en lättare, mer naturlig sminkning och espadrillos. Klassiskt, enkelt och stilrent.

Text: Ida Källgren





Frida Nordqvist

Ålder: 16 år.

Varifrån är kläderna?

Byxorna är min brorsas gamla, som han skulle slänga. Jackan är Fjällräven, skorna är Vans som jag haft i flera år.

Beskriv din stil!

Bekvämt, skettigt, basic.

Varifrån får du inspiration?

Min storebror har alltid haft snygga kläder. Har ärvt massor av honom.

Tove Boström

Ålder: 17 år.

Beskriv din stil!

Bekvämt, stort och kill-avdelningen.

Varifrån är kläderna?

Jackan är en DC-jacka som jag köpte på Quicksilver Store i New York, skorna är Converse och jeansen är från Ullared.

Varifrån får du inspiration?

Det har alltid varit naturligt för mig att gå till killavdelningen, så har jag mixat det med vad jag tycker är snyggt.



Stil

Foto: Karin Karlsson

#40WORD

Uppsalas unga och fritidsgårdarna tillsammans med Grand och Barnombudsmannen i Uppsala presenterar stolt:

UPPSALA RÄDDAR LIV

MUSIKHJÄLPEN 2013

19.00 på Grand den 13 december!

f Event



KARAKOU

Från Idol:

André Zuniga
Simen Thelander

Level Up | DJ's från Studio 36

Redire | Dilan Gafuri och Lara Aula

Alma Eliasson Godonou m.fl

Linus Brag

Release för specialskriven låt för galan!

Fler akter och aktiviteter på plats!

Tack till våra
sponsorer:



Dwell
CAFÉ & RESTAURANT

jalla
kebab • pizza • grill • sallad



Favoriit

Urban Collection

Anne von Porat
www.veckomagasinet.com

Glitter

The Body Shop

www.upsalabybeauty.se

Alla åldrar välkomna | 50 kr - alla pengar går oavkortat till Musikhjälpen

DROGFRITT

BARNOMBUDSMANNEN I UPPSALA

BoiU

GRAND

VÅRD & BILDNING

i♥fritiden!

(med reservation för ändringar)

Poster av: Daniel Erstrand



VAR ÄR HEMMA NÄR DU FLYTTAR HEMIFRÅN?

Visste du att du kan ställa dig i Uppsalahems bostadskö redan samma dag du fyller 16 år? Det kostar inget och det enda du behöver göra är att uppdatera din köplats en gång var tolfte månad, för att behålla den. Uppsalahem har nästan 12 000 olika bostäder och just nu bygger vi över 500 nya hem för unga och studenter – något kanske blir ditt? Välkommen till oss på www.upsalahem.se



UPPSALAHEM


 ASMAÏT
 GEBREYOHANNES

Text


 CASSANDRA
 GRÖNLUND

Foto

Olle Waller är inte bara **frispråkig** tv-profil, utan också en enveten förkämpe för kondom och **jämställdhet**. Hans bana som hela Sveriges sexualupplysare började när han som lärare ville få **ointresserade elever** att lyssna.

Olle svarar



För ungefär trettio år sedan nåddes vårt avlånga land i norr av hiv/aids. Den obotliga sjukdomen skördade liv efter liv i brist på tillräcklig vård och medicin. Vi talar om samma tid som så brutalt ärligt och öppet har skildrats i böcker såväl som på tv av Jonas Gardell.

Och det är någonstans där, under åttiotalet, som Olle

Waller axlar den roll som med tiden kom att utvecklas till "hela Sveriges sexualupplysare".

– **JAG JOBBADE SOM** lärare i grundskolan i tjugofyra år och jag förstod väldigt tidigt att det bästa sättet att nå ut till de stökigare eleverna var att prata om saker som intresserade dem, i det här fallet sexualkunskap. Men det var inte förrän på nittioalet som media kontaktade mig och ville göra olika samarbeten.

I dag arbetar Olle Waller som sexualupplysare för Lafa, en verksamhet med syftet att förebygga sexuellt överförda infektioner och oönskade graviditeter. Mest känd är han som sexexpert i tv-programmen Fråga Olle och Fråga Olle dokumentären.

ÄMNET SEX OCH samlevnad har sedan länge varit tabubelagt och moraliserat, även om vi svenskar har anammat en relativt avslappnad attityd. Människor som arbetar med att upplysa och forska i ämnet möter på motstånd från olika håll.

Det kan till exempel handla om att folk från religiösa och konservativa grupper tycker att man ska behålla gamla förhåll-

nings sätt till sex, det vill säga att sex ska vara äktenskapligt eller att man inte ska "ligga runt", berättar Olle Waller.

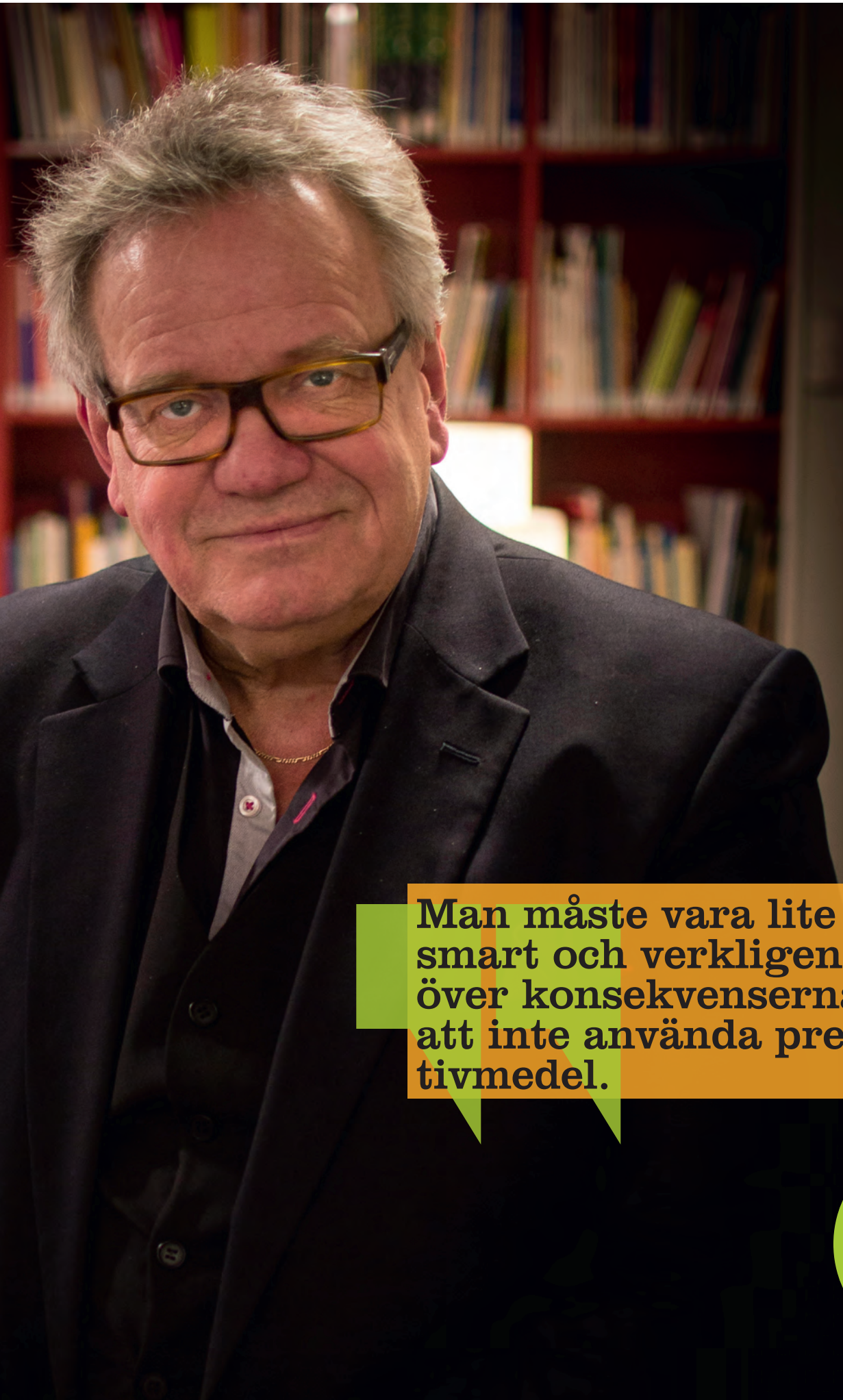
– Jag själv har inte råkat på motstånd eller förföljelse, men alla mina kollegor har kanske inte klarat sig lika bra. De flesta som har varit i kontakt med oss på Lafa har varit positivt inställda till vårt arbete och gett positiv respons, däribland Svenska kyrkan och ungdomsmotagningar.

I OCH MED att killar och tjejer generellt sett förhåller sig olika till användning av preventivmedel, blir säkerheten lidande. Det är någonting som Olle Waller och hans kollegor ständigt arbetar med att förändra, bland annat genom att hålla föreläsningar och utbilda personer eller organisationer som möter ungdomar.

De vänder sig också direkt till ungdomar genom att svara på frågor via webben (på www.sakraresex.se) vilket har visat sig vara väldigt tacksamt. Frågorna är många och faller därför under flera kategorier som exempelvis "preventivmedel", "hbt" och "relationer".

– man måste vara lite streetsmart och verkligen tänka över konsekvenserna av att inte använda preventivmedel. Tjejer förväntas bära huvudansvaret när det gäller skydd och ofta blir kondomen bortförhandlad på grund av att den ses som ett hinder, trots dess effektivitet.

Och det är tydligt att Olle tar sitt yrke på största allvar, så när jag ber honom avsluta meningen "vi bör alla sträva efter...", blir jag inte förvånad av att han svarar "... att vara jämställda när det gäller sexualiteten".



Man måste vara lite street-smart och verkligen tänka över konsekvenserna av att inte använda preventivmedel.

OLLE WALLER

Ålder: 66 år.

Gör: Arbetar som sexualupplysare åt Stockholms läns landsting.

Känd för: tv-programmen Fråga Olle och Fråga Olle dokumentären.



Kärleken har ing

Vissa saker är sig lika, oavsett om man blir kär 1952 eller 2010. Möt två par som håller kärleken vid liv: Birgit och Åke, som träffades i ett annat årtusende, och Desiree och Sebastian, som varit ett par i tre år.

PENSIONÄRSKÄRLEK:

61 år i nöd och lust

Åke och Birgit Larsson träffades i en danssalong i Eskilstuna 1952. Det var långfredag och Birgit och Åke, 19 och 18 år, gav sig för att dansa på det enda ställe som var öppet. I kvällens slutskede fann de sig halkande fram på väg hem. Idag sitter de på ett ålderdomshem i Svartbäcken, lika kära som för 61 år sedan.

4 experttips

Vilka är bättre lämpade att ge relationsråd än några som varit tillsammans i sex decennier? Här är Birgits och Åkes tips på hur du får förhållandet att hålla.

- Samarbeta.
- Ha roligt tillsammans.
- Gör saker som förgyller vardagen.
- Ha ett socialt liv utanför förhållandet.

– **LITE KÄRLEK VID** första ögonkastet var det nog, säger Birgit medan Åke bjuder på ett varmt leende samtidigt som han nickar instämmande.

Romansen har inte alltid varit en dans på rosor. Efter att de varit tillsammans ett par år jobbade Birgit som au pair i England. Trots att de var ifrån varandra under ett helt år stod Åke och väntade vid kajen i Göteborg när Birgit kom hem till Sverige.

HEMMA VAR DET också tufft ibland. Birgit, som kom från en sträng familj, blev gravid före bröllopet. Det löste sig dock till slut, Birgits mamma fann sig i situationen och det hela lugnade ned sig. Åke och



Birgit gifte sig en februaridag år 1956, deras son Sten kom till världen i april samma år.

Även i dag, när de varit gifta länge, stöter de på motgångar då och då, som i de flesta andra relationer. Eftersom Birgits hälsa krånglar blir det ibland lite extra komplicerat med ekonomi och dylikt, men kärleken verkar ändå bestå.

– Vi har nog haft bra mycket tur, säger Åke.

DET ÄR FASCINERANDE att två människor kan trivas lika bra ihop nu som när de var nykära. Vad gör de för att hålla gnistan vid liv och inte falla ner i relationstrasket som många andra par gör? De har rest mycket, flera gånger årligen, till Italien

bland annat och senast England. De har varit omringade av goda vänner och bjöd ofta på fest eller bjudningar för att upprätthålla ett socialt liv utanför sin egen relation.

De säger att man måste ha roligt tillsammans och att man måste samarbeta för att få förhållandet att fungera.

– Vi tänker rätt så lika också och det var varit en fördel, säger Åke.

Nu blickar de framåt och väntar på att Birgit ska bli bättre efter en stroke som hon råkade ut för tidigare i höst. Oavsett vilken situation de hamnar i verkar de ta sig genom det, än i dag.

Text: Ellen Kihlström
Foto: Sara Hovstadius

gen ålder



TONÅRSKÄRLEK:

Full tillit och egentid

Desirees och Sebastians förhållande började inte som en solskenshistoria. När de träffades pendlade Sebastian mellan korta förhållanden och singellivet, men tre år senare sitter de bredvid varandra och småtjafsar som ett gammalt gift par.

I DAG HAR Sebastian och Desiree varit ett par i över tre år. De tycker att de kan se stora skillnader om man jämför början av relationen med nuet.

– Förut sms:ade vi mycket och skrev gulliga saker till varandra. Nu skriver vi bara det nödvändigaste.

De känner alltså att de kommit in i en vardagsperiod. Desiree kan plugga och Sebastian kan spela tv-spel, utan att de behöver prata eller kramas. Att få sakna varandra tycker de båda är viktigt. De tycker att många gör fel genom att träffas konstant. Något annat som har infunnit sig med tiden

är full tillit. De kan släppa iväg den andra på en fest i största förtroende.

Det viktigaste för att hålla kärleken vid liv tycker de båda är att ge varandra egentid.

– Har man bråkat så ska man inte träffas på ett tag. Umgås med familj och vänner, då löser sig allt, säger Desiree och Sebastian nickar instämmande.

I början av förhållandet var Desiree den som hade övertaget. Sebastian gick helt efter Desirees vilja. I dag är det tvärt om. Nu tar Sebastian mer plats och det är oftast han som bestämmer var de ska äta och vilken film de ska se.

Desiree och Sebastian

Desiree Mohsenpour och Sebastian Sundquist är båda 17 år. De går andra och tredje året på Thoren Business School och bor i Knivsta och Uppsala.

Deras största spänn i tillvaron just nu är framtidsplanerna. Desiree går ut trean nästa år och hon vill gärna plugga i någon annan stad i Sverige. Sebastian går andra året och kommer därför stanna i Uppsala. Det märks att de inte vill tänka på det.

– Vi lever i nuet. Vi älskar ju varandra och vill inte skiljas åt i ett distansförhållande.

Det sista Desiree säger är att hon inte är kär i Sebastian. Det får mig att hoppa till. Med sedan tillägger hon att hon älskar honom.

Text: Sara Hovstadius
Foto: Cassandra Grönlund

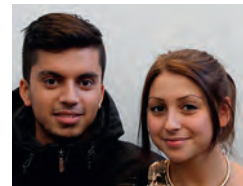
1 Hur träffades ni? 2 Tips på hur man håller gnistan vid liv?



Lisa Bergström och Isac Nygren
Tillsammans i 17 månader

1 Isac var min konfirmationsledare, så vi träffades i kyrkan.

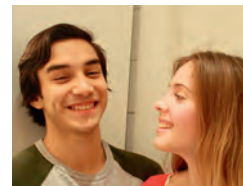
2 Att göra små saker i vardagen. Man ska också säga hur mycket man tycker om varandra.



Sophia El Agha Kasbah och Lezen Saadi
Tillsammans i 14 månader

1 Vi träffades tillsammans med en gemensam kompis, vi började snacka och det bara blev så.

2 Vi går hem till varandra hela tiden. Vi tillhör liksom varandras familjer. Vi försöker ha saker att se fram emot.



Märta Gates och Simon Terrazas Loreto
Tillsammans i 15 månader

1 Kortfattat så blev vi vänner och genom det växte kärlek fram.

2 Man måste uppskatta och lita på varandra, kunna skratta mycket med varandra och vara bästa vänner.



Janina Kaira och Erik R Avetisyan
Tillsammans i 18 månader

1 Vi träffades på en gemensam lektion.

2 Vi hittar på massa olika saker med varandra. Nu håller vi på med ett projektarbete tillsammans.



Vi följer Alexandra, Sara och Klara när de är utbytesstudenter under ett år. Läs tidigare avsnitt på tidningenword.se/utbytes

I det tredje avsnittet av serien om tre utbytesstudenter från Uppsala fokuserar vi på skolan. Alexandra, Sara och Klara berättar om klädkoder, skolmaten och om hur lätt det är att få höga betyg.

Utbytesstude

Sara Lindhagen Dover Bay High School, Nainamo, Kanada

Hur är skolan där du bor?

DET ÄR GANSKA annorlunda från vad jag är van vid. Man läser endast fyra ämnen per termin. Olika årskurser kan ha lektioner med varandra.

Jag har olika klasskompisar i alla ämnen vilket är jättebra för man lär känna så otroligt mycket människor!

Skolan är väldigt aktiv. Vi har skollag i en massa olika sporter. Jag har varit med i landhockey-laget den här terminen och i vår ska jag gå på fotboll. Eftersom jag valt idrott som ämne också har jag fått testa på många sporter jag inte kört så mycket förut, som amerikansk fotboll, rugby, floorhockey och baseball. Eftersom jag har 80 minuter idrottslektion varje dag och vi har fått köra varje sport i två, tre veckor hinner man verkligen lära sig den vilket är kul!

Det finns även en massa olika klubbar i skolan att gå med i. Jag är med i elevrådet och outdoor club och förmodligen kommer jag gå med i fler när sporterna slutar nu i vinter.

Skolan är också känd för sin årliga musikal som vi är i full gång med att öva till nu.

Maten har varit det sämsta. Jag

kommer verkligen att uppskatta den svenska skolmaten när jag kommer hem! Jag tar med mig lunchen hemifrån och har som de flesta andra med mig en Festis, en frukt och en dubbelmacka av ljust rostbröd med majonäs, senap, skinka, och sallad på.

I början var det väldigt jobbigt att äta så lite till lunch men jag vande mig snabbt.

Man måste dessutom stå upp och äta, antingen vid skåpen eller i korridoren, eftersom det inte finns några bord.

Det är väldigt lätt att få höga betyg utan att anstränga sig, i alla fall i de ämnen jag läser nu. Man behöver bara delta och göra de arbetsblad som läraren delar ut för att få A. Hittills har jag inte haft en enda läxa, men ibland har jag fått ta hem texter och läsa ikapp eftersom jag läser långsammare än de andra.

Annars har engelskan blivit mycket bättre, jag drömmer till och med på engelska.



Min skola, Dover Bay High School.



Min photography class.

Klara Jonsson Newstead College, Launceston, Tasmanien

Hur är skolan där du bor?

SKOLÅRET I AUSTRALIEN börjar i januari/februari vilket gjorde att när jag började i juli var jag ett halvår efter alla andra, så det var lite svårt att komma in först. De flesta jag lärt känna går dessutom i årskurs 12, de kommer alltså att gå ut snart, vilket är lite tråkigt.

Man har inte en klass som man har alla lektioner med, utan för varje ämne har man en ny klass. Man får träffa nya människor, men det är svårare att lära känna folk eftersom man spenderar mindre tid med dem.

Jag går på ett college, vilket inte samma sak som college i USA utan ungefär som vårt gymnasium. Vi har ingen skoluniform och man får kalla lärarna vid förnamn. Man kan komma sent, prata mycket och hålla på med mobilen utan att de bryr sig särskilt mycket.

Jag har inte haft särskilt mycket läxor och endast ett

prov under hela terminen, så jag klagar inte!

Det sämsta är att lunchen är så himla sen, den börjar tjugo över ett! Men vi har en rast vid halv elva och då brukar de flesta ta med sig något att äta för att överleva. Det går att köpa lunch i skolan men det är ganska dyrt och det mesta är ganska onyttigt. De flesta brukar ta med sig mat. Vanligast är att ha med sig macka och frukt, chips eller choklad. Jag brukar dock ta med mig riktig mat och värma i mikro.

Favoritämnet är nog outdoor education. I vanliga fall så är friluftsliv inte min grej, men jag har tyckt att det har varit jätteroligt att vandra och tälta. Vi har haft en massa utflykter som gjort att jag fått se mycket mer av Tasmanien än jag skulle gjort annars. Vi har bland annat varit på vandringar, bergsklättring och till och med spelat lasergame!

Text: Andrea Byding
Foto: Klara Jonsson, Alexandra Lazzarini, Sara Lindhagen

nt: skola



Alexandra Lazzarini North Summit High School, Coalville, USA

Hur är skolan där du bor?

ALLT ÄR VÄLDIGT religiöst, det är egentligen inte lagligt att låta religion påverka en statlig skola, men här gör den det ändå. Många här är troende mormoner och det gör till exempel att alla lämnar skolan vid olika tider på dagen för att gå i kyrkan.

En stor skillnad är också att skolan har en klädkod man måste följa.

Allmänt är det väldigt anorlunda från den svenska skolan. Man har samma schema med sju lektioner varje dag och alla har lektioner samtidigt.

Som utbytesstudent måste jag läsa engelska och amerikansk historia. Förutom dem

har jag valt keramik, bild, biologi, psykologi och matlagning. Alla ämnen är väldigt enkla och jag har inte lärt mig särskilt mycket, undervisningen är på ungefär samma nivå som högstadiet. Min engelska har dock förbättrats.

Man måste betala för väldigt mycket i skolan. Till exempel kostar det att registrera sig och den Ipad som man måste ha i skolarbetet bekostar man själv. Även kreativa kurser, som bild och keramik måste man betala för.

Det enda som är bättre här än i den svenska skolan är skolmaten. Den är onyttigare och definitivt godare!

Man måste betala för väldigt mycket i skolan.

#40WORD

Låtskrivar-workshop!

Unga och politiker skriver en låt till Musikhjälpens tillsammans med Linus Brag från rampljuset.nu

SISTA MÖTES-PLATSEN någonsin!

Grand
10 december
Klockan 17.30–19

Tema
Din musik räddar liv

Mötesplatsen

En arena för unga och beslutsfattare. De lyssnar på varandra för att beslut som rör unga ska bli bättre.

10 december
Grand
Klockan 17.30–19

Nu avvecklar vi Mötesplatsen för att testa nya koncept och kunna få fler unga att få inflytande och insyn i politiken i Uppsala.

Du kan även framöver kontakta oss med idéer och frågor här!



facebook.com/
motesplatsen.uppsala

BARNOMBUDSMANNEN I UPPSALA

BOiU

En speciell sport

NÄR VI HÖR ordet relation, vad tänker vi på då? Vi tänker oftast på kärlek. Men kärlek till vad?

Till någon speciell person man tycker väldigt mycket om, till en plats, till en låt eller något som jag och många andra tänker på – kärlek till en sport.

Det är inte vilken sport som helst. Det är en sport som mer eller mindre är en livsstil för mig, den har allt. Allt som för mig är kärlek. Samma kärlek som någon har till sin pojkvän, flickvän eller hund.

OCH JAG VET – lika mycket som jag vet att många tänker ”kan man verkligen ha en relation till en sport?” – att jag inte är den enda.

SPORTEN FÖR MIG är konst-åkning – sporten som är det där lilla extra för mig, precis som fotboll och hockey är det lilla extra för någon annan.

Den har det där speciella för att den är så bred och innehållsrik så att det känns som att jag aldrig kommer att komma till den dag då gnistan för sporten släcks, men det vet jag att den kommer göra en dag.

För det finns en gnista i varje relation som någon gång kommer att bli något som det inte var i början, vare sig man vill inte. Men det betyder inte att gnistan försvinner helt, för man kommer alltid att vara en del av det man någon gång känt det lilla extra för.



Johanna Boman

om en sport som har allt

Känner du att du vill förbättra din hälsa? Eller att det börjar bli tråkigt att göra träningen hemma? Titta då efter vilket gym som passar dig bäst!

Hitta rätt

Actic Centralbadet

För dig som vill träna nära centrum, med bra maskiner och variera din träning med simning.

Öppettider vard: mån–tors 6.20–21.30, fre 6.20–20
Öppettider helg: lör 8–17, sön 9–19

Studentpris årskort/månads-kort: 4086/599 kr/månad (minst fyra månader bindningstid)

Engångspris gym: 150 kr

Mest folk kl 15–19

Minst folk kl 13–15

Friskis och Varierat! Svettis

Väderkvarn

För dig som gillar varierande pass från dans fusion till boxning och att personal alltid finns tills hands.

Öppettider vard: mån, ons 7–22, tis, tors 6.30–22, fre 7–19.30
Öppettider helg: lör 9.15–18, sön 9.30–21.30

Studentpris årskort/månads-kort: 2300/600 kr

Engångspris gym: 100 kr

Mest folk kl 16–18.30

Minst folk kl 11–16

I city!

Kraftkällan Boländerna

För dig som gillar trevlig personal, fräscha lokaler och omklädningsrum.

Öppettider alla dagar: 05.30–22

Studentpris årskort/månads-kort: 4140 kr/345 kr

Engångspris gym: 120 kr

Mest folk kl 16–19

Minst folk kl 9–14

Sats Väderkvarn

För dig som vill ta sig så fort som möjligt till gymmet från centralstationen och springa samtidigt som du tittar på tv.

Öppettider vard: mån–tors: 6–22, fre 6–20

Öppettider helg: lör 8–18, sön 10–20

Studentpris årskort/månads-kort: 4176/735 kr (minst tre månader bindningstid)

Engångspris gym: 120 kr

Mest folk kl 15–19

Minst folk kl 10–14

TV!

Fräscht!

Test och text Kim Larsson

Foto Mårten Markne

gym för dig

Folktomt. Campus 1477 är
stillsamt på förmiddagarna.

Lugnt!

Campus 1477 Uppsala Science Park

**För dig som gillar att träna i fred! Du
behöver nästan aldrig vänta länge för
att få träna med en maskin.**

Öppettider vard: mån, ons 08–22 tis, tors
06.30 – 22, fre 06.30–19.30

Öppettider helg: lör 08–14, sön 13–21

Studentpris årskort/månadskort: 3190/495 kr

Engångspris gym: 120 kr

Mest folk kl 16–19

Minst folk kl 9–11

Inte den vanliga

December innebär jul: allt från julbak och julstök till julklappsshopping och mys med familjen. Men det är inte för alla som julen är en högtid att glädjas åt tillsammans med nära och kära – eller ens något man firar.

Alla borde respektera varandras religioner, åsikter och kulturer.

Mohamad firar inte

Mohamed Al Amary är muslim och firar inte jul. Han tycker att det är bra att det finns så många traditioner i Sverige för att det kommer leda till ett mer mångkulturellt samhälle.

Hur känns det under julen då det är en stor tradition här i Sverige?

– Det kan kännas lite ensamt. Jag brukar ha tråkigt på julen och då vill jag gå ut, men det går inte för alla kompisar är hemma och firar jul med familj och vänner, säger Mohamad Al Amary, som är muslim.

– Jag tycker inte att det är jobbigt att mina vänner firar jul och inte jag, men de är hemma i tre dagar i sträck och då får jag inte träffa dem. Men mina kompisar som också är muslimer firar ju inte jul.

INOM ISLAM FINNS två stora och kända högtider, id al-dha och id al-fitr, då man träffar familj och vänner och äter stora måltider.

– Då får vi även pengar eller vanliga presenter. Till viss del så ger id mig samma sak som de som firar jul får genom julen.

Tycker du att det känns konstigt att det heter jullov eller att man på vissa skolor går till kyrkan på avslutningen?

– Nej, absolut inte. Alla borde respektera varandras religioner, åsikter och kulturer. Sverige har ju varit ett kristet land länge, så vi som har utländsk bakgrund borde till viss del anpassa oss till svensk kultur.

– Vi kan behålla våra religioner och kulturer, men vi ska inte ta ifrån svenskarna eller andra deras religioner och kulturer.

Tror du att traditionerna kommer att blandas i Sverige?

– Jag tror att i framtiden så kommer Sverige att vara ett mer mångkulturellt samhälle och det kommer leda till att man delar varandras kulturer och traditioner.

– Det tror jag är bra eftersom de flesta länder som är mångkulturella, till exempel USA, har kommit ganska långt fram i utvecklingen. I olika länder så har man olika synvinklar på saker. Inom till exempel tekniken så har USA folk från England, Indien och Kina, och de har olika tekniska kunskaper.

Text: Isabel McLoughlin

JUL I OLIKA RELIGIONER

I Norden hade man före kristendomen en högtid under den mörkaste delen av året. När kristendomen sedan kom till Europa så började man firar jul till minne av Jesu födelse.

Inom islam firas inte Jesu födelse eftersom han inte ses som en frälsare. Jesus har en roll inom islam men då bara som en profet. Inom judendomen tror man inte alls på Jesus och firar därför inte jul.

Inom buddhismen firar man Buddhas födelse. Den högtiden kallas för vesak och firas på våren. Under vesak tänder man ljus, ger varandra presenter och skickar kort.



sortens jul

Det kändes som att jag beskyddade min familj.

Alkoholen tar över

Julafton är en högtid som för många förknippas med familj, gemenskap och julklappar. Någon som inte har den bilden är Evelina, som är uppväxt i en missbrukarfamilj.

FAMILJER MED MISSBRUK

Just nu uppskattas 350 000 personer under 18 år bo i miljöer där missbruk förekommer. Det finns inga exakta siffror, eftersom missbruk definieras på olika sätt. Källa: Folkhälsoinstitutet

EVELINAS JULAR HAR aldrig varit normala. Ett år kom hennes bror till släktmiddagen hög på narkotika och blev utkastad av Evelinas morfar. Andra år så har hela släkten druckit alldeles för mycket alkohol, så att firandet har sparat ur totalt.

Evelina är 19 år och flyttade hemifrån när hon var 16. Hennes mamma är missbrukare och fick med sig de äldre syskonen i dimman. Dessutom blev Evelina våldtagen av sin styvpappa – första gången vid åtta års ålder och ända tills hon flyttade hemifrån.

– Min mamma visste om det, men gjorde inget, säger Evelina.

SOM SEXTONÅRING STÄLLDE hon sin mamma inför ett ultimatum: barnen eller styvpappan. När hennes mamma valde sin sambo, anmälde Evelina honom och har inte träffat dem sedan dess. Styvpappan sitter nu i fängelse, men släpps i sommar då han har avtjänat två och ett halvt år.

Alkoholen var i centrum i Evelinas familj – oavsett tid på dygnet, vardag som helgdag.

För Evelina var det normalt att hennes mamma drack alkohol dagligen. När hon var 15 slog det henne att inte alla hade det som hon, då hennes vänners föräldrar inte drack vin en vanlig torsdagskväll. Hon började ifrågasätta sin familjs vanor, men höll det hemligt.

– Det kändes som att jag beskyddade min familj med att inte berätta, säger Evelina.

Det är vanligt att barn döljer familjeproblem för andra, eftersom de tror att situationen är normal och skuldbelägger sig själva.

Evelina har sedan hon flyttade hemifrån skapat sina egna traditioner på julafton. Hon brukar besöka sin syster, eller gör planer med sin pojkvän, som att åka upp i fjällen och åka snowboard. I år ska de resa till Thailand över jul.

Evelina framstår i dag som en väldigt stark och självständig person som säger vad hon tycker i de flesta situationer. Ingen skulle kunna gissa hennes förflutna.

Text: Saga Svanström

Vad är din relation till julen?



Jason Chen, Rosendalsgymnasiet

Vi firar ju jul varje år och en del av mitt liv liksom stannar av. Jag tycker att det är en bra chans för familjen att samlas och ha lite mysigt!



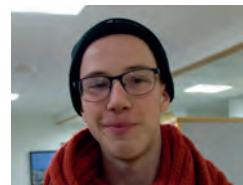
Daniel Lindgren, Katedralskolan

Jag tycker om julen väldigt mycket, framför allt för att man är ledig! Stämningen är väl trevlig den med, och jag gillar presenterna.



Katja Bruse, Celsius

Man får gratis grejer, det är god mat och mysigt! Men det blir dyrt att köpa presenter till andra.



Hannes Pålsson, Rosendalsgymnasiet

Det är en bra relation, för julen är julen, med presenter och allt. Men det är jul typ halva hösten, det gillar vi inte! Man ska inte börja för tidigt.

Text: Annie Wattman

Foto: Maja Illes

Illustration: Lisa Broms

PRESENTKORT

Några alternativ till standard-presentkortet på kläder eller bio:

Teater. Kulturell vän? Uppsala stadsteater har ett speciellt ungdomsteaterkort. Med det kan man se hur många föreställningar man vill under ett helt år.

Spotify. Hur många har inte snålat med gratisversionen? Ge bort bättre ljudkvalitet och reklambefrielse. Kanske tillsammans med en specialgjord spellista?

Myrorna. Ger tillskott i second handnördens budget och bidrag till ett gott ändamål.

UPPLEVELSE

Nej, vi menar inte sådana där dyra presentkort på chokladprovning eller luftballongsfärd, utan ett personligt minne. Fixa en finmiddag, pyssla om med en spakväll eller ordna en överraskningsutflykt. Andra tips på billiga påhitt: picknick, museibesök, pysseldag, promenad, ballonghav, tältning, pulkaåkning.

Julkappar utan hets

Skippa konsumtionshetsen till jul med Words julklappstips. Ge av din tid och omtanke i stället.

Text: Andrea Bydning
Foto: Märten Markne

DUBBEL GLÄDJE

På till exempel Rädda Barnens Unicefs eller Röda Korsets onlineshop kan man köpa presenter av alla möjliga slag där en del av prissumman går till gott ändamål.

- ▲ shop.tb.se
- ▲ unicefbutiken.se
- ▲ redcross.se
- ▲ Uppsala finns dessutom den fysiska butiken Globalen.
- ▲ Systemorgangen 2

CHOKLADPRALINER

Uppgradera Aladdinasken och lägg pengarna på äkta chokladpraliner från en butik i stället. Eller är du kulinariskt lagd kanske du kan fixa dem själv?

KÄRLEKS-FÖRKLARING

Visa din uppskattning för någon du håller kär. Gör en minnesbok med foton från er tid tillsammans, fyll en låda med saker som representerar er (en biobiljett från er favoritfilm, souvenirer från resor ni gjort tillsammans, godiset ni alltid äter...) eller skriv ett brev (för hand!) och berätta om allt du tycker om med din kära. Kanske den finaste gåvan som går att ge.

SECOND HAND-FYND

Hitta något personligt genom att handla begagnat. Kanske favoritboken i originalutgåva, någonting till prylsamlingen eller en väska i mottagarens älsklingsfärg. Belastar dessutom inte miljön och stödjer ofta välgörande ändamål.

VÄLGÖRENHET

Till någon som redan har allt kan man ge en present till någon annan i stället! Du kan köpa allt från vaccin och skolpaket till träd och getter.

- ▲ gladjeshoppen.se
- ▲ plansverige.org/shop
- ▲ erikshjalpen.se/stodja
- ▲ lakarmissionen.se
- ▲ pmu.se/shop
- ▲ webbshop.svenskakyrkan.se
- ▲ presentermotfattigdom.se

KONSTVERK

Ibland kan man längta tillbaka till den gamla goda tiden när det räckte med att ge bort en teckning i present. Men är du konstnärligt lagd kanske det kan fungera även i våra dagar.

Rama in ett porträtt av din vän, rita en serie – varför inte om något ni gjort tillsammans? – eller sätt ihop ett fint collage.

Det personliga och operfekta är ofta det finaste.



Du har fler k

Räcker inte studiebidraget till? Eller vill du skaffa erfarenheter för framtiden? Som ung kan man vara intresserad av att jobba. Lösningen för att hitta ett jobb heter ofta kontakter.

Text Linn Älvebratt

III Kudryashka/yaymicro.com

Det finns en del jobb för unga inom bland annat restaurangbranschen. McDonalds är en av de företag som anställer många unga.

MCDONALD'S ANSTÄLLER VARJE år ungefär 3 000 personer, och då är det runt 60 000 som sökt.



Frida Berg, McDonald's

Frida Berg, pressansvarig vid McDonald's.

Med det menar hon att eftersom de inte har några krav på att man ska ha erfarenheter så kan det vara ett bra och effektivt sätt att komma in på arbetsmarknaden. Men Frida Berg påpekar också att om man har erfarenheter så kan det vara en fördel, även om det inte är krav.

Är det lättare att få jobb hos er om man har kontakter?

– Nej, det är samma regler för alla. Man får skicka in sitt cv och personligt brev, så tittar vi

på vilka personer som vi bedömer är rätt för jobbet. Kontakter spelar ingen roll.

NÄR MAN SKA söka jobb är det bra att tänka på varför man tror att man passar för just det jobbet. Söker man ett servicejobb kan det vara bra att fundera över om man tycker om att umgås och serva andra människor, om man tycker om att arbeta i grupp eller om man är stresstålig.

Men hur funkar det när man söker jobb? Det första steget är att hitta ett jobb som passar just dig, kolla runt på platsannonser, klicka dig in på Arbetsförmedlingen eller ta reda på om du har en kontakt.

EN SMART GREJ att tänka på är att företag tycker om när man kommer in och presenterar sig, lämnar sitt cv och personliga brev.

Innan du får ett ja så får du räkna med en del nej, men ge inte upp hoppet.

Det är samma regler för alla. Man får skicka in sitt cv och personligt brev.

100 % drogfritt

Uppsalas Kulturhus
för unga!

Vad vill DU göra på
en av Uppsalas bästa
livescener för unga?

Hör av dig så gör vi det möjligt!

www.grand.upsala.se

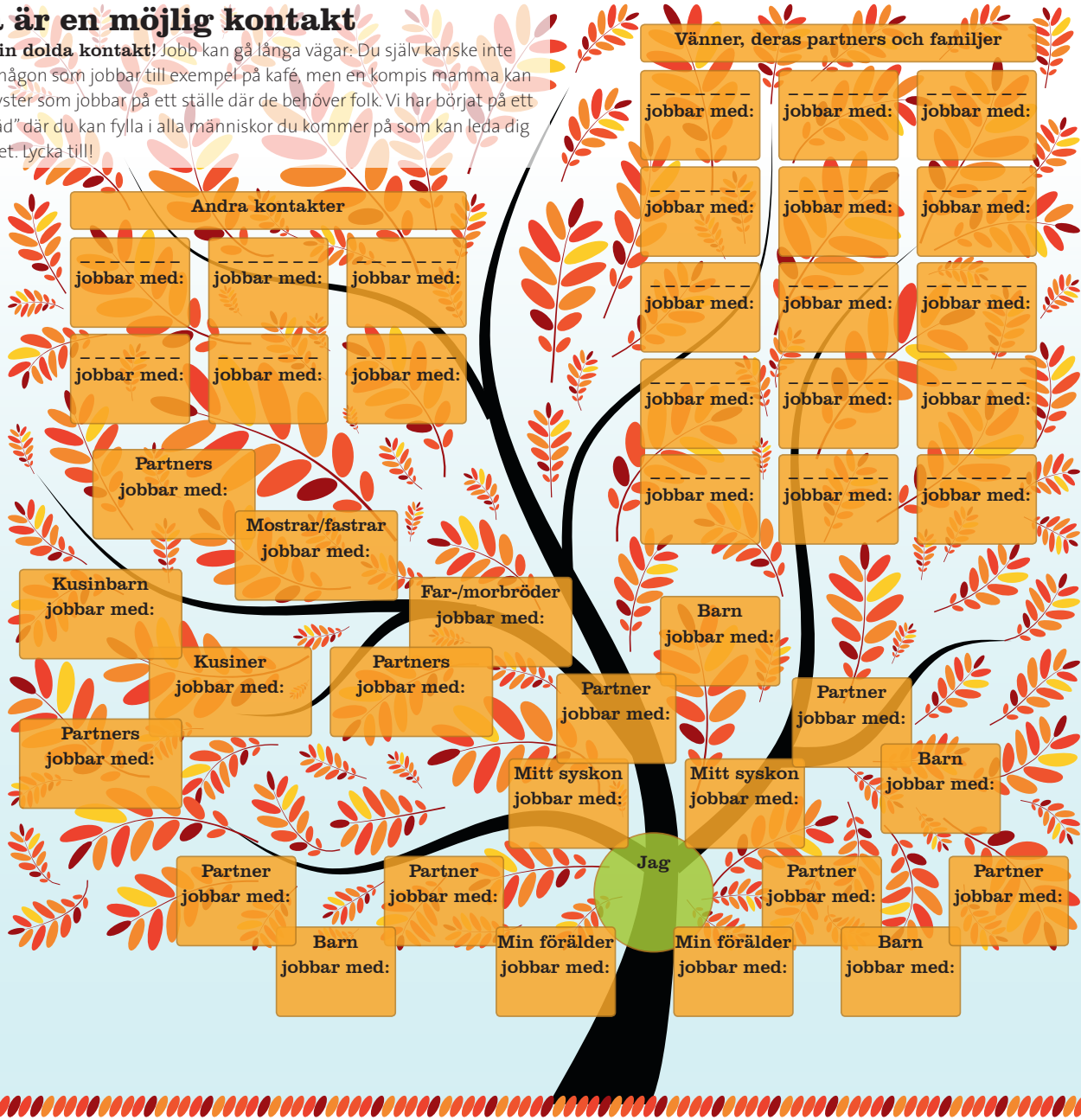
facebook.com/grand.upsala



kontakter än du tror

Alla är en möjlig kontakt

Finns din dolda kontakt! Jobb kan gå långa vägar. Du själv kanske inte känner någon som jobbar till exempel på kafé, men en kompis mamma kan ha en syster som jobbar på ett ställe där de behöver folk. Vi har börjat på ett "släkträd" där du kan fylla i alla människor du kommer på som kan leda dig till jobbet. Lycka till!



Vilket tror du är det bästa sättet att söka jobb?



Filip Wallén, 17 år.
Jobbar inte, har inte sökt jobb. Att man personligen går och lämnar sin cv, sedan får man hoppas att de ringer tillbaka.



Evelina Edfors, 17 år.
Jobbar inte, har inte sökt jobb. Att man har kontakter, typ genom att föräldrarna känner någon som erbjuder ett jobb.



Maja Jansson, 17 år.
Fick helgjobb genom kontakter. Genom kontakter, eller att man går in och frågar personligen.

HÄR FINNS JOBB FÖR UNGA

Klassiska ungdomsjobb finns inom kafé, butik och snabbmatställen. Där byts folk ofta ut – så det kan faktiskt vara idé att söka jobb flera gånger på samma ställe!
Nyöppnat Nyöppnade butiker och restauranger som håller på att bygga ut behöver ofta folk.
Säsongsarbete Vissa branscher behöver folk under en viss säsong.



Unga i Uppsala mår sämre nu än tidigare. Nedstämdhet, kränkningar på sociala medier och ekonomiska problem ökar. Men det finns hjälp att få – skolkuratoren kan vara första steget.

Text Andrea Byding

Enkät Jasmine Samuelsson
och Frida Eriksson

När du behöver någon att prata med

2 Vet du vad en skolkurator gör? 2 Vilka tror du går till kuratorn?

Text och foto: Frida Eriksson (1, 3), Jasmine Samuelsson (2, 4, 5)



Felix Gustafsson
Grillska gymnasiet (f d JB)

1 Någon man går till om man behöver hjälp och stöd.
2 De som är mobbade eller har sociala problem. Jag tror inte att så många går dit om de har det jobbigt i skolan.



Elvira Boghuzian
GUC

1 Man brukar gå till skolkuratoren för att prata om sina problem och för att få hjälp.
2 Jag tror att alla kan gå dit för att få hjälp och ställa frågor.



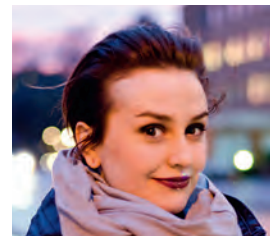
Joakim Englundh
Grillska gymnasiet (f d JB)

1 De tar hand om problem hos ungdomar. De ger bra råd.
2 De som har det jobbigt hemma eller i skolan och behöver någon att prata med.



Josephine Selin
Lundellska

1 En som finns för att prata med elever om olika saker.
2 Våldigt olika. Jag tror att de flesta har något som tynger dem, speciellt i tonåren.



Medea Lindén
Realgymnasiet

1 En vuxen som lyssnar på vad du har att säga.
2 De som behöver lätta på trycket och veta att någon lyssnar.

EN AV DE som erbjuder stöd för Uppsalas unga är Caroline Bergh, kurator på Bolandgymnasiet och GUC:

– I rollen som kurator arbetar jag med att hjälpa elever som inte mår bra av olika skäl, mestadels genom samtal. Arbetet kan även innebära att jag arbetar med tjej- eller killgrupper, eller hjälper enskilda klasser. Det är viktigt att vara synlig på skolan, så att eleverna vet vem man är och har lätt att söka upp mig när behov finns, säger hon.

Undersökningen Liv och hälsa ung, som alla gymnasietvåor svarar på vartannat år, pekar på att något fler unga i Uppsala kom-

mun mår sämre i dag än för fem år sedan. Andelen elever i årskurs två som svarade att de mår bra eller mycket bra har sjunkit några procentenheter. I dag är siffran för killar 83 procent och för tjejer 76 procent.

Tove Malm, kurator på Ungdomshälsan, en av de fyra ungdomsmottagningarna i Uppsala, känner igen sig i bilden.

– Nedstämdhet eller depression är den vanligaste orsaken till att ungdomar söker sig till oss. Vi möter ofta ångest, ångslan och oro.

ENLIGT ÅRETS LIV och hälsa ung-undersökning har andelen

som alltid eller ofta känner sig nedstämda ökat något bland båda könen, men främst tjejer. En fjärdedel av alla tjejer svarade att de alltid eller ofta känt sig nedstämda. Motsvarande siffra bland killar var en tiondel.

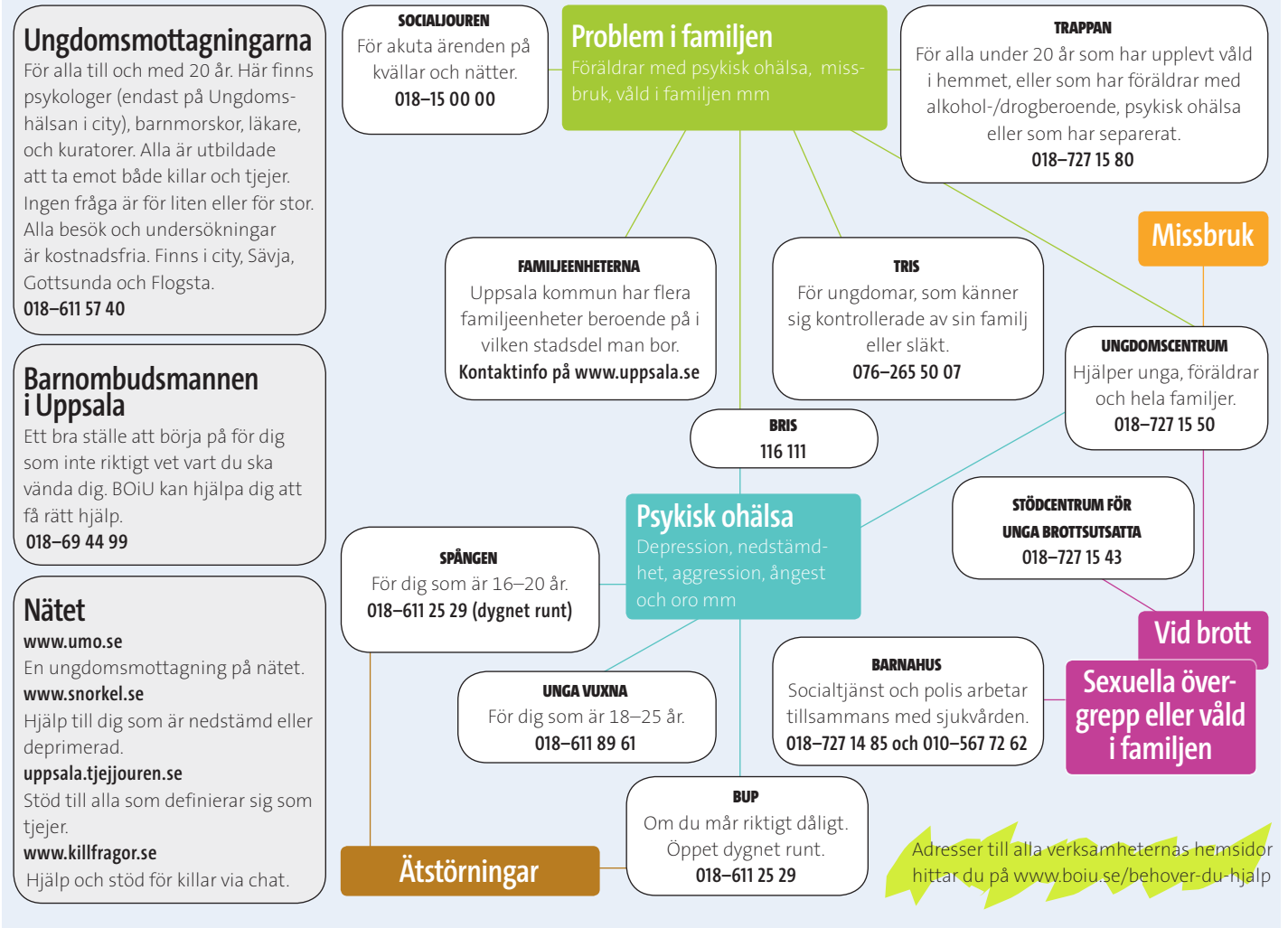
Men de problem som ungdomar söker hjälp för varierar mycket.

– Det kan vara alltifrån kärleksproblem till att man känner sig utfryst i klassen, säger Bolandgymnasiets och GUC:s kurator Caroline Bergh.

Hon ser framför allt två problem som ökat. Dels kränkningar på sociala medier, dels ekonomiska problem av olika slag.

Här kan du få hjälp

Här har vi samlat ställen i Uppsala där du som är ung kan få hjälp med olika typer av problem.



– Flera av våra ungdomar har svåra sociala förhållanden hemma. Kanske är någon av ens föräldrar arbetslös eller dricker för mycket och då önskar många elever hjälp att hitta ett annat boende. I en stad som Uppsala är detta väldigt svårt då det råder bostadsbrist, och möjligheten att kunna betala en hyra varje månad är svår när man studerar på heltid och bara har studiemedlet.

HJÄLPEN MAN FÅR hos kuratorn kan se väldigt olika ut beroende på vad man själv vill och har behov av.

– Kanske börjar det med att vi pratar om att pojkvännen gjort slut och slutar i att vi pratar om att eleven varit utsatt för sexuella övergrepp, säger Caroline Bergh. Båda kuratorerna som Word pratat

Det viktiga för oss är att ungdomarna känner sig bra bemötta och lyssnade på.

Tove Malm, kurator på Ungdomshälsan

med framhåller att det är viktigt att bemöta ungdomar så att de kan känna sig trygga i kontakten.

– Första gången upplever många att det kan kännas nervöst och lite läskigt att komma på samtal. Vill man ta med sig en kompis eller någon annan som stöd är det helt okej. Det viktiga för oss är att ungdomarna känner sig bra bemötta och lyssnade på, säger Tove Malm.

– Att komma till kuratorn måste bygga på frivillighet om man vill få till en förändring för eleven. Att tvinga någon att gå till kuratorn blir aldrig bra. Jag fokuserar därför mycket på alltid försöka få mina elever att känna att jag bryr mig om dem, säger Caroline Bergh.

Vanliga anledningar att prata med kurator

- nedstämdhet eller depression
- ångest, ångslan och oro.
- relationsproblem (kärlek, kompisar, familjen)
- stress och prestationskrav
- frågor kring sexuella övergrepp
- funderingar kring sexualitet eller konsidentitet

Källa: Tove Malm på Ungdomshälsan

TESTPATRULLEN

Kärleksfilmer

Krypa ihop i soffan med en bra kärleksfilm vill man göra ibland. Vi har sett några att tipsa om och några att undvika.

Text: Mira Lewis och Vera Kjellman

Mira:
10!
Vera:
4/10



BLUE VALENTINE

ANNORLUNDA ROMANTISK DRAMAFILM.

Som åskådare får vi följa med på en blågrå resa i en relation. I filmen diskuteras kyligt varför så många relationer dör ut och hur känslan av att vara nykär sällan håller.

Mira: Filmen går i en blå nyans, med fantastiskt skådespeleri kommer man mycket nära huvudkaraktärerna. I sin helhet tycker jag att det var en väldigt bra film, men om du är ute efter en feelgood-film är det här inte något jag rekommenderar.

Vera: Ingenting jag rekommenderar för dig som är ute efter en feelgood-film, och för dig som är härligt nykär är detta rena floppen. Skådespeleriet och musiken var nog det enda som faktiskt föll mig i smaken.

Mira:
6/10
Vera:
10!



SAFE HAVEN

ROMANTISK KOMEDI/DRAMA. Änklingen Alex bor tillsammans med sina två barn. En dag anländer en ung kvinna med ett mystiskt förflutet till den lilla staden.

Mira: Jag gillar "plot twistsen" i filmen. Skådespelarna gör bra ifrån sig i feel good-scenerna, men när det kommer till de mörkare scenerna fallerar skådespeleriet.

Vera: Jag gillar den annorlunda handlingen och att ingenting riktigt slutar som man förväntat sig. Kärleksscenerna kan få vem som helst att bli kär i kärleken. De övernaturliga inslagen föll mig inte riktigt i smaken, men det var nog också det enda.

Mira:
6/10
Vera:
8/10



LOVE ACTUALLY

FARTFYLLD ROMANTISK KOMEDI med runt 20 ledande roller. Med fem veckor kvar till jul täcks Londons gator med snö och kärleken stiger i luften.

Mira: En av mina favoritfilmer, trots att den är väldigt cheesy och förutsägbar är det en perfekt komponerad film som bjuder på såväl skratt som tårar. Rent objektivt är inte filmen jättebra, ändå ser jag den minst två gånger varje jul.

Vera: Vad som fått mig att fastna för denna film är stämningen, musiken och skådespelarna. Rekommenderas starkt för dig som älskar julen och inte kan få nog av av kärlek i alla dess olika slag.

Mira:
8/10
Vera:
6/10



500 DAYS OF SUMMER

UDDA ROMANTISK KOMEDI, med Zoëy Deschanel och Joseph Gordon-Levitt i huvudrollerna. Filmen utspelar sig i Los Angeles där en hopplös romantiker möter Summer som inte tror på kärleken.

Mira: Det här är en riktigt härlig film, som stärks av dess många one-liners och ett välgenomtänkt soundtrack.

Vera: Detta är en film som jag tror faller de flesta i smaken. Vad som ibland kunde vara lite förvirrande var hoppandet i tiden, vilket resulterade i att man ibland inte var helt säker på om man befann sig i nu eller dåtid. Filmens handling var intressant och lite annorlunda, något jag inte riktigt stött på tidigare, vilket var kul.

TESTPATRULLEN

Stans bästa bulle

Vi har spanat efter den perfekta bullen och efter att magen nästan spruckit kan vi avkunna domen.

Text och foto: Sofia Svanqvist

Fågelsången

Pris: 15 kr.



Smak: Extra mycket av allt! Mycket kanel vilket resulterar i en saftigare smak.

Bullens mitt: Degig och saftig.

Konsistens: Relativt mjuk och degig bulle med en krispig kant. Bäst av allt varm!

Utseende: Fin rund form, men en smula för mycket pärlsocker.

8/10

Stationen

Pris: 25 kr.



Smak: Äggsmak på toppen och saknade den typiska kanelsmaken.

Bullens mitt: Hade ingen konkret mitt, den var mer lik en kringla.

Konsistens: Torr, knaprig, gav en muffinkänsla, samma smuliga smak igenom hela.

Utseende: Mest lik en muffin. Aluminiumform.

2/10

Kardemumma

Pris: 30 kr.



Smak: Kardemummasmakande bröd, med lagom kanelsmak.

Bullens mitt: Hade ingen mitt, då det var en kringla.

Storlek: Enorm.

Konsistens: Den saftiga kardemummasmaken väger upp torrheten.

Utseende: Extra stor, perfekt att dela med en vän. En vacker kringlaliknande bulle.

4/10

Guntherska

Pris: 23 kr.



Smak: Saftig, krämig, för lite kanelsmak, äggsmak från penslandet fanns kvar.

Bullens mitt: Hade ingen mitt, var mer en kringla.

Konsistens: Behöll den saftiga smaken igenom hela.

Utseende: Bullens utseende lockade mig, trots att jag var mätt. Maxpoäng där.

6/10

Cafe Årummet

Pris: 25 kr.



Smak: En brödsmaak, saknade den mumsiga och söta smaken

Bullens mitt: Ingen konkret mitt.

Konsistens: Inte saftig nog, passar bättre som ett alternativ till frukostmackan.

Utseende: Enorm. Perfekt att dela.

4/10

Slutsats: Man bör inte luras av ett smaskigt utseende. Några av de största och mest perfekta bullarna resulterade i en torr bulle. Guntherska konditoriet fick maxpoäng för utseendet, men ingen bulle förtjänade full pott för smaken. Den ultimata kanelbulle är ännu inte funnen.

Jag tycker att alla har en lika stor del i bestämmandet, vilket gör allting väldigt rättvist!

En av Words redaktionsmedlemmar i utvärdering hösten 2013

Den här tidningen görs av gymnasieungdomar från Uppsala.

Om du vill vara med så kommer dina idéer att tas på allvar. På riktigt.

Mejla word@tidningenword.se

Smsa 070 645 31 41

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

WORD

facebook.com/gillatidningenword





Alltså, jag döör!!!

ALLT ANNAT ÄN Håkan Hellström var falskt och fel, tänkte jag. Då var jag fjorton år och bar omkring på all världens naivitet. Det näst bästa, i hela världen, var att få stänga in mig på mitt rum medan högtalarna spelade Håkan på repeat. Men, det allra bästa i alla kategorier var att gå på Håkans konserter för att få skrika mig hes och dansa tills benen inte kändes mer.

Han var Håkan utan efternamn. Som någon som stod en nära, som fanns där när klumpen i halsen var nära till explosion och som lät lyckan bli ännu lyckligare.

Han var den som sa *Fortsätt när mörkret kommer och allt gör ont. Fortsätt som ett höstlöv i vårens första flod.* Och när någon står en så pass nära, då krävs inget efternamn för att man ska göra sig förstådd.

NU ÄR JAG sjutton år och försöker minnas senaste gången hela min själ gormade efter Håkans ord. Men jag har svårt att minnas. Trots det vaknade mitt fjortonåriga jag till liv när jag köpte ännu en Håkanbiljett för att få skrika i falssett tillsammans med Håkan, och få skaka av lyckoran.

För nutidens skull eller för nostalgins skull? För bådas. Mitt fjortonåriga jag skulle i alla fall vara oerhört stolt över att jag någonstans behållit Håkanhysterin vid liv.

Och fastän jag gärna löjligförklarar hysteriska tonåringar som *döör!!* för sina idoler, så är verkligen inte jag den som ska döma.

Jag dog visserligen aldrig bokstavligen för honom, och jag uttryckte mig kanske aldrig så. Men utan honom och utan alla andra dyrkade idoler, så skulle kanske ens fjortonåriga jag trots allt vara mer döende än levande.



Donia Saleh
om en idoldyrkan

LINUS BRAG:

Vi kan visa politikerna att ungdomar kan och att kultur kan göra nytta.



Kulturprofilen

Låtskrivare

LINUS BRAG

Ålder: 22 år.

Gör: jobbar och driver ideellt rampljuset.nu, grundad av Fredrik Jonsson.

Aktuell: med låtskrivarworkshop för Musikhjälpen.

Linus Brag vill ge musiker en chans att synas genom webbsidan Rampljuset. Nu ska han skriva en låt till Musikhjälpen tillsammans med Uppsalas unga och politiker.

Vad är Rampljuset?

– Vi filmar och spelar in uppåt-gående musiker. Det ska vara nakna, akustiska livesessions. Det är helt gratis för banden att vara med, alla banden läggs upp på samma sida och får del av varandras publik.

Och nu ska du hålla i en låtskrivarworkshop?

– Ja, Grand gör en grej för Musikhjälpen, och på Mötesplatsen på Grand den 10 december ska unga och politiker tillsammans skriva en låt som vi vill framföra i glasburen i Göteborg. Mötesplatsen handlar om att politiker och unga diskutera, och vi kan visa politikerna att

ungdomar kan, och att kultur kan göra nytta. Låten framförs också på en gala på Grand 13 december.

– Jag har själv aldrig känt att jag fått ut något av en workshop, nu vill jag göra ett bättre jobb på mitt sätt.

Du har jobbat på Grand?

– Ja, på gymnasiet. Grand har påverkat mig på ett bra sätt, jag älskar att ungdomar kan komma med idéer och få hjälp att genomföra dem.

Text: Mårten Markne

Foto: Jasmine Samuelsson

3 kulturella tips från Linus Brag

GRAND

Dit kan man gå och titta på band, och fler band borde ta chansen att spela där.

▶ grand.upsala.se

PUB 19

De har band som spelar, och stand up.

▶ pub19.se

RAMPLJUSET.NU

Rampljuset filmar och spelar in uppåt-gående band. Vem som helst kan tipsa om ett band!

▶ rampljuset.nu

Film

THE HUNGER GAMES: CATCHING FIRE

8/10

I **CATCHING FIRE** ligger fokus på den omgivande världen som blir mer och mer instabil efter Katniss och Peetas vinst i de 74:e hungerspelen. Katniss har blivit en symbol för hopp och frihet hos den miserabla befolkningen i de olika distrikten, och i ett desperat försök att förhindra en revolution kastar president Snow in henne i de 75:e hungerspelen som äger rum i en vacker men dödlig djungel fylld med frätande dimma, människoätande babianer och livsfarliga före detta hungerspelsvinnare.

Catching fire får sin föregångare att verka som en söndagspicknick när det plötsligt är mer än den ofrivillige hjälten Katniss liv det handlar om. Filmen är också en mäktig, imponerande tittarupplevelse som även har imponerande skådespeleri, gripande handling och fokus på vad som är viktigt – Katniss.

Karl Carlsson



Film

5/10



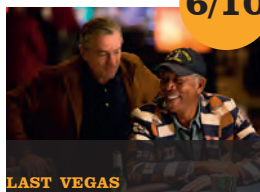
CARRIE

CARRIE ÄR EN tonårstjej som med övernaturliga förmågor och en psykiskt sjuk och överbeskyddande mamma bara vill passa in. Filmen får en oväntad vändning när Carrie når en brytning efter att ha blivit illa behandlad. Trots att filmen rankas som skräckfilm är den som vilket tonårsdrama som helst.

Karin Karlsson

Film

6/10



LAST VEGAS

FYRA GAMLA VÄNNER samlar kraft och ger sig iväg mot Las Vegas för att fira att gruppens evige ungekarl ska gifta sig. Detta är en typisk "feel-good" film som ger många skratt och bra underhållning, med klockrent skådespel från gamla favoriterna Michael Douglas, Robert De Niro, Morgan Freeman och Kevin Kline.

Hanna Markström

Musik

6/10



DANIEL ADAMS-RAY
Daniel Adams-Ray

DANIEL ADAMS-RAY HAR nu, efter tre år, släppt ännu ett album. Något mörkare och något mer mystiskt än det förra men med en skön blandning mellan aggressiv rap och skönsjungande sång. Detta är en skiva som bara blir bättre och bättre ju fler gånger man lyssnar och den är helt klart värd en chans!

Olivia Grönman

Händer nu



100 barnbokssidor blir lätt sådär en tre timmars episk film. I alla fall om Peter Jackson själv får välja.

► **Hobbit 2**, på bio 11 december



Försenat och efterlängtad – i december är det till slut dags för säsong två av *The walking dead*-spelet.

Vi väntar på ...



DEN SVENSKA DEMOKRATIS HISTORIA

En teaterföreställning som kan komma till ditt klassrum! Se till att din lärare bokar in den (endast för åk 3).

► **Premiär på Katte, 14 feb**

MANDELA

Biopics kan vara trista, men filmen om Nelson Mandela är nutidshistoria, om inte annat.

► **Premiär 7 februari**

Foto: Murray Close, Michael Gibson, CBS Films, James Fischer, Telltale Games, Markus Gärder

Musik

4/10

ONE DIRECTION
Midnight memories

MIDNIGHT MEMORIES ÄR inte bra, men det är väl inte heller poängen. Musiken och texterna är ett steg i rätt riktning för One Direction, ändå vet man att för varje låt finns det en video med medlemmarna stående med händerna knutna framför hjärtat. Albumet är fyllt med otåliga singlar som bara skriker efter uppmärksamhet. Det kommer de inte att få av mig. *Midnight memories* finns, för mig spelar det ingen roll.

Karl Carlsson

Teater

7/10

EN JULSAGA

LÅT DIG INTE luras av det mysiga namnet *En julsaga*. För en mysig upplevelse, det kommer du inte att få på stadsteatern. *En julsaga* är en rysande, likväl lysande, skräckteater. Följ den bittra Scrooges juldagar på kontoret. Det han inte är beredd på är demonernas besök ... Scenefeffekterna och de skickliga skådespelarna kommer möjligen att ändra din familjevänliga och trivsamma syn på den mysiga högtiden. Var redo för två timmar av kalla kärar.

Donia Saleh





Besök också vår nya utställning Ordets makt. En utställning om hatspråk, propaganda, yttrandefrihet och hur ord påverkar oss.

Vill du lära dig stagefight? Vill du lära dig hur man slåss på film och scen?

Förutom att det är sjukt kul att "slåss" så vill vi också genom att jobba med stagefight lära oss om hur just DU ser på våld.

Våld är något som finns överallt runtomkring oss både i form av tv-serier, filmer, data/tv-spel men även i den verkliga världen såklart. I åldersgruppen 15–20 år uppger mer än var fjärde ungdom att de har utsatts för våld som klassas som misshandel. Det är inte okej.

Slagkrafts grundtanke är att väcka ungdomars tankar om ungdomsvåld och att skapa förståelse för hur det påverkar samhället. Hur ska det gå till då? Jo, vi ska lära dem att slåss!

Vill du vara med är det bara att dyka upp på nån av de fritidsgårdar vi kommer hålla till på:

Gränby fritidsgård: Måndagar 18–21
KFUM Gottsunda Fritidsgård: Torsdagar 18–21
Stenhagens Fritidsgård: Tisdagar 18–21
Kontakta oss gärna på: slagkraft@fredenshus.se

fredens hus

Fredens Hus är en samlingsplats kring konflikter och möjligheter. På Fredens Hus hittar du utställningar om bland annat utsatthet, mänskliga rättigheter och de svenska fredsprofilerna Dag Hammarskjöld, Folke Bernadotte och Raoul Wallenberg. Utöver utställningarna bedriver Fredens Hus pedagogisk skolverksamhet och fritidsaktiviteter för ungdomar, för att arbeta med frågor som rör fördomar, rasism, diskriminering och våld.

Fredens Hus, Uppsala slott ingång H. 752 37 Uppsala. Öppettider: onsdag–fredag kl 15-18, lördag–söndag kl 12-16 www.fredenshus.se



Text: Donia Saleh • Foto: Mårten Markne

Generation

Generation är en samling unga hiphopartister från olika delar av Uppsala. Gruppen är lite lös i kanterna, men har ett tydligt mål: att utvecklas och kunna inspirera andra.

Vilka är ni?

– Vi är hiphopgruppen Generation! Vår grupp är som ett pussel och vi medlemmar är som pusselbitar, med olika nationaliteter, från olika hoods, med olika kön och åldrar.

Hur kom idén att bilda gruppen?

– Vi var ett gäng ungdomar från olika håll som hade ett stort musikintresse. Och det slutade med att vi startade Generation. Gruppen har varit väldigt flexibel genom åren, nya medlemmar har tillkommit och andra har lämnat. Utan Gottsundateatern, där vi hållet till, hade det kanske aldrig varit möjligt att kunna bilda Generation. De har verkligen öppnat dörrarna för oss.

Inspirationskällor?

– All musik är inspiration. En stor del av vår inspiration kommer från omgivningen, miljön och vardagliga intryck. Det är inte alltid någon specifik

artist, för det kommer nya bra artister hela tiden.

Vilka vill ni nå ut till?

– Alla. Allt från ungdomar i vår ålder, till de lite äldre. Vår musik handlar egentligen om allt från a till ö. Om vardagliga grejer, men även om samhällsaktuella ämnen. Men det är klart, vissa relaterar mer till vår musik än andra.

Vad är er dröm och ert syfte?

– Som grupp inspireras vi att utvecklas inom musiken på det individuella planet. Man utvecklas verkligen varje dag med Generation, alla är olika men ändå lika. Drömmen är självklart att bli en av de större artisterna. Uppskattningen man får blir som ett slags drivmedel framåt.

– Vår dröm är att få folk att öppna ögonen för vår vardag, inspireras och visa att det är möjligt att skapa något betydande, oavsett var man kommer ifrån.

GENERATION

Medlemmar:

Fatima Rahman, Rawa Carter, Biggs, LX, And Beats, Patrik Baghdaserians, Affe Ashkar m fl.

Vem tycker du att vi ska skriva om på den här sidan nästa gång?

Smsa 070-645 31 41



Lyssna på Generation

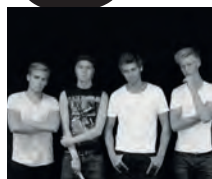
Rawa Carter: Unlimited EP

► Spotify, iTunes, Youtube

LX (beats: And Beats) Under jorden

► youtube.com

3 andra bra Uppsalaband



RECKLESS RAMPAGE

80-talshårdrockare som bland annat spelat på Skrotcentralen, min-sann. Söker sångare!

► facebook.com/RecklessRampage



NICOLE NORDLUND

Låtskrivare, sångare och musiker som dessutom filmar och håller på med stop motion-animering.

► Spelar i Svavagallerian 15 december



DILAN GAFURI & LARA AULA

Duo från Sävjas Studio 36. Uppträder på Uppsalas egen Musikhjälpengala.

► Grand, 13 december

Foto (fr v): Edward Säll, Nicole Nordlund, Dilan Gafuri & Lara Aula



Lajka dina föräldrar

DET KANSKE KÄNNES som att mammas upplagda bild på de inlagda gurkorna är helt ointressant att ha i ditt nyhetsflöde. Eller som höjden av lathet när pappa, i stället för att ropa, skickar ett meddelande i chatten om att maten är klar, även fast man bara är på övervåningen (vilket faktiskt har hänt mig).

Dock visar en undersökning av amerikanska forskare, som Sveriges radio skrev om i somras, att Facebook kan vara bra för relationen med föräldrarna.

Undersökningen menar att barn och tonåringar som har sina föräldrar som kompisar på facebook ofta har en närmare relation till varandra än de som inte har kontakt på nätet.

Detta kan förklaras med att de familjer som är vänner på nätet redan har en tight relation, men kanske kan en vänförfrågan till mamma faktiskt förbättra förhållandet er emellan.

I OCH MED att kompisrelationerna förflyttats till nätet spenderar vi mer och mer tid med varandra ansikte mot skärm, i stället för ansikte mot ansikte.

Kanske bör då också kvalitetstid med familjen flyttas online.

Jämför hur mycket tid vi faktiskt spenderar med datorn och hur mycket tid vi lägger på vår familj. Om jag själv tänker på hur mycket tid jag lägger på respektive är det läskigt lika. Hur lika är det för dig?



Lisa Lundström

om datorn och familjen

EMMA KNYCKARE:

Lite som i ett Big Brotherhus fast för en väldigt god sak, förstås.



Kändisen

I glasburen

Emma Knyckare är en av tre programledare för årets Musikhjälpen, som har tema mödradödlighet. Tillsammans med Kodjo Akolor och Sarah Dawn Finer ska hon sitta instängd i glasburen i en vecka.

Varför utsätta sig för något så jobbigt frivilligt?

– Haha! Jag ser det mer som en ära. Det skulle bara vara dumt att inte utsätta sig för det här, om man jämför med vad så många andra utsätts för. Jag gör det liksom för världens bästa tema!

Varför är årets tema viktigt?

– Det handlar om alla flickors rätt att överleva sin graviditet. Kvinnofrågor och kvinnor blir i allmänhet alltid bortprioriterade mot andra ämnen.

Är inte en del av att göra radio att man slipper synas – i glasburen kommer ni ju att synas väldigt mycket?

– Det har jag inte tänkt på så mycket, och det är ju svårt att förbereda sig för något man inte tidigare gjort. Det kommer att vara ovant, lite som i ett Big Brotherhus fast för en väldigt god sak, förstås.

Vad är det som har gjort Musikhjälpen så stort?

– Det är världens bästa koncept, att skänka pengar genom att lyssna på den musik man tycker om. Dessutom är människor extra

benägna att mysa och samlas under juletid,

och Musikhjälpen är väldigt inbjudande. Sådant blir folk peppade av tror jag!

Du ståuppar också. Har du nytta av det i radio, eller tvärtom?

– Jag känner mer att jag genom standuppen får jag större utrymme för ett mer personligt koncept. Skillnaden är dessutom att jag får möta ögonen jag talar till, vilket göra att jag får känna den positivt nervösa känslan. Och Uppsala är helt klart ett av de roligaste ställen jag ståuppat på.

EMMA KNYCKARE

Gör: är programledare för Tankesmedjan i P3.

Aktuell som: programledare i Musikhjälpen i P3, tillsammans med Kodjo Akolor och Sarah Dawn Finer.

Text: Donia Saleh

Foto: Mattias Ahlm/Sveriges Radio

SERIE Sara Dutta



Tack, JO12 på Rosendal!

Den här tidningen är gjord i samarbete med JO12 på Rosendal. I vår är det dags för Word att få hjälp av en klass på Skrapan.

Kanske är det dags för din klass nästa gång? Hör av dig, så syr vi ihop ett samarbete som gör alla glada!



Mårten fotade Tony som fotade Maja som fotade JO12. Majas bild ser du på sidan 4.

WORD

word@tidningenword.se • 070 645 31 41

God jul och gott nytt år! Vi ses igen 2014.

Nästa Word kommer ut vid sportlovet.
Temat då är Internationellt.

Vad vill du läsa om? Hör av dig och berätta!

Mejla word@tidningenword.se

Smsa 070 645 31 41

WORD

facebook.com/gillatidningenword

